

**Armando Alfredo Chávez Chavajay**

**Manual del Servidor Cívico Social  
Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-  
Dirección General de Educación Física -DIGEF-  
Guatemala**

**Asesora: Licda. Silvia Patricia Girón López**



**USAC**  
**TRICENTENARIA**  
Universidad de San Carlos de Guatemala

**Facultad de Humanidades  
Departamento de Pedagogía**

**Guatemala, julio de 2017**

Este informe fue presentado por el autor como trabajo de Ejercicio Profesional Supervisado –EPS- previo a optar al grado de Licenciado en Pedagogía y Administración Educativa.

Guatemala, julio de 2017

## Índice

Contenido.....	Página
Introducción.....	i-ii
CAPÍTULO I.....	1
DIAGNÓSTICO.....	1
1.1 Datos generales de la institución patrocinante.....	1
1.1.1. Nombre de la institución.....	1
1.1.2. Tipo de institución.....	1
1.1.3. Ubicación geográfica.....	1
1.1.4. Visión.....	1
1.1.5. Misión.....	1
1.1.6. Principios.....	1
1.1.7. Políticas.....	2
1.1.8. Ejes.....	2
1.1.9. Objetivos.....	2
1.1.10. Metas.....	3
1.1.11. Estructura Organizacional.....	3
1.1.12. Recursos.....	7
1.2 Procedimientos y técnicas para elaborar el diagnóstico.....	10
1.3 Lista de carencias.....	10
1.4 Cuadro de análisis y priorización del problema.....	11
1.5 Datos de la institución beneficiada.....	14
1.5.1. Nombre de la institución.....	14
1.5.2. Tipo de institución.....	14
1.5.3. Ubicación geográfica.....	14
1.5.4. Visión.....	14
1.5.5. Misión.....	14
1.5.6. Principios.....	14
1.5.7. Políticas.....	15
1.5.8. Ejes.....	15
1.5.9. Objetivos.....	16

1.5.10	Metas.....	17
1.5.11	Estructura Organizacional.....	17
1.5.12	Recursos.....	18
1.6	Procedimientos y técnicas para elaborar el diagnóstico.....	20
1.7	Lista de carencias.....	21
1.8	Cuadro de análisis y priorización de problemas.....	22
1.9	Priorización de problemas.....	24
1.10	Análisis de viabilidad y factibilidad.....	25
1.11	Problema Seleccionado.....	27
1.12	Solución propuesta como viable y factible.....	27
CAPÍTULO II.....		28
PERFIL DEL PROYECTO.....		28
2.1	Aspectos generales.....	28
2.1.1	Nombre del proyecto.....	28
2.1.2	Problema.....	28
2.1.3	Localización.....	28
2.1.4	Unidad ejecutora.....	28
2.1.5	Tipo de proyecto.....	28
2.2	Descripción del proyecto.....	28
2.3	Justificación.....	29
2.4	Objetivos del proyecto.....	30
2.4.1	General.....	30
2.4.2	Específicos.....	30
2.5	Metas.....	30
2.6	Beneficiarios directos e indirectos.....	31
2.7	Fuentes de financiamiento y presupuesto.....	31
2.8	Cronograma.....	32
2.9	Recursos.....	34

CAPÍTULO III.....	35
PROCESO DE EJECUCIÓN DEL PROYECTO.....	35
3.1 Actividades y resultados.....	35
3.2 Productos y logros.....	38
CAPÍTULO IV.....	216
PROCESO DE EVALUACIÓN.....	216
4.1 Evaluación del diagnóstico.....	216
4.2 Evaluación del perfil.....	217
4.3 Evaluación de la ejecución.....	218
4.4 Evaluación final.....	218
CONCLUSIONES.....	220
RECOMENDACIONES.....	221
REFERENCIAS.....	222
APÉNDICE	
ANEXOS	

## Introducción

Este informe corresponde al trabajo del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS), previo a optar el grado de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala –USAC-; el proyecto consiste en el Manual del Servidor Cívico Social realizado en la institución beneficiada el Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-, perteneciente a la institución patrocinante la Dirección General de Educación Física –DIGEF- del departamento de Guatemala. El proyecto pretende coadyuvar la organización de la administración del INJUD y la didáctica del Servidores Cívicos Sociales, en temas: deporte extracurricular, fundamentación técnica deportiva, preparación física, principios, estilos de enseñanza deportiva y principalmente la planificación deportiva a ejecutar en 103 establecimientos educativos, como complemento de la clase de Educación Física del departamento de Guatemala.

Este informe está estructurado en cuatro capítulos: el diagnóstico, perfil, ejecución y evaluación; determinantes para la realización del proyecto. El contenido se presenta en los siguientes capítulos:

**Capítulo I:** contiene el diagnóstico institucional de la institución patrocinante como la institución beneficiada, su fin principal fue conocer la situación y la realidad de la institución; con base a los instrumentos de investigación aplicados se detectó: las necesidades, carencias y problemas; se identificó el problema con mayor importancia; se propuso la solución más viable y factible.

**Capítulo II:** corresponde a la explicación previo a realizar el proyecto específicamente el perfil del proyecto, fue necesario fundamentar: los aspectos generales, descripción, justificación, objetivos, metas, beneficiarios, fuente de financiamiento, presupuesto y el cronograma de actividades para la ejecución de proyecto.

**Capítulo III:** registra la descripción de cada una de las actividades realizadas y resultados alcanzados durante el proceso de realización del proyecto, evidencia los logros y el producto entregado a las instituciones involucradas mediante fotografías; es de suma importancia mencionar la mejora didáctica que se logró con los Servidores Cívicos Sociales de los establecimientos educativos, durante las dos sesiones de la puesta en común realizado por el epesista.

**Capítulo IV:** detalla el proceso de evaluación: abarca el diagnóstico, perfil, ejecución y final del proyecto; evidencia: los objetivos, metas, resultados y logros alcanzados durante la realización y entrega del proyecto, mediante instrumentos específicos como la lista de cotejo; finalmente se realizó las conclusiones, recomendaciones, referencias, apéndice y anexos.

## CAPÍTULO I

### INFORME DEL DIAGNÓSTICO

#### 1.51.1 Datos generales de la institución patrocinante

##### 1.1.1. Nombre de la institución

Dirección General de Educación Física –DIGEF–.

##### 1.1.2. Tipo de institución

Estatal o Pública (de servicios).

##### 1.1.3. Ubicación geográfica

32 alle 9-10 Colonia Granaí I, zona 11 Guatemala.

##### 1.1.4. Visión

“Ser la institución, que para el año 2020 haya incrementado en la población escolar, la actividad física sistemática y los hábitos saludables, para una mejor calidad de vida” (Dirección General de Educación Física [DIGEF], 2015, portal electrónico).

##### 1.1.5. Misión

“Formamos y desarrollamos cultura física, en la población escolar, a través de la Educación Física” (DIGEF, 2015, portal electrónico).

##### 1.1.6. Principios

La Dirección General de Educación Física –DIGEF– toma como base los principios filosóficos que norman su actuar, regulados por la Constitución Política de la República, que reconoce a la persona humana como parte fundamental de la sociedad, con derecho a la educación sin discriminación alguna, al conocimiento de la realidad, cultura nacional y universal para su desarrollo integral:

- La dignidad, integridad, valores y derechos de la persona humana.
- El acercamiento entre los pueblos y las personas.
- La solidaridad y fraternidad.
- El respeto y la comprensión mutuos.
- La paz y la amistad.
- Preservar y mejorar la salud. (DIGEF, 2010, p.14)

### 1.1.7 Políticas

#### **General**

Educación Física para toda la vida.

#### **Específicas**

- Ampliación de la cobertura de la clase de Educación Física en los niveles de pre- primaria, primaria, básicos y diversificado.
- Actualización permanente del currículo de las Escuelas Normales de Educación Física.
- Actualización permanente del currículo en los niveles de pre-primaria, primaria, básicos y diversificado; del Sistema Educativo Nacional.
- Profesionalización y actualización docente.
- Construcción, mantenimiento, remodelación de infraestructura para la Educación Física.
- Articulación, vinculación y consolidación de la Educación Física en el Sistema de Cultura Física.
- Promoción de mecanismos de integración interinstitucional e intersectorial con entidades afines a la Educación Física.
- Consolidación de programas y proyectos de inclusión en el ámbito de la Educación Física, la recreación física y el deporte escolar.
- Consolidación del Sistema de Educación Física en las modalidades que le compete.
- Mantenimiento del sistema de gestión de calidad
- Transparencia y calidad en la gestión técnica, administrativa y de desarrollo institucional.
- Desarrollo de sistemas de planeación, monitoreo y evaluación técnico-administrativo. (DIGEF, 2010, p.15)

### 1.1.8 Ejes

#### **Ejes Verticales**

- Educación Física escolar.
- Recreación física escolar.
- Deporte escolar.

#### **Ejes transversales**

- Derechos Humanos.
- Discapacidad.
- Multi e interculturalidad.
- Género.
- Niñez, adolescencia y juventud.
- Ciencias Aplicadas. (DIGEF, 2010, p.15)

### 1.1.9 Objetivos

**Objetivo General:** Facilitar a todo escolar el acceso a la Educación Física, por ser un elemento esencial en su proceso formativo y en su bienestar integral, permitiendo que su práctica se realice sin ningún tipo de restricción o discriminación alguna.

**Objetivos Específicos:** Estos objetivos se dan en dos ámbitos; el curricular y extracurricular, los que a continuación se exponen.

#### **Objetivos Ámbito Curricular**

- Adquirir y preservar hábitos de salud.
- Inculcar el beneficio de una mejor calidad de vida mediante el hábito de la práctica de actividades físicas.
- Fijar el hábito permanente del ejercicio físico.
- Contribuir a la adquisición de una aptitud para la acción mediante el desarrollo de habilidades motrices, técnicas y capacidades físicas.
- Promover una educación por y para el movimiento que contribuya a la educación integral y multilateral.
- Inculcar una moralidad en acción.

#### **Objetivos Ámbito Extracurricular**

- Contribuir a consolidar el trabajo realizado en la clase de Educación Física y a fijar el hábito de la práctica de actividades físicas.
- Reforzar mediante actividades de seguimiento al proceso de aprendizaje motriz.
- Fomentar la participación y competencia deportiva interescolar.
- Crear programas y escuelas de iniciación deportiva con población escolar selectiva.
- Impulsar el Sistema de selección de talentos deportivos en el medio escolar.
- Estimular el aprovechamiento útil del tiempo libre. (DIGEF, 2010, p.10)

### **1.1.10 Metas**

La Dirección General de Educación Física -DIGEF- no posee metas.

### **1.1.11 Estructura Organizacional**

La Dirección General de Educación Física impulsó un proceso de reestructuración, reorganización y creación de puestos, encaminada a que administrativa y funcionalmente se facilite el acceso a los servicios que brinda DIGEF a escolares de todo el país, pues hoy en día nuestra sociedad y especialmente el sistema educativo demanda una adecuada Educación Física como hilo conductor que posibilite el desarrollo de aptitudes y capacidades físico, psíquico y sociomotrices de los alumnos. La estructura permite identificar y facilitar entre otros, la división de trabajo, niveles de autoridad y responsabilidad. A continuación se presenta la estructura orgánica. (DIGEF, 2010, pp.16-18)

#### **Órgano Ejecutivo Dirección General de Educación Física**

El Órgano Ejecutivo está conformado por una Dirección a cargo de un Director General, quien contará con el apoyo de una Unidad de Asesoría compuesta por varios Asesores de diferentes disciplinas y otra de Promoción y Divulgación de la Educación Física. Además de una Subdirección General Administrativa y las Subdirecciones Generales Metodológica y de Desarrollo Institucional, siendo su estructura la siguiente. (DIGEF, 2010, pp.16-18)

### ***Dirección General de Educación Física***

- Promoción y Divulgación de la Educación Física.
- Asesoría.

### ***Órgano Administrativo Subdirección General Administrativa***

La Subdirección General Administrativa como órgano de apoyo, tiene a su cargo planificar, organizar, dirigir, coordinar, supervisar las actividades administrativas y financieras de DIGEF, que permitan el cumplimiento de sus objetivos institucionales de manera eficiente y eficaz.

Para el cumplimiento de sus funciones contará con las siguientes coordinaciones y unidades administrativas. (DIGEF, 2010, pp.16-18)

#### ***Coordinación Administrativa***

- Departamento de Compras
- Departamento de Almacén
- Departamento de Soporte Técnico en Computación
- Departamento de Documentación, Reproducción y Archivo
- Departamento de Servicios Generales
  - Sección de Transportes
  - Sección de Mantenimiento
  - Sección de Montaje de Eventos Deportivos

#### ***Coordinación de Recursos Humanos***

- Departamento de Acciones de Personal
- Departamento Seguridad e Higiene Ocupacional

#### ***Coordinación Financiera***

- Departamento de Contabilidad o Sección Inventarios.
- Departamento de Presupuesto.
- Departamento de Tesorería. (DIGEF, 2010, pp.16-18)

### ***Órgano Técnico Subdirección General Metodológica***

La Subdirección General Metodológica se constituye en el órgano sustantivo o misional, la cual tendrá a su cargo planificar, organizar, dirigir y verificar el cumplimiento de las acciones que le competen desarrollar en materia de Educación Física, en el ámbito de acción Curricular y Extracurricular.

Para el cumplimiento de sus funciones contará con las siguientes coordinaciones y unidades administrativas. (DIGEF, 2010, pp.16-18)

#### ***Coordinación Curricular***

- Departamento de Orientación Metodológica Nacional
- Departamento Técnico Curricular
  - Sección de Nivel Pre-primaria (público y privado)
  - Sección de Nivel Primaria (Público y Privado)
  - Sección de Nivel Medio (Público y Privado)
- Departamento de Formación Técnica Metodológica
- Departamento de Escuelas Normales de Educación Física
  - Sección Administrativa
  - Sección Técnica

### ***Coordinación de Ciencias Aplicadas***

#### ***Coordinación Extracurricular***

- Departamento Técnico Nacional
- Departamento de Extensión Escolar
  - Sección de Recreación
  - Sección Extra-escuela
  - Sección INJUD
- Clínica Médica
- Departamento de Torneos Deportivos Escolares
- Departamento de Desarrollo Deportivo Escolar
  - Sección de Escuelas Deportivas
- Escuelas de Iniciación Deportiva
- Escuelas de formación Deportiva
  - Sección de Alto Rendimiento Deportivo Escolar. (DIGEF, 2010, pp.16-18)

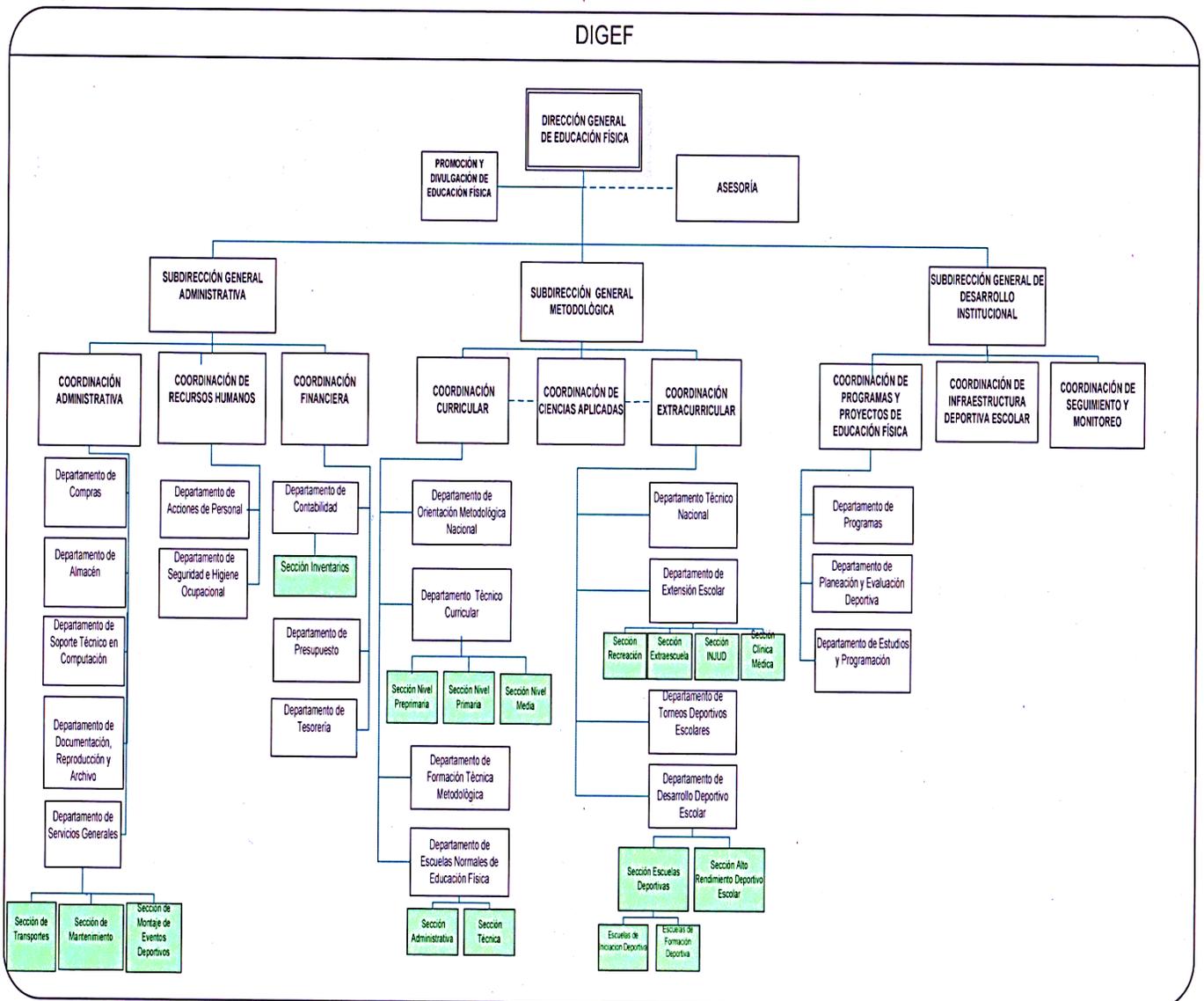
#### ***Subdirección General de Desarrollo Institucional***

La Subdirección General de Desarrollo Institucional se constituye como órgano de apoyo técnico y profesional, realizará funciones relacionadas con la planificación, organización, dirección y coordinación de las actividades orientadas al desarrollo institucional, especialmente en el área técnica metodológica como parte sustantiva de DIGEF. Para el cumplimiento de sus funciones contará con las siguientes coordinaciones y unidades administrativas.

- Coordinación de Programas y Proyectos de Educación Física.
- Departamento de Programas
- Departamento de Planeación y Evaluación Deportiva
- Coordinación de Infraestructura Deportiva Escolar
- Coordinación de Seguimiento y Monitoreo.
- Departamento de Estudios y Programación. (DIGEF, 2010, pp.16-18)

**Figura 1.**  
**Organigrama de DIGEF**

**MINISTERIO DE EDUCACIÓN**  
**DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**ESTRUCTURA ORGANIZACIONAL**



**Fuente:** Administración de la Instalación, Monitoreo, Evaluación y Seguridad de DIGEF, 2015.

### 1.1.12 Recursos

#### **Humanos**

La Dirección General de Educación Física –DIGEF- cuenta con 250 personas que laboran dentro de la institución 218 con plaza 011, 29 con plaza 022, y los restantes con plaza 189. El número de laborantes cambian en un pequeño porcentaje que corresponde al 40% cada año, pero esta disposición depende al cambio de gobierno. La institución cuenta con dos tipos de laborantes que son operativos y administrativos. La mayoría de trabajadores de la institución viven en la ciudad de Guatemala, al observar la asistencia del personal se puede decir que la mayoría es frecuente y puntual en la hora de entrada y almuerzo, aunque en la hora de salida casi siempre el personal tiende a quedarse un poco más de tiempo en ciertas actividades (Dirección de Recursos Humanos DIGEF [DRH-DIGEF], 2015).

#### **Materiales**

- Un (1) parqueo con capacidad de ciento treinta (130) vehículos.
- Una (1) piscina tipo olímpica.
- Una (1) piscina para niños.
- Cuatro (4) canchas con medidas oficiales y polideportivas al aire libre.
- Un (1) campo de fútbol que se encuentra en construcción como cancha sintética con pista de atletismo.
- Dos (2) gimnasios techados mayor y menor polifuncionales y polideportivas.
- Un (1) área de albergue con capacidad de trescientas (300) personas.
- Un (1) espacio VIP en el segundo nivel exclusivo para los maestros con capacidad de veinticinco (25) personas.
- Dos (2) salones techados para disciplinas deportivas de judo y gimnasia.
- Un (1) área de comedor general multifuncional (reuniones, charlas y conferencias).
- Dieciséis (16) cubículos de oficina (oficina de recursos humanos, almacén quién reparte todo el material deportivo, reproducción, coordinación de transporte, coordinación de requerimiento, coordinación de curriculum,

coordinación extracurricular, coordinación de muebles e inmuebles, coordinación de monitoreo y seguridad, enfermerías, alto rendimiento, iniciación deportiva, natación etc....).

- Tres (3) sanitarios para mujeres.
- Tres (3) para hombres.
- Una (1) cocina comedor aproximadamente para veinticinco (25) personas y está equipada con todo lo necesario (horno de microondas, refrigeradora, estufa, y vajillas), (DRH-DIGEF, 2015).

### **Equipo**

- Más de doscientas (200) computadoras de mesa y lap top.
- Ciento noventa y tres (193) impresoras.
- Nueve (9) cañoneras.
- Tres (3) quemadoras industriales.
- Ocho (8) televisores.
- Dos (2) reproductoras VHS.
- Seis (6) fotocopiadoras,
- Cuatro (4) equipos de sonido.
- Tres (3) máquinas de escribir.
- Seis (6) máquinas eléctricas de escribir.
- Nueve (9) hornos de microondas (DRH –DIGEF, 2015).

### **Mobiliario**

- Treinta (30) carros oficiales, tres (3) buses, seis (6) microbuses, ocho (8) pick-ups de doble tracción, doce (12) automóviles, tres (3) vehículos tipo agrícola de doble tracción, tres (3) vehículos se encuentran en deterioro.
- Novecientas (900) sillas.
- Trescientas (300) mesas.
- Trescientos setenta y seis (376) escritorios.
- Doscientas (200) librerías.
- Cincuenta (50) refrigeradores.
- Cinco (5) gabinetes.

- Trescientos (300) archivos.
- Quince (15) sillones.
- Quinientos (500) pizarrones.
- Veinte (20) trípode o rota folio (DRH-DIGEF, 2015).

### ***Financieros***

El presupuesto de la nación, el cual se destina para Dirección General de Educación Física –DIGEF– es de Q.268,000,000.00. La institución no recibe ninguna clase de donaciones netamente monetaria por instituciones u organizaciones de la iniciativa privada, pero actualmente se está contratando personas para que realice gestiones o elaboraciones de proyectos. DIGEF cuenta con un edificio propio y un terreno que es propiedad del Estado, es por esta razón, que no debe rentar ninguna infraestructura física; a continuación encontraremos una serie de gastos los cuales debe de suplir la institución, en algunos no se encontrará el monto debido a que no fueron proporcionados, salarios un monto del cual se desconoce por parte del epesista, al reglón de materiales y suministros que se da a conocer por medio del Plan Operativo Anual (POA) corresponde el monto de Q.50,075,780.00 el reglón de mantenimiento tiene un monto aproximado de Q.5,000.000.00 en reparaciones y construcciones se destina un monto de Q.18,000,000.00 y en cuanto a servicios generales se estipula la cantidad de Q.700,000.00. El estado financiero de la institución es solvente, ya que se realiza un solicitud de cuota devengado trimestralmente y se asigna una cuota mensual, esto quiere decir que se hace la gestión con anticipación para saber que monto necesita para los gastos, si hay una disposición de recursos monetarios para la designación de cada grupo, por lo tanto si se dispone de fondos; además, se maneja una auditoría interna por parte del MINEDUC y una auditoria externa por parte de la Contraloría General de Cuentas, también, se manejan ciertos libros contables (DIGEF, 2015, portal electrónico).

## 1.2 Procedimientos y técnicas para elaborar el diagnóstico

Para la elaboración del diagnóstico, se realizó el Plan Diagnóstico (*ver apéndice*), se aplicó como técnica de evaluación instrumentos como la ficha de observación, entrevista dirigida y ficha de análisis documental (*ver apéndice*); primero, el epesista con la ficha de observación de quince indicadores recabó información visible de la institución; segundo, se realizó una entrevista dirigida de veinte preguntas a los colaboradores de la Dirección General de Educación Física –DIGEF- tal proceso se hizo de forma personalizada; tercero, el epesista analizó documentos impresos y en digital con el objetivo de recabar información importantes de la institución, de las tres etapas anteriores se obtuvo la lista de carencias mediante la interpretación de información (*ver apéndice*).

## 1.3 Lista de carencias

Posterior al estudio realizado en la Dirección General de Educación Física –DIGEF- con base a la interpretación de información, se detectó como problemas principales las siguientes:

1. No tiene a la vista su visión, misión, objetivos, etc., de la institución.
2. No existe un plan de evaluación de calidad enfocado al personal.
3. No se cumple a cabalidad la guía de capacitación del personal.
4. La práctica de valores entre el personal es deficiente.
5. Falta de mantenimiento de los recursos físicos de la institución.
6. Falta de instalaciones deportivas para la demanda institucional que recibe.
7. No existe estabilidad laboral para un gran porcentaje del personal que labora en las unidades.
8. No existen manuales didácticos pedagógicos para algunas unidades.
9. La función del personal en algunas unidades no está acorde a su profesión.
10. Falta de implementación de diferentes canales de comunicación a nivel administrativo.
11. Existe demasiada burocracia en la autogestión y gestión institucional.
12. No se cubre totalmente la cobertura de las instituciones involucradas.

13. Hacinamiento de personal, sin desempeño consistente.
14. Falta de recurso económico en algunas unidades para cubrir necesidades básicas.
15. No existe un plan anual de comunicación de los que presiden las subdependencias.
16. Las subdependencias no tiene rótulos visibles del marco filosófico de la institución.
17. Falta de guías de capacitación para el recurso humano en la unidades.
18. No existe actividades recreativas de interacción laboral.
19. No existen una guía interna de gestión institucional.
20. No existen normativos que garanticen y mejoren las contrataciones del personal.

#### 1.4 Cuadro de análisis y priorización de problemas

<b>Problemas</b>	<b>Factores que lo producen</b>	<b>Soluciones</b>
1. Deterioro de Infraestructura	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Falta de mantenimiento de los recursos físicos de la institución.</li> <li>2. Falta de instalaciones deportivas para la demanda institucional que recibe.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realizar y ejecutar un plan de inversión anual para los recursos físicos de la institución.</li> <li>2. Solicitar y gestionar a las autoridades pertinentes para que se asigne un rubro para la construcción de otras instalaciones deportivas.</li> </ol>
2. Desorden Administrativo	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No existe un plan de evaluación de calidad enfocado al personal.</li> <li>2. No se cumple a cabalidad la guía de capacitación del personal.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Elaborar un plan de evaluación de calidad de personal permanente.</li> <li>2. Desarrollar un proceso y un instrumento de supervisión.</li> </ol>

	<p>3. Hacinamiento de personal, sin desempeño consistente.</p> <p>4. No existen manuales didácticos pedagógicos para algunas unidades.</p>	<p>3. Ampliar oficinas y organización de personal en sus funciones específica.</p> <p>4. Elaborar un manual didáctico pedagógico de las unidades.</p>
3. Incomunicación	<p>1. Falta de implementación de diferentes canales de comunicación a nivel administrativo.</p> <p>2. No existe un plan anual de comunicación de los que presiden las subdependencias.</p>	<p>1. Elaborar un sistema de diferentes vías de comunicación a nivel administrativo.</p> <p>2. Elaborar un plan anual de comunicación entre los diferentes jefes de la subdependencias.</p>
4. Inconsistencia Institucional	<p>1. No tiene a la vista su visión, misión, objetivos etc., de la institución.</p> <p>2. Las subdependencias no tiene rótulos visibles del marco filosófico de la institución.</p>	<p>1. Instalar vallas con la información necesaria en puntos estratégicos.</p> <p>2. Instalar rótulos de grafiti en cada subdependencia.</p>
5. Desactualización de Recursos Humanos	<p>1. La función del personal en algunas unidades no está acorde a su profesión.</p> <p>2. Falta de guías de capacitación para el recurso humano en la unidades.</p>	<p>1. Contratar personal especializado para cada función que se desempeña en cada dependencia, unidad o programa.</p> <p>2. Elaborar una guía de capacitación del recurso humano de las unidades.</p>

6. Dificultad en el Recurso Económico	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Falta de recurso económico en algunas unidades para cubrir necesidades básicas.</li> <li>2. No se cubre totalmente la cobertura de las instituciones involucradas.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizar y asignar el recurso económico necesario para cada dependencia, unidad o programa.</li> <li>2. Realizar un plan para ampliar la cobertura para la satisfacción de las instituciones aun no involucradas.</li> </ol>
7. Deficiente Relaciones Humanas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. La práctica de valores entre el personal es deficiente.</li> <li>2. No existe actividades recreativas de interacción laboral.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realizar charlas motivacionales enfocadas a los valores éticos y morales dirigidas al personal.</li> <li>2. Realizar actividades recreativas constantes de interacción enfocadas al personal.</li> </ol>
8. Inestabilidad Laboral	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No existe estabilidad laboral para un gran porcentaje del personal que labora en las unidades.</li> <li>2. No existen normativos que garanticen y mejoren las contrataciones del personal.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Crear políticas que garanticen la estabilidad laboral del personal.</li> <li>2. Realizar un reglamento institucional de contrataciones.</li> </ol>
9. Deficiente de Proceso de Gestión	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Existe demasiada burocracia en la autogestión y gestión institucional.</li> <li>2. No existen una guía interna de gestión institucional.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Crear un sistema electrónico de gestión rápido y eficiente.</li> <li>2. Elaborar una guía de gestión institucional.</li> </ol>

La Dirección General de Educación Física -DIGEF- siendo la institución patrocinante, convencido de los beneficios que proporciona la creación de un proyecto educativo, decidió enviar al estudiante universitario como epesista al Área Extracurricular específicamente en la sección llamada Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-.

## **1.5 Datos de la institución beneficiada**

### **1.5.1 Nombre de la institución**

Instituto de la Juventud y el Deporte -INJUD-.

### **1.5.2 Tipo de institución**

Estatual o Pública (de servicios).

### **1.5.3 Ubicación geográfica**

32 Calle 9-10 Colonia Granaí I, zona 11 Guatemala.

### **1.5.4 Visión**

Jóvenes y señoritas escolares, formados, capacitados, donde se desarrollaran hombres y mujeres de bien de forma constructiva para su tiempo libre, con participación de equidad, donde desarrollaran su liderazgo, para obtener estilos de vida saludable mediante la práctica deportiva, recreativa, actividad física artística, que se proyectarán como actores de cambio en su comunidad. (Salguero, 2015, p.2)

### **1.5.5 Misión**

INJUD forma, capacita, brinda espacios de participación con prácticas de actividad física (recreación física, expresión física artística y el deporte) en el ámbito extra curricular, para que jóvenes y señoritas escolares en el aprovechamiento de su tiempo libre en forma adecuada, en convivencia y cultura de paz, donde se desarrollen integralmente con valores que les permitan una mejor calidad de vida con proyección constructiva para la familia y su comunidad. (Salguero, 2015, p.2)

### **1.5.6 Principios**

La Dirección General de Educación Física –DIGEF- y el Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- toma como base los principios filosóficos que norman su actuar, regulados por la Constitución Política de la República, que reconoce a la persona humana como parte fundamental de la sociedad, con derecho a la educación sin discriminación alguna, al conocimiento de la realidad y cultura nacional y universal para su desarrollo integral:

- La dignidad, integridad y valores y derechos de la persona humana.
- El acercamiento entre los pueblos y las personas.
- La solidaridad y fraternidad.

- El respeto y la comprensión mutua.
- La paz y la amistad.
- Preservar y mejorar la salud. (Salguero, 2015, p.8)

### 1.5.7 Políticas

#### **General**

Educación Física para toda la vida.

#### **Específicas**

- Ampliación de la cobertura de la clase de Educación Física en los niveles de pre- primaria, primaria, básicos y diversificado.
- Actualización permanente del currículo de las escuelas normales de Educación Física.
- Actualización permanente del currículo en los niveles de pre-primaria, primaria, básico y diversificado del Sistema Educativo Nacional.
- Profesionalización y actualización docente.
- Construcción, mantenimiento, remodelación de infraestructura para la Educación Física.
- Articulación, vinculación y consolidación de la Educación Física en el Sistema de Cultura Física.
- Promoción de mecanismos de integración interinstitucional e intersectorial con entidades afines a la Educación Física.
- Consolidación de programas y proyectos de inclusión en el ámbito de la Educación Física, la recreación física y el deporte escolar.
- Consolidación del sistema de Educación Física en las modalidades que le compete.
- Mantenimiento del sistema de gestión de calidad
- Transparencia y calidad en la gestión técnica, administrativa y de desarrollo institucional.
- Desarrollo de sistemas de planeación, monitoreo y evaluación técnico-administrativo. (Salguero, 2015, p.9)

### 1.5.8 Ejes

#### **Ejes Verticales**

- Educación Física escolar
- Recreación física escolar
- Deporte escolar

#### **Ejes transversales**

- Derechos Humanos
- Discapacidad
- Multi e interculturalidad
- Género
- Niñez, adolescencia y juventud
- Ciencias Aplicadas. (Salguero, 2015, p.10)

## 1.5.9 Objetivos

### **General**

- Utilización del aprovechamiento del tiempo libre.
- Crear espacios para la práctica deportiva de jóvenes líderes escolares.
- Coordinar eventos deportivos de diferentes especialidades para niños y jóvenes.
- Trabajar en la Formación de Valores trascendentales a los jóvenes líderes del que hacer deportivo.
- Promover y promocionar actividades a nivel nacional a través de coordinar, planificar, organizar, dirigir actividades de exhibiciones y capacitaciones.
- Formar y organizar a los jóvenes líderes escolares, en la formación de las diferentes especialidades deportivas. (Salguero, 2015, p.10)

### **Específicos**

- Participar en inauguraciones y noches culturales de los diferentes componentes deportivos.
- Participar en las diferentes eventos con jóvenes para el aprovechamiento del tiempo libre
- Promover la formación de diferentes equipos de liderazgo deportivo u organización deportiva. (Salguero, 2015, p.10)

### **Objetivo General**

Facilitar a todo escolar el acceso a la Educación Física, por ser un elemento esencial en su proceso formativo y en su bienestar integral, permitiendo que su práctica se realice sin ningún tipo de restricción o discriminación alguna.

### **Objetivos Específicos**

Estos objetivos se dan en dos ámbitos: el curricular y extracurricular, los que a continuación se exponen.

#### **Objetivos Ámbito Curricular**

- Adquirir y preservar hábitos de salud.
- Inculcar el beneficio de una mejor calidad de vida mediante el hábito de la práctica de actividades físicas.
- Fijar el hábito permanente del ejercicio físico.
- Contribuir a la adquisición de una aptitud para la acción mediante el desarrollo de habilidades motrices y técnicas y capacidades físicas.
- Promover una educación por y para el movimiento que contribuya a la educación integral y multilateral.
- Inculcar una moralidad en acción. (Salguero, 2015, p.12)

#### **Objetivos Ámbito Extracurricular**

- Contribuir a consolidar el trabajo realizado en la clase de Educación Física y a fijar el hábito de la práctica de actividades físicas.
- Reforzar mediante actividades de seguimiento al proceso de aprendizaje motriz.
- Fomentar la participación y competencia deportiva ínter escolar.
- Crear programas y escuelas de iniciación deportiva con población escolar selectiva.
- Impulsar el Sistema de selección de talentos deportivos en el medio escolar.
- Estimular el aprovechamiento útil del tiempo libre. (Salguero, 2015, p.12)

### 1.5.10 Metas

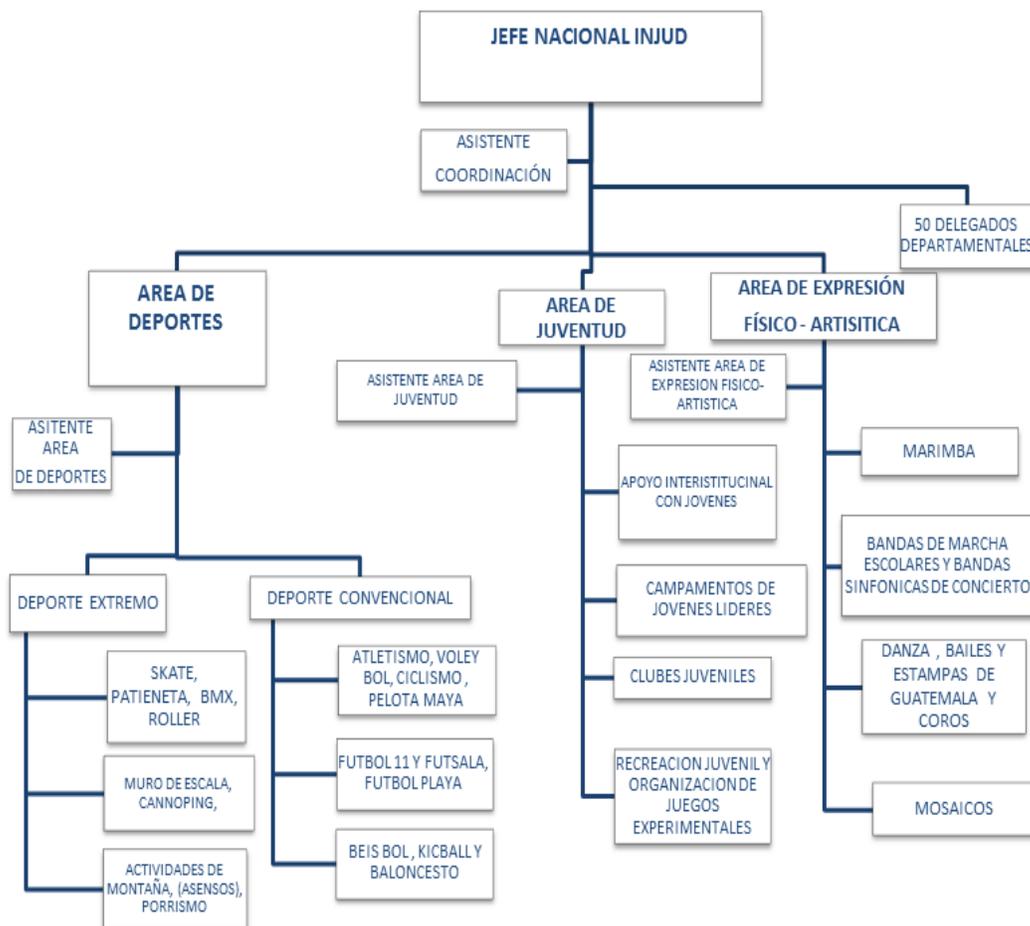
El Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- no posee metas.

### 1.5.11 Estructura Organizacional

El Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- está conformado por un Jefe de INJUD, que contará con una Encargada del Área de Juventud, Encargados de Programas, Delegados Departamentales, Encargados de Expresión Artística, Encargados de Áreas de Deportes, Encargados de Bandas de Marcha Escolar, Encargados de Fútbol 11 y Sala, Encargados de Juegos Experimentales y Asistentes. (Salguero, 2015, p.12)

*Figura 2*

**Organigrama de INJUD**



**Fuente:** Proporcionado por la Jefatura del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-, 2015.

### 1.5.12 Recursos

#### *Humanos*

De acuerdo a las necesidades de cada programa y proyecto, la estructura actual está conformada por personal permanente 011, personal contratado renglón presupuestario 022, como Técnico III, asignados a INJUD; y personal por servicios temporales bajo renglón presupuestario 189, como se detalla a continuación:

**Tabla 1.**

#### **Categorización de empleados de INJUD**

<b>Cantidad</b>	<b>Puesto</b>	<b>Renglón presupuestario</b>	<b>Puesto nominal</b>
1	Jefe de INJUD	011	Profesional Especializado I
1	Encargada del Área de Juventud	011	Profesional I
6	Encargados de programas	022	Técnicos III
25	Delegados departamentales	022	Técnicos III
1	Encargado de Expresión Artística	189	N/A
1	Encargado del Área de Deportes	189	N/A
1	Encargado de Bandas de Marcha Escolares	189	N/A
2	Asistentes	189	N/A
1	Encargado de Fútbol 11 y Sala	189	N/A
1	Encargado de Juegos Experimentales	189	N/A
1	Asistente	022	Asistente Profesional Jefe
103	Servidores Cívicos Sociales	189	Bachilleres

**Fuente:** Proporcionado por la Jefatura del Insituto de la Juventud y el Deporte, 2015.

Todo los colaboradores de INJUD ingresan 8:00 de la mañana y se retiran 4:30 de la tarde, se ausentan de la oficina por motivo laboral, salidas a las diferentes instituciones o departamentos del país.

### ***Materiales***

INJUD cuenta con dieciséis (16) muebles de oficina con sus respectivas sillas, un (1) sanitario para mujeres y uno (1) para hombres, todo esto en la oficina; y lo comparte con las demás oficinas de otras unidades, cuenta con dieciséis (16) computadoras de mesa, con dos (2) hornos de microondas, dos (2) fotocopiadoras marca canon, tres (3) impresoras marca canon, dos (2) lap-top, dos (2) cañoneras, una (1) mesa grande de reuniones, con ocho (8) sillas, doce (12) gabinetes colgantes.

### ***Financieros***

El Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- reciben anualmente un rubro económico de Q.11,572,781.95 monto total que es proporcionado por la Dirección General de Educación Física –DIGEF- que puede variar dependiendo del presupuesto anual destinado a la institución patrocinante. El Jefe de INJUD, consideró brindar la información de un informe general de los gastos realizados por INJUD para tener un panorama financiero de la gestión y autogestión que cubren las actividades que le compete a INJUD en el año 2015.

#### ***Informe Financiero 2015 de INJUD***

Se trabajó en el año 2015 con una población de 41,058 jóvenes escolares en el Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- en las áreas de juventud, deporte y expresión física artística, teniendo como finalidad la promoción, ejecución e implementación de actividades deportivas dirigida a jóvenes guatemaltecos, se trabajó en campamentos y clubes juveniles con una población de 10,000 jóvenes escolares con un monto de Q.3,345,300.00 lo que contabiliza Q.334.53 por cada joven atendido en esa área, en lo que corresponde a deporte se tuvo una cantidad de 16,058 jóvenes con un monto de Q.2,650, 200.00 que hace un monto de Q.165.50 por joven participante en el área de deportes, en el área de expresión física y del movimiento se tuvo un gasto de Q.1,500,340.00 con la participación de 10,000 jóvenes en actividades artísticas a nivel nacional y con un monto de Q.4,076,941.95 en un monto de Q.150.00 quetzales por joven atendido. Y la participación de delegados del Instituto de la Juventud y el Deporte a nivel nacional con el involucramiento de 14 departamentos y 16 delegados en todo el país, con la participación de jóvenes y señoritas que suman un total de 5,000. Además de los apoyos inter-institucionales como CONJUVE, Viceministerio de Cultura, Grupo Aj Tzuk,

Secretaría de Bienestar Social, Despacho del Ministerio de Educación, Orden Francisco Marroquín, presentación de mosaicos del 15 de septiembre, Q.11, 572,781.95 monto total ejecutado 2015.

Programas del Instituto de la Juventud y el Deporte:

- Campamentos de jóvenes líderes.
- Clubes juveniles.
- Deporte extremo.
- Porrismo.
- Juegos experimentales.
- Beisbol.
- Kickingball.
- Futsala.
- Carreras de atletismo.
- Marimbas juveniles.
- Fiestas patrias y antorcha C.A.
- Mosaicos.
- Juego de pelota maya.
- Gimnasias rítmicas.
- Programa Servicio Cívico Social. (Salguero, 2015, p.25)

## 1.6 Procedimientos y técnicas para elaborar el diagnóstico

Para la elaboración del diagnóstico, se realizó el Plan Diagnóstico (*ver apéndice*), se aplicó como técnica de evaluación los instrumentos, ficha de observación, entrevista y ficha de análisis documental (*ver apéndice*); primero, el epesista con la ficha de observación recabó información visible de la institución; segundo, realizó una entrevista estructurada y generalizada dirigida a los colaboradores del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- ; tercero, se realizó un reunión con el Jefe de INJUD, Coordinador de Recreación, Coordinador de Programas, Coordinador de Iniciación Deportiva , se les proporcionó la entrevista dirigida; cuarto, se analizó un documento con información digital, utilizando la ficha de análisis documental con el objetivo de obtener información del marco filosófico y legal de la institución, de las cuatro etapas anteriores, como resultado se obtuvo la lista de carencias de la institución beneficiada, mediante la interpretación de información (*ver apéndice*).

## 1.7 Lista de carencias

Posterior al estudio realizado en el Instituto de la Juventud y el Deporte – INJUD-, con base a la interpretación de información, se tomaron como problemas principales las siguientes:

1. No tiene a la vista su visión, misión, objetivos etc., de la institución.
2. No existen folletos, instructivos o manuales específicos que fundamente las funciones del personal en la dependencias, unidades, programas etc....
3. No existe evaluación de calidad enfocado al personal.
4. No se cumple a cabalidad la guía de capacitación del personal.
5. No existe estabilidad laboral para un gran porcentaje del personal que labora en las unidades.
6. La función del personal en algunas unidades no está acorde a sus habilidades y destrezas desarrolladas.
7. Existe demasiada burocracia en la autogestión y gestión institucional para cubrir los recursos básicos.
8. Falta de ampliación de cobertura institucional.
9. Falta de organización laboral, trabajo inconsistente del personal.
10. Falta de recursos básicos relacionados a instrumentos administrativos por bajo presupuesto de INJUD.
11. Falta de mantenimiento de los recursos físicos de la institución.
12. No existe un plan de inversión de mantenimiento de los recursos físicos.
13. Las coordinaciones y programas no tienen a la vista el marco filosófico de la institución.
14. No existe una guía del perfil profesional para las contrataciones del personal de cada coordinación.
15. No existe un normativo interno que garantice y mejore las contrataciones del personal.
16. No existe una guía de gestión interna y externa propia del Institución.

### 1.8 Cuadro de análisis y priorización de problemas

Problemas	Factores que lo producen	Soluciones
1. Deterioro de Infraestructura	1. Falta de mantenimiento de los recursos físicos de la institución.  2. No existe un plan de inversión de mantenimiento de los recursos físicos.	1. Crear un sistema de reporte y gestión a DIGEF en relación a los deterioros de la infraestructura.  2. Elaborar un plan de inversión enfocado al mantenimiento de los recursos físicos.
2. Desorden Administrativo	1. No existen folletos, instructivos o manuales específicos que fundamente las funciones del personal en algunas dependencias, unidades, programas etc.  2. No existe evaluación de calidad enfocado al personal.  3. No se cumple a cabalidad la guía de capacitación del personal.  4. Falta de organización laboral, trabajo inconsistente del personal.	1. Elaborar un manual didáctico pedagógico del programa Servicio Cívico Social.  2. Elaborar y ejecutar un plan de evaluación de calidad de personal permanente.  3. Mejorar la guía de capacitación del personal adaptada a la realidad institucional.  4. Elaborar un manual de funcionamiento administrativo.
3. Inconsistencia Institucional	1. No tiene a la vista su visión, misión, objetivos etc., de la institución.	1. Instalar vallas con la información necesaria en puntos estratégicos.

	2. Las coordinaciones y programas no tienen a la vista el marco filosófico de la institución.	2. Instalar rótulos de grafiti en cada coordinación y programa de la institución.
4. Desactualización de Recursos Humanos	<p>1. La función del personal en algunos programas no está acorde a su profesión.</p> <p>2. No existe una guía del perfil profesional para las contrataciones del personal de cada coordinación.</p>	<p>1. Contratar personal especializado para cada función que se desempeña en cada dependencia, unidad o programa.</p> <p>2. Elaborar una guía del perfil profesional del recurso humano de cada coordinación.</p>
5. Dificultad en el Recurso Económico	<p>1. Falta de recursos básicos relacionados al instrumento administrativo por bajo presupuesto de INJUD.</p> <p>2. Falta de ampliación de cobertura institucional.</p>	<p>1. Gestionar de manera planificada y anticipada los recursos básicos a DIGEF.</p> <p>2. Gestionar un presupuesto más alto para involucrar a las instituciones educativas que se debería de cubrir.</p>
6. Inestabilidad Laboral	<p>1. No existe estabilidad laboral para un gran porcentaje del personal que labora en las unidades.</p> <p>2. No existe un normativo interno que garantice y mejore las contrataciones del personal.</p>	<p>1. Crear políticas que garanticen la estabilidad laboral del personal.</p> <p>2. Elaborar un normativo de contrataciones con un tiempo significativo.</p>
7. Deficiente Proceso de Gestión	1. Existe demasiada burocracia en la autogestión y gestión institucional.	1. Actualizar y mejorar el sistema de gestión.

	2. No existe una guía de gestión interna y externa propia del Institución.	2. Elaborar una guía de gestión interna y externa propia de la institución.
--	--	---

### 1.9 Priorización de problemas

La priorización del problema se hizo por medio de una reunión con el Jefe Nacional de INJUD, Coordinador de Recursos Humanos, Coordinador del Programa Servicio Cívico Social y el epesista, se utilizó la técnica causa-efecto y el análisis, quedando las principales situaciones insatisfactorias de la siguiente manera:

1. Desorden administrativo.
2. Inconsistencia institucional.
3. Desactualización en el recurso humano.
4. Deficiente proceso de gestión.
5. Dificultad en recurso económico.
6. Inestabilidad laboral.
7. Deterioro de infraestructura.

***El problema priorizado como número uno es:***

Desorden administrativo.

***La propuesta de solución al problema seleccionado, objeto de análisis es:***

***Opción 1.*** Elaborar un manual didáctico pedagógico del Programa Servicio Cívico Social.

***Opción 2.*** Elaborar y ejecutar un plan de evaluación de calidad de personal permanente.

***Opción 3.*** Mejorar la guía de capacitación del personal adaptada a la realidad institucional.

***Opción 4.*** Elaborar un manual de funcionamiento administrativo.

### 1.10 Análisis de viabilidad y factibilidad

OPCIONES		OPCIÓN 1		OPCIÓN 2		OPCIÓN 3		OPCIÓN 4	
INDICADORES		SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO
<b>FINANCIERO</b>									
1	¿Se cuenta con suficientes recursos financieros?	X		X		X		X	
2	¿Se cuenta con financiamientos externo?		X	X			X		X
3	¿El proyecto se ejecutará con recursos propios?	X			X	X		X	
4	¿Se cuenta con fondos extras para imprevistos?	X			X		X		X
5	¿Existe posibilidad de crédito para el proyecto?		X		X		X		X
6	¿Se ha comprobado el pago de impuestos?		X		X		X		X
<b>ADMINISTRATIVO LEGAL</b>									
7	¿Se tiene la autorización legal para realizar el proyecto?	X		X			X		X
8	¿Se tiene estudio de impacto ambiental?		X		X		X		X
9	¿Se tiene representación legal?		X		X		X		X
10	¿Existen leyes que amparen la ejecución del proyecto?	X		X		X		X	
11	¿La publicidad del proyecto cumple con leyes del país?	X		X		X		X	
<b>TÉCNICO</b>									
12	¿Se tienen las instalaciones adecuadas para el proyecto?	X		X		X		X	
13	¿Se diseñaron controles de calidad para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X	
14	¿Se tiene bien definida la cobertura del proyecto?	X			X	X		X	
15	¿Se tienen los insumos necesarios para el proyecto?	X		X		X		X	
16	¿Se tiene la tecnología apropiada para el proyecto?	X		X		X		X	
17	¿Se ha cumplido las especificaciones apropiadas en la elaboración del proyecto?	X		X		X		X	

18	¿El tiempo programado es suficiente para ejecutar el proyecto?	X			X	X		X	
19	¿Se han definido claramente las metas?	X		X		X		X	
20	¿Se tiene la opinión multi-disciplinaria para la ejecución del proyecto?	X		X			X		X
<b>MERCADO</b>									
21	¿Se hizo estudio mercadológico en la región?		X		X		X		X
22	¿El proyecto tiene aceptación de la región?	X		X		X		X	
23	¿El proyecto satisface las necesidades de la población?	X		X		X		X	
24	¿Puede el proyecto abastecerse de insumos?	X			X	X		X	
25	¿Se cuenta con los canales de distribución adecuados?	X		X		X		X	
26	¿El proyecto es accesible a la población en general?	X			X	X		X	
27	¿Se cuenta con el personal capacitado para la ejecución del proyecto?	X			X	X		X	
<b>POLÍTICO</b>									
28	¿La institución será responsable del proyecto?	X		X		X		X	
29	¿El proyecto es de vital importancia para la institución?	X		X			X	X	
<b>CULTURAL</b>									
30	¿El proyecto está diseñado acorde al aspecto lingüístico?	X		X		X		X	
31	¿El proyecto responde a las expectativas culturales?	X			X	X		X	
32	¿El proyecto impulsa la equidad de género?	X		X		X		X	
<b>SOCIAL</b>									
33	¿El proyecto genera conflictos entre los grupos sociales?		X		X		X		X
34	¿El proyecto beneficia a la mayoría de la población?	X			X	X		X	
35	¿El proyecto toma en cuenta a las personas no importando el nivel Académico?	X			X	X		X	
<b>TOTAL</b>		28	7	19	16	24	11	25	10

Mediante el análisis de alternativas de soluciones, viabilidad y factibilidad, se aplicó la lista de cotejo, con base a la sumatoria de los indicadores, la institución aprobó al epesista que se elabore un Manual Didáctico Pedagógico para el Programa Servicio Cívico Social a cargo del Instituto de la Juventud y el Deporte -INJUD-, que el Ministerio de Educación a través de la Dirección General de Educación Física –DIGEF- coordina esfuerzos para el cumplimiento de la Ley de Servicio Cívico, Decreto 20-2003 y para su aplicación como complemento de la clase de Educación Física en diferentes centros educativos del departamento de Guatemala, lo cual lleva como título: Manual del Servidor Cívico Social.

### **1.11 Problema seleccionado**

Desorden administrativo.

### **1.12 Solución propuesta como viable y factible**

Elaborar un manual didáctico pedagógico del programa Servicio Cívico Social.

## **CAPÍTULO II**

### **PERFIL DEL PROYECTO**

#### **2.1 Aspectos generales**

##### **2.1.1. Nombre del proyecto**

Elaboración del Manual del Servidor Cívico Social.

##### **2.1.2. Problema**

Desorden administrativo.

##### **2.1.3. Localización**

32 calle 9-10 zona 11, Colonia Granai I & Towson, departamento de Guatemala.

##### **2.1.4. Unidad ejecutora**

Universidad de San Carlos de Guatemala –USAC-, Facultad de Humanidades.

Dirección General de Educación Física –DIGEF-.

Instituto de la Juventud y el Deporte -INJUD-.

##### **2.1.5. Tipo de proyecto**

Producto.

#### **2.2 Descripción del proyecto**

El proyecto es un manual didáctico pedagógico de utilidad para los Servidores Cívicos Sociales del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- que laboran en diversas instituciones del departamento de Guatemala, llevará como título: “El Manual del Servidor Cívico Social”.

Este manual contiene cinco capítulos; en el capítulo uno, está implícito todo el marco de referencia y legal del Programa de Servicio Cívico Social, haciendo énfasis en su visión, misión, objetivos, metas y beneficiados, como también las instituciones encargadas de la ejecución del programa; en el capítulo dos, se describe el fomento pedagógico del deporte extra-curricular, el enfoque que debe de tener en la fase de planificación, un análisis detallado de la educación basado en valores, como la importancia de la participación ciudadana en el ámbito educativo; en el capítulo tres, se detalla la fundamentación histórica internacional

como nacional de los deportes, la técnica, la táctica, la preparación física, la reglamentación básica de las especialidades deportivas que se debe conocer y ejecutar en la práctica deportiva extra-curricular; el capítulo cuatro, conceptualiza y define un conocimiento básico relacionado a la planificación deportiva escolar, desde un enfoque pedagógico, con prioridades como la educación en valores, formación y participación ciudadana, lo más relevante de este capítulo es la comprensión de los objetivos instructivos, desarrolladores y educativos ha cumplir, como la aplicación de principios y métodos de enseñanza deportiva; por último el capítulo cinco, en ella está implícito la propuesta programática de contenidos que se deben llevar a la práctica por el Servidor Cívico Social basados en planificación macro-ciclos, meso-ciclos, micro-ciclos y cada sesión de entrenamiento deportivo que se debe de ejecutar en la práctica deportiva extracurricular en las instituciones educativas involucradas.

El Manual del Servidor Cívico Social, será impreso a color, empastado de color celeste y llevará información en digital de la misma en un CD.

### **2.3 Justificación**

Con base a la evaluación diagnóstica realizada en el Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- el problema detectado y con más importancia a solucionar, es el desorden administrativo, como problema seleccionado, se estableció la elaboración del manual didáctico pedagógico del Programa Servicio Cívico Social que lleva como título: “Manual del Servidor Cívico Social”. Cabe resaltar que en los diferentes niveles educativos es visible la ausencia de actividades recreativas, la falta de enseñanza deportiva extracurricular, la apatía, el conformismo, la negligencia laboral de los docentes y sobre todo la pérdida de los valores en nuestra niñez y juventud guatemalteca.

Es necesario llevar a las instituciones públicas, programas como el Servicio Cívico Social, acompañado de actividades deportivas pedagógicas y sistemáticas, enfocados a la participación ciudadana, valores éticos y morales, el fomento de actitudes cívicas y democráticas, basados en un manual didáctico y pedagógico, ya que mediante la práctica deportiva extra-curricular, se puede

contrarrestar la delincuencia en los centros educativos. La Dirección General de Educación Física –DIGEF-, el Instituto del Juventud y el Deporte –INJUD- y el epesista, pretenden solucionar dicho problema elaborando el Manual del Servidor Cívico Social que se estará ejecutando en 103 establecimientos educativos del departamento de Guatemala, como complemento de la clase de Educación Física.

## **2.4 Objetivos del proyecto**

### **2.4.1 General**

- Coadyuvar la organización de la administración, mediante la implementación de un Manual del Servidor Cívico Social, enfocado a la enseñanza del deporte extra-curricular, valores y participación ciudadana, como complemento de la clase de Educación Física en el departamento de Guatemala.

### **2.4.2 Específicos**

- Elaborar el Manual del Servidor Cívico Social, con información significativa, que contribuya a mejorar la didáctica de los Servidores Cívicos Sociales del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-.
- Planificar el macrociclo, los mesociclos y microciclos del deporte extra-curricular del Nivel Medio Ciclo Básico, en el Manual del Servidor Cívico Social, para que los estudiantes reciban una enseñanza sistemática.
- Validar la planificación deportiva extra-curricular del Manual del Servidor Cívico Social, mediante la puesta en común, dirigido a los Servidores Cívicos Sociales y estudiantes de diferentes centros educativos del departamento de Guatemala.

## **2.5 Metas**

- Manual del Servidor Cívico Social en versión física y digital (tres ejemplares empastados y tres CDS).
- Planificaciones deportivas extra-curriculares del Nivel Medio; Ciclo Básico, estructurados y establecidos en el Manual del Servidor Cívico Social. ( un macro-ciclo, cinco meso-ciclos y veinte micro-ciclos, un total de veintiseis documentos).

- Puesta en común, de la planificación deportiva extra-curricular, con los Servidores Cívicos Sociales y estudiantes de diferentes centros educativos del departamento de Guatemala (dos sesiones).

## 2.6 Beneficiarios directos e indirectos

### **Directos**

- Estudiantes de las diferentes instituciones del departamento de Guatemala.
- Servidores Cívicos Sociales del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-.
- Coordinador del Programa Servicio Cívico Social.
- Capacitador del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-.

### **Indirectos**

- Las diferentes unidades del área extra-curriculares de la institución.
- Biblioteca de la institución.

## 2.7 Fuentes de financiamiento y presupuesto

### **Fuentes financieras**

El estudiante epesista proporcionó; tres manuales empastados y tres CDS para mejorar la didáctica de los Servidores Cívicos Sociales, de las diferentes instituciones educativas del departamento de Guatemala.

### **Tabla 2**

#### **Presupuesto**

<b>Material</b>	<b>Costo Individual</b>	<b>Costo Total</b>
3 resmas de hojas para elaboración y revisión	Q32.00	Q96.00
60 horas de internet	Q5.00	Q300.00
Cartucho negro y a color de la impresora	Q215.00	Q215.00
3 Manuales empastados	Q125.00	Q375.00
3 CDS con el contenido del manual	Q10.00	Q30.00
<b>TOTAL</b>		<b>Q1,016.00</b>

**Fuente:** Elaboración propia.





## **2.9 Recursos**

### ***Materiales***

- Documentación electrónica, libros, manuales, folletos.
- Computadora.
- Impresora.
- Hojas.
- Internet.
- Agenda.
- Cuaderno.
- Lapiceros.

### ***Humanos***

- Coordinador del Programa Servicio Cívico Social.
- Revisor del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-.
- Asesora.
- Estudiante epesista.

## **CAPÍTULO III**

### **PROCESO DE EJECUCIÓN DEL PROYECTO**

#### **3.1 Actividades y resultados**

##### **3.1.1 Reunión con los coordinadores del Programa Servicio Cívico Social**

La primera semana del mes de enero del año 2016, se llevó a cabo la reunión con los coordinadores del Programa de Servicio Cívico Social, en donde se dió a conocer el funcionamiento y el papel que se desempeña en los establecimientos del departamento de Guatemala; así mismo se concluyó sobre la estructura y el contenido del Manual del Servidor Cívico Social.

##### **3.1.2 Investigación de la estructura del manual didáctico-pedagógico del Servidor Cívico Social**

Durante la segunda semana del mes de enero, el estudiante epesista se dedicó a investigar el diseño y estructura del manual ha proyectar; así mismo se lo presentó al coordinador del programa para su revisión, lo cual fue satisfactorio.

##### **3.1.3 Asignación de Revisor por parte de INJUD**

En la tercera semana del mes de enero, el Jefe de INJUD asignó un revisor para la realización del proyecto.

##### **3.1.4 Elaboración y análisis de la fundamentación**

Durante la cuarta semana de enero, se analizó la información obtenida y conveniente para el manual a proyectar, conjuntamente con el revisor asignado por INJUD.

##### **3.1.5 Estructuración del manual e investigación de contenidos incorporados**

En las cuatro semanas de febrero, se reformuló la estructura del manual y se investigó nuevos contenidos recomendados por el revisor y jefe de INJUD.

### **3.1.6 Se recopiló y analizó la información para la descripción del Plan de Acción para la aplicación del Programa del Servicio Cívico Social**

Durante las cuatro semanas de marzo, se revisó y reformuló el marco de referencia, visión, misión, objetivo general, objetivos específicos, resultado, actividades, área geográfica, duración del proyecto, horas de formación y actualización, horas de trabajo de campo, perfil del servidor, expectativas del proyecto, monitoreo y evaluación propias de programa; siendo esto el primer capítulo del manual, aprobado por el revisor de INJUD.

### **3.1.7 Se recopiló y analizó la información sobre el deporte extra-curricular y su planificación en el Programa Servicio Cívico Social**

Se realizó en las cuatro semanas de abril, el segundo capítulo del manual, se investigó y analizó información sobre el deporte extra-curricular, educación en valores; como su gran aporte en el ámbito escolar.

### **3.1.8 Se recopiló y analizó la información sobre las especialidades deportivas que aplican en el Programa Servicio Cívico Social**

En las cuatro semanas del mes mayo, se realizó el tercer capítulo del manual, se investigó y analizó información sobre los deportes: fútbol, baloncesto, voleibol, balonmano y kickingball, que fue revisado y aprobado por el revisor de INJUD.

### **3.1.9 Se recopiló y analizó la información sobre la fundamentación de la planificación pedagógica de la actividad deportiva extra-curricular**

Se elaboró en las cuatro semanas de junio, el cuarto capítulo, se investigó todo lo relacionado con las definiciones de planificación deportiva, objetivos deportivos, principios deportivos, métodos y estilos de enseñanza deportiva, que fue revisado y aprobado por el revisor de INJUD.

### **3.1.10 Se elaboró conjuntamente con el Coordinador de los Servidores Cívicos sociales, las planificaciones a ejecutar en el programa**

Se diseñó y digitalizó en los meses de julio y agosto, el quinto capítulo; se planificó el macro-ciclo, meso-ciclo y micro-ciclo deportivo que los Servidores Cívicos Sociales deben llevar a la práctica en los centros educativos.

### **3.1.11 Se terminó la elaboración del Manual del Servidor Cívico Social**

Durante el mes de septiembre, el epesista finalizó el manual, realizó las conclusiones, recomendaciones, complemento del anexo, introducción, índice, portada y contra-portada.

### **3.1.12 Puesta en común del manual con los Servidores Cívicos Sociales**

Durante la primera semana del mes de octubre, el día martes 4 y jueves 6; el estudiante epesista, demostró el manual de forma práctica, representando a la Sede Técnica del Programa de Servicio Cívico Social con el objetivo de mejorar la didáctica de los Servidores Cívicos Sociales en la enseñanza deportiva extra-curricular.

### **3.1.13 Se envió el manual a la Coordinación Extra-curricular de DIGEF para la revisión y validación**

Durante los meses de octubre, noviembre y diciembre, por solicitud de DIGEF a INJUD; se estableció la revisión y aprobación por la oficina encargada de todo documento técnico-pedagógico de las instituciones mencionadas.

### **3.1.14 La Coordinación Extra-curricular informó a INJUD que el Manual del Servidor Cívico Social queda aprobado y con derecho a reproducción y socialización.**

La segunda semana de enero de 2017, se informó al epesista que el proyecto ya puede ser entregado a INJUD.

### **3.1.15 Se solicitó y programó la entrega del proyecto Manual del Servidor Cívico Social a INJUD**

En la tercera semana con fecha 17 de enero, se entregó y finalizó completamente el proyecto, el epesista entregó tres ejemplares impresos y empastados, tres CDS con la información en digital, al Jefe de INJUD, Coordinador del Programa Servicio Cívico Social y Capacitador de INJUD.

## **3.2 Productos y logros**

### **3.2.1 Producto**

Manual del Servidor Cívico Social del Programa del Servicio Cívico Social en el área de Educación Física a cargo del Instituto del Deporte y la Juventud-INJUD- y la Dirección General de Educación Física –DIGEF- del departamento de Guatemala.

### **3.2.2 Logros**

- Se estableció las planificaciones macro-ciclo, meso-ciclo y micro-ciclo del Nivel Medio, Ciclo Básico; estructurados y elaborados por el epesista.
- Se llevó a cabo, las dos sesiones de puesta en común, del manual con los Servidores Cívicos Sociales y estudiantes de distintos centros educativos.
- Se entregó el Manual del Servidor Cívico Social completo, en versión física y digital (tres ejemplares y tres CDS), al Coordinador del Programa Servicio Cívico Social y al Jefe del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-.



**Fotografía 1.** Epesista en la puesta en común del Manual del Servidor Cívico Social, primera sesión, en la Escuela Oficial Urbana Mixta No.129 “MILAGRO II”, con estudiantes de sexto primaria el día martes 4 de octubre del año 2016.

**Fuente:** Fotografía tomada por Andrea Castillo, Guatemala (octubre 2016).



**Fotografía 2.** Epesista en la puesta en común, del Manual del Servidor Cívico Social; en el Instituto Nacional Educación Básica “FLORIDA” J.M. con estudiantes de Primero Básico, el día jueves 6 de octubre del año 2016.

**Fuente:** Fotografía tomada por Andrea Castillo, Guatemala (octubre 2016).



**Fotografía 3.** Epesista, en la entrega del manual en versión física y digital al Coordinador del Programa de Servicio Cívico Social, Lic. Hans Christopher Villagrán James, y el Capacitador de INJUD, Lic. Lester Arnoldo Harris Reyes el día martes 17 de enero del año 2017.

**Fuente:** Fotografía tomada por Andrea Castillo, Guatemala (enero 2017).



**Fotografía 4.** Epesista, Armando Alfredo Chávez Chavajay, en la entrega del manual en versión física y digital, al Jefe de INJUD, Lic. William Fernando Salguero, junto al Coordinador y Capacitador de INJUD el día martes 17 de enero del año 2017; siendo las 11:00 horas, en la jornada matutina.

**Fuente:** Fotografía tomada por Andrea Castillo, Guatemala (enero 2017).

# MANUAL DEL SERVIDOR CÍVICO SOCIAL INJUD-DIGEF GUATEMALA



Guatemala, enero de 2017.

Compilador: Armando Alfredo Chávez Chavajay  
Estudiante de Licenciatura en Pedagogía  
y Administración Educativa  
USAC. Facultad de Humanidades  
Sede Central



**MANUAL DEL SERVIDOR CÍVICO SOCIAL  
INJUD-DIGEF  
GUATEMALA**



**Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Humanidades  
Departamento de Pedagogía  
Sede: Central**

**Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa**

**Asesora del EPS**

Licda. Silvia Patricia Girón López

**Coordinador de Recursos Humanos DIGEF**

Dr. Héctor Hugo Arriola Flores

**Responsable de proyecto y Jefe de INJUD**

Lic. William Fernando Salguero

**Revisor de Manual del Servidor Cívico Social de INJUD**

Lic. Hans Cristopher Villagrán James

**Compilador**

P.E.M. Armando Alfredo Chávez Chavajay

**Carné:** 201019577

Guatemala, enero de 2017.

## Índice

Contenido.....	Página
Introducción.....	i-ii
Capítulo I.....	1
1 Descripción del Plan de Acción para la aplicación del Programa del Servicio Cívico Social en el área de Educación Física.....	1
1.1 Marco de referencia.....	1
1.2 Visión.....	2
1.3 Misión.....	2
1.4 Objetivo general.....	3
1.5 Objetivos específicos.....	3
1.6 Resultado.....	3
1.7 Actividades.....	4
1.8 Área geográfica.....	6
1.9 Duración del proyecto.....	6
1.10 Horas de formación y actualización.....	6
1.11 Horas de trabajo de campo.....	6
1.12 Perfil del servidor.....	6
1.13 Expectativas del proyecto.....	6
1.14 Monitoreo y evaluación.....	7
Capítulo II.....	8
2. El deporte extra-curricular y su planificación en el Programa Servicio Cívico Social en el área de Educación Física.....	8
2.1 Definición de actividad física.....	8
2.2 Definición de deporte.....	9
2.3 Definición del deporte escolar.....	9
2.4 Clasificación del deporte escolar.....	10
2.4.1 Deporte curricular.....	10
2.4.2 Definición del deporte extra-curricular.....	10
2.4.3 Enfoque del deporte extra-curricular.....	10
2.4.4 Objetivos del deporte extra-curricular.....	11

2.4.5	Características del deporte extra-curricular.....	12
2.4.6	Importancia y el valor educativo del deporte extra-curricular.....	13
2.5	Educación en valores, formación y participación ciudadana en el Programa Servicio Cívico Social.....	14
2.6	Definición educación en valores.....	15
2.7	Valores que contribuyen a la formación del ciudadano democrático.....	18
2.8	Valores inmersos en la práctica sistemática de deporte extra-curricular.....	18
2.9	El deporte extra-curricular genera valores para la vida durante la práctica.....	21
2.10	Análisis sobre la formación ciudadana en el ámbito educativo.....	22
2.11	Infraestructura física disponible de los establecimientos intervenidos en el Programa de Servicio Cívico Social de la Dirección General de Educación Física.....	23
	Capítulo III.....	24
3.	Deportes extra-curriculares que se aplican en el Programa Servicio Cívico Social.....	24
3.1	Fútbol.....	24
3.1.1	Definición.....	24
3.1.2	Historia.....	24
3.1.3	Fundamentos técnicos básicos del fútbol.....	26
3.1.3.1	Conducción.....	26
3.1.3.2	Pases.....	27
3.1.3.3	Recepciones.....	28
3.1.3.4	Juego de cabeza o aéreo.....	28
3.1.3.5	Gambeta o finta.....	29
3.1.3.6	Remate.....	30
3.1.4	Reglamentación básica del fútbol 5, adaptado al deporte escolar.....	31
3.1.5	Descripción básica del arbitraje en el fútbol 5.....	33
3.1.6	Señalizaciones básicas del árbitro de fútbol.....	33
3.2	Baloncesto.....	34
3.2.1	Definición.....	34
3.2.2	Historia.....	34
3.2.3	Fundamentos técnicos del baloncesto.....	35

3.2.3.1 Posición básica y desplazamientos.....	35
3.2.3.2 Carrera.....	36
3.2.3.3 Saltos.....	36
3.2.3.4 Giros o pivoteo.....	37
3.2.3.5 Paradas.....	38
3.2.3.6 Amagos o fintas.....	39
3.2.3.7 Recepción.....	39
3.2.3.8 Pases.....	40
3.2.3.9 Drible.....	41
3.2.3.10 Lanzamiento.....	43
3.2.4 Reglamentación básica de baloncesto adaptado al deporte escolar.....	44
3.2.5 Descripción básica del arbitraje en el baloncesto.....	46
3.2.6 Señalizaciones básicas del arbitraje en el baloncesto.....	47
3.3 Voleibol.....	47
3.3.1 Definición.....	47
3.3.2 Historia.....	47
3.3.3 Fundamentos técnicos básicos del voleibol.....	48
3.3.3.1 La recepción.....	48
3.3.3.2 El voleo.....	49
3.3.3.3 Los desplazamientos.....	50
3.3.3.4 El pase.....	51
3.3.3.5 El saque.....	52
3.3.3.6 El remate.....	52
3.3.3.7 Bloqueo.....	54
3.3.4 Reglamentación básica voleibol adaptado al deporte escolar.....	55
3.3.5 Descripción básica del arbitraje en el voleibol.....	57
3.3.6 Señalizaciones básicas del árbitro de voleibol.....	58
3.4 Balonmano.....	58
3.4.1 Definición.....	58
3.4.2 Historia.....	58
3.4.3 Fundamentos técnicos del balonmano.....	58

3.4.3.1 La posición básica.....	59
3.4.3.2 Los desplazamientos.....	59
3.4.3.3 Los pases.....	60
3.4.3.4 Tipos de pases.....	61
3.4.3.5 La recepción.....	62
3.4.3.6 Los lanzamientos.....	63
3.4.3.7 El bote.....	63
3.4.3.8 Gestos técnicos sin pelota.....	64
3.4.3.9 La finta.....	64
3.4.3.10 El bloqueo.....	65
3.4.4 Reglamentación básica del balonmano adaptado al deporte escolar.....	66
3.4.5 Descripción básica del arbitraje en el balonmano.....	68
3.4.6 Señalizaciones básicas del árbitro de balonmano.....	69
3.5 Kickingball.....	70
3.5.1 Definición.....	70
3.5.2 Historia.....	71
3.5.3 Fundamentos técnicos básicos del kickingball.....	72
3.5.3.1 El fildeo.....	72
3.5.3.2 Posición básica defensiva.....	72
3.5.3.3 El desplazamiento.....	76
3.5.3.4 El tiro.....	77
3.5.3.5 El lanzamiento.....	81
3.5.3.6 Clasificación de los lanzamientos.....	82
3.5.3.7 Tipos de lanzamientos.....	83
3.5.4 Los elementos técnicos ofensivos.....	83
3.5.4.1 El pateo.....	84
3.5.4.2 Tipos de pateos.....	84
3.5.4.3 El corrido a las bases.....	87
3.5.4.4 Inicio de la carrera en bases.....	87
3.5.5 Reglamentación básica del kickingball adaptado al deporte escolar.....	88
3.5.6 Descripción básica del arbitraje en el kickingball.....	88

3.5.7 Señalizaciones básicas del árbitro de kickingball.....	93
3.6 Capacidades físicas condicionales.....	93
3.6.1 La fuerza.....	93
3.6.2 La rapidez.....	94
3.6.3 Resistencia.....	94
3.6.4 Flexibilidad.....	95
3.6.5 Agilidad.....	95
Capítulo IV.....	96
4. Fundamentación de la planificación pedagógica de la actividad deportiva extra-curricular.....	96
4.1 Definición de planificación deportiva.....	96
4.2 Definición de objetivos deportivos.....	97
4.2.1 Objetivo instructivo.....	98
4.2.2 Objetivo desarrollador.....	98
4.2.3 Objetivo educativo.....	99
4.3 Principios básicos del entrenamiento deportivo.....	100
4.3.1 Principio de la unidad funcional.....	100
4.3.2 Principio de continuidad.....	100
4.3.3 Principio del crecimiento paulatino del esfuerzo.....	100
4.3.4 Principio de multi-lateralidad.....	101
4.3.5 Principio de la especificidad.....	101
4.3.6 Principio de la sobre-carga.....	101
4.3.7 Principio de individualización.....	102
4.4 Métodos o estilos de enseñanza de la práctica deportiva.....	102
4.4.1 Mando directo.....	103
4.4.2 Asignación de tareas.....	104
4.4.3 Enseñanza recíproca.....	105
4.4.4 Auto-evaluación.....	106
4.4.5 Inclusivo.....	106
4.4.6 Descubrimiento guiado.....	107
4.4.7 Diversos métodos de enseñanza en educación.....	108

4.4.8 Resolución de problemas.....	108
4.4.9 Programas individuales.....	110
4.4.10 Estilo de enseñanza para alumnos iniciados.....	111
4.4.11 Grupos reducidos.....	111
4.4.12 Micro-enseñanza.....	112
Capítulo V.....	113
5. Propuesta de planificación deportiva del Programa Servicio Cívico Social adaptado al Nivel Medio Ciclo Básico.....	113
5.1 Plan macro-ciclo.....	113
5.2 Plan meso-ciclo.....	113
5.3 Plan micro-ciclo.....	114
Referencias.....	115
Anexo.....	122
Anexo A.....	122
Anexo B.....	134
Anexo C.....	165

## Introducción

La Educación Física, es un derecho fundamental de todo escolar, es obligatoria su aplicación en todos los niveles, ciclos y grados del Sistema Educativo Nacional, tanto en sus ámbitos de educación formal, extra-escolar o paralela, de acuerdo con el artículo 35 de la Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte, en la literal e, es función de la Dirección General de Educación Física –DIGEF- dirigir, ejecutar, evaluar y supervisar los proyectos, programas y acciones de Educación Física, de acuerdo a las políticas educativas, en el presente Manual del Servidor Cívico Social, se manifiesta que el Servicio Cívico, es una actividad de carácter personal, que todo ciudadano guatemalteco, tiene el derecho y el deber de prestar al país, el proyecto estará coordinado por la Dirección General de Educación Física –DIGEF- y con el acompañamiento de la Secretaría Ejecutiva del Servicio Cívico del Ministerio de Gobernación, en cuanto asistencia técnica y en un nivel de coordinación inter-institucional y sus órganos superiores será la Junta Nacional del Servicio Cívico, las Juntas Locales del Servicio Cívico. La Dirección General de Educación Física –DIGEF- estima que con la ejecución del presente proyecto, se estará beneficiando a aproximadamente veintidós mil quinientos (22,500) estudiantes de nivel primario y a nueve mil quinientos cincuenta (9,550) de nivel medio, específicamente del ciclo básico de establecimientos del sector público del departamento de Guatemala, de 103 establecimientos educativos, el objetivo es “coordinar, organizar y ejecutar actividades de deporte escolar con el apoyo de Servidores Cívicos Sociales, que en tiempo extra-curricular realizarán con los alumnos de establecimientos educativos seleccionados”, todo esto a cargo del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-, el manual contiene lo siguiente:

**Capítulo I:** está implícito todo el marco de referencia del Programa de Servicio Cívico Social como lo demanda la ley, haciendo énfasis en su visión, misión, objetivos, metas y beneficiados, como también las instituciones encargadas de la ejecución del programa.

**Capítulo II:** describe el fomento pedagógico del deporte extra-curricular, el enfoque que debe de tener en la fase de planificación y un análisis detallado de la educación basado en valores como la importancia de la participación ciudadana en el ámbito educativo.

**Capítulo III:** detalla la fundamentación histórica internacional como nacional de los deportes, la técnica, la preparación física, la reglamentación básica de la especialidades deportivas que se debe conocer y ejecutar en la práctica por parte del Servidor Cívico Social.

ii

**Capítulo IV:** conceptualiza y define un conocimiento básico relacionado a la planificación deportiva escolar, desde un enfoque pedagógico con prioridades como: la educación en valores, formación y participación ciudadana; lo más relevante de este capítulo es la comprensión de los objetivos instructivos, desarrolladores y educativos, la aplicación de principios y métodos de enseñanza deportiva ha utilizar en en programa.

**Capítulo V:** está implícito la propuesta programática de contenidos que se deben llevar a la práctica por el Servidor Cívico Social basados en planificación macro-ciclos, meso-ciclos, micro-ciclos y cada sesión de entrenamiento deportivos; con el fin de cumplir con los objetivos de dicho programa.

El presente manual se hizo con el fin de brindar un Servicio Cívico Social significativo, constructivo, ejecutado de forma eficiente y eficaz.

## Capítulo I

# 1 Descripción del Plan de Acción para la aplicación del Programa del Servicio Cívico Social en el área de Educación Física

1

## 1.1 Marco de referencia

La Dirección General de Educación Física –DIGEF- es creada y reconocida por el estado, a través del Ministerio de Educación. DIGEF es la dependencia encargada de la coordinación y cumplimiento de la filosofía, política y directrices de la Educación Física nacional, incluyendo el deporte escolar y la recreación física como medios para su desarrollo. Es parte del Consejo Nacional del Deporte, -CONADER-. (Ministerio de Educación [MINEDUC], Dirección General de Educación Física [DIGEF], Insituto de la Juventud y el Deporte [INJUD], 2015, p. 8)

DIGEF, es la dependencia técnico administrativa del Ministerio de Educación encargada de la coordinación y cumplimiento de la filosofía, política y directrices de la educación física nacional. Al ser una dirección del Ministerio de Educación, tiene su fundamento legal en la Ley de Educación Nacional, Decreto Legislativo número 12-91 del Congreso de la República. Desde el punto de vista de la cultura de la Educación Física y el Deporte, se rige por el Decreto Legislativo número 76-97 Ley Nacional para la Cultura y el Deporte; y en la Ley Orgánica del Presupuesto, Decreto 101-97 del Congreso de la República. De acuerdo con la normativa, se entenderá por Educación Física como: La acción inherente al proceso pedagógico global, a través de la cual se garantiza una formación del movimiento humano como medio de educación activa y reflexible que atiende y se preocupa por las características de desarrollo del educando a fin de prepararlo para su participación crítica en el entorno social. (MINEDUC et. al, 2015, p. 8)

Como disciplina pedagógica, la Educación Física, se interpreta como: la contribución educativa significativa a la estructuración de la personalidad del educando, con énfasis en la salud y en la calificación de su motricidad natural.

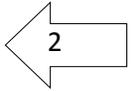
La Ley de Educación Nacional, la define como: “Una parte fundamental de la educación del ser humano que tiende a formarle integralmente, en mente, cuerpo y espíritu, a través de actividades físicas racionalmente planificadas, científicamente concebidas y dosificadas para ser aplicadas progresivamente en todos los ciclos de la vida del hombre cuya extensión comienza con la educación inicial y termina con la educación del anciano”.

La Ley de Educación Nacional, establece que son finalidades de la Educación Física:

1. Preservar y mejorar la salud.
2. Adquirir y mantener la aptitud física y deportiva
3. Promover la sana ocupación del tiempo libre.
4. Contribuir al desarrollo de los valores morales y al completo del bienestar físico, intelectual y social del ser humano. Para tal efecto dispondrá de procesos y medios de planificación, investigación, programación y evaluación propias y específicas. (MINEDUC et. al, 2015, p. 9)

Así mismo, es un derecho fundamental, el Estado reconoce la práctica de la Educación Física como un Derecho Fundamental para todos, y como obligatoria su aplicación en todos los niveles, ciclos y grados del Sistema Educativo Nacional, tanto en sus ámbitos de Educación Formal y Extra-escolar o Paralela. Su diseño d

se adecuará al tipo de organización de cada nivel, modalidad y región. Por consiguiente, la Educación Física es un derecho de todo escolar por ser un elemento esencial en su proceso formativo y en su bienestar integral, su práctica se realizará sin ningún tipo de restricción o discriminación alguna; de acuerdo con el artículo 35 de la Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte, en la literal e, es función de DIGEF dirigir, ejecutar, evaluar y supervisar los proyectos, programas y acciones de Educación Física, de acuerdo a las políticas educativas que se dicten.



Por otro lado, considerando que el Servicio Cívico, es una actividad de carácter personal, que todo ciudadano guatemalteco, tiene el derecho y el deber de prestar al país, por el tiempo que determina la ley, para contribuir a su desarrollo y a su defensa, en los distintos temas que se plantean en los proyectos y que la Educación Física es una parte inherente al ser humano que lo termina de formar integralmente, se encuentra una correlación entre el que hacer de DIGEF y los objetivos del Servicio Cívico, que el Servicio Cívico aplicado desde la perspectiva de la Educación Física irá orientado a alcanzar dos tipos de objetivos, los que son manifiestos en el decreto 20-2003 artículo 3 orientados para los Servidores Cívicos y los que se pretenden ser alcanzados por los alumnos que se vean inmersos en la aplicación del Servicio Cívico. (MINEDUC et. al, 2015, p. 8)

## 1.2 Visión

“Ser la institución que para el año 2020 haya incrementado, en la población escolar, la actividad física sistemática y los hábitos saludables, para una mejor calidad de vida” (DIGEF, 2015, portal electrónico).

## 1.3 Misión

“Formamos y desarrollamos cultura física, en la población escolar, a través de la Educación Física (DIGEF, 2015, portal electrónico).”

La Dirección General de Educación Física, en atención a su mandato legal y consciente de los problemas sociales que afectan a los niños y jóvenes especialmente de zonas urbanas, considera que; el presente proyecto se hace necesario debido a la problemática social del departamento de Guatemala, específicamente la violencia e inseguridad ciudadana, la cual, no discrimina el ámbito escolar, por lo que la aplicación del Servicio Cívico en el área de Educación Física, está enfocado a la prevención primaria de la violencia en establecimientos públicos de la ciudad capital; los cuales están identificados por su vínculo con la inseguridad y la violencia que en ellos se desarrolla. (MINEDUC et. al, 2015, p.10)

En tal sentido, con el que hacer de los ciento tres Servidores Cívicos que ejecutarán en la parte operativa el proyecto, se tendrá intervención en el área extra-curricular de las escuelas de educación primaria e institutos del ciclo básico de educación media seleccionados, de esta manera se pretende ocupar de manera positiva el tiempo libre de los alumnos, mediante actividades físicas, de fomento de organización juvenil, lúdicas, deportivas, formación en valores y liderazgo; para el aprovechamiento óptimo de ese tiempo libre de los educandos. Convirtiendo las actividades en una herramienta que busca de forma integral contribuir en la prevención primaria de la violencia en la escuela; así mismo, dando de esa forma cumplimiento al artículo 37, de la Ley, la función complementaria del Servicio Cívico Social. Ya que por medio de los Servidores Cívicos Sociales se apoyarán en

acciones de DIGEF, a la que por ley le corresponde proveer de Educación Física a la población escolar. (MINEDUC et. al, 2015, p.10)

El Proyecto estará coordinado por la Dirección General de Educación Física y con el acompañamiento de la Secretaría Ejecutiva del Servicio Cívico del Ministerio de Gobernación, en cuanto asistencia técnica y en un nivel de coordinación inter-institucional, y sus órganos superiores será la Junta Nacional del Servicio Cívico las Juntas Locales del Servicio Cívico. La Dirección General de Educación Física, estima que con la Ejecución del Presente Proyecto, se estará beneficiando a aproximadamente veintidós mil quinientos (22,500) alumnos de nivel primario y a nueve mil quinientos cincuenta (9,550) de nivel medio, específicamente del ciclo básico de establecimientos del sector público del departamento de Guatemala, de 103 establecimientos educativo. (MINEDUC et. al, 2015, p.10)

3

## 1.4 Objetivo general

“Cordinar, organizar y ejecutar actividades de deporte escolar con el apoyo de Servidores Cívicos Sociales, que en tiempo extra-curricular realizarán con los estudiantes de establecimientos educativos seleccionados” (MINEDUC et. al, 2015, p.11).

## 1.5 Objetivos específicos

- ✚ Que los bachilleres en Educación Física, conozcan y se involucren en la realidad social de la juventud y contribuyan a mantenerlos ocupados en actividades de beneficio personal y de la comunidad educativa.
- ✚ Ocupar el tiempo libre de los estudiantes de las escuelas e institutos de educación básica oficiales del departamento de Guatemala, con actividad física, deporte, recreación, capacitación en valores, organización deportiva juvenil y liderazgo.
- ✚ Incidir en prevención primaria de la violencia en la escuela, a través de ocupar el tiempo libre de los jóvenes en actividades de Educación Física. (MINEDUC et. al, 2015, p.11)

## 1.6 Resultado

Los alumnos de los establecimientos educativos en donde se ejecutará el programa de Servicio Cívico Social, reflejarán en su actuar los resultados obtenidos de una educación con valores, los que están intrínsecos en la práctica del Deporte Escolar, desarrollarán facilidad para el involucramiento de participación de actividades físicas abordadas desde una metodología de practica permanente de valores.

Los alcances del plan de aplicación serán:

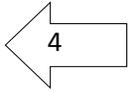
- Se llegará con las actividades descritas a 30,000 alumnos del nivel de pre-primaria y primaria de 103 establecimientos educativos.
- Se llegará con las actividades descritas a 30,000 alumnos del nivel del ciclo de educación básicos de 103 establecimientos.
- Se capacitará a 103 profesores de educación física, Servidores Cívicos, en temas relacionados con valores y liderazgo, como elemento de la prevención de la violencia en la escuela.
- Llegar con actividades Deporte Escolar 103 establecimientos del Municipio de Guatemala.
- Capacitar a 103 profesores de Educación Física en los temas de ciudadanía y Servicio Cívico Social. (MINEDUC et. al, 2015, p.12)

## 1.7 Actividades

**Primera fase:** los Servidores Cívicos Sociales, serán capacitados en los temas propios del Servicio Cívico, lo que estará a cargo de los técnicos de la Secretaría Ejecutiva del Servicio Cívico.

**Segunda fase:** los Servidores Cívicos Sociales recibirán capacitación sobre las tareas propias del proyecto, las que se desarrollarán en establecimientos públicos seleccionados del departamento de Guatemala, en estos mismos establecimientos se desarrollará el Plan para la Aplicación de Servicio Cívico, en el Área de Educación Física.

**Tercera fase:** en un tercer momento, los Servidores Cívicos Sociales, se constituirán en los establecimientos que se les asigne y llevarán a cabo actividades físico-deportivas complementarias a la Educación Física, sobre la base de una metodología en donde la práctica de los valores este siempre inmersa en la ejecución; cada una de las actividades tienen como fin contribuir a la formación del alumno para mejorar su asertividad y así, contribuir en el mejoramiento de la prevención primaria de la violencia en el marco de la seguridad ciudadana. Como requisito indispensable, se establecen actividades que previamente capaciten a los Servidores Cívicos, para que puedan ejecutar de la manera más adecuada las tareas que se les asignen. (MINEDUC et. al, 2015, p.12)

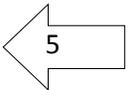


### Cuadro 1

#### Cuadro de actividades

Actividad	Objetivo Especifico	Contenidos	Resultados Esperados	Temporalidad
Capacitación objeto de Servicio Cívico.	Trasladar a los Servidores la información y objeto del Servicio Cívico.	Decreto ley 20-2003. Acuerdo gubernativo 345-2010. Ley Nacional para el desarrollo de la Cultura Física y el Deporte.	Identifica y analiza de forma crítica la importancia de prestar el Servicio Cívico.	18 Horas
Capacitación de Deporte Escolar en Valores.	Trasladar la didáctica especializada para la aplicación de la actividad física en valores.	Didáctica de la Educación Física. Ejes transversales de la Educación Física Recreación físico deportiva.	Facilitar el proceso de planificación y ejecución de las actividades a desarrollar.	15 horas

Capacitación tema: Organización deportiva Juvenil Comunitaria.	Empoderar a los Servidores Cívicos con herramientas que facilite el fomento de organización comunitaria.	Principios de jurídicos organización. Organización de deportiva comunitaria Autogestión comunitaria.	El Servidor Cívico Social adquiere la capacitación suficiente para asesorar los procesos organizativos.	15 horas
Capacitación organización de atletismo para niños de la IAAF.	Desarrollar la capacidad de concatenar didácticamente el objeto de Servicio Cívico, con la actividad física en valores a la prevención de la violencia en la escuela y la organización deportiva comunitaria.	Organización y estructura del estado. Asertividad y toma de decisiones. Manifestaciones de violencia en la escuela.	Aprende a aplicar actividades físicas con contenidos intrínsecos que mejoran al alumno en la toma de decisiones.	20 horas
Reunión informativa y análisis de los resultados del programa.	Dar a conocer el avance y los logros del programa.	Informe pre-eliminar de avance Charla motivacional.	Informar y motivar sobre la ejecución de las actividades	20 horas
Ejecutar las actividades propias del Servicio Cívico.	Incidir en la prevención primaria de la violencia en la escuela y la organización deportiva juvenil.	Deporte Escolar orientada a la ocupación del tiempo libre de los estudiantes, capacitación en valores, liderazgo y organización deportiva juvenil.	Beneficiar con Deporte Escolar en valores a los estudiantes de los centros intervenidos, incrementar la participación en organización deportiva juvenil, fomento de la cultura física.	640 horas



**Fuente:** Elaboración propia.

## 1.8 Área geográfica

“El proyecto se desarrollará en 103 establecimientos públicos de educación primaria y del ciclo básico, educación media, del departamento de Guatemala, los que reportan alta incidencia en casos de violencia en la escuela” (MINEDUC et. al, 2015, p.12).

6

## 1.9 Duración del proyecto

El servicio que se aplicará será el Servicio Social ordinario, este se desarrollará acumulando un total de 728 horas por Servidor Cívico, las que se distribuirán en jornadas de 5 horas diarias de lunes a viernes. Esto representa un total de 25 horas por semana y 100 horas por mes, el proyecto tendrá 7 meses de actividades de los servidores en los establecimientos lo que suma en total 640 horas, más 18 horas de capacitación a cargo de la Secretaria Ejecutiva de Servicio Cívico y 70 horas de capacitación en el tema de promoción deportiva y otros temas propios del proyecto. Se pretende que el proyecto de inicio en abril y se estima finalizarlo en octubre, da inicio con la ejecución de las capacitaciones y posteriormente con el desarrollo de las actividades que orienten a la consecución de los objetivos. (MINEDUC et. al, 2015, p.13)

## 1.10 Horas de formación y actualización

Según se detalla en las actividades de capacitación, se desarrollarán para el aprendizaje o actualización de la didáctica especial del desarrollo del Deporte Escolar en valores como elemento coadyuvante de la prevención de la violencia en la escuela por un total de 70 horas. Incluyen las 18 horas que son necesarias para desarrollar los módulos propios del Servicio Cívico Social.

## 1.11 Horas de trabajo de campo

640 horas, 5 horas diarias, 7 meses de Servicio Cívico, duración estimada del proyecto; Abril – Octubre 2017.

## 1.12 Perfil del servidor

Para el desarrollo de las actividades del proyecto de DIGEF, es necesario contar con Servidores Cívicos Sociales calificados, que fácilmente puedan llevar a cabo lo indicado, en tal sentido, se necesitan:

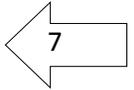
- Bachilleres en Educación Física o cualquier otro título de educación media.
- Ser residente en el municipio de Guatemala.
- Estar comprendido entre las edades de 18 a 24 años, según artículo 4 del reglamento del Servicio Cívico.
- Tener documento personal de Identificación. (MINEDUC et. al, 2015, p.13)

## 1.13 Expectativas del proyecto

- Dar cumplimiento a la LEY DEL SERVICIO CÍVICO, DECRETO NÚMERO 20-2003.
- Facilitar a ciento tres (103) bachilleres en Educación Física, el cumplimiento de la Ley de Servicio Cívico.

- Dar cobertura en implementación deportiva a los centros educativos que atiende DIGEF, con Bachilleres en Educación Física, capacitados e implementados.
- Dar cumplimientos a los requerimientos pedagógicos y metodológicos del currículo nacional en Educación Física. (MINEDUC et. al, 2015, p.14)

## 1.14 Monitoreo y evaluación



El monitoreo, se desarrollará en coordinación con DIGEF y directores de los establecimientos educativos, los que deberán habilitar un libro de asistencia en donde el Servidor Cívico Social anotará la hora de ingreso y de salida del establecimiento, para llevar el conteo total de las horas; el encargado de la ejecución del programa monitoreara por medio de supervisiones presenciales con el objeto de verificar el cumplimiento de las horas y la calidad de los contenidos.

Los canales de comunicación serán directos con los directores de los establecimientos educativos y se tomará en cuenta el reporte de los directores como información de primera fuente. El coordinador del proyecto enviará los informes parciales de avance de las actividades del proyecto.

DIGEF, será la responsable del monitoreo de las actividades que los Servidores Cívicos Sociales realicen, será garante de que los objetivos planteados en el proyecto y los resultados previstos se cumplan. Así mismo, realizará evaluaciones periódicas para diagnosticar el desarrollo del proyecto e informar a la Secretaría de Servicio Cívico –SESC-, situación que deberá realizarse inevitablemente al finalizar el proyecto.

Por su parte la SESC, realizará monitoreo y supervisión de las actividades que desarrollan los Servidores Cívicos Sociales, con y sin previo aviso a los coordinadores de los proyectos, esto con el fin de verificar que se cumpla con lo establecido en el proyecto y con los principios establecidos en la Ley de Servicio Cívico. (MINEDUC et. al, 2015, p.15)

## Capítulo II

### 2. El deporte extra-curricular y su planificación en el Programa Servicio Cívico Social en el área de Educación Física

8

#### 2.1 Definición de actividad física

En la actualidad existen varias definiciones de la actividad física:

- Comprende un conjunto de movimientos del cuerpo obteniendo como resultados un gasto de energía mayor a la tasa de metabolismo basal.
- Cualquier movimiento del cuerpo que requiera energía.
- Es una acción corporal a través del movimiento que, de manera general, puede tener una cierta intencionalidad o no, en el primer caso, la acción corporal se utiliza con finalidades educativas, deportivas, recreativas, terapéuticas y utilitarias.
- Se realiza como parte de la vida misma en el hogar, el trabajo y la vida social, en este caso no busca aumentar el rendimiento y los efectos que produce no son orientados a ellos.
- Cualquier movimiento corporal asociado con la contracción muscular que aumente el gasto energético por encima del nivel de descanso (Perez, 2014, p.1).

La Organización Mundial de la Salud –OMS- (2010), en su documento “Recomendaciones Mundiales sobre la Actividad Física para la Salud”, sostiene que la Actividad Física se considera la acción más importante que puede realizar el ser humano para mejorar la salud y minimizar los factores de riesgo que determinan las enfermedades no transmisibles (ENT), como el cáncer, las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, la hipertensión y la obesidad. Asimismo la OMS (2013) considera que la inactividad física constituye el cuarto factor de riesgo más importante de mortalidad en todo el mundo .

## 2.2 Definición de deporte

Varios autores concuerdan que es toda actividad física o mental, que este sujeto a reglas o que se haga de forma planificada, puede considerarse como una actividad deportiva. “La Real Academia de la Lengua Española” define deporte: “Actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas.”

Para Parlebás, el deporte aparece como una actividad competitiva, reglada e institucionalizada. Dicho de otra manera, lo que caracteriza al deporte es lo agonístico en un marco institucional de reglas fijas, lo cual permite distinguirlo de los juegos, identificados con la movilidad de sus reglas. El deporte es para el Sistema Educativo Argentino un contenido que continúa la obra iniciada por los juegos motores reglados y funda su inductividad en la medida que ofrece oportunidad para el desarrollo del sentido lúdico; de la comprensión, aceptación y respeto de las reglas; del sentimiento de pertenencia grupal; de las tendencias de vida por sobre las de autodestrucción; de las conductas de cooperación y oposición; de la comunicación y contra-comunicación motrices; de la tolerancia y serenidad frente a la victoria y la derrota; del afán de superación individual y grupal; del hábito de esforzarse para conseguir resultados lícitos; de la autonomía personal; de la capacidad de análisis y respuesta a las situaciones; del sentido crítico sobre las acciones y los resultados; de la capacidad táctica y estratégica; de la habilidad y destrezas motoras; de la percepción interna y externa; de las técnicas de movimiento como instrumentos para la acción motora eficiente; de la condición física; etc.... (Jiménez, 2012, p.10), (Hernández & Carballo, 2013, p.17).

## 2.3 Definición del deporte escolar

Se entiende como Deporte Escolar el conjunto de todas las actividades físico-deportivas de carácter competitivo, recreativo o educativo que de forma organizada y fuera del horario lectivo, desarrollan los alumnos en sus centros educativos, dirigidos por la propia institución pública o privada, club o asociación.

Es el conjunto de actividades físico-deportivas que con objetivos educativos es realizada por escolares en horario no lectivo, bajo la responsabilidad del centro escolar (Ortúzar, 2005, p.20).

10

## 2.4 Clasificación del deporte escolar

### 2.4.1 Deporte curricular

Son aquellos que forman parte de los contenidos de enseñanza de la materia Educación Física del Sistema de Educación Nacional que se hacen por mandato del sistema educativo en base a una guía programática.

### 2.4.2 Definición del deporte extra-curricular

Son actividades deportivas y recreativas internas, de carácter diverso, de participación amplia y abierta a todos los estudiantes, sin que necesariamente sean deportistas regulares. Es la actividad físico-deportiva extra-curricular que sirven como complemento de la clase de Educación Física en los escolares del nivel primaria y básicos, estas actividades están fuera del horario escolar, debe ser lo suficiente en duración y frecuencia para reforzar la cantidad de actividad física necesaria recomendada para tener hábitos de vida saludables, para que se planteen programas de incremento de la actividad física en el escolar, se debe profundizar sobre las características de la clase de Educación Física, la estructura de los programas de actividad físico-deportiva extracurricular, el nivel de actividad física de los escolares, el grado de inserción de los padres a dichas actividades, entre otras (Ardila, Claudia, Sandoval, Digna, Diaz, & Luz, 2011, p.32).

### 2.4.3 Enfoque del deporte extra-curricular

Conocer la prevalencia de las actividades extra-curriculares en escolares es el primer paso para entender la magnitud de la problemática a nivel local, establecer diferencias con otros países y poder plantear estrategias acordes a la necesidad del contexto en que se desarrollan, aunque no es claro que las razones por las que los escolares no las están realizando se pueden relacionar con tres elementos fundamentales: falta de programas estructurados por parte de las instituciones, poca

conciencia de los padres sobre la importancia de ejercitarse diariamente y el alcance que tiene el uso de las tecnologías de la informática y la comunicación en los niños de hoy (Ardila, et. al, 2011, p.34).

Pintor (1989), afirma que desde el prisma de la formación, el deporte hay que considerarlo desde dos puntos de vista: uno, como contenido de la Educación Física que ayuda, junto con el resto de áreas de la educación, a la formación integral de la persona. Otro, como "entidad que debe ser objeto de enseñanza y aprendizaje por sí misma; de ser en sí y por su propia esencia un objeto de logro". Estos dos puntos de vista interactúan según este autor. También nos dice que para que la formación deportiva esté bien orientada en la escuela, debe ser considerada no como un proceso destinado a la consecución de máximos rendimientos deportivos, sino como el comienzo temprano de una formación planteada para un futuro rendimiento máximo.

Fraille (1997), nos propone que para que el deporte sea educativo el modelo competitivo del mismo no nos puede servir. Ello no supone renunciar a la competición, pero sí enfocarla de forma diferente, aprovechando los valores educativos de la misma. Este autor propone una serie de principios básicos para la enseñanza del deporte en la escuela.

Ruiz (2001), considera que cualquier tratamiento pedagógico del deporte dentro del currículum y extra-curricular de Educación Física, debe tener correlación con el trabajo realizado, así mismo extra-escolarmente. Esta consideración deberíamos tenerla muy en cuenta y unir los nexos entre el deporte en la escuela y el deporte en la edad escolar dirigiendo siempre esa unión hacia modelos formativos y educativos para la enseñanza del deporte.

Santiago (2002), afirma que dentro de la misma tenemos que considerar la transmisión de valores a través del deporte.

#### **2.4.4 Objetivos del deporte extra-curricular**

Complementar las habilidades, capacidades físicos-deportivos enseñadas en la clase de Educación Física, fomentando el desarrollo y la práctica de valores y actitudes que propicien la reflexión crítica y el establecimiento de conductas positivas en los alumnos, a través de actividades extra-curriculares, de carácter deportivo, con el

propósito de contribuir al desarrollo de individuos que sean capaces de fomentar la transformación de una sociedad en armonía.

12

**Objetivos específicos para la práctica del deporte extra-curricular:**

- ✚ Desarrollo de las capacidades motrices.
- ✚ Ampliación de las habilidades motrices.
- ✚ Mejora de las capacidades de coordinación.
- ✚ Conocimiento de los diversos deportes y diversas obras normativas.
- ✚ Disposición para el rendimiento.
- ✚ Capacidad de rendimiento.
- ✚ Iniciativa propia, entendimiento, comprensión, emancipación.
- ✚ Socialización/Cooperación.
- ✚ Juego limpio.
- ✚ Disfrute, satisfacción, interés (Ardila, et. al, 2011, p.36).

#### 2.4.5 Características del deporte extra-curricular

Como síntesis de varios autores como lo hemos ya mencionado anteriormente, se puede definir que las características de la práctica deportiva curricular, extra-curricular y extra-escolar de forma generalizada son:

- ✚ Resaltar y elogiar todos los comportamientos que inciden directamente sobre la mejora de la convivencia entre los alumnos y alumnas durante la práctica deportiva.
- ✚ Cuando surjan conflictos, proponer técnicas de resolución de los mismos donde el diálogo sea protagonista.
- ✚ Cuando se propongan actividades competitivas, utilizarlas como medio para aprender, e infra-valorando el deseo de ganar sobre el placer por jugar, aprender, compartir, etc....
- ✚ Crear un buen clima de clase enfocada a la práctica deportiva donde todas las ejecuciones tengan cabida.
- ✚ Una buena forma de iniciar las sesiones de iniciación deportiva es a través de un juego cooperativo relacionado con la modalidad deportiva, creando un clima agradable y mejorando las relaciones inter-personales.

- ✚ El docente debe ser un ejemplo a seguir de comportamiento pro-social como también en las reglas deportivas.
- ✚ No establecer diferencias entre los alumnos y alumnas durante la práctica-deportiva.
- ✚ Sus objetivos y metas deben ser coincidentes y complementarios de la clase de Educación Física escolar.
- ✚ Se deberá adaptar a la disponibilidad motriz de los participantes.
- ✚ Las actividades planteadas favorecerán la autonomía del alumno, en cuanto deben suponer un medio para su formación integral.
- ✚ Buscará la mejora de las capacidades perceptivo-motrices que sirvan de base para un posterior aprendizaje deportivo, técnico y táctico.
- ✚ Se debe evitar la especialización, a través de un modelo multideportivo en el que tengan cabida numerosas modalidades.
- ✚ Se deben potenciar la cooperación y la participación, por encima de la competición y la búsqueda de resultados.
- ✚ Buscar la implicación de todos los agentes sociales que intervienen en el proceso deportivo-educativo.
- ✚ Fomentar los valores y actitudes positivas vinculadas con la práctica deportiva.
- ✚ Desarrollar las capacidades afectivo-emocionales, cognitivas-intelectuales y sociales, además del desarrollo de las cualidades físicas, acordes a su etapa evolutiva del sujeto.
- ✚ Mejorar los hábitos higiénicos, conductas saludables y crear hábitos de práctica deportiva.
- ✚ Actitud crítica ante el deporte que nos venden los medios de comunicación y las aberraciones que se producen (López, 2008, p.29), (Giménez, Abad, & Robles, 2009, p.41).

#### 2.4.6 Importancia y el valor educativo del deporte extra-curricular

Al referirse sobre ¿Qué es importante?, ¿Cuál es el valor educativo?, de la práctica deportiva varios autores señalan:

- ✚ Beneficia el nivel de autoestima.
- ✚ Reeduca la depresión, estrés y apatía educativa.

- ✚ Complementa y enriquece el aprendizaje de la clase de educación física.
- ✚ Mejora y cultiva la participación en la escuela.
- ✚ Aumenta la motivación de la formación en general del estudiante.
- ✚ Mejora el rendimiento durante el proceso educativo específicamente en las evaluaciones.
- ✚ Propicia ambientes adecuados, seguros, en donde se aprenden valores, actitudes positivas y contenidos.
- ✚ Los contenidos a nivel curricular poseen una asombrosa similitud con el deporte extra-curricular en el mundo entero, en la enseñanza pública como privada.
- ✚ El deporte se vuelve medio para educar, no educar para el deporte.
- ✚ Reproduce valores, actitudes y conductas positivas dentro de la comunidad educativa como en la sociedad (Vargas, 2014, p.32).

## 2.5 Educación en valores, formación y participación ciudadana en el Programa Servicio Cívico Social

La importancia y la necesidad de la “educación en valores” y “participación ciudadana de la sociedad en educación” han devenido en tema recurrente y aceptado, de modo general, en la mayoría de países en el mundo. La necesidad de fortalecer la organización y la participación social viene siendo históricamente destacada en el campo de la educación, particularmente desde el pensamiento y las fuerzas progresistas. Hoy, la participación permea todos los discursos, a nivel nacional e internacional, ha pasado a ser asumida como una bandera también desde los Estados y las agencias internacionales. No obstante, dicho consenso es más nominal que real, continúa más apegado a la retórica que a los hechos, se basa en concepciones restringidas tanto de la participación (centrada en aspectos instrumentales) como de la sociedad civil (reducida por lo general a las organizaciones no-gubernamentales-ONG) y de la educación (reducida a educación escolar o formal). En Guatemala es necesario formar a los estudiantes con una educación en valores fomentando en ellos la participación ciudadana dentro del ámbito escolar y comunidad educativa que sean estudiantes participes, promovedores de una comunidad educativa con educación

enfocada a la democracia (Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales [FLCS] , 2012, p.7).

## 2.6 Definición de educación en valores

15

La educación en valores es un proceso sistémico, pluri-dimensional, intencional e integrado que garantiza la formación y el desarrollo de la personalidad consciente; se concreta a través de lo curricular, extra-curricular y en toda la vida universitaria. La forma de organización; es el proyecto educativo. La educación en valores tiene como objetivo el alcance de una personalidad desarrollada o en desarrollo, la que se entiende al caracterizar a un individuo concreto donde el sistema de procesos y funciones que la forman se encuentran estructurados de manera armónica, en un proyecto de vida realista, donde predomina la autodirección consciente de los esfuerzos del individuo para lograr el desarrollo de sus potencialidades en forma creadora, así como su participación en la actividad social de acuerdo con valores de contenido progresista (D. Angelo, 1996:4). Educar en valores significa contribuir a la función integradora del individuo mediante la valoración de las contradicciones de la motivación, los intereses, etc. La educación en valores debe coadyuvar a la tendencia interna de la personalidad a integrar, armonizar los factores internos como externos, y a la autonomía de esta, es decir, a la auto-rregulación sobre la base de fines conscientes, lo que está por supuesto, en interacción y en dependencia de la realidad social (Organizaciones de Estados Iberoamericanos [OEI], 2015, p.22).

### Son tres las condiciones para la educación en valores:

**Primera:** conocer al estudiante en cuanto a: determinantes internas de la personalidad (intereses, valores, concepción del mundo, motivación, etc.); actitudes y proyecto de vida (lo que piensa, lo que desea, lo que dice y lo que hace).

**Segunda:** conocer el entorno ambiental para determinar el contexto de actuación (posibilidades de hacer).

**Tercera:** definir un modelo ideal de educación.

### ***Incidencias de la educación en valores:***

- 🐼 Desarrolla la capacidad valorativa en el individuo y permite reflejar adecuadamente el sistema objetivo.
- 🐼 Desarrolla la capacidad transformadora y participativa con significación positiva hacia la sociedad.
- 🐼 Desarrolla la espiritualidad, la personalidad hacia la integralidad y el perfeccionamiento humano.
- 🐼 Transforma lo oficialmente instituido; a través de las normas morales, los sistemas educativos, el derecho, la política y la ideología (OEI, 2015).

16

El término valor está relacionado con la propia existencia de la persona, ya que afecta su conducta, configura, modela sus ideas y condiciona sus sentimientos; por consiguiente, los valores son el fundamento del orden y del equilibrio personal como social. Los valores pueden ser realizados, descubiertos e incorporados por el ser humano: en esta triple posibilidad, reside su importancia pedagógica (MINEDUC, 2008).

Los valores universales: verdad, justicia, libertad, responsabilidad, igualdad, fraternidad, solidaridad, equidad, paz, bondad y honradez, completan la formación de la persona en la comunidad educativa guatemalteca; con los valores de la cosmovisión maya: de la gratitud y agradecimiento, el tomar consejo, el alcance de la plenitud y cumplimiento de los trabajos, el sentido y estado de paz, responsabilidad, el valor del trabajo, el proteger todo porque tiene vida, la veracidad a través de la palabra, el respeto a los mayores, la cooperación, la belleza y limpieza en nuestra vida, el carácter sagrado de la naturaleza y el universo, la complementariedad y el cumplimiento de nuestra misión en la vida (Chaclán, 2004).

En ese contexto el ciudadano es un hombre o mujer que contribuye con sus acciones a fortalecer la democracia (entendida esta como un modo de vida basado en la persona humana); se preocupa por sí mismo, por los demás, recurre a sus sueños y valores para lograr sus objetivos, resolver conflictos positiva y pacíficamente, es dinámico, es propositivo, comprende, reconoce y respeta las diferencias personales hasta un límite definido por los derechos de los otros, se compromete libremente por

mejorar la forma de vida de su comunidad (Chaux, 2005). Un ciudadano competente, responsable y con un desempeño altamente eficiente; es capaz de convivir adecuadamente con los demás de manera constructiva en una sociedad democrática. Los valores y la formación ciudadana; vinculada al currículum por medio de distintas opciones de trabajo es un medio para impulsar la relación entre la escuela y su entorno, permitiendo abrir más la escuela a la vida e impregnándola de la realidad social. La educación en valores es un eje transversal, envolvente a la vez; así está considerado dentro del Currículum Nacional Base y las nuevas Orientaciones Curriculares de todos los niveles de educación (preprimaria, primaria, y nivel medio); articulándose especialmente con el Área de Formación Ciudadana. Como toda competencia; las competencias ciudadanas se evidencian en la práctica constante que las personas hacen. Cada centro escolar decide cómo trabajarlas como parte de su proyecto escolar; una de las alternativas es hacerlo desde todas las áreas es decir transversalmente; otra alternativa es a través de los acontecimientos cotidianos, donde la cultura de paz es fundamental para la construcción y vivencias democráticas de la comunidad educativa (MINEDUC, 2008).

17

**Evaluación:** las competencias ciudadanas pueden y deben ser evaluadas a través de la realidad que viven diariamente las niñas, niños y jóvenes, de esta forma, todas las situaciones de la vida escolar (el aula, el recreo, las celebraciones, los paseos, los eventos culturales, artísticos y deportivos) son espacios reales donde se practica valores y competencias para la convivencia y el ejercicio de la ciudadanía. En síntesis; para el Ministerio de Educación, la educación en valores y formación ciudadana es el producto de un auténtico diálogo: busca promover, construir la democracia por medio de la práctica de valores en el aula y en la cotidianidad; enfatizando entre otros: el respeto, responsabilidad, honestidad, solidaridad y autodeterminación; con el objetivo de formar ciudadanas y ciudadanos: innovadores, creativos, eficientes, eficaces, conscientes, que se constituyan en líderes pro-activos, propositivos en el mundo de la globalización y los desafíos del Siglo XXI (MINEDUC, 2008).

## 2.7 Valores que contribuyen a la formación del ciudadano democrático

Líneas estratégicas, acciones principales, metas e instrumentos para formar personas con un alto sentido de responsabilidad, que sean capaces de una evaluación crítica de su realidad y de su posición como partícipes de un esquema democrático y democratizante; personas con profundo respeto por sí mismos y los demás; personas confiables, justas, solidarias, positivas, proactivas y sensibles a las necesidades de las personas a su alrededor (Documento Técnico No.1. Calidad Educativa de los Lineamientos de Política Educativa 2005 - 2008).

18

Por consiguiente, en seguimiento a la política establecida en el Currículum Nacional Base, en el marco de la Estrategia para el Mejoramiento de la Calidad Educativa, busca la práctica permanente de valores en el aula, para la convivencia democrática, la cultura de paz y la construcción ciudadana, promoviendo principalmente los valores siguientes:

- **El respeto:** a sí mismos y hacia las demás personas.
- **La responsabilidad:** que invita al compromiso de ser mejores, de trabajar con entusiasmo y esfuerzo para alcanzar las metas propuestas y hacer realidad nuestros sueños.
- **La honestidad:** que expresa la forma de ser, actuar de manera correcta y justa en las acciones cotidianas.
- **La solidaridad:** que une, que hermana y motiva a poner las propias habilidades al servicio de la comunidad.
- **La auto-determinación:** que implica autenticidad, actitud abierta al diálogo, toma de decisiones positivas y reconocimiento de las demás personas en igualdad de dignidad (MINEDUC, 2008) , (OEI, 2015, p.13).

## 2.8 Valores inmersos en la práctica sistemática de deporte extra-curricular

¿Merece la pena hoy en día, educar en valores a través de las actividades físicas deportivas? El deporte, puede ser considerado en los albores del siglo XXI como universal-cultural. La práctica de alguna de sus manifestaciones, como es el caso del

deporte escolar, aparece por lo general asociada a valores y actitudes como la cooperación, el diálogo, el respeto, la responsabilidad, la sinceridad o la creatividad.

Este es argumento suficiente para que la práctica deportiva goce de presencia destacable en muchas de las actividades que se desarrollan con el objetivo de contribuir al proceso educativo de los jóvenes. A través de la práctica físico-deportiva, tenemos la posibilidad de reproducir implícitamente valores de la sociedad en la que vivimos, por ejemplo, podemos promover una educación de la conciencia colectiva, la participación y la convivencia pacífica. Pero además otra de las posibilidades educativas del deporte, es el desarrollo e interiorización de hábitos saludables e higiénicos, o hábitos de relación social entre otras.

19

El deporte extra-curricular, en nuestro contexto cultural, viene definida como aquella actividad deportiva organizada practicada por escolares fuera del horario lectivo, que complementa la educación y contribuye a conseguir la formación integral de las personas. El deporte extra-curricular con fines educativos debe permitir el desarrollo de las aptitudes motrices y psicomotrices, con relación a aspectos afectivos, cognitivos y sociales de su personalidad, respetando los estadios del desarrollo humano.

Dicho de otro modo, es el medio fundamental del que podemos valernos como docentes, para provocar verdaderas y palpables transformaciones en nuestros alumnos.

Esta perspectiva del deporte como medio educativo, destaca por las siguientes características:

- El deporte es un ámbito de encuentro y convivencia.
- Contribuye a la socialización de las personas.
- Permite la relación y la mejora de la comunicación interpersonal.
- Fomenta la participación, cooperación y ayuda a la cohesión.
- Impulsa a la responsabilidad, al compartir, al trabajo en equipo.
- Educa en el esfuerzo y la superación de uno mismo (Amat & Batalla, 2000, p.19), (Guzmán & Pintor, 2002, p.27).

En este sentido, podemos afirmar que los valores impregnan, tanto implícita como explícitamente, el acto de enseñar. La educación implica transmitir algo valioso. De hecho “el deporte refleja los valores culturales básicos del marco cultural en el que se desarrolla y por tanto actúa como ritual cultural o transmisor de cultura” (Blanchard y Cheska 1986). El juego y el deporte, son las formas más comunes de entender la Educación Física en nuestra sociedad. Por ello debe aprovecharse como un elemento motivador potenciando actitudes y valores positivos, actualmente se afirma que el deporte es un generador de valores, la formación de estas y la consolidación durante la práctica.

Es así, por tanto, que dentro del deporte podemos encontrar un amplio abanico de valores, agrupados principalmente en dos:

- **Valores sociales:** respeto, cooperación, relación social, amistad, competitividad, trabajo en equipo, participación de todos, expresión de sentimientos, convivencia, lucha por la igualdad, responsabilidad social, justicia, preocupación por los demás, compañerismo.
- **Valores personales:** habilidad física y mental, creatividad, diversión, reto personal, autodisciplina, autoconocimiento, mantenimiento o mejora de la salud, autoexpresión, éxito, autorrealización, recompensas, reconocimiento, aventura y riesgo, imparcialidad, deportividad y juego limpio, espíritu de sacrificio, participación lúdica, perseverancia, humildad, auto-dominio, obediencia (Amat & Batalla, 2000, p.20), (Guzmán & Pintor, 2002, p.29).

Todos estos valores pueden trabajarse con la práctica deportiva extra-curricular. Pero, para emplear el deporte como una herramienta que permita educar en valores, es importante que éste sea planteado a los niños y jóvenes de una forma que les permita:

- Fomentar su auto-conocimiento y mejorar su auto-concepto.
- Potenciar el diálogo como la mejor manera de solucionar los conflictos que se presenten.
- Comprender la importancia de la participación de todos y todas en el análisis, la toma de decisiones y en general, el funcionamiento del grupo.

- Potenciar la autonomía personal de los individuos implicados en los diferentes niveles de intervención.
- Aprovechar el fracaso como elemento educativo.
- Aprender a respetar y aceptar las diferencias individuales.
- Potenciar la actividad deportiva como un escenario de aprendizaje de conductas y hábitos coherentes con los planteamientos aceptados por el grupo.
- Aprovechar las situaciones de juego para trabajar las habilidades sociales encaminadas a favorecer la convivencia, no sólo entre los miembros del grupo, sino entre ellos, otras personas y colectivos implicados (Amat & Batalla, 2000, p.20), (Guzmán & Pintor, 2002, p.30).

## 2.9 El deporte extra-curricular genera valores para la vida durante la práctica

**Trabajo en equipo:** el deporte fomenta en ellos la importancia de trabajar con sus compañeros en un ambiente de solidaridad, con el objetivo de impulsar una competencia sana y una hermandad que los una como familia, creando un apoyo frente a situaciones que se le puede presentar a cada niño.

**Tolerancia:** la práctica de un deporte desde edades tempranas es un escenario ideal para asumir los fracasos y los éxitos. La tolerancia apoya el aprendizaje de estrategias para afrontar situaciones de frustración y para aceptar la diferencia de pensamiento y estilo de vida de los demás.

**Respeto:** incentivar el respeto por medio del deporte permite valorar al otro frente a su condición social, religiosa, ideológica y en general su forma de ver la vida. Logrará entender que otros niños y personas a su alrededor son diferentes a él y la importancia de aceptar a los demás tal como son.

**Excelencia:** se puede decir que la excelencia es el resultado de un trabajo auto disciplinado, enfocado a objetivos claramente definidos. El deporte permitirá a los niños afianzar este valor en otros aspectos de su vida.

**Liderazgo:** la práctica de un deporte es fundamental para fomentar en los niños el liderazgo, que implica: iniciativa, creatividad y proactividad. Que les ayude a promover

la autonomía y la toma de decisiones (Amat & Batalla, 2000, p.22), (Guzmán & Pintor, 2002, p.30).

## 2.10 Análisis sobre la formación ciudadana en el ámbito educativo

22

Diversos estudios internacionales apoyan el supuesto del currículum de la reforma en curso en nuestro país, la formación ciudadana debe instituirse a lo largo de la vida escolar. No es suficiente establecer una sola asignatura en un curso único al término de la educación media, cuando los alumnos ya tienen formados sus esquemas de pensamiento. Los conceptos, habilidades y actitudes se aprenden más profundamente si son trabajados en forma reiterada, aplicándolos en distintos contextos, niveles y en grados crecientes de complejidad. El Ministerio de Educación ha recogido a través de actividades de desarrollo profesional como de evaluación docente, las necesidades que los profesores manifiestan de un apoyo pedagógico que les permita apropiarse de los nuevos conceptos que inspiran la formación ciudadana, así como las mejores metodologías para organizar el aprendizaje. A partir de esta necesidad fue necesario plantear este material el cual pretende ser una herramienta de apoyo a la labor de los maestros del Programa de Servicio Cívico Social. Su existencia no reemplaza a los programas de estudio del Ministerio elaborados para cada nivel y curso del ciclo escolar, tampoco busca reemplazar o sustituir los textos escolares de apoyo a la didáctica del educador. Un aspecto fundamental del Derecho Educativo es velar por la formación ciudadana en las escuelas, no solamente del docente y del alumno, sino de todos los integrantes de la comunidad educativa, es en la escuela donde debe iniciarse la educación para una ciudadanía consciente y activa, en cierto modo, la ciudadanía democrática es un corolario de la virtud cívica, pero puede fomentarse o estimularse mediante una instrucción y unas prácticas adaptadas a la sociedad de la comunicación y la información, se trata de proporcionar claves de orientación con miras a reforzar la capacidad de comprender y de juzgar. Los sistemas educativos deben responder a los múltiples retos que les lanza la sociedad de la información, hay pues que tender hacia un sistema que se esfuerce en combinar las virtudes de la integración y el respeto de los derechos individuales, de ella cabe esperar, no obstante, que contribuya a

desarrollar la voluntad de vivir juntos, factor básico de la cohesión social y de la identidad nacional (Amat & Batalla, 2000, p.24), (Guzmán & Pintor, 2002, p.33).

La participación, para convertirse en instrumento de desarrollo, empoderamiento y equidad social, debe ser significativa y auténtica, involucrar a todos los actores, diferenciando pero sincronizando sus roles, y darse en los diversos ámbitos y dimensiones de lo educativo: desde el aula de clase hasta la política educativa, dentro de la educación escolar y también de la extra-escolar, en los aspectos administrativos y también en los relacionados con la enseñanza y el aprendizaje, a nivel local así como a nivel nacional y global. Esto implica el estudio, la definición y puesta en marcha de una estrategia de participación social, introducida dentro de la propia política educativa, y ella misma acordada participativamente, a fin de delimitar con claridad roles y responsabilidades de cada uno de los actores, asegurar las condiciones y los mecanismos para hacer efectiva dicha participación. La participación ciudadana en las decisiones y acciones de la educación no es un lujo o una opción: es condición indispensable para sostener, desarrollar y transformar la educación en las direcciones deseadas, es necesario centrarse en la participación ciudadana de los alumnos, que sea actores dentro de su comunidad educativa y porque no mediante la práctica de la actividad física con una educación cimentada en valores (Torres, 2005).

23

## **2.11 Infraestructura física disponible de los establecimientos intervenidos en el Programa de Servicio Cívico Social de la Dirección General de Educación Física –DIGEF-**

Actualmente el espacio físico del área deportiva de los establecimientos, con base a las visitas y el método de observación se concluye, que las canchas deportivas se presta para el desarrollo de diversas actividades físicas como deportivas, en su mayoría son espacios amplios de veinticinco a treinta metros, diseñadas para ser canchas polideportivas en la que se enseña fútbol, baloncesto, voleibol, kickingball como balonmano , así mismo es muy relevante y determinante la creatividad del Servidor Cívico Social para poder aprovechar al máximo el espacio físico y llevar a cabo los objetivos del programa.

## Capítulo III

### 3. Deportes extra-curriculares que se aplican en el Programa Servicio Cívico Social

-  Fútbol.
-  Baloncesto.
-  Voleibol.
-  Balonmano.
-  Kickingball.

24

#### 3.1 Fútbol

##### 3.1.1 Definición

Varios autores coinciden que el fútbol es un deporte de equipo en la que juegan dos equipos de once jugadores con una pelota de forma esférica. Es el deporte más popular entre telespectadores, para jugar se necesita una pelota y dos porterías. También deben vestir prendas deportivas distintas para cada equipo. El campo suele ser de hierba, pero también puede ser sintético, de tierra o cemento, suele medir entre noventa y ciento veinte metros (95-120 m.) de largo, entre cuarenta y cinco y noventa y cinco metros (45-95 m.) de ancho, el campo es rectangular; las porterías son dos postes colocados verticalmente y un larguero; el juego lo controla un árbitro ayudado de dos asistentes; el partido se desarrolla en dos tiempos de cuarenta y cinco minutos más el añadido por el árbitro, gana el equipo que meta más goles (Federación Internacional de Fútbol [FIFA], 2016).

##### 3.1.2 Historia

La historia moderna abarca más de 100 años de existencia. Comenzó en el 1863, cuando en Inglaterra se separaron los caminos del "rugby-football" (rugby) y del "association football" (fútbol) fundándose la asociación más antigua del mundo: la "Football Association" (Asociación de Fútbol de Inglaterra).

La forma más antigua del juego, de la que se tenga ciencia cierta, es un manual de ejercicios militares que remonta a la China de la dinastía de Han, en los siglos II y III AC. Se lo conocía como "Ts'uh Kúh", y consistía en una bola de cuero rellena con plumas y pelos, que tenía que ser lanzada con el pie a una pequeña red.

25

Del Lejano Oriente proviene, mientras tanto, una forma diferente: el Kemari japonés, que se menciona por primera vez unos 500 a 600 años más tarde, y que se juega todavía hoy en día. Mucho más animados eran el "Epislyros" griego, del cual se sabe relativamente poco, y el "Harpastum" romano. Los romanos tenían un balón más chico y dos equipos jugaban en un terreno rectangular, limitado con líneas de marcación y dividido con una línea media. El objetivo era enviar el balón al campo del oponente, para lo cual se lo pasaban entre ellos, apelando a la astucia para lograrlo. Este deporte fue muy popular entre los años 700 y 800, si bien los romanos lo introdujeron en Gran Bretaña, el uso del pie era tan infrecuente que su ascendencia en el fútbol es relativa.

El fútbol es introducido en Guatemala por los hermanos Luis y Carlos Aguirre, Luis Pedro Mathéu, Delfino Gómez Latour. A ellos se le conoce como los pioneros del fútbol guatemalteco, la proyección de estos personajes se difundió en varias partes del país, entre estadios que se recuerdan están, los Campos de Gerona, Campos Palomo, Campos de Villa Linda, Campo de Marte, El Hipódromo del Norte y el Hipódromo del Sur. En 1983 se integra el primer club de fútbol de Guatemala llamado Guatemala F.C. y tuvo como primer presidente a Don Luís Pedro Mathéu. El primer partido de Guatemala, se realizó en el primer estadio llamado Hipódromo de Norte en él se enfrentaron los equipos representantes del Club Guatemala F.C. Azul y Guatemala F.C. Blanco, ésto motivo el surgimiento de otros clubes. En 1919 se fundó la Liga Capitalina de Fútbol tomando como sede la casa de don Arturo Aguirre con la participación de los equipos Hércules A, B, C, Nacional Allies y Andino, al momento existe gran cantidad de organizaciones que participan en apoyo del Fútbol Nacional, entre Gubernamentales autónomas y privadas. En el año de 1938 es decir con las actuaciones de Tipografía Nacional en su mejor época y la aparición posterior del equipo Municipal, dirigido por un entrenador criollo como es don Manuel Carrera quien vino a imponer en nuestro medio la modalidad de juego tipo Sudamericano. Sin embargo hasta el año de 1943 cuando el fútbol se revelo definitivamente como una potencia en el circuito Centroamericano.

Caribe mediante un seleccionado que fue integrado con base los equipos Municipal y Tipografía Nacional, reforzado con figuras de relieve que militaban en otros cuadros (FIFA, 2016, portal electrónico).

### 3.1.3 Fundamentos técnicos básicos del fútbol

#### 3.1.3.1 Conducción

Conducir el balón se trata de un medio de progresión individual en un espacio libre, conducir bien el balón significa ser su dueño en todo momento, lo que requiere un buen equilibrio y un excelente dominio de los apoyos. Por último, conducir la pelota con la cabeza levantada permite recibir información y realizar correctamente la jugada que el juego requiere (vista periférica del juego), (*Ver imagen en anexo A, deporte fútbol*).

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

-  La pelota lo más cerca posible del pie.
-  El balón al ras del suelo.
-  La vista levantada, dominando el campo.
-  Dar toques suaves al esférico, pudiendo variarse la intensidad.
-  Unificar la carrera con un buen control de pelota.
-  Se puede utilizar el borde interno, borde externo, con empeine (interno, total y externo), con planta del pie.
-  Todas las anteriores alternadas.
-  La posición del cuerpo debe mantener una inclinación leve hacia adelante para mayor equilibrio y control de la pelota.
-  Los brazos mantendrán una posición de defensa, abiertos y en perfecta coordinación con los movimientos de las piernas.
-  El pie de apoyo no puede estar muy cerca de la pierna que conduce la pelota, debido a que se perderá el equilibrio y la buena coordinación (FIFA, 2010), (González, 2012).

### 3.1.3.2 Pases

Esta acción consiste en dar el balón a un compañero, es el elemento primordial del juego colectivo (*Ver imagen en anexo A, deporte fútbol*).

27

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

-  Deben ser medidos en intensidad y dirección.
-  Deben ser fáciles de utilizar.
-  Usar ambas piernas.
-  Se puede utilizar el borde interno (pases cortos, pases de precisión, pases rasos).
-  Borde externo (contraataques, pases cortos).
-  Empeine (interno, total y externo, pases a media distancia, pases elevados).
-  Punta (recurso en situaciones límite, para mayor fuerza).
-  Muslo (frecuentemente utilizado para recepción, siendo inusual como pase).
-  Pecho (frecuentemente utilizado para recepción, siendo inusual como pase).
-  Cabeza (en situaciones de recibir la pelota muy elevada, o despejes de la misma).
-  Taco o talón (para pases cortos orientados a la espalda del ejecutante).
-  Planta (pase corto).
-  El cuerpo inclinado hacia adelante para evitar levantar la pelota, y para darle más potencia se debe realizar una mayor amplitud del movimiento de la pierna hacia adelante.
-  Sincronizar la acción con la del compañero.
-  Conservar colectivamente el balón.
-  Cambiar la dirección del juego (cambio de banda).
-  Contra-atacar velozmente.
-  Contribuir al ataque, habilitar al compañero (asistencia de gol).
-  Avanzar más rápido por el terreno (pases largos).
-  Los centros (cortos o largos), que suelen preceder al remate al arco rival son también asistencias (FIFA, 2010, p.20), (González, 2012).

### 3.1.3.3 Recepciones

Controlar la pelota significa hacerse el amo del mismo, la perfecta ejecución del control entraña el éxito de la combinación. Los controles que deben trabajarse prioritariamente son los controles orientados y los controles en movimiento, puesto que generan velocidad en el juego; el toque regularmente, desarrolla en los jóvenes futbolistas cualidades de destreza, de coordinación y también de equilibrio, elementos que favorecerán una adquisición más rápida del resto de gestos técnicos (*Ver imagen en anexo A, deporte fútbol*).

28

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

-  Seguir el balón con la vista.
-  Exacto cálculo de la distancia.
-  Acomodación del cuerpo.
-  Movimiento desacelerado.
-  Recibir y parar la pelota en la dirección de la acción inmediata.
-  Se puede realizar con la planta, borde interno, borde externo, empeine, muslo, pecho y cabeza.
-  Controlar el balón de gran manera para iniciar inmediatamente una nueva acción.
-  El cuerpo debe estar inclinado levemente hacia adelante y el pie con que se ejecuta la acción , en el momento del contacto, realizar un movimiento leve hacia atrás para ejercer un retroceso de la pelota (frenarla).
-  El pie de apoyo mantendrá una semi-flexión para dar un buen equilibrio y coordinación del movimiento.
-  En la recepción, se debe estar relajado en el momento del contacto con la pelota (FIFA, 2010, p.21), (González, 2012).

### 3.1.3.4 Juego de cabeza o aéreo

En el fútbol no sólo se juega al ras, sino también de forma aérea, el cabeceo se utiliza ya sea para realizar pases, rechazos o remates al arco, este fundamento requiere entrenamiento y saber utilizar correctamente todo el cuerpo en el momento del contacto

con la pelota, se puede realizar de forma estática y dinámica (*Ver imagen en anexo A, deporte fútbol*).

**Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

-  Seguir atentamente la trayectoria de la pelota.
-  Llevar la cabeza y el tronco a la hiper-extensión.
-  Acompañar el golpe con un movimiento el cuerpo hacia la dirección del mismo.
-  Golpear el balón con la frente, en lo posible.
-  Ojos abiertos.
-  Boca cerrada.
-  Se puede realizar con la frente, de frente o frontal.
-  Con la frente, acompañando con torsión del tronco.
-  Con los parietales (más potentes).
-  Con la parte superior (utilizado frecuentemente para despejar en defensa por arriba del arco o para pases hacia atrás).
-  Es de suma importancia aprovechar todo el movimiento del cuerpo para no sólo otorgarle más potencia al impacto sino que también la dirección adecuada (FIFA, 2010, p.22), (González, 2012).

**3.1.3.5 Gambeta o finta**

Es un medio de progresión individual entre adversarios u obstáculos. El regate permite al jugador en posesión del balón deshacerse de uno o varios adversarios, iniciando una acción y asumiendo sus propios riesgos, preparando una acción colectiva, ganando tiempo y logrando el apoyo de los compañeros, engañando al adversario (noción de finta), (*Ver imagen en anexo A, deporte fútbol*).

**Descripción básica para la ejecución de la técnica**

-  Colocar el cuerpo entre la pelota y el rival.
-  Imaginación rica y fecunda.
-  Reacción y reflexión rápida.
-  Velocidad.

-  Habilidad.
-  Conocer las características y reacciones del defensor.
-  Se puede realizar con cubrimiento.
-  Cambio de ritmo.
-  Cambio de dirección.
-  Amague y finta (FIFA, 2010, p.22), (González, 2012).

### 3.1.3.6 Remate

Acción que tiene como finalidad meter la pelota al arco rival, constituye la conclusión lógica, la culminación de un ataque. Requiere cualidades técnicas (buen golpe de balón y precisión en las trayectorias), cualidades físicas (potencia, coordinación y equilibrio) y cualidades mentales (determinación, audacia y confianza en uno mismo), (*Ver imagen en anexo A, deporte fútbol*).

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

-  La masa del cuerpo debe moverse en dirección del puntapié.
-  El pie que patea debe describir el arco más largo posible.
-  La pierna de apoyo debe ubicarse al lado del balón.
-  Al aplicar el puntapié el movimiento debe acentuarse.
-  El movimiento de torsión del tronco agrega una fuerza adicional.
-  La pelota debe ser golpeada con precisión y en su centro.
-  Los brazos acompañan la acción en el mantenimiento del equilibrio.
-  El movimiento no debe frenarse bruscamente.
-  La vista en la pelota en el momento del golpe.
-  Se puede realizar con el borde interno.
-  Empeine: interior, total y exterior.
-  Punta.
-  Taco (FIFA, 2010, p.23), (González, 2012).

### 3.1.4 Reglamentación básica del fútbol 5, adaptado al deporte escolar

- a) La cantidad mínima de jugadores en cancha es de tres (3) jugadores (2 más el arquero).
- b) Ningún equipo podrá empezar el partido con menos de tres (3) jugadores y si a lo largo del mismo un equipo quedará; por expulsión o por lesiones, con menos de tres (3) jugadores, se le aplicará la ley de Walk-Over y perderá los puntos.
- c) Los partidos se dividirán en dos tiempos de 20 minutos con un intervalo (descanso).
- d) El gol es válido solo pasando la mitad del campo, también de saque directo y de córner.
- e) El gol en contra vale de todos lados.
- f) Los laterales se realizan con el pie, sobre la línea y con la pelota quieta.
- g) No vale gol de lateral, vale directo al área.
- h) No se podrá disputar la pelota desde el piso o barrer con un rival cercano, haya o no contacto con el mismo. En caso de ocurrir esta infracción, que corre por cuenta de la interpretación del árbitro, se sancionará tiro libre indirecto.
- i) El arquero puede ir al piso sólo dentro del área, al salir fuera del área deberá respetar esta regla, piso en el área no es penal.
- j) En caso de que el arquero saque con sus manos, la pelota no puede pasar la mitad del campo sin antes picar o ser tocada por algún jugador (el arquero no podrá sacar de sobre pique con el pie).
- k) El arquero, ante un pase intencional de un compañero, no podrá ni tocar ni tomar la pelota con sus manos (la falta se sancionará con tiro libre indirecto a favor del equipo contrario, a ejecutarse desde el borde del área).
- l) En caso de que el pase de su compañero sea realizado con alguna parte del cuerpo superior a la cintura (panza, pecho, cabeza) el arquero **SÍ** podrá tomar el balón.
- m) Los tiros libres, tiro libre indirecto, cinco (5) pasos de distancia.
- n) Ley de ventaja: se puede aplicar ante un tiro libre, la barrera deberá estar a cinco (5) pasos de distancia y se ejecutará con carrera.
- o) En un saque lateral, tiro libre o córner deberá haber automáticamente y como mínimo tres (3) pasos de distancia, los mismos no necesariamente deberán ser

pedidos por el equipo ejecutante o el árbitro, aquél jugador que no cumpla con esta distancia será amonestado.

- p) El penal (tradicional) se ejecutará sin carrera y el resto de los jugadores deberá ubicarse donde el árbitro lo indique.
- q) Los arqueros podrán “auto-habilitarse” (largar la pelota y salir jugando) cuando atajen una pelota que está en juego (y no cuando la pelota se repone luego de irse por línea de fondo). Una vez efectuada esta acción no podrán tomar nuevamente la pelota con sus manos. De hacerlo se cobrará un tiro libre indirecto desde el borde del área.
- r) Cada equipo podrá realizar cambios ilimitados con las siguientes condiciones:
-  Los jugadores que son re-emplazados podrán volver a ingresar.
  -  Los cambios deberán realizarse cuando el árbitro los autorice.
  -  El árbitro podrá frenar el abuso de este artículo obligando al equipo a esperar un determinado lapso de tiempo entre cambio y cambio.
  -  Será amonestado aquel jugador que, a criterio del árbitro, no haga correctamente la modificación correspondiente.
- s) El árbitro dispondrá de tres alternativas de amonestación.
-  Tarjeta roja.
  -  Tarjeta amarilla.
  -  Tarjeta azul: a exclusivo criterio del árbitro (al jugador que se le aplica esta tarjeta podrá continuar el partido y a los 3 minutos se podrá re-incorporar u otro jugador de ese equipo que se encuentre como suplente), (se queda con un jugador menos).
- t) El capitán de cada equipo es responsable por el comportamiento de sus compañeros (excesos verbales, agresiones de todo tipo a rivales, árbitros, organizador, público y jugadores del mismo equipo) , deberá chequear el resultado y amonestaciones al término del partido.
- u) El árbitro advertirá al capitán ante estas situaciones y de ser necesario, realizará un informe por el cual podrá ser suspendido al próximo partido.
- v) El árbitro podrá detener el partido, hasta suspenderlo por malos comportamientos de jugadores, técnicos y espectadores.

w) El árbitro es el gerente del partido, por el pasan todas las determinaciones (FÚTGOL.COM, 2015, portal electrónico).

### 3.1.5 Descripción básica del arbitraje en el fútbol 5

33

En el caso del fútbol 5, lo recomendable es que pueda haber dos árbitros, uno en cada línea lateral o de bandas del terreno de juego, pero la realidad escolar permite únicamente un solo árbitro que está a cargo de:

-  Hacer cumplir las reglas del juego.
-  Tomará medidas disciplinarias contra jugadores que cometan infracciones merecedoras de amonestación o expulsión.
-  Interrumpirá, suspenderá, o finalizará el partido por cualquier tipo de interferencia externa.
-  Analizará las infracciones que están ligadas a las ventajas de cada equipo.
-  Detendrá el juego en caso de lesión de cualquier jugador.
-  No permitirá que cualquier persona entre al terreno de juego.
-  Deberá colocarse en el espacio adecuado dentro del campo.
-  Hará sonar su silbato por cualquier infracción etc.
-  Hará las respectivas señales.
-  Utilizará su lenguaje corporal.
-  Deberá moverse rápidamente hacia las jugadas y ubicarse en la zona adecuada.
-  Deberá leer el juego y ser consistente en las marcaciones.
-  El árbitro deberá tener presente que es la única autoridad dentro de campo de juego.
-  Debe encontrarse en un estado físico y psicológico óptimo.

### 3.1.6 Señalizaciones básicas del árbitro de fútbol. (Ver imagen en anexo A, deporte fútbol)

## 3.2 Baloncesto

### 3.2.1 Definición

Es un juego entre dos equipos de cinco (5) jugadores cada uno, que consiste en introducir el balón en la cesta o canasta del contrario, situada a una altura determinada. Se debe agregar que las medidas del campo de juego, tanto cubierto como descubierto, deben ser las reglamentarias de quince (15) metros de ancho y veintiocho (28) metros de longitud y que para conseguir el tanto, los jugadores deben llevar la pelota picando, o botándola hasta cerca del aro que está a una altura de 3.05 metros e introducir la pelota en él para conseguir puntaje (Federación Internacional de Baloncesto [FIBA], 2015).

34

### 3.2.2 Historia

El baloncesto nació como una respuesta a la necesidad de realizar alguna actividad deportiva durante el invierno, en la escuela de YMCA en Massachusetts. Al profesor de la Universidad Deillinois (Massachusetts) James Naismith (un profesor de Educación Física) le fue encargada la misión en 1891 de idear un deporte que se pudiera jugar bajo techo, pues los inviernos en esa zona dificultaban la realización de alguna actividad al aire libre.

En Guatemala el baloncesto es introducido por extranjeros llegados al país y guatemaltecos que vuelven a Guatemala, luego de residir en el extranjero. Particularmente son los canadienses y estadounidenses los que lo juegan en el antiguo Club de Entrenamiento para militares, entre 1910 y 1914. Lugar donde actualmente funcional el Club Los Arcos, propiedad de la Universidad de San Carlos de Guatemala, en la Avenida de Las Américas, zona 13. Por lo que se cree que esta cancha fue la primera instalación para baloncesto en Guatemala. Estos extranjeros, de profesión militares, jugaban en las primeras canchas donde acudía la gente para observar este nuevo deporte. La segunda cancha donde se desarrollaron encuentros entre civiles fue la llamada Concepción, ubicada en la 6ta. Avenida "A" entre 4ta. Y 5ta. Calle de la zona 1. Atrás del ahora Palacio Nacional. Esta cancha fue absorbida por los militares y en su lugar, como compensación, se construyó la cancha de San Sebastián.

funcionaba la Facultad de Farmacia de la Universidad de San Carlos de Guatemala. 5ta. Avenida y 3ra. Calle zona 1. Uno de los primeros encuentros de los que se tiene información al momento, es el que se publica en el diario.

35

El imparcial, el 16 de agosto de 1922. En el cual se invita a los aficionados al baloncesto a presenciar el encuentro a celebrarse en el día en la cancha de San Sebastián entre las Facultades de Medicina y la de Derecho de la Universidad de San Carlos de Guatemala a las 17:00hrs. El día 17 de agosto aparece la noticia en el mismo diario, informando del triunfo de los estudiantes de Derecho sobre los de Medicina luego de una lucha bastante reñida. A pesar de lo poco entrenado el público salió impresionado (FIBA, 2015).

### 3.2.3 Fundamentos técnicos del baloncesto

#### 3.2.3.1 Posición básica y desplazamientos

##### ***Posición básica (defensiva)***

Se refiere a aquella posición que le permite desplazarse con rapidez y facilidad en cualquier dirección y sentido, sin cruzar los pies en ningún momento (*Ver imagen en anexo A, deporte baloncesto*).

##### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- Los pies paralelos separados aproximadamente al ancho de los hombros.
- El peso del cuerpo distribuido por igual sobre ambas piernas y a su vez el peso de cada pierna repartida equitativamente entre el talón y la planta de cada pie.
- Las rodillas se flexionan a un ángulo aproximado entre los 90 y 120 grados, entre las pantorrillas y los muslos.
- Los brazos semi-flexionados y separados "una cuarta", aproximadamente, de los costados.
- Mantener una visión, es decir, tratar de observar todos los jugadores, tanto compañeros como contrarios, además de la trayectoria del balón (Pozo, 2012, p. 12).

### **Desplazamiento (ofensivo)**

En el básquetbol existe gran variedad de desplazamientos ofensivos, con la finalidad de facilitar un ataque efectivo, y por consiguiente acumular mayor cantidad de puntos que el contrario (lo que constituye la finalidad del juego). Estos desplazamientos ofensivos podemos clasificarlos sencillamente:

36

#### **3.2.3.2 Carrera**

Es la forma principal de desplazamiento en el juego, durante la misma suceden arrancadas, paradas con variedad de velocidad y dirección.

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- La carrera es el principal medio para el desplazamiento de los jugadores en el proceso de juego, la carrera en el baloncesto se diferencia considerablemente de la carrera en el atletismo.
- En la carrera hacia adelante se traslada el peso corporal desde el talón hacia la punta del pie. En la carrera hacia atrás, se traslada el peso corporal de la punta del pie hacia el talón.
- En la carrera lateral con pasos añadidos, se coloca el borde interno del pie cercano a la dirección a donde se dirige y se añade el otro pie.
- Carrera con pasos cruzados por delante y por detrás.
- Carrera con cambio de la dirección con paso abierto o de patinador.
- Carrera con cambio de la dirección con pasos cruzados.
- Se realizan con la misma técnica de las caminatas, pero imprimiendo velocidad a los desplazamientos (Pozo, 2012, p.15).

#### **3.2.3.3 Saltos**

Ocurren con mucha frecuencia; son dos tipos: con una pierna y con dos piernas.

**Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- Salto con una pierna: se ejecuta generalmente en movimiento, saltando hacia arriba y adelante, con apoyo de una sola pierna; se aterriza o se cae con ambas piernas, dicha caída es la continuación de la inercia de la carrera.
- Salto con dos piernas: generalmente se realiza hacia arriba y con apoyo de ambas piernas, al igual que la caída; tomaremos como ejemplo un rebote defensivo (Pozo, 2012, p.15).

37

**3.2.3.4 Giros o pivoteo**

Son movimientos que consisten en mantener un pie en contacto con el suelo o superficie de la cancha, como "punto fijo o eje", y la otra pierna pendulante, la cual gira en torno a la anterior en diferentes direcciones. Llamamos pie de pivote al que se mantiene en contacto fijo con el suelo; sólo se puede despegar después de pasar el balón, driblar o lanzar. Se puede pivotear con cualquier pie, si se cae al suelo con ambos pies simultáneamente (después de tomar o recibir el balón); pero si cae a "doble ritmo", es decir, primero un pie y luego el otro, se tomará como pie de pivote el que contacta primero con la superficie de la cancha (*Ver imagen en anexo A, deporte baloncesto*).

**Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- Al pivotar, el cuerpo se mueve de un lado a otro con la finalidad de proteger la pelota.
- El pie de pivote no debe ser levantado del suelo sino que se arrastra hasta que la pelota haya sido lanzada, pasada o driblada.
- Cualquiera de los dos pies puede ser el pie de pivote en caso de recibir la pelota con ambos pies en el suelo, si al momento de recibir el balón se apoya un pie primero hay que pivotar sobre éste.
- La fuerza del pivote se imprime con el pie de rotación que puede moverse libremente a derecha, izquierda, delante o atrás.
- Si en el comienzo de un regate se levanta el pie de pivote antes de soltar la pelota se considera violación y hay pérdida del balón.

**Los pivotes pueden clasificarse en:**

- **Pivote hacia adelante:** se utiliza cuando el jugador está más desmarcado y la acción la ejecuta para un cambio de dirección visual, una vez terminada la acción, el jugador debe quedar en posición de penetrar, lanzar o pasar la pelota. Este tipo de pivote lo emplea el jugador que ocupa la posición de pívot (el centro del equipo).
- **Pivote hacia atrás:** se utiliza generalmente cuando un jugador está siendo marcado cerca de la línea lateral y se ve imposibilitado por tanto de efectuar cualquier movimiento hacia adelante, por ello utiliza el movimiento hacia atrás en este caso usará como pívot el pie más alejado de la línea lateral.
- **Pivote en reverso:** se ejecuta para cambiar de dirección en un ángulo de 180 grados, para ello el jugador utiliza simultáneamente las puntas de sus pies, manteniendo bajo el centro de gravedad del cuerpo con bastante flexión de rodillas y cintura, alternando el peso del cuerpo entre ambos pies, el movimiento culmina con un paso hacia el nuevo rumbo dado con el mismo pie que estaba adelantado al momento de iniciar el pivote, se utiliza después de una detención de dos tiempos o ritmos (Pozo, 2012, p.16).

38

### 3.2.3.5 Paradas

Son utilizadas para desmarcarse, cambiar de dirección, para tomar un pase, fintear al contrario, etc.

**Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- **A doble ritmo:** el jugador, durante la carrera, recibe el balón en suspensión, cae sobre una pierna, luego la otra, con paso cierto para controlar el equilibrio e iniciar una nueva acción de ataque (*Ver imagen en anexo A, deporte baloncesto*).
- **A pies juntos:** durante la carrera, el jugador toma el balón en suspensión y cae sobre los dos pies a la vez, para frenar la inercia de la carrera; la caída frenada será sobre la punta de los pies, con las rodillas semiflexionadas y ligeramente adelantadas (*Ver imagen en anexo A, deporte baloncesto*), (Pozo, 2012, p.17).

### 3.2.3.6 Amagos o fintas

La finta es un movimiento de engaño que confunde al defensa haciéndolo perder su efectividad. Las fintas pueden hacerse con pies, manos, brazos, hombros, miradas y expresiones faciales, las fintas con los pies son pasos cortos y veloces que indican cambios de dirección.

39

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- Con desplazamientos.
- Arrancadas explosivas.
- Variación y cambios de velocidad.
- Con pivote.
- Amagos con balón: con pivote, con pase, con drible, con lanzamiento.
- Dos momentos del amago: momento de amago y momento de acción.
- Amago de tiro y pase.
- Amago, tiro y drible (penetración).
- Amago de drible y tiro.
- Amago de carrera hacia un lado y cambio de dirección.
- Amago de trote y arrancar explosivamente (*Ver imagen en anexo A, deporte baloncesto*), (Pozo, 2012, p.18).

### 3.2.3.7 Recepción

Es el acto de tomar el balón, bien sea por un pase, que es lo más usual, o para tomar un rebote (*Ver imagen en anexo A, deporte baloncesto*).

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- Brazos semi-expandidos, pero sin contracción muscular fuerte y dirigidos hacia el balón.
- Dedos separados y ligeramente flexionados (sirven de amortiguadores).
- En el momento de recibir el balón, se presiona con los dedos y simultáneamente se flexionan los brazos, llevando el balón hacia el pecho, quedando listos para pasar, driblar o lanzar.

- El objetivo es amortiguar el balón contrarrestando la velocidad y controlarlo para iniciar una nueva acción (Pozo, 2012, p.18).

### **3.2.3.8 Pases**

Consiste en impulsar el balón, con una o dos manos, hacia otro compañero de equipo, es un gran medio para lograr rapidez en un equipo; el "balón llega más rápido que cualquier jugador". En el vuelo de la pelota al ser pasada, influyen tres aspectos: velocidad del pase, altura del pase y resistencia del aire (*Ver imagen en anexo A, deporte baloncesto*).

40

#### ***Tipos de pases***

Los jugadores deben acostumbrarse a realizar varios tipos de pases, a manera de engañar al contrario, entre ellos describimos los más usuales:

#### ***Pase de pecho***

##### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- Se emplea entre tres (3) metros de distancia.
- El balón se sostiene a la altura del pecho.
- Los codos ligeramente separados del tronco.
- Los dedos confortablemente separados sobre el balón, con los dedos pulgares señalando uno al otro, desde allí se lleva ligeramente la pelota hacia "adelante y abajo, atrás y arriba" conjuntamente con un paso adelante y simultáneamente se extienden las extremidades superiores en dirección del pase, dando impulso así al balón con las muñecas y dedos.
- El pase debe estar dirigido entre la cadera y los hombros del receptor (Pozo, 2012, p.18).

#### ***Pase con dos manos sobre la cabeza***

##### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- Se utiliza para distancias oscilantes entre 3 y 6 metros.

- Generalmente lo emplean los jugadores altos para pasar al pivote.
- La posición de piernas, manos y dedos sobre el balón.
- Es igual al pase de pecho, pero no se lleva hacia el pecho, sino detrás y encima de la cabeza, de allí se le imprime el respectivo impulso.
- No necesariamente se da el paso adelante, pero sí se debe continuar el movimiento, quedando así en punta de pies.
- Los dedos y las muñecas trabajan igual que el pase de pecho.

### ***Pases con una mano (béisbol)***

#### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- Son pases largos que oscilan entre 6 y 12 metros.
- Hay ocasiones de cesta a cesta, siendo más usual el de béisbol.
- El pase de béisbol es frecuentemente usado para iniciar un ataque rápido.
- El balón no se coloca al pecho sino detrás y encima de la cabeza, de allí se le imprime el respectivo impulso; no necesariamente se da el paso adelante, pero sí se debe continuar el movimiento, quedando así en punta de pies. Los dedos y las muñecas trabajan igual que el pase de pecho.
- El llamado pase de pique consiste en la misma técnica de cualquiera de los pases anteriormente explicados, pero contra el suelo y en dirección del receptor.
- Estos pases de pique se realizarán cerca de los pies del receptor, es decir, muy cerca de los pies del receptor y con fuerza.
- Se emplean mucho contra equipos de jugadores altos y de poca rapidez (Pozo, 2012, p.19).

#### ***3.2.3.9 Drible o bote de balón***

Es la única acción que permite a un jugador desplazarse de un lugar a otro con el balón, consiste en botar el balón contra el suelo de la cancha, esperando el rebote del mismo a la altura de la cadera, siempre se impulsará con la mano (yemas de los dedos), con flexión y extensión de muñeca, codo y dedos aunque la altura del drible, al igual que la velocidad, varía de acuerdo la situación del partido o acción a realizar, la

técnica utilizada siempre es la misma en todos los casos (*Ver imagen en anexo A, deporte baloncesto*).

**Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

42

- Se coloca la mano en la parte superior de la pelota, "las yemas" de los dedos será la única parte que debe tocarla, es decir, la mano queda en forma de "taza" o "plato llano".
- Luego se le imprime un movimiento de vaivén, sincronizado por parte de la extensión del codo, muñeca y dedos, en la acción de empujar el balón contra el suelo, esta acción se repite cuando el balón rebota del suelo y se dirige en su fase ascendente.
- El drible se ejecuta a la altura de la cadera (generalmente).
- Dependiendo de la velocidad del jugador que dribla, la pelota es "botada" contra el piso:
  - En línea vertical, con jugador estacionario.
  - En línea diagonal o inclinada hacia adelante con jugador corriendo hacia adelante.
- Apoyar equilibradamente los pies con rodillas semi-flexionadas.
- Tratar de llevar una visión periférica de toda la cancha.
- El brazo de la mano que no se está usando en el drible cuelga libremente al costado, pero con ligera flexión a nivel de la cadera.
- Las manos y dedos "acarician" el balón, no lo golpean.
- Para iniciarse en el aprendizaje del drible, se debe iniciar con la mano no preferida o no diestra.
- En juego se deben utilizar todos los tipos de drible y con ambas manos.
- No driblar cerca de las líneas laterales ni en las esquinas.
- El drible excesivo es negativo para el trabajo de equipo.
- Todo jugador debe saber ejecutarlo y con ambas manos (Pozo, 2012, p.22).

### 3.2.3.10 Lanzamiento

#### Tipos de lanzamiento

43

**Lanzamiento de bandeja (después del doble-paso):** es un lanzamiento que se realiza en movimientos y en distancias muy cercanas al aro. Se realiza con un pie apoyado en el suelo de la cancha, el cual da el impulso necesario para saltar lo más cercano posible al cesto; la otra pierna queda flexionada adelante, la mano de lanzamiento será la contraria a la pierna de impulso.

**Lanzamiento con la mano:** se emplea cuando se realizan bandejas a gran velocidad, esta forma de soltar el balón permite un lanzamiento más suave.

**Lanzamiento empujado:** se utiliza cuando es necesaria emplear fuerza extra para controlar la pelota después de recoger un rebote o un tiro debajo del cesto. **Nota:** Para tiros en bandejas es recomendable ayudarse con el tablero y la adecuada rotación de muñeca para que el balón tome el piquete necesario.

**Técnicas del doble-paso:** se toma el balón para el doble-paso en el momento en que se va adelantando la pierna (derecha por el lado derecho y viceversa) para dar el primer paso o salto (Pozo, 2012, p.22).

#### Descripción básica para la ejecución de la técnica de lanzamientos:

- Utilizar varios tipos de lanzamientos.
- Lanzar con la seguridad de encestar.
- Mientras más confianza mejor.
- No "forzar" el tiro; háganlo con estabilidad y equilibrio.
- Mientras más cerca del cesto, habrá más posibilidad de éxito.
- Tratar de lanzar lo más técnicamente posible.
- Quien tiene mejor visión del rebote es el lanzador, por tal razón, éste debe ir en busca de su rebote.
- Utilizar acertadamente el tablero, sobre todo por los lados.
- Concentrarse antes de lanzar.
- Seleccionar el punto de mira y ser constante en él.

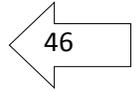
- No lanzar apresuradamente; hacerlo con tranquilidad y a su debida oportunidad.
- En los lanzamientos con una mano, utilizar el brazo libre como factor de equilibrio.
- El lanzamiento de tiro libre es de mucha importancia en el resultado de los partidos practicarlos.
- ✚ Lanzar desde posiciones cómodas, con buena base de sustentación y equilibrio corporal.
- ✚ No tocar el balón con la palma de la mano, sino con las yemas de los dedos en el momento de lanzar.
- ✚ Coordinar las respectivas flexiones y extensiones de piernas, codos, muñecas, dedos, etc....
- En lanzamiento con una mano.
  - ✚ Pequeño espacio entre la pelota y las palmas de las manos.
  - ✚ La muñeca debe plegarse, mientras se tiene la pelota en la mano, antes de tirar desprendiéndose de ella.
  - ✚ La pelota descansará en las "almohadillas" de los dedos para que la toma sea apropiada.
  - ✚ Puntos de presión para una correcta toma; solamente las "almohadillas" de los dedos deberán tocar la pelota (*Ver imagen en anexo A, deporte baloncesto*), (Pozo, 2012, p.23).

### 3.2.4 Reglamentación básica de baloncesto adaptado al deporte escolar

- a) Podrán participar en este campeonato los niños legalmente inscritos en el campeonato o torneo escolar. No se tendrá en cuenta el grado de escolaridad, solamente la edad.
- b) Cada equipo consta de diez (10) jugadores, cinco (5) jugadores en el terreno de juego y cinco (5) sustitutos.
- c) Un partido consta de cuatro (4) períodos de juego de 10 minutos cada uno.
- d) El sistema de alineación es el siguiente: Para el primer período de 10 minutos se alinearán cinco (5) jugadores, para el segundo periodo de 10 minutos se alinearán cinco (5) jugadores nuevos que no hayan actuado; para los periodos, tercero y cuarto la alineación es libre.

- e) En el primer y segundo periodo no hay cambios, sí hay lesión física o acumulación de faltas personales, el árbitro sorteará entre los suplentes el respectivo reemplazo; éstos entran a completar el período del que salió, en el tercero y cuarto, si pueden realizar cambios libremente.
- f) Hasta nueve (9) jugadores es un partido oficial, cinco (5) en el primer período y cuatro (4) en el segundo; con ocho (8) o menos jugadores, el partido no es oficial pero se realizan los cuatro (4) períodos con cinco (5) jugadores; el equipo que infrinja la norma perderá el partido así lo haya ganado, el marcador se mantiene pero, los tres (3) puntos se le asignan al contrario. El encuentro se puede iniciar con la presencia mínima de cinco (5) jugadores.
- g) En el primero y segundo periodo tienen derecho a dos (2) tiempos muertos, en el tercer y cuarto período tiene derecho a dos (2) tiempo computable, y debe utilizar defensa individual (zona, media cancha, tres cuartos o en toda la cancha).
- h) Canasta y su valor: lanzamientos dentro del semi-círculo de 6,25 metros vale dos (2) puntos; lanzamientos fuera del semi-círculo de 6,25 metros vale tres (3) puntos; lanzamiento de tiro libre vale un (1) punto.
- i) El balón a utilizar es el de baloncesto No. 6. La altura del aro al piso debe estar a 3.05 metros. Línea de tiro libre a cuatro (4) metros del tablero.
- j) El resultado final de un partido no puede ser un empate.
- k) No presentarse en el campo de juego o el abandono del equipo no concederá ningún puntaje, en caso de reincidencia el equipo será retirado del campeonato.
- l) El equipo que pierda por incomparecencia (no presentarse al juego) obtiene un marcador adverso de 0-20 y los equipos que no han jugado con un equipo expulsado del campeonato se le asignarán un marcador de 20-0.
- m) Después de iniciado un partido, ningún equipo podrá realizar demandas sin haber sido considerado como protesta antes de iniciar el partido.
- n) Para determinar la clasificación de los diferentes equipos, se sumarán los puntos obtenidos por cada uno así: Tres (3) puntos por partido ganado, dos (2) puntos por partido empatado, un (1) punto por partido perdido jugado, cero (0) puntos por incomparecencia o abandono.
- o) Forma de definir las clasificaciones en caso de empate.

- Si es entre dos (2) equipos; clasificará el que haya ganado entre ellos.
  - Si el partido se terminó empatado se tendrá en cuenta:
    - Más partidos ganados
    - Diferencia de goles.
    - Menor número de goles en contra.
    - Mayores números de goles a favor.
    - Sorteo.
  - En casos de empate en el puntaje entre tres (3) equipos o más, para definir una clasificación opuesta se aplicará el inciso B, entre los equipos empatados.
- p) Un partido se puede suspender a criterio del árbitro o por fuerza mayor. Transcurrido el tercer período un partido se dará por finalizado y no por suspendido, en caso de una eventualidad.
- q) Cuando un partido lleva transcurrido menos del 25% del tiempo total; y es suspendido por fuerza mayor se programará totalmente de nuevo.
- r) Los casos no previstos en el presente reglamento serán resueltos a buen juicio por el encargado del torneo (INDERBU, 2012).



### 3.2.5 Descripción básica del arbitraje en el baloncesto

Un partido debe ser dirigido por tres árbitros, uno principal y dos auxiliares. Estos serán asistidos desde la mesa de anotadores, cronometradores y un comisario técnico. Los árbitros y sus ayudantes dirigirán el juego de acuerdo con las reglas e interpretaciones oficiales. El árbitro principal decidirá en cualquier situación de discrepancia entre árbitros auxiliares, mesa de anotadores, dudas de validez en las canastas, dará su aprobación al acta, es el responsable de verificar, inspeccionar y aprobar todos los elementos técnicos y podrá tomar decisiones sobre situaciones no reglamentadas ni regladas. Los árbitros se pueden comunicar con la mesa de anotadores, con el resto de árbitros mediante la gesticulación, señalizando las incidencias con una serie de señales pre-establecidas. En el caso del baloncesto escolar debe ser dirigido por tres árbitros, dos árbitros en cancha y uno en mesa, los de cancha son los encargados de aplicar el reglamento del campeonato en cuestiones técnicas del juego, deben de ubicarse como un árbitro líder (delante de la cancha).

árbitro seguidor (atrás de la jugada), y deben conocer su zonas de responsabilidades en base a la mecánica arbitra, el árbitro o juez de mesa es el encardo de aplicar las acciones administrativas del juego y llenar la acta del partido a disputar.

### **3.2.6 Señalizaciones básicas del arbitraje en el baloncesto (Ver imagen en anexo A, deporte baloncesto)**

47

## **3.3 Voleibol**

### **3.3.1 Definición**

Juego de equipo, que se juega en una cancha dividida en dos partes iguales por una red, en cada parte se sitúa un equipo compuesto por seis (6) jugadores, el objetivo es pasar el balón por encima de la red y que dé en el suelo del campo del equipo contrario. El equipo contrario tiene tres golpes para devolver el balón, el juego se pone en marcha con el saque y la jugada dura hasta que el balón toca el suelo o va para fuera, un equipo no logra devolverlo o comete falta, en este caso, se para el juego, se repite la jugada, cada jugada supone un punto y cuando el equipo que recibe gana la jugada, obtiene el derecho a saque y los jugadores rotan una posición en sentido de las agujas del reloj (Federacion Internaciona de Voleibol [FIVB], 2010).

### **3.3.2 Historia**

El voleibol nació el 9 de febrero de 1895 en Estados Unidos, en Holyoke, Massachusetts. Su inventor fue William George Morgan, un profesor de Educación Física de la YMCA. Se trataba de un juego de interior por equipos con semejanzas al tenis o al balonmano. El primer balón fue diseñado especialmente a petición de Morgan por la firma A.G. Spalding & Bros de Chicopee, Massachusetts. En 1912 se revisaron las reglas iniciales que en lo que refiere a las dimensiones de la cancha y del balón no estaban aseguradas, se limita a seis el número de jugadores por equipo, y se incorpora la rotación en el saque. La Federación Internacional de Voleibol (FIVB) se fundó en 1947, los primeros campeonatos mundiales tuvieron lugar en 1949 (masculino) y 1952 (femenino). Desde 1964 ha sido deporte olímpico. Recientemente se han introducido cambios sustanciales en el voleibol buscando un juego más vistoso.

introduce la figura del jugador líbero, en 2000 se reduce de forma importante la duración de los encuentros al eliminar la exigencia de estar en posesión del saque para puntuar; se puede ganar punto y saque en la misma jugada mientras que antes se podía estar robando saques de forma alternativa sin que el marcador avanzara. Se ha permitido el toque con cualquier parte del cuerpo o se permite que el saque toque la red siempre que acabe pasando a campo contrario.

48

Fue en la década del 30 al 40 cuando por vez primera se vió el voleibol en Guatemala, jugado exclusivamente por grupos de personas que veían en él una recreación, pero no llegó a practicarse como deporte. En la década del 40 al 50, la presencia de infantes de marina de los Estados Unidos le dan la popularidad en nuestro medio, jugándose en las bases militares y en las instalaciones del antiguo Club Alemán, actualmente conocido como Campo Universitario los Arcos. Después de la revolución del 44 se incrementó la realización de juegos de voleibol, y la realización de torneos informales; profesores de Educación Física, universitarios y militares intentan organizar en el mes de julio de 1949 la primera Federación, pero los sucesos políticos de la época lo impiden. El Ing. Augusto Willemsen, es el primero en desempeñar el cargo del presidente; desarrollando una positiva labor. El 4 de julio de 1967 surge la Federación del Voleibol de Guatemala (FIVB, 2010).

### 3.3.3 Fundamentos técnicos básicos del voleibol

Las destrezas básicas individuales que deben ser dominadas por todo jugador/a de voleibol, son:

#### 3.3.3.1 La recepción

Se utiliza para recepcionar (amortiguar) la pelota y dirigirla al lugar del colocador, este pase tiene su sentido, fundamentalmente, ante un servicio o ante un remate del equipo contrario. (*Ver imagen en anexo A, deporte Voleibol*).

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- 🌐 Los brazos deben de estar estirados y firmes, abrazando una mano a la otra.
- 🌐 Los ante-brazos deben estar unidos a la altura de los codos.

- 🎯 Los brazos se encuentran inclinados hacia delante en el momento del golpe, con lo que se consigue que el balón salga hacia delante.
- 🎯 En el momento del golpe se utilizará el movimiento resorte.
- 🎯 Las piernas deben estar semi-flexionadas.
- 🎯 La espalda debe estar erguida.
- 🎯 La vista debe estar fijada con una visión periférica ofensiva y defensiva (Roncero García, 2008, p.22).

### 3.3.3.2 El voleo

Es el fundamento técnico más básico y elemental del voleibol, es conocido por todos; que el voleo de pelotas altas con dos manos podrá ejecutarse adelante, atrás y lateral y que durante la ejecución principalmente los movimientos ejecutados por los brazos serán los que nos permitirán observar una acción distinta en cada caso, el voleo ejecutado con intenciones de preparar el ataque es lo que se denomina **Pase** (Ver imagen en anexo A, deporte Voleibol).

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- 🎯 Debe atenderse el trabajo de las piernas con relación a la distancia entre el jugador y el lugar hacia donde se dirige el balón.
- 🎯 Antes del contacto con el balón se estará de frente hacia donde se enviará el voleo.
- 🎯 Es importante el trabajo de todos los dedos en el momento con el contacto con el balón.
- 🎯 En el caso del voleo hacia atrás, debe realizarse un ligero movimiento de las caderas hacia delante y arriba, mientras que el movimiento de los brazos será fundamentalmente hacia arriba.
- 🎯 Los pies de forma de paso.
- 🎯 El peso del cuerpo repartido sobre los pies.
- 🎯 Piernas semi-flexionadas.
- 🎯 El tronco ligeramente inclinado al frente.
- 🎯 Brazos flexionados y las manos en forma de copa con los dedos adelante de la cara a la altura de los ojos y la vista al frente.

- Cuando el balón se aproxima a las manos, se ejecuta la flexión reguladora de fuerza fina (brazos y piernas) encontrándose el jugador preparado física y morfo funcionalmente para realizar el voleo.
- Comienza entonces una extensión simultánea de brazos y piernas hasta hacer contacto con el balón con las terceras falanges de los dedos de las manos.
- Al terminarse el contacto, las manos indican hacia el lugar que se envió el balón y el cuerpo se encuentra completamente extendido (Roncero García, 2008, p.23).

50

### 3.3.3.3 Los desplazamientos

Traslación que ejecutan los jugadores del lugar donde están, hasta el lugar donde deben tocar el balón, o tomar una adecuada colocación o situación para ejecutar un gesto técnico (*Ver imagen en anexo A, deporte Voleibol*).

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- La cabeza y la mirada al frente.
- Tronco ligeramente inclinado hacia atrás.
- Piernas semi-flexionadas.
- Los pies uno más adelante que otro.
- Puntas de los pies dirigidas al frente.
- Los brazos ligeramente flexionados al frente o a los lados del cuerpo.

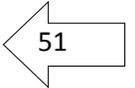
Puede ser:

- Hacia delante: con carrera de frente y paso añadidos.
- Hacia atrás: carrera atrás, pasos añadidos y gira al correr hacia delante.
- Laterales: pasos añadidos, pasos cruzados y pasos mixtos.

En cualquier desplazamiento:

- Una carrera posición fundamental.
- Una buena velocidad de reacción.
- Una buena velocidad de traslación.
- Una buena resistencia a la velocidad.

- Buena atención.
- Buena intención.
- Buena disponibilidad.
- Deseo.
- Fuerza de piernas.
- Concentración (Roncero García, 2008, p.24).



#### 3.3.3.4 El pase

Transmisión del balón mediante el toque de dedos en las mejores condiciones posibles, técnica y tácticamente, para hacer más fácil la siguiente acción (*Ver imagen en anexo A, deporte Voleibol*).

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- El colocador se mueve en unos 5 metros cuadrados.
- Sus desplazamientos son cortos con carrera de velocidad media, alta o muy alta y con cambios de ritmo y dirección.
- Debe estar muy atento a la recepción del balón y colocarse bien.
- Debe manejar todos los aspectos tanto en la dirección del pase, así como en la trayectoria del mismo.

Puede ser según la dirección:

- Hacia delante.
- Hacia atrás.
- Laterales.
- En suspensión (adelante, atrás, lateral, con una mano, vertical).
- Con caída (lateral, dorsal).

Según la trayectoria:

- Alto.
- Tenso.
- Semi-tenso.
- Corto.
- Semicorto (Roncero García, 2008, p.24).

### 3.3.3.5 El saque

El servicio o saque permite poner el balón en juego. Su objetivo principal radica en tratar de dificultar la construcción del ataque del equipo contrario o alcanzar un tanto directo, existen diferentes tipos de saques, diferenciándose entre ellos fundamentalmente por la forma de golpeo y la trayectoria descrita por el balón (Ver imagen en anexo A, deporte Voleibol).

52

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- 🎯 La colocación de los pies.
- 🎯 El lanzamiento de balón.
- 🎯 El movimiento del brazo ejecutor.
- 🎯 La zona de contacto.
- 🎯 El re-ingreso rápido al campo.
- 🎯 No quedarse atrás.
- 🎯 La visión periférica en los puntos débiles.
- 🎯 Debe ser estratégico.
- 🎯 Con potencia.
- 🎯 Con efecto en el aire.
- 🎯 Debes ser preciso y directo.
- 🎯 Buscar la altura adecuada.

Tipos:

- 🎯 De abajo.
- 🎯 De arriba (tenis, flotante, tenis fuerza).
- 🎯 Lateral (gancho flotante y gancho fuerza).
- 🎯 En salto (flotante y fuerza), (Roncero García, 2008, p.25).

### 3.3.3.6 El remate

Es el principal gesto técnico de ataque de un equipo, es el elemento que culmina la fase ofensiva de una jugada, teniendo como misión superar la red y la defensa contraria, tanto el bloqueo como la defensa de campo (Ver imagen en anexo A, deporte Voleibol).

**Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- 🌐 **Desplazamiento:** la cantidad de pasos de la carrera de impulso es dependiente de las características del rematador y el tipo de pase que se remate y la situación determinada del juego. Importante en este último paso de la carrera de impulso, en que sea el más largo y rasante, pues prepara condiciones biomecánicas del cuerpo para un buen despegue.
- 🌐 **La carrera de impulso:** se frena con el talón del pie: (ligera torsión interna). En este movimiento los brazos se hallan extendidos arriba y atrás del cuerpo. Rápidamente el pie de atrás se coloca paralelo al otro (con ligera rotación interna) para una mejor utilización de la fuerza.
- 🌐 **Despegue:** la fase de despegue se considera la más importante, pues es donde se conjugan todas las leyes y principios físico - biológicos del jugador para realizar un mejor salto en correspondencia con el objetivo principal del remate, golpear el balón. De esta forma el peso del cuerpo pasa de los talones a las plantas terminando en la punta de los pies, lo que conjuntamente a un desplazamiento rápido y fuerte simultáneo de los brazos hacia delante y arriba, y la extensión explosiva de las piernas el jugador realiza el despegue.
- 🌐 **Golpeo:** un brazo (el que golpea) se encuentra flexionado al lado de la cabeza (codo señala hacia arriba), el otro semiflexionado se encuentra delante y a la altura de la cara (mantiene el equilibrio del cuerpo), el brazo describe un movimiento rápido hacia delante y arriba golpeándose con la mano abierta. En este momento el brazo debe estar extendido (mayor altura en el golpeo) realizándose simultáneamente al golpe con la mano abierta con flexión supina de la muñeca, el brazo desciende por delante del cuerpo.
- 🌐 **Caída:** después del golpe con el balón se retira rápidamente la mano, bajándose por delante del cuerpo, el jugador desciende sobre la punta de los pies realizando un pequeño movimiento amortiguador (Roncero García, 2008, p.26).

### 3.3.3.7 Bloqueo

Podemos definir el bloqueo como la intercepción de los ataques del contrario al primer toque saltando junto a la red con los brazos alzados buscando devolver directamente el balón al campo contrario, o en su defecto, estrecharle el campo de ataque para inducirlo a echar el balón fuera del terreno de juego (*Ver imagen en anexo A, deporte Voleibol*).

54

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- En el bloqueo pueden participar hasta tres (3) jugadores (los 3 delanteros) para aumentar las posibilidades de intercepción.
- También serán importantes aquí las ayudas de la segunda línea para recuperar el balón en caso de un bloqueo fallido. Postura y movimientos para la preparación del contacto con el balón.
- El jugador se sitúa aproximadamente a 50cm de la malla, pies paralelos y separados al ancho de los hombros, piernas semi-flexionadas.
- Tronco ligeramente inclinado al frente, brazos flexionados delante del cuerpo.
- En técnica de competencia para jugadores altos los brazos se sitúan extendidos arriba con las manos abiertas, las palmas de las manos hacia la malla.
- La vista está dirigida hacia el contrario.
- Cuando se llega al lugar del salto las piernas se flexionan más aún (aproximadamente hasta los 90) produciéndose el despegue con un movimiento ascendente de los brazos.
- Los brazos se encuentran completamente extendidos y dedos de las manos separados unos de otros.
- La caída se realiza de forma amortiguada sobre la punta de los pies.

En su realización la técnica se pueden diferenciar en el presente dos variantes principales:

- Bloqueo con la colocación de los brazos de forma pasiva, donde o bien pasan muy poco los brazos hacia el otro o absolutamente nada, cuyo objetivo es

restarle sólo fuerza al balón y como consecuencia el balón pase al campo de la defensa de forma que se pueda construir un contra ataque.

- El llamado bloqueo defensivo, donde hay un trabajo activo brazos y el objetivo es que el balón no pase, o sea obtener un punto directo (Roncero García, 2008, p.27).

55

### 3.3.4 Reglamentación básica del voleibol adaptado al deporte escolar

#### a) *La pista*

El voleibol se juega en una cancha rectangular de 18m de largo por 9m de ancho, en cada campo existe una zona de ataque (3m) y una zona de defensa (6m), la altura de la red varía en función de la categoría, la altura mínima son 2m para juveniles, y va aumentando en función de la edad de los jugadores. En la categoría absoluta es de 2.4 m para los hombres y 2.24m para las mujeres.

#### b) *El equipo*

Un equipo de voleibol está constituido por doce (12) jugadores, de los cuales seis (6) son titulares y otros seis (6) serán suplentes. Está permitido hacer hasta seis cambios durante cada set. Para realizar el cambio hay que solicitarlo previamente en la mesa de anotadores y no podrá realizarse hasta que el juego esté detenido. Los jugadores de ataque se llaman delanteros, mientras que los de defensa se llaman zagueros.

#### c) *El jugador líbero*

Un equipo puede jugar o no con un jugador especial denominado **líbero**. Este jugador deberá llevar una camiseta de diferente color a la de sus compañeros para su mejor identificación. Es un jugador especialista en dar buenos pases a sus compañeros, goza de ciertos privilegios y obligaciones:

- ✚ No está obligado a rotar como el resto de sus compañeros.
- ✚ No está obligado a sacar.
- ✚ Solamente puede jugar en la zona defensiva.
- ✚ Nunca puede finalizar una jugada con un remate.

**d) Las rotaciones**

En voleibol todos los jugadores deben variar su posición en el campo a lo largo del partido, esto es lo que se conoce como rotación. Consiste en avanzar una posición en el sentido de giro de las agujas de un reloj, cada vez que nuestro equipo recupera el saque, de esta manera todos los jugadores van sacando por turnos a lo largo de cada set, a excepción del líbero si lo hubiera.

56

**e) El tanteo**

Para vencer en un partido de voleibol es necesario ganar tres (3) sets. Cada set se disputa a veinticinco (25) puntos, y es necesario que existan como mínimo dos puntos de diferencia. Todos los balones puestos en juego determinan puntos, tanto para el equipo que saca, como para el que defiende, el equipo que defiende si gana el punto también recupera el servicio. En el caso de empate a dos sets, se disputará un quinto y definitivo set a quince (15) puntos solamente.

**f) El saque**

- ✚ Se puede sacar desde cualquier punto de la línea de fondo.
- ✚ Sólo disponemos de un intento, si fallamos es punto para el equipo contrario, y además sacan ellos.
- ✚ En el momento del saque todos los jugadores estarán dentro del terreno de juego.
- ✚ El jugador que saca no puede pisar la línea de fondo.
- ✚ Si el balón toca la red y pasa al campo contrario, el saque se considera válido.

**g) Balón en juego**

- ✚ Podemos golpear con cualquier parte del cuerpo.
- ✚ El golpeo del balón debe ser claro y limpio, no se puede retener el balón con las manos.
- ✚ El mismo jugador no puede golpear el balón dos veces seguidas.

- ✚ Cada equipo dispone como máximo de tres golpes antes de pasarlo al campo contrario.
- ✚ No está permitido bloquear el saque del equipo contrario.
- ✚ No está permitido tocar la red con ninguna parte del cuerpo.
- ✚ Después del bloqueo, si el balón cae en nuestro campo, disponemos nuevamente de tres golpes, es decir, el bloqueo no cuenta, y además puede recoger el balón el mismo jugador que ha bloqueado.

#### h) **Jugada básica**

- 🏐 Recepción: toque de ante-brazos.
- 🏐 Colocación: toque de dedos.
- 🏐 Remate: palmeo por encima de la red para finalizar el ataque (Díaz, 2013, pp.10-56).

### 3.3.5 Descripción básica del arbitraje en el voleibol

Un partido oficial de voleibol es supervisado por una plana de réferis. El primer árbitro es considerado el árbitro principal, puede estar de pie o sentado sobre una plataforma, que se encuentra junto a uno de los postes laterales, está ubicado en el lado opuesto del banquillo de los suplentes y el esquiipo técnico, su tarea es determinar los puntos, las faltas y las tarjetas.

El segundo árbitro es el asistente del principal, siempre está de pie, en lado del banquillo de suplentes, su función es supervisar los alrededores del campo de juego.

El anotador está situado entre los banquillos, sentado frente a una mesa, contabiliza los puntos, cambios y rotaciones de ambos equipos. El anotador asistente tiene como función anotar electrónicamente, el acta en competición de la federación correspondiente. Además, participan entre dos (2) a cuatro (4) jueces de línea. Ellos se ubican en las esquinas, y le indican al árbitro principal, si el balón ha caído dentro o fuera del campo reglamentario.

En el caso escolar será únicamente un árbitro que puede estar de pie o sentado junto a uno de los postes laterales, deberá conocer las respectivas señalizaciones y aplicar las reglas del juego.

### **3.3.6 Señalizaciones básicas del árbitro de voleibol (*Ver imagen en anexo A, deporte Voleibol*)**

58

## **3.4 Balonmano**

### **3.4.1 Definición**

El balonmano es un deporte colectivo en el cual participan dos equipos, tiene como objetivo introducir la pelota en la portería contraria jugándola con la mano, ganará el encuentro el equipo que haya logrado más goles al finalizar el tiempo de juego; en caso de que ambos equipos tengan igual número de goles habrán empatado, no existiendo ganador (en función de la competición se jugaría una o varias prórrogas para obtener un vencedor), (Gago, 2010).

### **3.4.2 Historia**

Expertos señalan que sus orígenes se remontan a la antigua Grecia, se practicaba un juego de pelota con la mano, conocido como el "Juego de Urania", se utilizaba una pelota del tamaño de una manzana y los participantes debían procurar que no tocara el suelo, este juego lo llegó a describir Homero en la "Odisea". En la época romana, un médico llamado Claudio Galeno recomendaba a sus enfermos que jugaran al "Hapaston", que se practicaba con un balón. En 1892 un profesor de Gimnástica, Konrad Koch, creó el "Raffballspied", con características muy parecidas al actual balonmano; en ese tiempo, en Checoslovaquia se practicaba en las escuelas un juego en el que cada equipo estaba formado por siete jugadores, se denominaba "Hazena" y su primer reglamento apareció en 1905. En un Instituto de Enseñanza Media de Dinamarca, un profesor de Gimnasia, Holger Nielsen, en 1898 introducía un juego nuevo con un balón pequeño, al que se llamó "Haandbol", se trataba de meter goles en una portería, de una manera semejante al fútbol, pero manejando el balón con las manos; pero los pocos historiadores que se han atrevido a profundizar en los orígenes del actual balonmano apuntan a un profesor de Educación Física, afincado en Berlín, llamado Max Heiser, como el verdadero y

legítimo "padre" de esta modalidad deportiva, jugaba con sus alumnas en una de las principales avenidas de Berlín, en 1907, el juego que creó se denominó "Torball", basado en otros juegos parecidos. Dos años más tarde, un compatriota de Heiser, Carl Schelen, "inventa" un nuevo juego, al que se puso el nombre de "Hanball", inspirado principalmente en el fútbol, las reglas eran idénticas, con la diferencia de que se jugaba con la mano, cada equipo estaba compuesto por 11 jugadores y se practicaba sobre un terreno de fútbol (Gago, 2010).

59

En Guatemala inicia como una actividad recreativa en la década de los años 70, se debe a un grupo de maestros y alumnos de la Escuela Normal de Educación Física, a esta misma escuela se le atribuye haber introducido este deporte al país. En los años 70 al 74 se juega en las instalaciones de la Escuela Normal Central de Educación Física -ENCEF-, como actividad recreativa por iniciativa del profesor Alfredo Arturo Gutiérrez Castañeda y a un grupo de alumnos de la ENCEF; a partir de esta época el balonmano empieza a crecer se dan becas a otros países, cursos por varios maestros de Educación Física, hasta convertirse en un deporte federado (Escuela Normal Central de Educación Física [ENCEF], 2016).

### 3.4.3 Fundamentos técnicos del balonmano

El balonmano se caracteriza por la rapidez de sus acciones y en la transición entre el ataque y la defensa. Los gestos técnicos más importantes del balonmano son la posición básica, los lanzamientos, los pases, las recepciones, el bote y otros gestos sin pelota.

#### 3.4.3.1 La posición básica

Es un fundamento técnico muy importante, sobre todo en la defensa. Se caracteriza por la posición de los pies, que han de estar uno al lado del otro, a punto para actuar en cualquier dirección (*Ver imagen en anexo A, deporte Balonmano*).

#### 3.4.3.2 Los desplazamientos

Pueden ser con o sin balón, es forma de carrera para recibirlo o para seguir con él, los desplazamientos pueden tener cambios de dirección y de sentido (*Ver imagen en anexo A, deporte Balonmano*).

Tipos:

- ☹ Frontal hacia delante y parada.
- ☹ Frontal hacia detrás y parada.
- ☹ Desplazamiento con cambio de sentido sin variar la orientación.
- ☹ Desplazamiento con cambio de dirección sin variar la orientación.
- ☹ Desplazamiento con cambio de dirección y cambio de sentido variando la orientación (Gago, 2010, p.31).

60

### 3.4.3.3 *Los pases*

Un pase es una acción técnica muy importante que consiste en dirigir el lanzamiento hacia un compañero o compañera, un buen pase debe hacerse con precisión y seguridad. Es el elemento básico del juego, dependiendo del dominio de su técnica, los resultados que permitan valorar el nivel técnico alcanzado por un equipo, considerándose por ello axiomático, el principio de que solamente puede perderse la posesión del balón tras la ejecución de un tiro a puerta. Se dice que un pase es trasladar el balón hacia otros compañeros que se encuentran estáticos o en desplazamiento, la ejecución de un pase debe estar supervisada al cumplimiento de determinadas condiciones, cuyo valor debe apreciar el jugador antes de efectuarlo (*Ver imagen en anexo A, deporte Balonmano*).

#### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- ☹ Útil: dirigido al compañero mejor situado.
- ☹ Rápido: para evitar la intervención del contrario.
- ☹ Oportuno: en el mejor momento para su recepción.
- ☹ Seguro: evitando posibles riesgos de recepción.
- ☹ Preciso: calculando la futura posición del receptor.
- ☹ Imprevisto: sorprendiendo al contrario tanto en la ejecución como en la dirección.
- ☹ Movimiento propio.
- ☹ Capacidad de ajuste visual.
- ☹ Móvil.
- ☹ Movimiento de los compañeros.

- ⦿ Espacio de acción.
- ⦿ Oposición.
- ⦿ No mirar al posible receptor cuando se efectúe el pase.
- ⦿ El pase se realizará con la tensión apropiada, se debe regular la fuerza en función de la distancia a la que se encuentre el receptor (mayor distancia mayor fuerza).
- ⦿ Se realiza con precisión, un pase mal dirigido provocará retrasos en la acción ofensiva.
- ⦿ Es necesario dominar el mayor número de tipos de pases (Gago, 2010, p.32).

#### 3.4.3.4 Tipos de pases

**Pase frontal:** es el pase más habitual, se inicia desde la posición básica, armando el brazo al lado de la cabeza y dando a pelota una trayectoria recta y hacia delante (Ver imagen en anexo A, deporte Balonmano).

**Pase picado:** se realiza igual que el pase frontal, pero la trayectoria de la pelota se dirige hacia el suelo para que bote antes de llegar al jugador o jugadora del mismo equipo, la pelota debe botar cerca del receptor de manera que éste reciba a la altura de la cintura (Ver imagen en anexo A, deporte Balonmano).

**Pase en suspensión:** igual que en los lanzamientos, el pase en suspensión se realiza durante un salto para superar en altura a los defensas, por ejemplo: normalmente, antes del lanzamiento se efectúa una carrera previa de un máximo de tres pasos con la pelota en las manos (Ver imagen en anexo A, deporte Balonmano).

**Pase de cadera:** se hace también con una mano, pero esta vez la pelota se lanza desde la altura de la cadera, con una trayectoria ascendente, normalmente con efecto; es un buen recurso para poder pasar la pelota al pívot que suele estar tapado por los defensas.

**Pase en bandeja (de mano a mano):** se realiza cuando el receptor está muy cerca del que le hace el pase, por tanto, recoge la pelota casi de las propias manos de su compañero o compañera.

**Pase de pronación (de revés):** pierna correspondiente al brazo ejecutor adelantada, brazo y ante-brazo ligeramente flexionado para quedar en extensión completa en el momento del pase, girando la muñeca en dirección del mismo (Gago, 2010, p.33).

### 3.4.3.5 La recepción

La recepción del balón; al igual que el pase, es un elemento muy importante para relacionarnos con nuestros compañeros y compañeras de equipo, no dominar este elemento no hará sino aumentar la dificultad de las acciones siguientes. Por lo tanto, el desarrollo de este elemento traerá consigo mejoras en el seguimiento del juego, en la seguridad, en la velocidad (*Ver imagen en anexo A, deporte Balonmano*).

Una recepción segura permite conservar la posesión de la pelota y por tanto, continuar atacando, se puede recibir: en posición de parado, durante un salto o en carrera; tras la recepción se puede volver a pasar, lanzar a portería o botar la pelota.

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- ☉ Hay que ir a buscar el balón, hay que atacar.
- ☉ Estirar los brazos hacia el balón, dirigiendo la palma de la mano y los dedos al balón.
- ☉ Una vez hecha la recepción, habrá que mantener el balón bajo control.
- ☉ Lejos de las contrarias o los contrarios.
- ☉ Es importante mantener el mayor campo visual posible (en el momento en el que nos viene el balón, fijar la mirada en él).
- ☉ Hay que intentar hacer la recepción en movimiento, debemos dirigir la continuidad del juego hacia la acción (separación de brazos y piernas, disociación), (Gago, 2010, p.34).

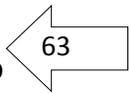
### 3.4.3.6 Los lanzamientos

El lanzamiento es el momento culminante de todo ataque, el objetivo del lanzamiento a portería es meter gol, los requisitos básicos para realizar un buen lanzamiento son la potencia y la precisión (*Ver imagen en anexo A, deporte Balonmano*).



**Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- ☉ Debe realizarse en el momento oportuno.
- ☉ Debe ejecutarse con la rapidez adecuada, para que suponga un acto sorpresivo para el defensor y el portero.
- ☉ Al mismo tiempo debe ser preciso.
- ☉ Es importante tener variedad de lanzamientos y poder elegir en función de la actuación de los oponentes.
- ☉ La técnica de ejecución del lanzamiento es similar a la del pase, aunque con dos diferencias importantes:
  - ☉ Mayor protección hacia atrás en el armado.
  - ☉ Mayor y más brusca distorsión de tronco en el momento de la ejecución.
- ☉ Se pueden distinguir los siguientes lanzamientos:
  - ☉ Clásico, con apoyo.
  - ☉ En suspensión.
  - ☉ En caída con salto.
  - ☉ En caída sin salto.
  - ☉ Vaselina u parabólicos.
  - ☉ Lanzamientos a siete metros, (penalti), (Gago, 2010, p.35).



**3.4.3.7 El bote**

Es el elemento técnico que consiste en lanzar la pelota contra el suelo repetidamente y sin retenerla. Podemos distinguir dos tipos de bote (*Ver imagen en anexo A, deporte Balonmano*).

**Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- ☉ Se debe mirar el balón lo menos posible.
- ☉ En cualquier tipo de bote se debe proteger el balón del adversario, colocándonos entre éste y el móvil.





Es imprescindible el dominio del bote con ambas manos, así como los cambios de mano o los cambios de dirección durante una progresión en bote.

**El bote alto u ofensivo:** sirve para desplazarse con la pelota hacia la portería contraria tan rápidamente como sea posible. La pelota se bota alta, por delante del cuerpo.

64

**El bote bajo o defensivo:** sirve para conservar la pelota ante la presencia de un contrario, la pelota se bota baja, lejos del contrario, protegiéndola con el cuerpo y con el otro brazo.

Se puede utilizar como recurso:

- ☹ Para salidas de fintas.
- ☹ Para atraer al contrario.
- ☹ Para alejarnos del oponente.
- ☹ Para evitar la pérdida de balón una vez dados los tres pasos reglamentarios.
- ☹ Para evitar la retención del balón.
- ☹ Para cambios de ritmo.
- ☹ Para serenar el juego en algunas circunstancias (Gago, 2010, p.35).

### 3.4.3.8 Gestos técnicos sin pelota

Otros gestos sin pelota hemos seleccionado, como gestos sin pelota más habituales del balonmano, la finta y el bloqueo, a pesar de que son gestos propios también de otros deportes colectivos.

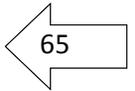
### 3.4.3.9 La finta

Es una acción que se efectúa para engañar al contrario, consiste en simular el inicio de un movimiento para que el defensa lo siga, cuando el adversario ha iniciado el movimiento defensivo se cambia bruscamente la dirección de forma que el defensa no tenga tiempo de rectificar (Ver imagen en anexo A, deporte Balonmano).



**Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- ⦿ La finta comienza con un primer desplazamiento (trayectoria falsa) buscando la intervención del defensa (desplazamiento).
- ⦿ Para conseguir la intervención del defensa, nuestra intervención debe suponer una acción peligrosa.
- ⦿ Una vez provocado el desplazamiento del defensa, realizamos un súbito cambio de dirección y ritmo penetrando por el lado opuesto a la trayectoria falsa.
- ⦿ El cambio de dirección debe realizarse mediante impulso de la pierna contraria a la nueva dirección.
- ⦿ En función de la distancia a línea de 6m y de los pasos utilizados, la penetración se realizará con el 2º o 3º paso o progresando en bote.
- ⦿ El atacante tiene la posesión del balón y el defensor debe estar próximo a él.
- ⦿ Siempre debe existir un pequeño stop (pausa) y un cambio de ritmo posterior.
- ⦿ Imprescindible el dominio de las acciones técnicas en espacio reducido y con defensor próximo.
- ⦿ Muy importante que la acción inicial represente un peligro claro para el defensor.
- ⦿ La reiteración de una misma mecánica de finta no es aconsejable porque va en detrimento de la necesaria sorpresa.
- ⦿ Fundamental valorar lo antes posible las posibilidades de éxito (Gago, 2010, p.36).



**3.4.3.10 El bloqueo**

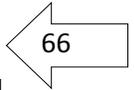
Es una acción defensiva propia del portero pero que también emplea la defensa, sobre todo cuando la barrera está formada ante el área de portería. Es la acción de abortar la trayectoria de la pelota cogiéndola o rechazándola, si en el bloqueo participan dos o más jugadores o jugadoras, se sitúan muy juntos, con los brazos en alto para interceptar la pelota, como una auténtica barrera (*Ver imagen en anexo A, deporte Balonmano*).





**Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- ☉ Diremos que el propósito principal de esta acción es el de reducir o neutralizar el área de movimiento del oponente.
- ☉ Disminución de su espacio a través de cerrarle el camino físicamente con el propio cuerpo, para detener, interrumpir y retrasar su ritmo de intervención (ruptura del tiempo), consiguiendo una situación de superioridad numérica momentánea.
- ☉ Supone por tanto, una ayuda corporal directa en beneficio del compañero.
- ☉ La posición del bloqueador, que puede ser fija, debe ser en todo momento equilibrada y bien asentada en una base de sustentación amplia.
- ☉ Que permita al jugador intervenir con prontitud posteriormente, por lo tanto, debe estar formada por una buena amplitud de la abertura de las piernas y la flexión regulada de las mismas.
- ☉ El defensor quien llega al contacto físico y no a la inversa, de ahí que la anticipación espacial antes indicada sea decisiva.
- ☉ Calidad perceptiva, de decisión y de ejecución elevada.
- ☉ Exigencia muy alta en el tratamiento de la información del entorno.
- ☉ Necesidad de una anticipación de las intencionalidades.
- ☉ Calidad de ejecución técnica (Gago, 2010, p.37).



**3.4.4 Reglamentación básica del balonmano adaptado al deporte escolar**

- a) **Duración:** el balonmano se juega en dos partes de treinta (30) minutos con un descanso de diez (10) minutos. En caso de empate y cuando las normas de la competición exigen un ganador, se jugará un período de cinco (5) minutos.
- b) **Jugadores:** un equipo de balonmano está formado por doce (12) jugadores, de los que sólo pueden jugar siete (7) al mismo tiempo. Pueden hacerse todos los cambios que el entrenador considere oportunos.
- c) **Pelota:** es esférica, con cubierta de cuero o material sintético y de color uniforme, tiene peso y tamaño diferente según las categorías.





- d) **Puntuación:** cada vez que la pelota rebasa totalmente la línea de portería el equipo que lanzó anota un gol.
- e) **Inicio de partido:** se sortea el saque, cuando el árbitro toca el silbato el equipo tiene tres (3) segundos para poner el balón en juego. Todos los jugadores deben estar en su mitad del campo correspondiente.
- f) **Las reglas que debe respetar el jugador que posee la pelota son las siguientes:**

- ⊖ Un jugador no puede dar más de tres pasos con la pelota en sus manos.
  - ⊖ Para desplazarse también puede utilizar el bote.
  - ⊖ Después de parar de botar no está permitido volver a botar nuevamente. En cambio, es posible dar otros tres pasos.
  - ⊖ Debe pasar, lanzar a portería o botar antes de cumplirse cinco (5) segundos desde que cogió la pelota.
  - ⊖ Hay que pisar la línea lateral del campo para hacer un saque de banda.
  - ⊖ El balón se puede tocar desde la rodilla hacia arriba, el portero puede hacerlo con cualquier parte de su cuerpo.
- i) **Reglas comunes a todos los jugadores**
- ⊖ No está permitido empujar, sujetar o golpear a un adversario.
  - ⊖ No se puede impedir el paso a un jugador con los brazos o las piernas, pero sí con el tronco.
  - ⊖ Es falta pisar la línea que delimita el área de portería de seis (6) metros y entrar en ella, menos el portero.
  - ⊖ Dentro del área el portero no será castigado si hace pasos, dobles o retiene el balón más de tres (3) segundos.
  - ⊖ Se puede lanzar a portería desde dentro del área, siempre y cuando el jugador haya saltado, previamente sin pisar la línea, y lance la pelota antes de caer al suelo (lanzamiento en suspensión).
  - ⊖ Cuando el guardameta envía la pelota detrás de su portería y sale por la línea de fondo él mismo pondrá de nuevo la pelota en juego. Si, en cambio, el balón es tocado por un jugador de campo defensor, se lanzará córner o saque de esquina desde el lado más próximo desde donde salió.



- ☹️ Todas las faltas se sacan desde el mismo lugar donde se hicieron, excepto si la infracción fue entre las líneas de seis (6) y nueve (9) metros. En ese caso, el golpe franco se saca sobre la línea discontinua de nueve (9) metros, las defensas deben colocarse en la línea de seis (6) metros.
- ☹️ Cuando el jugador que lanza a portería se encuentra con ventaja clara para conseguir gol, recibe falta antirreglamentaria, el árbitro castigará la falta con penalti, éste se lanza desde la línea de siete (7) metros, todos los jugadores deberán retrasarse hasta la línea de nueve (9) metros.
- ☹️ Si los árbitros consideran que un equipo pierde tiempo, retardando demasiado el lanzamiento a portería, pueden castigar a esta situación indicando “pasividad”.
- ☹️ Un jugador puede ser expulsado por dos (2) minutos. A la tercera expulsión se va directamente al vestuario, y a los dos (2) minutos entrará otro jugador (Anónimo, 2015), (Collozo, 2014).

### 3.4.5 Descripción básica del arbitraje en el balonmano

- ☹️ Cada partido será dirigido por dos árbitros con la misma autoridad, y asistidos por un cronometrador y un anotador, los árbitros observarán la conducta de los jugadores y oficiales de equipo, desde el momento en que entran en el recinto del partido hasta que lo abandonan. Los árbitros son los responsables de inspeccionar el terreno de juego, las porterías, los balones antes de que comience el partido, deciden que balones serán utilizados, también comprueban la presencia y el uso por parte de ambos equipos de los uniformes apropiados. Comprueban el acta del partido, el equipamiento de los jugadores, se aseguran de que el número de jugadores y oficiales en la zona de cambio están dentro de los límites y comprueban la presencia e identidad del “oficial responsable de equipo” de cada equipo, el sorteo lo efectúa uno de los árbitros en presencia del otro y de los “oficiales responsables de equipo” de cada uno de ellos, o de un oficial de equipo o jugador que actúe en representación del “oficial responsable de equipo”, es responsabilidad de los árbitros asegurar que el partido se juegue de acuerdo a las reglas. Los árbitros deberán sancionar cualquier infracción.

ambos árbitros son responsables del cómputo de los goles, así como de tomar nota de las amonestaciones, exclusiones, descalificaciones y expulsiones.

- ☹ Ambos árbitros son responsables de controlar el tiempo de juego, si hubiera duda sobre la exactitud del cronometraje, tomarán una decisión conjunta, los árbitros son responsables de asegurar, después del encuentro, que el acta del partido está complementada correctamente, las decisiones tomadas por los árbitros fundadas en la observación de los hechos o sus juicios son irrevocables., solamente se podrán presentar apelaciones contra las decisiones que no sean de conformidad con las reglas.
- ☹ Durante el encuentro, sólo los “oficiales responsables de equipo” tienen derecho a dirigirse a los árbitros.
- ☹ Los árbitros tienen derecho a suspender el partido temporal o permanentemente.
- ☹ Los árbitros deberán hacer todo lo posible para que el juego continúe, antes de tomar la decisión de suspenderlo permanentemente.
- ☹ El cronometrador tiene la responsabilidad principal de controlar el tiempo de juego, time-outs y el tiempo de exclusión de los jugadores excluidos.
- ☹ El anotador tiene la responsabilidad principal de controlar la lista de jugadores, el acta del partido, la entrada de jugadores que llegan después del comienzo del partido y la de jugadores que no están autorizados a participar.
- ☹ Otras tareas, como el control del número de jugadores y oficiales de equipo en la zona de cambio, la salida y entrada de los jugadores reservas, son responsabilidades conjuntas.
- ☹ En la realidad escolar de nuestro país únicamente un árbitro llevará a cabo el arbitraje del juego tratando de ejecutar todo lo anterior (Anónimo, 2015), (Collozo, 2014).

#### **3.4.6 Señalizaciones básicas del árbitro de balonmano (Ver imagen en anexo A, deporte Balonmano).**

## 3.5 Kickingball

### 3.5.1 Definición

Es un juego que consiste en patear un balón y hacerlo rodar por el campo de juego hacia el terreno considerado como válido, recorriendo las tres (3) almohadillas ubicadas en él (en sentido contrario al de las agujas del reloj) y llegando hasta la placa circular de donde pateó para anotar un tanto conocido como “carrera”. El Kickingball tiene como objetivo el que dos equipos compuestos por diez (10) jugadoras cada uno, debe anotar la mayor cantidad de carreras que sean posibles y evitar que el otro equipo anote carreras, ganando al final del partido, el equipo que haya anotado más carreras, en conformidad con el Reglamento Oficial y bajo la jurisdicción de uno o más árbitro y un anotador oficial. El juego se realizará entre dos (2) equipos que contendrán diez (10) jugadoras cada uno. Un equipo estará en el terreno de juego mientras que el otro estará consumiendo su turno de pateo, al equipo que patea se le llama "ofensiva" y al equipo que está en el terreno de juego se le llama "defensiva". Las jugadoras de la defensiva se ubicarán dentro del campo de juego en unas "posiciones definidas", en el cual, una de ellas tendrá el balón en sus manos y se lo enviará rodándolo por el suelo a cada una de las jugadoras de la ofensiva, quienes consumirán uno a uno su turno de pateo en un orden pre-establecido. Patearán el balón hacia el campo de juego, correrán para alcanzar la primera base y las siguientes, siempre que puedan, hasta lograr llegar a donde se inició pateando y anotar carreras; mientras que las defensoras por su lado, harán lo posible para “eliminar” a la jugadora de la ofensiva que pateó el balón, para poder eliminarla, deberán tocarla con el balón, o tocar la base a la cual se dirige antes de que ésta la toque primero, o atrapar el balón pateado de aire antes que éste toque el suelo. Cuando la defensiva logra eliminar a tres (3) jugadoras de la ofensiva, éstas terminan su turno de pateo, y ahora los papeles se intercambian: El equipo que estaba pateando le tocará defender y al que estaba defendiendo le tocará patear, así sucesivamente. La acción del juego se da cuando un equipo intenta anotar carreras mientras que el otro lo trata de evitar eliminando a tres (3) de sus jugadoras

70

(Ver imagen en anexo A, deporte kickingball), (Federacion Venezolana de Kickingball [FEVENKIC], 2016, p.35).

(A las 3 Almohadillas y a la Placa Circular, ubicadas en el campo de juego, se les llaman "bases"), (Ver imagen en anexo A, deporte kickingball).

71

### 3.5.2 Historia

El Kickingball nace de la idea del juego de "KICKBALL" de Estados Unidos, el cual éste se comenzó al rededor del año 1942; correspondiente a la Segunda Guerra Mundial, en donde el periodista americano Ernie Pyle lo presencié siendo jugado por los soldados estadounidenses en sus tiempos libres durante la campaña norteafricana 1942-1943. A principios de la década de 1960 en los juegos vacacionales de los Colegios de Estados Unidos de América (USA), se ideó un entretenimiento que usará la menor cantidad posible de material deportivo; con ello se comenzó la práctica del Kickball, jugado con un balón de fútbol, por un grupo de niños de ambos sexos, recogiendo la pelota golpeada con el pie, muy similar al béisbol, pero sin guantes y sin bate. Se estuvo practicando como juego de camping, hasta ser incorporado a los colegios como parte del programa de Educación Física, debido a la poca necesidad de material deportivo (solo un balón y un poco de espacio) y la capacidad de incluir mayor cantidad de niños en su accionar (FEVENKIC, 2016, p.36).

El kickball, también llamado **kickingball**, futbeis' o **kimbol**, llega aproximadamente en el año 1945 a Venezuela y Colombia pocos años después es visto por primera vez en Guatemala. Este juego era llamado algo así como "El Fútbol del Béisbol", en donde para las generaciones, se había dejado principalmente en un juego de niñez típicamente aprovechado en los patios del recreo; y que para la época de los años 70' y 80', comenzó a fomentarse en la Escuela Norma Central de Educación Física – ENCEF-. Actualmente su nombre original de **kickbol** pasó a ser **kickingball** y es incorporado como juego o deporte en las escuelas, colegios a tal grado que existe la **Asociación de KICKBOL de Guatemala**, reconocido como el ente rector de este deporte (Escuela Normal Central de Educación Física [ENCEF], 2016).



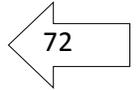
### 3.5.3 Fundamentos técnicos básicos del kickingball

#### ☹ Elementos técnicos defensivos:

- El fildeo.
- El desplazamiento.
- El tiro.
- El lanzamiento.

#### ☹ Elementos técnicos ofensivos:

- El pateo.
- El corrido a las bases.
- El barrido o deslizamiento a las bases. (FEVENKIC, 2007, p.42).



#### 3.5.3.1 El fildeo

El fildeo o también conocido como “embolsado”, es la acción de una jugadora a la defensiva de tomar posesión segura del balón durante su recorrido, ya sea de aire o por el suelo sin importar que el balón esté dentro o fuera del terreno de juego. A esa “posesión segura del balón” se le llama “atrapada”, para establecer la validez de la atrapada, la jugadora defensora deberá retener el balón por algún tiempo para poder probar que tiene control total de la misma y que el desprenderse del balón es de manera voluntaria e intencional. Todo fildeo debe iniciarse desde una posición básica defensiva, que se describe a continuación (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*), (FEVENKIC, 2007, p.42).

#### 3.5.3.2 Posición básica defensiva

La posición básica defensiva le permitirá a la jugadora desarrollar y ejecutar una mejor y eficaz técnica defensiva. Se recomienda que toda defensora adopte siempre la posición básica defensiva, ya que ésta le permitirá obtener la facilidad de ejecutar cualquier movimiento en el campo de juego al momento de fildear el balón (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- Las piernas paralelamente separadas a la altura de los hombros.
- Las rodillas semi-flexionadas.



- El tronco inclinado ligeramente hacia delante.
- Los brazos frente al cuerpo con los codos extendidos.
- Las palmas de las manos hacia el frente.
- La mirada fija en el balón al momento del pateo.
- Los fildeos pueden clasificarse de la siguiente manera:
  - Fildeos de rolatas.
  - Fildeos de líneas: líneas bajas y líneas altas.
  - Fildeos de elevados (FEVENKIC, 2007, p.43).

### ***Fildeos de rolatas***

Las “**rolatas**” son aquellos balones pateados que describen su trayectoria al ras o rebotando en el terreno de juego (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- Las piernas paralelamente separadas a la altura de los hombros.
- Las rodillas semi-flexionadas.
- El tronco inclinado hacia delante.
- Los brazos frente al cuerpo.
- Los antebrazos paralelos entre sí a una distancia no menor a 5 cms ni mayor a 8 cms.
- Los codos extendidos.
- Las palmas de las manos hacia el frente.
- Los dedos extendidos y juntos unos al lado de los otros en cada mano, tocando el suelo o a una distancia que dependerá de la altura de la rolatas.
- La mirada fija en el balón que está rodando.
- El balón rodará por las palmas de las manos y haremos un movimiento de “recoger como pala”, al llegar a los antebrazos, se flexionan inmediatamente los codos, cerrándolos llevando el balón hacia el pecho y asegurándolo con los dedos y las manos apretándolo fuertemente para así completar el fildeo (FEVENKIC, 2007, p.44).

Para este tipo de fildeo se debe tener presente la dirección del balón y la contundencia del pateo, para así ejecutar una buena técnica o los movimientos y acciones correctas para realizar un buen fildeo.

### ***Fildeos de líneas***

74

Las “líneas” son aquellos balones pateados de aire que describen su trayectoria en línea recta, a una altura que puede ir referenciada desde las rodillas a la cabeza de las defensoras. Existen dos tipos de líneas: las líneas bajas y las líneas altas. Las líneas bajas; son aquellas que poseen una altura referenciada no mayor a la cabeza de las defensoras. Y las líneas altas; son las que poseen una altura referenciada a la cabeza de las defensoras. La técnica del fildeo de líneas va enfocada generalmente a las líneas bajas por ser el fildeo más común. Para el caso de las líneas altas, existe otro tipo de técnica llamada la “técnica del doble contacto” que permite precisar este fildeo (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica (líneas bajas):***

- Las piernas paralelamente separadas a la altura de los hombros.
- Las rodillas semi-flexionadas.
- El tronco ligeramente inclinado hacia delante.
- Los brazos frente al cuerpo.
- Los ante-brazos paralelos entre sí a una distancia no menor a 5 cms. ni mayor a 8 cms.
- Los codos extendidos.
- Las palmas de las manos hacia el frente.
- Los dedos extendidos y juntos unos al lado de los otros en cada mano.
- La mirada fija en el balón que está en vuelo.
- Cuando el balón llegue a los antebrazos, se flexionan inmediatamente los codos, cerrándolos, llevando el balón hacia el pecho, asegurándolo con los dedos y las manos apretándolo fuertemente para así completar la atrapada (FEVENKIC, 2007, p.45).



### ***Técnica del doble contacto (líneas altas)***

La técnica del doble contacto se realiza para fildear las “líneas altas” (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

75

### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica (del doble contacto):***

- Las piernas paralelamente separadas a la altura de los hombros.
- Las rodillas semi-flexionadas (en algunos casos tocará realizar un salto que dependerá de la altura de la línea).
- El tronco perpendicular al suelo.
- Los brazos alzados frente al cuerpo.
- Los codos extendidos o semi-flexionados (dependiendo de la altura de la línea).
- Las palmas de las manos hacia el frente.
- Los dedos extendidos, separados e inclinados hacia delante.
- La mirada fija en el balón que está en vuelo.
- El primer contacto con el balón se hará con las yemas de los dedos, en donde se buscará reducir por completo su velocidad, direccionándolo hacia arriba pero que tome muy poca altura o hacia delante sin ejecutarle mucho impulso.
- El balón quedará en aire uno o dos segundos para luego caer en los antebrazos y así flexionar inmediatamente los codos, cerrándolos llevándose el balón hacia el pecho, asegurándolo con los dedos y las manos apretándolo fuertemente para así completar la atrapada (FEVENKIC, 2007, p.46).

Para este tipo de fildeo se debe tener presente la dirección del balón y la contundencia del pateo, para así ejecutar una buena técnica o los movimientos correctos para realizar un buen fildeo. Es importante además, que al fildear cualquier línea, el cuerpo y los brazos siempre deben estar de frente al balón y nunca de lateral, el balón siempre debe ser atacado de frente.

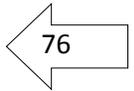
### ***Fildeos de elevados***

Los “elevados” son aquellos balones pateados de aire que se proyectan hacia arriba llegando a una altura máxima para luego comenzar a descender describiendo como trayectoria una parábola (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).



**Descripción básica para la ejecución de la técnica (de elevados):**

- Las piernas paralelamente separadas a la altura de los hombros.
- Las rodillas semi-flexionadas.
- El tronco perpendicular al suelo o ligeramente inclinado hacia delante (ello dependerá del descenso del balón).
- Los brazos frente al cuerpo.
- Los ante-brazos paralelos entre sí a una distancia no menor a 5 cms ni mayor a 8 cms.
- Los codos semi-flexionados.
- Las palmas de las manos frente al cuerpo con una semi-flexión de la muñeca.
- Los dedos extendidos y juntos unos al lado de los otros en cada mano.
- La mirada fija en el balón que está en vuelo.
- El balón caerá entre los brazos y ante-brazos, se termina de flexionar inmediatamente los codos, cerrando los ante-brazos llevando el balón hacia el pecho y asegurándolo con los dedos y las manos apretándolo fuertemente para así completar la atrapada.
- Simultáneamente se realiza un movimiento de “amortiguación” con las piernas, que consiste de un ligero movimiento de semi-flexión y semi-extensión de las rodillas, al estilo “resorte”; de esta manera podrá ser resistida efectivamente la fuerza con la que viene dada el descenso del balón.



Para este tipo de fildeo se debe tener presente la dirección del balón y la contundencia del pateo, para así ejecutar una buena técnica o los movimientos y acciones correctas para realizar un buen fildeo (FEVENKIC, 2007, p.47).

**3.5.3.3 El desplazamiento**

El desplazamiento es el movimiento que realiza una jugadora defensora para dirigirse a otro espacio del campo de juego con el fin de realizar una jugada determinada con el balón (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).



### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- Los desplazamientos se comienzan a realizar a partir de la posición básica defensiva.
- Para realizar los desplazamientos defensivos se tiene que tener una clara ubicación del balón y la contundencia del mismo, para así poder realizar los movimientos de una manera acertada y precisa.
- Se deben tener en cuenta varios factores, entre los que destacan: la ubicación con respecto al pateo y la fuerza del mismo.
- Cuando los pateos son de frente a las defensoras éstas sólo tienen que preocuparse por la fuerza del mismo, para que no las rebasen en pateos aéreos, y para su dominio seguro por el suelo.
- Los desplazamientos se pueden realizar hacia adelante, en diagonal hacia delante, hacia atrás, en diagonal hacia atrás y lateral.
- Los desplazamientos en saltos no son absolutamente recomendables, ya que le quita velocidad de ataque a la defensora (FEVENKIC, 2007, p.47).

77

#### **3.5.3.4 El tiro**

El tiro es una acción defensiva que consiste en enviar el balón a una compañera, impulsándolo con la mano y el brazo (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

**Tipos de tiros:** los tiros pueden ser de dos tipos y éstos a su vez se dividen en varias técnicas:

Tiros con una mano:

- Tiro por arriba del brazo.
- Tiro por el lado del brazo.
- Tiro por debajo del brazo.

Tiros con ambas manos:

- Tiro por arriba de la cabeza.
- Tiro de pecho.
- Tiro por debajo de la cintura (FEVENKIC, 2007, p.48).

### ***Tiro por arriba del brazo***

El tiro por arriba del brazo es el más común por las jugadoras a la defensiva, sobre todo las que juegan en el campo exterior, debido a que ésta es una de las formas más fuertes de tirar el balón.

78

#### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- La jugadora inicia en la posición básica defensiva.
- Al atrapar el balón, éste se coloca en la mano de tiro (en la mano derecha si la jugadora es diestra o en la mano izquierda si es zurda) para prepararlo.
- Luego se lleva el balón por encima del brazo a unos 20 ó 30 cms hacia atrás, realizando una flexión del codo.
- Se adelanta la pierna contraria al brazo de tiro.
- El codo del brazo contrario al del tiro debe estar extendido, este brazo deberá estar direccionado a la jugadora que recibirá el tiro, así mismo, la mirada debe ser dirigida a dicha jugadora.
- Se tira el balón con extensión total del codo y con impulso combinado con la muñeca, mano, dedos y hombro.
- Debe mantener la muñeca en dirección y firme a la jugadora que recibirá el tiro.
- La inclinación del tronco dependerá de la fuerza que utilice la defensora al realizar el tiro (FEVENKIC, 2007, p.48).

### ***Tiro por el lado del brazo***

El tiro por el lado del brazo es usado por algunas defensoras como recurso para enviar el balón a otras jugadoras con rapidez a distancias cortas (Ver imagen en anexo A, deporte kickingball).

***Descripción básica para la ejecución de la técnica (tomando en cuenta si realiza el movimiento sin desplazamiento o sin dar pasos):***

- La jugadora inicia en la posición básica defensiva.



- Al atrapar el balón, éste se coloca en la mano de tiro (en la mano derecha si la jugadora es diestra o en la mano izquierda si es zurda) para prepararlo.
- El balón es llevado, con la mano y el brazo de tiro, hacia atrás por el lado del cuerpo.
- La pierna de apoyo debe ser la misma utilizada para realizar el tiro, es decir, que si la defensora realiza el tiro con el brazo derecho la pierna de apoyo debe ser la misma.
- La mirada debe ser dirigida a la jugadora que recibirá el tiro.
- Luego se realiza el tiro, pasando el brazo por delante del cuerpo para inmediatamente soltar el balón.
- Debe mantener la muñeca en dirección y firme a la jugadora que recibirá el tiro (FEVENKIC, 2007, p.49).

### ***Tiro por debajo del brazo***

El tiro por debajo del brazo es usado comúnmente por las jugadoras del campo interno cuando los pateos son sin contundencia, pues al atrapar el balón, éstas realizan el tiro en combinación con el desplazamiento hacia la jugadora que lo recibirá (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- La jugadora inicia en la posición básica defensiva.
- Al ser pateado el balón, la defensora se desplaza con velocidad para fildearlo.
- Al tomar el balón, éste se coloca en la mano de tiro (en la mano derecha si la jugadora es diestra o en la mano izquierda si es zurda) para prepararlo.
- La mirada debe ser dirigida a la jugadora que recibirá el tiro.
- Se lleva el balón por debajo del brazo con extensión del codo, balanceándolo hacia atrás.
- Luego, junto con el desplazamiento hacia la jugadora que recibirá el tiro, se envía el balón, con un balanceo de atrás hacia el frente, extendiendo el codo y la muñeca en dirección a dicha jugadora (FEVENKIC, 2007, p.49).

### ***Tiro por arriba de la cabeza***

El tiro por arriba de la cabeza es realizado por las defensoras en momentos esporádicos pero precisos, en especial cuando se intenta acorralar a una corredora para lograr eliminarla antes de que regrese a su base o conquiste una base siguiente (Ver imagen en anexo A, deporte kickingball).

80

#### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- La jugadora inicia en la posición básica defensiva.
- Al atrapar el balón, éste se mantiene sujeto con ambas manos.
- La defensora se dirige hacia la corredora a acorralar, teniendo el balón con ambas manos frente a su cuerpo.
- Una vez decidida a tirar, se lleva el balón con ambas manos arriba de su cabeza a unos 20 ó 30 cms. hacia atrás, realizando una flexión de los codos.
- La mirada debe ser dirigida a la jugadora que recibirá el tiro.
- Adelantando una de sus piernas, realizará el tiro con extensión total del codo y con impulso combinado con las muñecas, dedos y hombros, en dirección a la jugadora que recibirá el balón.
- La inclinación del tronco dependerá de la fuerza del tiro (FEVENKIC, 2007, p.50).

### ***Tiro de pecho***

El tiro de pecho es usado por las defensoras del campo interno para realizar jugadas muy rápidas y precisas hacia las bases (Ver imagen en anexo A, deporte kickingball).

#### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- La jugadora inicia en la posición básica defensiva.
- Al atrapar el balón, éste se mantiene sujeto con ambas manos.
- Dirige la mirada a la jugadora a quien enviará el tiro.
- Con o sin desplazamiento, ubica el balón con ambas manos a la altura de su pecho.



- Para hacer el tiro adelanta una de sus piernas.
- Luego realizará rápidamente el tiro con extensión total (hacia fuera) del codo, con impulso combinado con las muñecas, dedos y hombros con dirección al frente de la jugadora que recibirá el balón (FEVENKIC, 2007, p.50).

### **Tiro por debajo de la cintura**

El tiro por debajo de la cintura es usado por algunas defensoras, generalmente por las del campo Interno, como recurso para enviar el balón a otras jugadoras con mucha rapidez a distancias muy cortas. (Por ejemplo: de fildeadora corto a la receptora), (Ver imagen en anexo A, deporte kickingball).

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- La jugadora inicia en la posición básica defensiva.
- Al atrapar el balón, éste se mantiene sujeto con ambas manos.
- Dirige inmediatamente la mirada a la jugadora a quien le enviará el tiro.
- Se lleva el balón por debajo de la cintura con ambas manos con extensión del codo.
- Luego, se envía el balón rápidamente con un balance de abajo hacia el frente, extendiendo los codos y las muñecas en dirección a la defensora que recibirá el tiro (FEVENKIC, 2007, p.51).

### **3.5.3.5 El lanzamiento**

El lanzamiento es la acción que ejecuta la lanzadora el cual consiste en enviar el balón hacia la receptora haciéndolo rodar por el suelo, con el objetivo de hacer fallar o dificultar la acción de la pateadora. Es importante que la lanzadora cumpla con la “técnica básica del lanzamiento” para que dicho envío sea considerado como legal, de lo contrario se decretará como **ilegal** (Ver imagen en anexo A, deporte kickingball).

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- La lanzadora debe estar dentro del círculo.



- Una vez decidida a realizar el lanzamiento, deberá ubicarse sobre la placa de lanzamiento haciendo contacto con ambos pies con ésta.
- Todo su cuerpo debe estar de frente al Home Plate, con sus hombros en línea recta con la primera y tercera base.
- Seguidamente, debe realizar una “presentación del balón”, esta presentación consiste en sostener el balón con ambas manos frente a su cuerpo, haciendo una pausa frente a la pateadora, dicha pausa no debe ser menor a un segundo ni mayor a diez segundos.
- El lanzamiento se inicia cuando la lanzadora quita una de sus manos del balón, y realiza un balanceo llevándolo hacia atrás y luego pasándolo por el lado de su cuerpo, por debajo de su hombro, adelantando un máximo de dos pasos para hacer el envío al Home Plate (FEVENKIC, 2007, p.52).

### **3.5.3.5 Clasificación de los lanzamientos**

Los lanzamientos se pueden clasificar según su velocidad: rápidos y lentos; y según su trayectoria: en rectas y en curvas.

#### **Lanzamientos rápidos**

Los lanzamientos rápidos son todos aquellos envíos que después de salir de la mano de la lanzadora, desarrollan una buena velocidad en su trayectoria hacia el Home Plate, lo que permite algo de dificultad para las pateadoras a la hora de hacer un buen contacto con el balón. Con este tipo de lanzamiento las pateadoras deben tener desarrollado un buen reflejo, con una velocidad de reacción tan rápida que les permita lograr tener un buen contacto con el balón en el momento preciso. La elevación del brazo en el balanceo hacia atrás del balón puede ayudar mucho en darle más velocidad al lanzamiento (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

#### **Lanzamientos lentos**

Los lanzamientos lentos son todos aquellos envíos que después de salir de la mano de la lanzadora, no desarrollan ningún tipo de velocidad, por el contrario, ésta va disminuyendo durante toda su trayectoria al Home Plate, lo que permite a las pateadoras una mayor oportunidad de hacer un buen contacto con el balón. Con



este tipo de lanzamiento las pateadoras deben tener un poco de paciencia si se quiere tener una buena ejecución del pateo (FEVENKIC, 2007, p.52).

### 3.5.3.7 Tipos de lanzamientos

83

Se puede decir que en el kickingball existen dos (2) tipos de lanzamientos básicos que se definen según por su trayectoria el cual son: la recta y la curva.

**Lanzamientos en recta:** es aquel en el cual el balón no describe ningún cambio de dirección provocado por la lanzadora en sus movimientos desde que sale de su mano hasta que llega al Home Plate, esto quiere decir que se mantiene una trayectoria recta (sin ningún tipo de variantes). Se podría decir que éste es un lanzamiento con menor dificultad para patear.

**Lanzamiento en curva:** es aquel en el cual el balón describe una trayectoria de afuera hacia dentro o de adentro hacia fuera con respecto al Home Plate. Este lanzamiento se realiza con la finalidad de sacar de paso o dejar desubicada a la pateadora de turno o de obligarla a patear por el lado del terreno que más le conviene a la defensa (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

Los envíos de adentro y afuera pueden ser lanzados de forma rápida o lenta, la única diferencia que existe entre ellos es el pase del balón con respecto al Home Plate y la velocidad del lanzamiento. Se dice que un envío es adentro cuando el balón pasa por el lado del Home Plate que está más cercano a la pateadora y el envío es afuera cuando el balón pasa por el lado del Home Plate más alejado a la pateadora (FEVENKIC, 2007, p.52).

### 3.5.4 Los elementos técnicos ofensivos

- El pateo.
- El corrido a las bases.
- El barrido o deslizamiento a las bases.

### 3.5.4.1 El pateo

El pateo es la acción de golpear el balón con el pie o pierna, con la finalidad de dirigirlo hacia el terreno de juego. Los pateos los podemos clasificar: según la altura, dirección y contundencia.

84

#### ***Pateadora***

La pateadora es una jugadora a la ofensiva que ocupa un turno correspondiente dentro de la alineación del equipo y toma su posición en el Cajón de Pateo. El objetivo de la pateadora es convertirse en corredora y alcanzar la mayor cantidad de bases que sean posibles y lograr anotar carreras.

#### ***Ubicación en el cajón de pateo***

La pateadora debe ubicarse detrás del Home Plate, en el centro del Cajón de Pateo (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

#### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica de pateo:***

- El pie y pierna de apoyo adelantado con respecto al pie de pateo (si es diestra, el pie y pierna de apoyo será la pierna izquierda, si es zurda, el pie y pierna de apoyo será la pierna derecha).
- Rodillas semi-flexionadas.
- Tronco ligeramente inclinado hacia delante.
- Asegúrese de que el cuerpo se mantenga equilibrado con la posición de las piernas.
- Mirada fija en la lanzadora sin perder de vista el balón (FEVENKIC, 2007, p.53).

### 3.5.4.2 Tipos de pateos

Hay cuatro tipos de pateos que son:

- Pateos de rolata.
- Pateos de línea.
- Pateos de elevado.
- Pateos de toque.

### ***Pateos de rolata***

Son todos aquellos pateos que salen rodando o saltando por el terreno de juego, sin tomar en cuenta su fuerza ni su dirección (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

85

#### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- Se inicia desde la “posición básica de pateo”.
- Se da uno o dos pasos de impulso.
- Al posicionar el pie de apoyo, se atrasa la pierna de pateo flexionando la rodilla y con flexión del tobillo.
- Se golpea el balón en todo su centro con el empeine del pie y con extensión de la rodilla.
- El movimiento de la pierna debe ser de atrás hacia adelante, elevándola sólo un poco.
- El tronco debe inclinarse hacia adelante, manteniendo firme el pie de apoyo (FEVENKIC, 2007, p.53).

### ***Pateos de línea***

Son todos aquellos pateos de aire que se proyectan en línea recta y toman poca altura, en este caso, la altura del balón va referenciada hasta no más de unos centímetros de la cabeza de las jugadoras (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

#### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- Se inicia desde la posición básica de pateo.
- Se da uno o dos pasos de impulso.
- Al posicionar el pie de apoyo, se atrasa la pierna de pateo flexionando la rodilla y con flexión del tobillo.
- Se golpea el balón en todo su centro con el empeine del pie y con extensión de la rodilla.
- El movimiento de la pierna debe ser de atrás hacia adelante, elevándola un poco.
- El tronco se inclina un poco hacia atrás, manteniendo firme el pie de apoyo (FEVENKIC, 2007, p.54).

### ***Pateos de elevado***

Son todos aquellos pateos que se proyectan hacia arriba, es decir, aquellos que toman una altura hasta llegar a un punto máximo para luego empezar a descender describiendo una parábola en su recorrido (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

86

#### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- Se inicia desde la posición básica de pateo.
- Se da uno o dos pasos de impulso.
- Al posicionar el pie de apoyo, se atrasa la pierna de pateo flexionando la rodilla y con flexión del tobillo.
- Se golpea el balón con el empeine del pie y con extensión o semi-flexión de la rodilla, metiendo el pie por debajo del balón (entre el piso y el balón).
- El movimiento de la pierna debe ser de abajo hacia arriba, elevando ésta hasta la rodilla aproximadamente.
- El tronco debe inclinarse hacia atrás, manteniendo firme el pie de apoyo (FEVENKIC, 2007, p.55).

### ***Pateos de toque***

Son todos aquellos pateos que salen débilmente rodando o saltando por el terreno de juego. Muchos balones inclusive, se “duermen” en el terreno de juego al momento de ser débilmente pateados (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

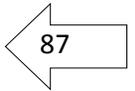
Se dice que un “toque perfecto” es aquel en el que el balón se queda o duerme sobre el Home Plate.

#### ***Descripción básica para la ejecución de la técnica:***

- Se inicia desde la posición básica de pateo.
- La pateadora se ubica en la zona de pateo.
- Para golpear el balón, la pateadora sólo colocará su pie para producir que éste rebote con el borde interno del mismo, en el instante del rebote, ella retirará su pie hacia atrás.



- El tronco debe inclinarse hacia adelante, manteniendo firme el pie de apoyo (FEVENKIC, 2007, p.55).



### **3.5.4.3 El corrido a las bases**

#### **Carrera**

Es la acción de una jugadora a la ofensiva, que consiste en desplazarse con velocidad, con la intención de alcanzar una o más bases sin ser eliminada (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

#### **Corredora**

Es una jugadora a la ofensiva, que se encuentra en una de las bases tratando de avanzar a otra base.

### **3.5.4.4 Inicio de la carrera en bases**

Cuando una corredora conquista una base y el balón queda muerto, se sugiere ubicarse en una cómoda posición que le permita iniciar su carrera a una próxima base luego de que el balón sea puesto en juego (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

#### **Descripción básica para la ejecución de la técnica:**

- La pierna izquierda se mantiene haciendo contacto con la almohadilla color blanco, preferiblemente pisando con el talón o medio pie el borde central de la misma.
- Se adelanta la pierna derecha en dirección hacia la próxima base.
- Se semi-flexionan las rodillas.
- Esta posición le permite a la corredora tener un mejor ángulo de visión hacia la lanzadora cuando tiene el balón, hacia la pateadora y hacia la siguiente base a la que se dirigirá, ya que su cabeza podrá rotar con facilidad los 90° de visión necesarios.
- Además, con ella tendrá un arranque de corrido en dirección justa a la base a la que querrá conquistar luego de que el balón sea puesto en juego.



El objetivo de la corredora será avanzar todas las bases que sean posibles y anotar carrera. Para que esto sea posible, ésta deberá prestar atención a la estrategia de juego que implante su entrenador en cuanto a la jugada que se desea realizar después que el balón sea pateado (FEVENKIC, 2007, p.56).

### 3.5.5 Reglamentación básica del kickingball adaptado al deporte escolar

El reglamento del kickingball comprende cuarenta (40) reglas que abarcan desde los objetivos del juego hasta las medidas del campo, pasando por la conformación de equipos y las reglas de juego, las más importantes son:

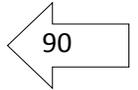
- a) Los objetivos del juego establecen, que el kickingball es un juego entre dos equipos de diez (10) jugadores, cada uno (más sustitutos) entrenadores y un representante, jugado de acuerdo a reglas en un campo oficial; cuyo objetivo fundamental es ganar consiguiendo anotar el mayor número de carreras.
- b) El terreno del juego, será un terreno acondicionado para jugar béisbol, de acuerdo a las siguientes medidas: la distancia entre todas las bases será de 21,10 metros, la distancia entre el punto del plato y el frente del cajón del lanzador será de 14,60 metros, la distancia entre el plato y la segunda base será de 29,69 metros. La zona de Strike la constituye un círculo de 70 centímetros de diámetro el cual se encuentra en el plato. El cajón del pateador es un rectángulo de 2,5 metros de largo por 1,4 metros de ancho, ubicado detrás del plato.
- c) El equipo de juego, una pelota tipo semi-cuero, de 7 libras (3Kg aprox.) no menor de 65 centímetros de circunferencia; los uniformes de diseño regular para fútbol y de uso obligatorio para todos los jugadores; los zapatos deben ser de fútbol con tacos de goma o plástico; se permite además el uso de guantes para béisbol y de rodilleras, tobilleras o cualquier otro soporte para la protección del jugador.
- d) El equipo se compone de diez (10) jugadores cuyas posiciones se designan de la forma siguiente: catcher, pitcher, primera base, segunda base, tercera base, short stop, left fielder, center fielder, right fielder y fourth fielder. En ningún caso se permite a equipo alguno jugar con menos de diez (10) jugadores; las nóminas de los equipos constarán de un máximo de veinte (20) jugadores y un mínimo de catorce (14) sin incluir al manager, ni los dos (2) coaches. La edad del jugador...



- define la categoría a la cual pertenece: preparatoria (7 a 10 años), infantil (11 a 13 años), juvenil (13 a 20 años), adultos (a partir de los 20 años); clase A (jugadores de 20 o más años, que se destaquen en los juegos); clase B (Para jugadores en su primer o segundo año); clase C (categoría especial para personas de mayor edad y que no estén en condiciones de competir con clase B).
- e) El juego, el cual consta de nueve (9) entradas, siendo juego legal cinco (5) entradas pues la duración máxima del mismo es de dos (2) horas. Después de cinco (5) entradas el equipo que lleve quince (15) carreras de ventaja será declarado ganador, suspendiendo el juego de inmediato. Si un equipo pierde dos (2) juegos por forfait injustificados, la “Liga” no le permitirá realizar los juegos faltantes y en caso de que un equipo use jugadores ilegales, será expulsado del campeonato.
- f) El pitcher antes de lanzar la pelota debe hacer una parada completa de cara al pateador y no se le considerará en posición, a menos que el catcher se encuentre en su posición. Un pitcher no podrá seguir lanzando en el juego cuando el manager o coach haya entrado dos veces en un inning a conversar con él.
- g) Un lanzamiento legal, será una pelota lanzada por debajo del hombro y el lanzamiento será nulo si se efectúa un lance durante una suspensión del juego. En ningún momento se le permitirá al pitcher usar cualquier material en los dedos de la mano de lanzar, así como aplicar sustancias extrañas a la pelota.
- h) La bola legalmente pateada será la que se efectúe con un solo pie y dentro del cajón de pateo.
- i) Strike: el lanzamiento es strike cuando:
- El balón pasa por encima del home plate.
  - El balón se patea de foul, es decir, fuera de las líneas de juego.
  - El jugador en su intento de pateo falla o la pelota toca cualquier parte de su cuerpo.
  - El pateador en cuenta de dos strikes, con o sin bolas, patea foul, además se le dictará automáticamente eliminado.
  - El jugador patea el balón con ambos pies o piernas o cualquier parte de su cuerpo de la rodilla hacia arriba, o fuera del cajón de pateo, así como también delante del círculo del home plate.



- El pateador acumule en un mismo turno tres strikes será decretado out.
- j) Bola mala: se considera bola mala, el lanzamiento realizado por el lanzador que no pasa por la zona de strike o que va saltando hacia home plate, a una altura mayor de 15 cms a consideración del árbitro.
  - Por otro lado el árbitro decretará ilegal cuando:
    - El lanzador demore el juego tardándose más de veinte (20) segundos en su lanzamiento.
    - El lanzador haga cualquier movimiento sobre la placa de lanzamiento, sin que inmediatamente lance el balón hacia el home plate.
    - El lanzador, adelanta dos o más pasos en el momento de lanzar la pelota hacia el home plate.
- k) El pateador: después de patear el balón legalmente debe correr hacia primera base y podrá continuar hacia la base más próxima si considera que puede alcanzarla sin ponerse en outs o el balón no ha sido atrapado en el aire por un jugador del equipo contrario.
- l) Los jugadores a la defensiva deben tomar el balón pateado por el pateador:
  - Si es "rolata", o rastrera, tomarla y hacerla llegar al jugador de la primera base, quien debe apoderarse del balón y pisar la base, o tocar al pateador-corredor, antes de que éste pise la almohadilla de primera base, y el árbitro decretará el outs.
  - Si es "elevado" o "línea", es decir, por el aire, el jugador contrario debe intentar tomar el balón antes que haga contacto con el piso y no dejarlo caer y el árbitro decretará outs.
- m) El corredor no podrá sobrepasar la raya cuando se patee elevado o foul de elevado y son atrapados en el aire. Igualmente en los lanzamientos: bolas malas o strike si lo hace será decretado outs por el árbitro. **Nota:** No existe el robo de base.
- n) Aplicación de la regla NOCAUT (Knock-outs).
  - Después del 4° inning, el equipo que tenga una ventaja mayor a quince (15) carreras, será declarado ganador, concluyendo el juego en ese momento.
  - Después del 5° inning, el equipo que tenga una ventaja mayor a diez (10) carreras, será declarado ganador, concluyendo el juego en ese momento.



- Después del 6º inning, el equipo que tenga una ventaja mayor de cinco (5) carreras, será declarado ganador, concluyendo el juego en ese momento (FEVENKIC, 2016 pp.55-60).

### 3.5.6 Descripción básica del arbitraje en el kickingball

El árbitro de Kickingball, es el juez encargado de hacer que se cumplan las reglas del juego. Su cometido es resolver todos y cada uno de los lances del juego de forma que no se convierta en una discusión interminable entre los equipos mediante señalizaciones verbales y/o visuales, está obligado a conocer a fondo las reglas del juego, así como las sanciones y casos especiales que pudieran presentarse durante un partido. La Comisión Técnica del evento será la encargada de designar a los árbitros para oficializar cada partido de los campeonatos; los árbitros son los representantes de la Federación, Asociación u Organización que los ha asignado para actuar en el encuentro, cada árbitro es el representante del Kickingball en el campo y tiene autoridad para hacer cumplir todas las reglas. Cada árbitro está autorizado para ordenarle a una jugadora, entrenador, técnico, directivo del equipo o empleado, que haga o se abstenga de hacer cualquier cosa que afecte la aplicación de las reglas oficiales del juego y de hacer cumplir las sanciones señaladas en las mismas, cada árbitro tiene autoridad para tomar decisiones sobre cualquier punto que no esté específicamente cubierto por las reglas del juego.

Cada árbitro tiene autoridad a su discreción, para expulsar del terreno de juego a cualquier persona cuyos deberes permiten su presencia en el campo, tales como los miembros de la cuadrilla de cuidadores del terreno, fotógrafos, periodistas, camarógrafos, etc. y cualquier espectador u otra persona no autorizada para permanecer en el terreno de juego.

Los árbitros tienen toda la jurisdicción del partido y son los responsables de su óptimo desarrollo. por lo tanto deberán solucionar asertivamente todos los percances suscitados apegados a las reglas y estatutos de la disciplina.



El árbitro principal se ubicará al lado del cajón de pateo y sus obligaciones serán:

- Encargarse plenamente y ser responsable de que el partido sea conducido en forma apropiada.
- Señalar y decretar bolas, strikes, ilegales y foul-ball de cajón.
- Tomar todas las decisiones sobre la pateadora.
- Tomar todas las decisiones del juego, excepto aquellas que están reservadas a los árbitros auxiliares.
- Decidir cuándo un juego debe declararse perdido por forfait, confiscado, suspendido o terminado.
- Si se establece un tiempo límite, anunciar lo establecido antes de que empiece el juego.
- Informar al Anotador Oficial sobre el orden oficial de pateo y de cualquier cambio en la alineación.
- Anunciar cualquier regla especial del terreno de juego, a su discreción.

Un árbitro auxiliar puede ubicarse en cualquier posición en el terreno de juego que considere como la más apropiada para realizar sin impedimento, las decisiones en las bases o en alguna corredora determinada y sus obligaciones serán:

- Emitir todas las decisiones en las bases o en cualquier corredora, excepto aquellas específicamente reservadas al árbitro principal.
- Tomar jurisdicción concurrente con el árbitro principal al declarar, “tiempo”, lanzamientos ilegales y deformación o decoloración del balón por parte de cualquier jugadora.
- Tendrá igual autoridad que el árbitro principal en administrar y hacer cumplir las reglas y mantener la disciplina.

La mecánica del arbitraje son acciones que ejecuta el árbitro para prepararse y anunciar la decisión en una jugada y deben ser muy bien dominadas para evitar así confusiones y mal interpretaciones por parte de ambos equipos. Un árbitro puede conocer las reglas del juego, pero si no posee una buena mecánica difícilmente será aceptado, la mecánica del arbitraje va muy bien acompañada por expresiones vocales simultáneas con las manuales.



Tal como es, con el anunciar de bolas y strikes; el volumen de la voz y la fuerza del gesto que se emplea debe igualar la importancia y la sincronización de la jugada.

Los componentes de una buena mecánica son:

93

- El desplazamiento ágil a la distancia prudente.
- Alcanzar el ángulo apropiado.
- Adoptar la posición de apreciación.
- Cumplir con una pausa.
- Sentenciar con la señal manual y verbal apropiada (FEVENKIC, 2016, pp.60-65).

### 3.5.7 Señalizaciones básicas del árbitro de kickingball (*Ver imagen en anexo A, deporte kickingball*).

## 3.6 Capacidades físicas condicionales

Son cualidades energético-funcionales del rendimiento que se desarrollan como resultado de la acción motriz consciente y que al mismo tiempo constituyen condiciones de esas acciones motrices y de otras a desarrollar.

Estas capacidades son:

### 3.6.1 La fuerza

Se concibe como la capacidad de superar cierta resistencia exterior con gran esfuerzo muscular. Se le considera que es una de las capacidades más importantes, ya que es una premisa para el desarrollo de las demás capacidades condicionales. Hay tres tipos de fuerza:

**Fuerza máxima:** es la mayor fuerza que el sistema neuromuscular puede ejercer en una máxima contracción voluntaria, constituye una condición del rendimiento para superar oposiciones externas o para variar la dirección de esas fuerzas externas.

**Fuerza rápida:** capacidad del sistema neuro-muscular para vencer una oposición con una elevada rapidez de contracción. Esta capacidad condicional compleja se deriva de la unión de la rapidez y la fuerza.

**Resistencia a la fuerza o fuerza-reistencia:** consiste a la capacidad de resistencia al cansancio del organismo durante un rendimiento de fuerza de relativa larga duración (DIGEF & MINEDUC, 2010, pp.30-32).

94

### 3.6.2 La rapidez

Capacidad condicional indispensable para realizar bajo condiciones dadas; acciones motrices en el menor tiempo posible y se distingue tres tipos de rapidez:

**Resistencia de la rapidez:** es una capacidad condicional derivada de la integración de las capacidades de rapidez y resistencia y se define como la capacidad de no permitir el descenso de la velocidad o movimiento de traslación en una distancia corta o también como la capacidad de poder realizar una y otra vez movimientos rápidos en actividades de larga duración.

**Rapidez de traslación:** capacidad que tiene el individuo de desplazarse de un lugar a otro en el menor tiempo posible.

**Rapidez de reacción:** capacidad que permite responder o actuar ante un estímulo en el menor tiempo posible (DIGEF & MINEDUC, 2010, pp.30-32).

### 3.6.3 Resistencia

Capacidad física condicional que se pone de manifiesto al realizarse una actividad física duradera sin disminuir su rendimiento y se distinguen tres tipos de resistencia:

**Resistencia de corta duración:** capacidad de mantener un ritmo de trabajo en condiciones anaeróbicas en un espacio de tiempo de 45 segundos hasta dos minutos. El nivel de la resistencia de corta duración está en dependencia del estado de desarrollo de la resistencia de la fuerza y de la rapidez.

**Resistencia de media duración:** capacidad de rendimiento logrado bajo la combinación acentuada de procesos anaeróbicos en el recorrido de una distancia o



un espacio de tiempo alrededor de dos (2) a ocho (8) minutos. El nivel de este tipo de resistencia está en dependencia en la mayoría de las disciplinas fundamentalmente por el estado de desarrollo de la resistencia de la fuerza y de la resistencia de la rapidez.

95

**Resistencia de larga duración:** capacidad de rendimiento efectivo de un ritmo de trabajo durante una distancia o un tiempo de más de 8 minutos, casi exclusivamente bajo condiciones aeróbicas.

Dentro de esta resistencia de larga duración se distinguen dos tipos, según el volumen de tiempo o distancia.

a. **Resistencia de larga duración I:** (8-30 minutos) prima preferentemente el metabolismo de los carbohidratos.

b. **Resistencia de larga duración II:** (más de 30 minutos) prima preferentemente el metabolismo de la grasa (DIGEF & MINEDUC, 2010, pp.30-32).

### 3.6.4 Flexibilidad

Conocida también como movilidad articular, se define como la capacidad de poseer una gran amplitud de movimiento en las articulaciones, por consiguiente la capacidad está en relación con los factores morfológicos estructurales de las articulaciones, elasticidad de los músculos, cartílagos y tendones.

### 3.6.5 Agilidad

Capacidad de cambiar de posición y dirección del cuerpo en el espacio con velocidad (DIGEF & MINEDUC, 2010, pp.30-32).

## Capítulo IV

### 4. Fundamentación de la planificación pedagógica de la actividad deportiva extra-curricular

96

#### 4.1 Definición de planificación deportiva

La planificación es una propuesta teórica construida por la descripción, previsión, organización y diseño de los acontecimientos del entrenamiento, en una determinada fase de la vida deportiva de un deportista o alumno, así como los mecanismos de control que permitan modificar esos acontecimientos a fin de obtener un proceso de entrenamiento ajustado para lograr los resultados deseados en la competición y formación de sus capacidades físicas, así mismo constituye una forma de ordenar los conocimientos e ideas con el objetivo de organizar y desarrollar las sesiones de entrenamiento durante la temporada y que éstas reúnan todos los aspectos propios del juego: tácticos, físicos y psicológicos, teniendo en cuenta el calendario de competición; en el presente caso, el programa de Servicio Cívico Social su prioridad es cultivar los valores humanos como la participación ciudadana, lo cual no busca formar deportistas o una selección escolar sino utilizar el deporte como un recurso lúdico para el fomento de las mismas.

Por tanto, los objetivos de la planificación en el programa de Servicio Cívico Social serán:

- Evitar la improvisación, de la misma nace el fracaso, la monotonía y apatía.
- Conseguir una continua progresión de los valores en los educandos y el mantenimiento de la forma física-deportiva.
- Conseguir el máximo estado de forma de convivencia pacífica durante y después del momento pedagógico, sin olvidar un máximo conocimiento deportivo.
- Mantener un estado de forma óptimo durante el aprendizaje deportivo y principalmente durante las diversas cátedras que recibe.
- Fomentar al máximo los objetivos instructivos, desarrolladores y educativos durante la práctica deportiva (Facultad De Ciencias Del Deporte, 2016).



## 4.2 Definición de objetivos deportivos

Un objetivo es una meta o finalidad a cumplir para la que se disponen medios determinados en este caso específicamente en el deporte a practicar. El objetivo es el componente de estado que posee el proceso docente educativo o proceso de entrenador deportivo, como resultado de la configuración que adopta el mismo sobre la base de la relación proceso contexto social y que se manifiesta en la precisión del estado deseado o aspirado que se debe alcanzar en el desarrollo de dicho proceso para resolver el problema. El objetivo es una de las instancias fundamentales en un proceso de planificación (que puede estar, como dijimos, a diferentes ámbitos), y que se plantean de manera abstracta en ese principio, pero luego, pueden (o no) concretarse en la realidad, según si el proceso de realización ha sido, o no, exitoso.

97

### **Objetivos deportivos generales:**

- ☺ Alcanzar un desarrollo físico multi-lateral y elevar su nivel.
- ☺ Alcanzar un desarrollo físico especial y elevar su nivel.
- ☺ Dominar la técnica del deporte practicado y perfeccionarla.
- ☺ Dominar la táctica deportiva y perfeccionarla.
- ☺ Educar las cualidades morales y volitivas.
- ☺ Garantizar la preparación colectiva.
- ☺ Fortalecer la salud.
- ☺ Evitar los traumas deportivos.
- ☺ Adquirir conocimientos teóricos.
- ☺ Adquirir conocimientos prácticos y experiencias.
- ☺ Garantizar la integración de todas las cualidades, hábitos, conocimientos y habilidades.

En conclusión el objetivo deportivo del Programa Servicio Cívico Social: aumentar el rendimiento deportivo mediante el desarrollo de las capacidades y cualidades físicas, perfeccionamiento de la técnica y la táctica deportiva, desarrollo de habilidades psicológicas, cualidades morales y volitivas durante la práctica deportiva; se dividen: en objetivo instructivo, desarrollador y educativo (Alvarez de Zayas, 2014, p.51).



### 4.2.1 Objetivo instructivo

Lo que se refiere a habilidades motrices básicas y habilidades deportivas, se concreta en las habilidades a formar, de tal modo, que al redactar el objetivo instructivo debemos, ante todo, precisar la habilidad que debe mostrar el estudiante si ha logrado el objetivo, esta es el núcleo del objetivo, esa habilidad general está formada por el conjunto de acciones y operaciones, que en su integración sistémica, es la habilidad mencionada. Es decir, que para que el alumno domine la habilidad se hace necesario que utilice en cada ocasión ese conjunto de acciones y operaciones. Asociada a cada una de esas acciones están presentes los conceptos, las leyes, las teorías propias del objeto con que se trabaja lo que nos lleva a vincular a cada tipo de habilidad, un objeto (un contenido) específico, ambos aspectos constituyen el objetivo instructivo. Sin embargo, el contenido que aparece en el objetivo (la habilidad y los conocimientos asociados a ella) debe ser precisado para que realmente sirva de guía y así surgen los niveles de asimilación, profundidad y sistematicidad de ese contenido, cualidades que se manifiestan en los objetivos como consecuencia que existen en el proceso como totalidad. En resumen, el objetivo instructivo incluye un contenido generalizado en el que están presentes una habilidad y un conjunto de conocimientos, precisados ambos en sus correspondientes niveles de asimilación y profundidad, en correspondencia con el nivel de sistematicidad que le corresponde a la instancia en que se están elaborando los objetivos (Alvarez de Zayas, 2014).

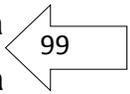
98

### 4.2.2 Objetivo desarrollador

Son las capacidades físicas y capacidades coordinativas a desarrollar en el alumno el objetivo desarrollador debe expresar, en su formulación, aquellas facultades u otras cualidades físicas o espirituales que se deben formar en el estudiante como resultado de la acción directa de una o varias habilidades o conocimientos. Esto implica que la facultad es consecuencia de la habilidad, pero, entre ellas, no hay una relación directa o lineal, por el contrario, su vínculo es dialéctico. Una habilidad puede, en determinadas condiciones, formar una facultad y en otras condiciones

otra; por otro lado, una facultad ya formada inicia el desarrollo de nuevas habilidades.

Ese vínculo habilidad facultad expresa una relación dialéctica en el que cada una tiene su propia personalidad y responde a una dinámica propia, con relativa autonomía, lo que puede implicar que en aras de alcanzar un objetivo desarrollador se puede cambiar la habilidad a formar.



El objetivo desarrollador se puede redactar en ocasiones, al igual que las habilidades, con ayuda de verbos, no obstante, estos objetivos se diseñan en procesos complejos de niveles estructurales más largos en tiempo como son la asignatura o la disciplina (Alvarez de Zayas, 2014).

#### 4.2.3 Objetivo educativo

Dirigido a los formativos, encaminado a la formación de valores que es igual a convicciones, sentimientos y formas de actuación ante la vida y la sociedad, el objetivo educativo es la aspiración más trascendente. Es lo que se aspira a formar en cuanto a las convicciones y los sentimientos en el escolar, sin embargo, ese objetivo educativo se alcanza por medio, y a la vez, junto con lo instructivo y lo desarrollador. La formación del sentimiento (educativo) está inmersa en la formación del pensamiento (desarrollador) y viceversa, lo educativo es más general que lo instructivo; por lo tanto, es un resultado a más largo plazo, y sobre una misma característica pueden influir múltiples asignaturas. De tal manera lo educativo y lo desarrollador se alcanzan mediante la instrucción, dirigida de un modo consciente, aspecto este que cierra la tríada dialéctica y que relaciona operativamente lo educativo y lo desarrollador. El objetivo educativo debe hacer explícita la esencia social de la naturaleza humana y del proceso docente educativo mediante el cual se forma, en conclusión, hemos estudiado que para que el proceso docente sea eficiente y consciente es necesario dirigirlo sobre la base de la determinación científica de los objetivos, elemento rector del proceso, dada la naturaleza didáctica y social del mismo, y al cual se subordinan el resto de las categorías del proceso (Alvarez de Zayas, 2014).

### 4.3 Principios básicos del entrenamiento deportivo

#### 4.3.1 Principio de la unidad funcional

El organismo humano funciona como un todo, un fallo en un órgano cualquiera desequilibra todo el sistema, por lo tanto, es preciso.

- Tener presente la evolución y el desarrollo de los distintos sistemas (cardiovascular, respiratorio, neuromuscular.)
- Desarrollar de forma simultánea y paralela las distintas capacidades, según sea el tipo de actividad desarrollado en la vida diaria, convendrá dar mayor importancia a unas u otras ( Frank, 2013, p.52).

100

#### 4.3.2 Principio de continuidad

Es preciso que exista una continuidad en la práctica de actividades físicas si queremos que nuestro organismo se adapte al esfuerzo y mejore nuestra condición física. Frecuencia de práctica y alternancia adecuada con las pausas de recuperación, son factores fundamentales a la hora de confeccionar un plan de entrenamiento.

Los períodos de inactividad deben ser mínimos, pues los ejercicios que se repiten de manera muy espaciada en el tiempo no producen ningún efecto, pero también debe evitarse el sobre entrenamiento, una sesión intensa diaria produce sobre entrenamiento, una sesión cada siete días no tiene ningún efecto, tres sesiones a la semana consiguen mejoras, cuatro o cinco sesiones semanales es lo ideal. Este principio es muy importante y coincide con uno de los objetivos fundamentales de la Educación Física: conseguir que la práctica de actividad física se convierta en un hábito y no en un elemento aislado ( Frank, 2013, p. 52).

#### 4.3.3 Principio del crecimiento paulatino del esfuerzo

Para superar el nivel personal, esto es para mejorar, es necesario aumentar el trabajo en cantidad o en calidad. Este aumento ha de ser progresivo, de forma que el organismo se pueda ir adaptando a las nuevas cargas a las que se le somete ( Frank, 2013, p. 52).

#### 4.3.4 Principio de multi-lateralidad

Cuando los ejercicios se limitan a desarrollar sólo una parte del cuerpo, se provocan desequilibrios que pueden tener efectos negativos para la salud; por eso, es preciso realizar una práctica multi-lateral, es decir, aquella que busca mejorar capacidades concretas, pero efectuando al mismo tiempo ejercicios compensatorios dirigidos a desarrollar las zonas corporales que intervienen menos ( Frank W. , 2013, p.53).

101

#### 4.3.5 Principio de la especificidad

Sobre toda base general es preciso desarrollar de forma específica aquellas capacidades básicas que sobresalen de una determinada actividad. Pero no olvidemos que la formación física general es el fundamento para futuras especialidades.

La práctica de un deporte determinado debe ir precedida del adecuado desarrollo de las capacidades físicas que aquel exija. Es preciso familiarizarse con los movimientos y los objetivos que le son propios para aprender a coordinar sus gestos técnicos ( Frank, 2013, p. 53).

#### 4.3.6 Principio de la sobre-carga

Las actividades físicas provocan adaptaciones en el organismo siempre y cuando sean lo suficientemente intensas para suponer un esfuerzo significativo.

Existen dos leyes fundamentales del entrenamiento de la condición física formuladas por dos fisiólogos que investigaron el comportamiento del cuerpo durante el entrenamiento: Hans Selye y Arnold Schultz.

a) **La ley de Selye o síndrome general de adaptación:** Esta ley explica la capacidad que tiene el cuerpo para adaptarse a las dificultades, al trabajo, al entorno. El efecto que produce un estímulo (trabajo) en el organismo se concreta en una situación de estrés (fatiga) que genera una serie de reacciones (síndrome de adaptación) que hacen incrementar el nivel inicial de rendimiento (sobre-compensación).

b) **La ley de Schultz o del umbral:** Toda persona tiene un punto a partir del cual, la intensidad de un estímulo puede producir modificaciones de adaptación con efectos de sobre-compensación. Digamos que ese punto es el umbral de dicha persona, que se define como: “límite a partir del cual se percibe una sensación o estímulo”. Si el estímulo es de una intensidad que no sobre-pasa dicho umbral, el esfuerzo realizado carecerá de sentido para el ejecutante, y por lo tanto no habrá sobrecompensación ni mejora ( Frank, 2013, p.54).

102

#### 4.3.7 Principio de individualización

Este principio está relacionado con el de sobre-carga. Cada persona tiene unas características fisiológicas que determinan su estado de condición física, en consecuencia, el umbral de cada uno se encuentra en un punto diferente. Por este motivo es imprescindible conocer su nivel inicial y en función de éste ir progresando desde un trabajo general a uno individualizado ( Frank, 2013, p.54).

#### 4.4 Métodos o estilos de enseñanza de la práctica deportiva

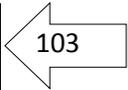
A continuación, se realiza una descripción y caracterización de los Estilos de Enseñanza anteriormente enunciados, partiendo de los elementos básicos que los configuran.

Basándonos en Delgado (1991) & Sicilia y Delgado (2002), en el cuadro se presentan las familias, estilos de enseñanza y palabras clave que caracterizan a los mismos.

**Cuadro 2**

**Estilos de enseñanza**

FAMILIA	ESTILO DE ENSEÑANZA	PALABRAS CLAVE
Tradicionales.	Mando Directo. Modificación del Mando Directo. Asignación de Tareas.	Orden, tema.
Fomenta Individualización.	Individualización por grupos. Enseñanza Modular. Programas Individuales. Enseñanza Programada.	Individualización, alumnado.
Posibilitan Participación.	Enseñanza Recíproca. Grupos Reducidos. Micro-enseñanza.	Participación en técnica de enseñanza, delegación de funciones.
Propicia Socialización.	Estilo Socializador.	Grupo, cooperación, socialización.
Implica Cognoscitivamente.	Descubrimiento Guiado. Resolución de Problemas.	Tareas a resolver, indagación, búsqueda, aprender a aprender.
Favorecen la Creatividad.	Estilo Creativo.	Diversidad, pensamiento divergente, creación.



**Fuente:** Recuperado en 2016 de: [http://publica.webs.ull.es/upload/REV%20CURRICULUM/19%20-%202006/06%20\(Mar%C3%ADA%20Jes%C3%BA%20Cu%C3%A9llar%20Moreno\).pdf](http://publica.webs.ull.es/upload/REV%20CURRICULUM/19%20-%202006/06%20(Mar%C3%ADA%20Jes%C3%BA%20Cu%C3%A9llar%20Moreno).pdf).

**4.4.1 Mando directo**

Este estilo es conocido con el nombre de Comando o Estilo A, Mosston & Ashworth (1994), citado por Cuéllar (2006), afirma que aunque la denominación más usual que recibe en España es la de Mando Directo, es denominado por Delgado (1991), Modificación del Mando Directo cuando se sustituye la voz de mando por el conteo rítmico o fondo musical, el alumno realiza actividades al mismo ritmo.

- **Objetivos:** los principales que se desarrollan con la puesta en práctica de este estilo son: conseguir una respuesta inmediata a un estímulo, desarrollar la

uniformidad y conformidad, posibilitar la ejecución sincronizada y precisión, optimizar el tiempo de compromiso motor de la sesión y mantener normas estéticas y tradicionales.

- **Situaciones de aprendizaje:** las situaciones de aprendizaje típicas de este estilo conducen a unos contenidos monolíticos y repetitivos. El profesor determina los ejercicios tanto en intensidad como en su duración.
- **Papel del profesor:** el profesor toma todas las decisiones en las tres fases (pre-impacto, impacto y post-impacto), transmite al alumno la información con relación a la actividad. El profesor adopta en todo momento una situación externa de control, demostrando, controlando y evaluando la actividad de la clase.
- **Papel del alumno:** el alumno se limita a atender, obedecer y ejecutar todas las órdenes impuestas por el profesor.
- **Feedback-Evaluación:** el feedback, generalmente, se encuentra dirigido a toda la clase, siendo predominantemente correctivo, también se realizan correcciones de manera individual.

#### 4.4.2 Asignación de tareas

Mosston y Ashworth (1994), citado por Cuéllar (2006), afirma que lo denominan también “Estilo basado en la tarea” o “Estilo B”, en ella la información se presenta de forma verbal o escrita, el estudiante debe encontrar las respuestas con total libertad, independencia y participación.

- 🎯 **Objetivos:** destacan como principales objetivos de este estilo los siguientes: favorecer en un mayor término que el estilo anterior, la individualización; desarrollar la autonomía del alumno y ser capaz de aceptar la ejecución de la tarea sin continua comparación con el resto de compañeros.
- 🎯 **Situaciones de aprendizaje:** las situaciones de aprendizaje que se desarrollan en la puesta en práctica de este estilo, al igual que el estilo anterior, habrán sido definidas por el profesor con anterioridad, pero no tendrán que ser simultáneas para toda la clase. El profesor confía en los alumnos para algunas decisiones y la existencia de una mayor participación y responsabilidad por parte del estudiante.



**Papel del profesor:** el profesor explica y determina la actividad, pero transfiere algunas decisiones al estudiante en la fase de ejecución como son: el ritmo de ejecución, el momento de inicio y finalización, los períodos de pausa, etc.... No obstante, el profesor continúa tomando la mayoría de las decisiones.

105

**Papel del alumno:** el alumno ejecuta decidiendo el comienzo, el final y el ritmo de ejecución (Feedback-Evaluación).

**El feedback:** es proporcionado por el profesor y fundamentalmente individualizado, la liberación del profesor en determinadas tareas tiene como consecuencia el aumento de feedback.

#### 4.4.3 Enseñanza recíproca

Ha sido denominado por Mosston y Ashworth (1994), citado por Cuéllar (2006), afirma que como “Estilo Recíproco” o “Estilo C”, proporciona la intervención de los alumnos en el proceso de enseñanza-aprendizaje desempeñando en algunos casos el rol del profesor.

**Objetivos:** los objetivos desarrollados con este Estilo son: mejorar la participación activa del estudiante y autonomía, desarrollar la socialización entre compañeros, mejorar la comunicación alumno-alumno y alumno-profesor, aumentar la cantidad de feedback, así como la inmediatez del mismo.

**Situaciones de aprendizaje:** este estilo consiste en plantear la enseñanza por parejas de manera que uno ejecuta el otro observa y corrige los errores, después se cambian los papeles, es necesario orientar al observador sobre qué debe observar y cómo debe corregir al compañero.

**Papel del profesor:** el profesor concreta los criterios de ejecución de la tarea o tareas relacionadas con una misma actividad y los aspectos a observar polarizando la atención en algunos puntos de la ejecución, del mismo modo, deberá marcar los criterios para que los alumnos cambien de rol.

**Papel del alumno:** los alumnos asumen sucesivamente los papeles de ejecutante y observador.

**Feedback-Evaluación:** es dado por el compañero después de realizar la ejecución. Por el profesor también a los alumnos que observan y al que



Hay que dar orientaciones acerca de cómo se debe producir la comunicación con el ejecutante y cómo se debe dar el conocimiento de los resultados.

#### 4.4.4 Auto-evaluación

106

Mosston y Ashworth (1994), citado por Cuéllar (2006), afirma que lo han denominado también “Estilo D”, en ella el estudiante desarrolla un nivel de conciencia observando, analizando y corrigiendo sus propias tareas realizadas.

- **Objetivos:** los objetivos que principalmente se desarrollan con este Estilo son: traspasar un mayor número de decisiones al alumnado, favorecer la autonomía del alumnado y ayudar al alumnado a ajustar su auto-imagen.
- **Situaciones de aprendizaje:** las situaciones de aprendizaje generadas en este Estilo son definidas por el profesorado de forma diferenciada o uniforme para toda la clase.
- **Papel del profesor:** en este estilo el profesor tratará de promover la auto-evaluación del alumnado, se ocupará también de la programación de hojas de observación y descripción de tareas, así como de la supervisión del cumplimiento de los programas individuales.
- **Papel del alumno:** los alumnos deberán de comparar su ejecución con los criterios establecidos por el profesor.
- **Feedback-Evaluación:** el estudiante participará en tareas de evaluación, lo cual le proporcionará feedback propio e inmediato sobre las tareas realizadas. El profesor también impartirá feedback, fundamentalmente en forma de comentarios generales masivo, tras finalizar la sesión.

#### 4.4.5 Inclusivo

Mosston y Ashworth (1994), citado por Cuéllar (2006), afirma que lo han denominado también “Estilo E”, proporciona la intervención de los estudiantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje tomando en cuenta a todos.

- **Objetivos:** los objetivos que se favorecen con la puesta en práctica de este estilo es intentar integrar a todo los estudiantes.

- **Situaciones de aprendizaje:** las situaciones de aprendizaje serán las definidas por el profesor, estas actividades serán únicas para toda la clase, posibilitándose distintos niveles de realización.
- **Papel del profesor:** el profesor se ocupará de aclarar y favorecer la elección del grupo a escoger, así como motivar en la realización de la tarea sin exigir un nivel de consecución adecuado.
- **Papel del alumno:** los alumnos ejecutarán, evaluarán e intentarán la realización de niveles más elevados de prestación en las tareas planteadas.
- **Feedback-Evaluación:** el feedback será realizado por el propio alumnado, teniendo en cuenta los criterios establecidos por el profesor.

#### 4.4.6 Descubrimiento guiado

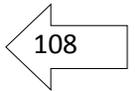
Ha sido denominado por Mosston y Ashworth (1994), citado por Cuéllar (2006), afirma que como “Estilo F”. Hasta ahora la esencia de los estilos enunciados era la reproducción de modelos, con este estilo se cruza el umbral hacia las operaciones cognitivas como: comparar, contrastar, clasificar, hipotetizar, sintetizar, resolver problemas, extrapolar, inventar, etc....

- **Objetivos:** son objetivos de este estilo además de los definidos por el profesor, el descubrir y resolver problemas con soluciones convergentes, así como desarrollar la paciencia y destreza para que el alumnado sea capaz de crear sus propias respuestas.
- **Situaciones de aprendizaje:** el profesor decide la actividad y diseña las preguntas que dará al estudiante. El profesor formula preguntas sucesivas con el objeto de que el alumno resuelva un problema, induciendo en él pequeños descubrimientos hasta llegar a la solución deseada, el estilo busca implicar cognoscitivamente.
- **Papel del alumno:** los estudiantes ejecutarán, evaluarán e intentarán la realización de niveles más elevados de prestación en las tareas planteadas.
- **Feedback-Evaluación:** el feedback será realizado por el propio estudiante, teniendo en cuenta los criterios establecidos por el profesor.



#### 4.4.7 Diversos métodos de enseñanza en educación

Desarrolla la toma de decisiones ante problemas o situaciones motrices.



- 🌐 **Objetivos:** son objetivos de este estilo además de los definidos por el profesor, el descubrir y resolver problemas con soluciones convergentes, así como desarrollar la paciencia y destreza para que el alumnado sea capaz de crear sus propias respuestas.
- 🌐 **Situaciones de aprendizaje:** el profesor decide la actividad y diseña las preguntas que dará al estudiante, el profesor formula preguntas sucesivas con el objeto de que el alumno resuelva un problema, induciendo en él pequeños descubrimientos hasta llegar a la solución deseada. El estilo busca implicar cognoscitivamente.
- 🌐 **Papel del profesor:** el profesor debe anticipar las posibles respuestas del alumno ante un estímulo dado, cada paso se basa en la respuesta previa dada en el paso anterior. El profesor es el que cuestiona, controla y ajusta la secuencia de las preguntas, deberá no decir nunca la respuesta, esperar siempre la respuesta del alumno, ofrecer el conocimiento de los resultados frecuentemente, mantener un clima de aceptación y paciencia, debe confiar en la capacidad cognitiva del alumnado.
- 🌐 **Papel del alumno:** el estudiante participa respondiendo a la secuencia de preguntas realizadas por el profesor hasta llegar a la solución. Su papel es de investigación y descubrimiento de pequeños pasos hasta llegar al concepto final.
- 🌐 **Feedback-Evaluación:** el feedback es inmediato y fundamentalmente positivo, el profesor evalúa las respuestas del alumno, su rapidez, lógica, etc.... (Cuéllar, 2006).

#### 4.4.8 Resolución de problemas

Es también conocido con el nombre de “Estilo G” o “Estilo divergente”, forma parte de las técnicas indirectas, el alumno debe encontrar el mismo las respuestas, con toda libertad siendo mayor la independencia y participación, pero el profesor plantea los problemas.





- **Objetivos:** se persigue estimular las capacidades cognitivas del estudiante y del profesor, así como resolver problemas con soluciones divergentes, desarrollar la creatividad y la seguridad objetiva.
- **Situaciones de aprendizaje:** consiste en el planteamiento por parte del profesor de una tarea o serie de tareas semi-definidas, situaciones o problemas motrices para que el estudiante encuentre por sí mismo la solución. Pueden ser motivo de aprendizaje mediante resolución de problemas, hechos, conceptos, variaciones, relaciones, etc.... las situaciones de aprendizaje deberán estar definidas por el profesor en función de los problemas y respectivas situaciones. Existe un traspaso de decisiones del profesor al estudiante, tras una pregunta se producirá una meditación del alumno y una respuesta.
- **Papel del profesor:** el profesor diseña los problemas a plantear:
  - Motivación para propiciar la búsqueda.
  - Exposición del problema y sus puntos de interés.
  - Planteamiento del objetivo a conseguir.
  - Información necesaria para encauzar la búsqueda.
  - Condiciones, normas y limitaciones en los que se va a desenvolver el problema.
  - El planteamiento de estos problemas implicará en el profesor la aceptación de las soluciones divergentes que se den por parte de los estudiantes. El profesor promoverá la actividad de exploración y búsqueda de diferentes respuestas.
- **Papel del alumno:** el estudiante conduce y ejecuta los procesos de investigación, explotación, descubrimiento y evaluación del valor de lo descubierto. Para ello, deberá desarrollar diferentes soluciones y aceptar la relación entre la producción cognitiva y la ejecución física.
- **Feedback-Evaluación:** el feedback se producirá de manera simultánea a la realización del ejercicio. En este Estilo se evaluará la originalidad y creatividad del alumno para buscar una solución a un problema motriz. Al igual que en el estilo anterior, el feedback deberá ser fundamentalmente positivo (Cuéllar, 2006).

#### 4.4.9 Programas individuales

Es también conocido como “Estilo Individualizado” o “Estilo H”, potencia la enseñanza individual, se tiene presente la diferencia de los alumnos, atención a la diversidad.

110

- **Objetivos:** su principal objetivo es aumentar el grado de participación del estudiante.
- **Situaciones de aprendizaje:** está basado en la evaluación (inicial y sucesiva). Las situaciones de aprendizaje son las definidas por el estudiante en función de los problemas y posibles soluciones, consiste en la confección de programas y la adecuación del mismo a las características y necesidades de cada estudiante o grupo de estudiantes con un mismo nivel de capacidad. Proporciona oportunidad para auto-evaluarse y tomar decisiones durante la ejecución.
- **Papel del profesor:** el profesor a partir del conocimiento del nivel inicial de cada estudiante, elabora programas individuales, se los entrega a los estudiantes para supervisar su cumplimiento. De este modo, el profesor es el que define el tema general, proponiendo las tareas motrices concretas a desarrollar. El profesor tratará, a su vez, de ayudar al estudiante en la organización de los contenidos e informa de qué hacer y cómo hacerlo.
- **Papel del alumno:** el estudiante realiza el programa atendiendo a las indicaciones y se auto-evalúa realizando las correspondientes anotaciones para el seguimiento de su ejecución. Por ello, deberá examinar las posibles soluciones a fin de establecer conexiones, organizarlas en categorías y mantener el desarrollo del programa.
- **Feedback-Evaluación:** el profesor se limita a observar, corregir y atender las posibles consultas. Se producirá también un auto-feedback y auto-evaluación del estudiante (Cuéllar, 2006).

#### 4.4.10 Estilo de enseñanza para alumnos iniciados

Es también denominado “Estilo I”, la organización se realiza en base a los intereses de los estudiantes, tanto individual como colectivo, estarán en grupos que mas les interese.

111

-  **Objetivos:** persigue aumentar el grado de participación del estudiantado e indagar, descubrir y diseñar un programa, así como ejecutarlo para su propio desarrollo.
-  **Situaciones de aprendizaje:** el estudiante toma decisiones tanto en el pre-impacto como en el impacto y post-impacto.
-  **Papel del profesor:** se produce un traspaso de decisiones de la fase de pre-impacto del profesor al estudiante. El profesor deberá asesorar y apoyar al estudiante sobre las decisiones tomadas en el pre-impacto, así como de las tareas realizadas en el impacto. El profesor deberá también realizar preguntas e identificar errores al estudiante.
-  **Papel del alumno:** el estudiante toma máxima responsabilidad en este estilo a fin de llevar a cabo los episodios de enseñanza-aprendizaje. En la fase de impacto el estudiante tomará todas las decisiones sobre el descubrimiento y ejecución de los movimientos.
-  **Feedback-Evaluación:** sólo habrá retro-alimentación del profesor al estudiantado cuando éste tome alguna decisión incorrecta. En la auto-evaluación el alumno deberá seguir los criterios establecidos en la fase de pre-impacto (Cuéllar, 2006).

#### 4.4.11 Grupos reducidos

Implica una mayor responsabilidad de los estudiantes , implica un nivel superior, se suele trabajar en grupos de tres o cuatro personas, con roles de observador, ejecutor, anotador y ayudante.

-  **Objetivos:** aumentar el nivel de conocimiento, mejorar la participación activa del alumnado y autonomía, desarrollar la socialización entre compañeros, mejorar la comunicación alumno-alumno y alumno-profesor y aumentar la cantidad de feedback, así como la inmediatez del mismo.



- **Situación de aprendizaje:** consiste en formar grupos de tres (3) ó cuatro (4) estudiantes de los cuales uno es el ejecutante y uno o dos son observadores y otro anotador. Estos papeles se van alternando sucesivamente.
- **Papel del profesor:** el profesor debe planificar detalladamente las tareas a realizar y los cometidos de cada miembro del grupo.
- **Papel del alumno:** su papel será ejecutar la tarea; los observadores deberán analizar la tarea y comentar sus observaciones; el anotador deberá tomar nota de las observaciones matizando claramente las características de la ejecución y los aspectos a observar sobre los que se dará el conocimiento de los resultados.
- **Feedback-Evaluación:** se producirá después de la ejecución. Dada por sus compañeros al ejecutante y por el profesor a los observadores (Cuéllar, 2006).

#### 4.4.12 Micro-enseñanza

En este estilo el estudiante ejerce el rol de profesor, únicamente a la hora de revisar las tareas no en el diseño de las mismas, abarca ejecución, observación y organización.

- **Objetivo:** máxima participación del estudiante como el conocimiento.
- **Situación de aprendizaje:** consiste en establecer sub-grupos de diez (10) o quince (15) estudiantes y elegir un monitor por grupo que imparte la clase. El profesor informa a los monitores de la organización, distribución, actividades y actúa de coordinador.
- **Papel del profesor:** el profesor debe realizar una planificación detallada y elegir cuidadosamente a los monitores en relación a su capacidad y estatus en el grupo. El profesor debe adiestrar y orientar a los monitores sobre organización, distribución de actividades, condiciones de ejecución, errores más frecuentes, y características del conocimiento de los resultados.
- **Papel del alumno:** un estudiante hace de monitor en cada sub-grupo y el resto ejecuta.
- **Feedback-Evaluación:** lo dan los estudiantes monitores a los ejecutantes; el profesor sólo da el conocimiento de los resultados sobre la actuación de los monitores (Cuéllar, 2006).

## Capítulo V

### 5 Propuesta de planificación deportiva del Programa Servicio Cívico Social adaptado al nivel medio ciclo básico

Para el Programa del Servicio Cívico Social es importante y determinante planificar un macro-ciclo que es el plan anual, un meso-ciclo que es el plan bimestral, un micro-ciclo que está estrechamente relacionado con la sesión de entrenamiento, estas planificaciones se llevarán a la práctica con la finalidad de que el Servidor Cívico Social, desarrolle sus actividades lúdicas y pedagógicas de forma eficiente y eficaz (*Ver en anexo B, ejemplo de planificación y formatos de planificación*). Para mejor comprensión se definen los tipos de planificación propuestos y son la base de todo tipo de planificación pedagógica y deportiva.

113

#### 5.1 Plan macro-ciclo

Es la planificación más amplia en su conjunto, pues abarca el desarrollo de un programa de estudios durante el año escolar o formación deportiva. Es el conjunto de unidades, sub-unidades y clases que conforman una unidad didáctica o etapa deportiva, pues cada unidad y clase no representa una meta en sí, sino un nuevo punto de partida para obtener los logros propuestos en forma sintetizada en este caso se trabaja no buscando rendimiento deportivo si no el fomento de los valores y la participación del educando en actividades lúdicas (Zamora, 2005, pp. 20-25).

#### 5.2 Plan meso-ciclo

Corresponde a la planificación bimestral, identificándose como la parte del todo, correspondiendo a los períodos mensuales que abarcan cada unidad del programa deportivo, para la propuesta que planteada unidad abarca la formación de una especialidad deportiva (Zamora, 2005, pp.20-25).

### 5.3 Plan micro-ciclo

Es la porción o período de tiempo más pequeño, correspondiendo a la clase o sesión de entrenamiento deportivo como la base de enseñanza deportiva según el Programa de Servicio Cívico Social.

114

-  Cada clase deportiva nos es una meta en sí, sino un nuevo punto de partida.
-  La clase no comienza en el mismo momento que el profesor se apresta a enseñar, si no mucho antes.
-  En cada clase se debe de cumplir al máximo los objetivos instructivos, desarrolladores y educativos durante la práctica deportiva (Zamora, 2005, pp.20-25).

## Referencias

Álvarez, C. (2014). *¿Para qué se aprende y se enseña? El Objetivo Deportivo y sus Dimensiones*. Recuperado el 27 de Abril de 2016, de [http://www.unacar.mx/cuerpos/educación\\_física/contenido/artículos\\_ef/objetivo.html](http://www.unacar.mx/cuerpos/educación_física/contenido/artículos_ef/objetivo.html)

115

Amat, M. & Batalla, A. (2000). *Deporte y Educación en Valores*. *Revista Aula de Innovación*. Recuperado el 26 de abril de 2016, de Revista Digital del Aula de Innovación Educativa.

Anónimo. (2014). *Capacidades Físicas Condicionales y Coordinativas*. Recuperado el 28 de abril de 2016, de <https://deportivasfesaragoza.files.wordpress.com/2008/09/capacidades-fisicas-corregido.pdf>

Anónimo. (2015). *Unidad Didáctica del Balonmano*. Recuperado el 25 de Mayo de 2016, de <https://edufisicazuldemayda.wordpress.com/unidad-didactica-balonmano/>

Ardila, J., Claudia, P., Sandoval, C., Digna, M., Diaz, V., & Luz, M. (2011). *Prevalencia de la Actividad Físico-Deportiva Extra-curricular en Escolares de 7 a 12 años de Bucaramanga*. Umbral Científico (págs.16-20). Colombia: Universidad Manuela Beltrán Bogotá, Colombia.

Castillo, A. (2016) *Fotografías del Epesista con Alumnos del Programa Servicio Cívico Social*. Octubre 2016.

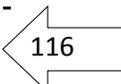
Collozo, S. (2014). *Fases del Juego y Fundamentos Básicos del Balonmano*. Recuperado el 27 de mayo de 2016, de <http://theeducaciónfísica.blogspot.com/2014/04/balonmano-historia-reglamento.html>

Cuéllar, M. (octubre de 2006). *Diversos Métodos de Enseñanza de la Educación Física y el Deporte*. *Revista Currículum*. Recuperado el 15 de abril de 2016, de <http://publica.webs.ull.es/upload/REV%20CURRICULUM/19%20>



%202006/06%20(Mar%C3%ADa%20Jes%C3%BA%20Cu%C3%A9llar%20Moreno).pdf.

Díaz, P. (2013). *Reglas Básicas de Voleibol – Resumen*. Recuperado el 27 de febrero de 2016 , de <http://voleiboleneso.blogspot.com/2013/03/reglas-básicas-de-voleibol.html>.



Dirección General de Educación Física –DIGEF- & Ministerio de Educación –MINEDUC-. (2007). *Guía Programática de Educación Física Nivel Medio Ciclo Básico*. Guatemala: Editoria Sur, S.A.

DIGEF & MINEDUC. (2010). *Mesocurrículo de Educación Física Nivel Medio, Ciclo Básico Región VI*. (S. Editoria Sur, Ed.) Recuperado el 10 de diciembre de 2016, de Guía Programática de Educación Física.

DIGEF. (2010). *Manual de Funciones, Organización y Puestos DIGEF*. (O. d. Calidad, Ed.) Recuperado el 10 de junio de 2015, de [http://infopública.mineduc.gob.gt/mineduc/images/2/2c/DIDEFI\\_DIGEF\\_INCIS\\_O1D\\_2012\\_VERSION1.pdf](http://infopública.mineduc.gob.gt/mineduc/images/2/2c/DIDEFI_DIGEF_INCIS_O1D_2012_VERSION1.pdf).

DIGEF. (2015). *Dirección General de Educación Física -DIGEF-*. Recuperado el 10 de junio de 2015, de Portal: <http://www.digef.edu.gt/>

Escuela Normal Central de Educación Física –ENCEF-. (2016). *Folletos de las Catedras Deportivas ENCEF*. Guatemala: no publicado.

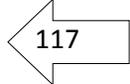
Facultad de Ciencias del Deporte. (2010). *Teoría y Práctica del Entrenamiento Deportivo*. (F. N. Valdivielso, Ed.) Recuperado el 28 de abril de 2016, de Conceptos de Entrenamiento Deportivo.

Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales. (2012). *El Desafío de la Participación Ciudadana en el Estado Democrático de Derecho y Retos de la Participación Ciudadana en la Gestión Política Pública, en Espacios Institucionales de los Estados Centroamericanos*. (R. S. Arriaza, Editor) Recuperado el 25 de abril de 2016, de <http://www.flacso.or.cr>





Federación Nacional de Fútbol Guatemala -FEDEFUT Guatemala-. (2009). *Programa de Preparación del Futbolista Guatemalteco*. En D. C. Técnico. Guatemala: FEDEFUT Guatemala.



Federación Venezolana de Kickingball –FEVENKIC-. (2007). *Manual Básicos para Entrenadores de Kickingball*. (L. Cáceres, Editor) Recuperado el 15 de abril de 2016, de <http://kickingball.webcindario.com/técnicas.html>

Federación Internacional de Baloncesto –FIBA-. (2015). *Historia del Baloncesto*. Recuperado el 22 de bebrero de 2016, de FIBA.COM: <http://www.fiba.com/es/basketballworldcup/2014/world-cup-history>

Federación Internaciona de Fútbol –FIFA-. (2010). *Fundamentos Básicos del Fútbol*. Recuperado el 25 de abril de 2016, de FIFA.COM: [www.fifa.com](http://www.fifa.com)

FIFA. (2016). *Los Orígenes del Fútbol*. Recuperado el 12 de febrero de 2016, de FIFA.COM: <http://es.fifa.com/about-fifa/who-we-are/the-game/index.html>

Federación Internacional de Voleibol –FIVB-. (2010). *Definición e Historia del Voleibol*. Recuperado el 27 de febrero de 2016, de portal de la FIVB: <http://voleibolmehech.blogspot.com/2010/04/definición-y-su-historia.html>

FÚTGOL.COM. (2015). *Resúmen de Reglas Básicas del Juego F5 2015*. Recuperado el 25 de febrero de 2016, de FÚTGOL: <http://WWW.fútgol.com.ar/fútbol-5/reglamento-fútbol-5/>

Frank W. (2013). *El Entrenamiento*. Recuperado el 25 de abril de 2016, de <http://www.edu.xunta.gal/centros/iesricardomella/system/files/PRINCIPIOS+D+E+ENTRENAMIENTO+Y+ADAPTACI%C3%93N.pdf>

Gago, J. (2010). *Balonmano, Reglas y Conceptos Básicos*. Recuperado el 15 de febrero de 2016, de <https://deporteyeducación.wordpress.com/2009/06/03/balonmano-reglas-y-conceptor-básicos/>

Giménez, J., Abad, M., & Robles, J. (2009). *La Eseñanza del Deporte desde la Perspectiva Educativa*. Recuperado el 13 de enero de 2016, de



WANCEULEN

E.F.

digital

volumen

único:

<http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/3316/b15548878.pdf?sequence=1>

González, I. (2012). *Fundamentos del Fútbol*. Recuperado el 20 de abril de 2016, de Blogspot.com: <http://fútbolunid.blogspot.com/>

118

Guzmán, P., & Pintor, B. (2002). *Educación en Valores a través de la Educación Física: Aplicación de un Programa en Educación Secundaria*. *Revista Digital*, 52-54. Recuperado el 26 de abril de 2016

Hernández, N., & Carballo, C. (2013). *Acerca del Concepto de Deporte y Alcance de sus Significados*. Recuperado el 25 de Febrero de 2016, de *Educación Física y Ciencia*: [http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art\\_revistas/pr.87/pr.87.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.87/pr.87.pdf)

Imágenes de Fundamentos Técnicos del Fútbol. Recuperado en 2016 de [https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+tecnicos+del+futbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+tecnicos+del+futbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662)

Imágenes de las Señalizaciones Básicas del Árbitro de Fútbol. Recuperado en 2016 de [https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=se%C3%B1alizaciones+del+arbitro+de+fútbol&imgcr=gMst1WkC50MiXM](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=se%C3%B1alizaciones+del+arbitro+de+fútbol&imgcr=gMst1WkC50MiXM):

Imágenes de los Fundamentos Técnicos del Baloncesto. Recuperado en 2016 de [https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+baloncesto](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+baloncesto)

Imágenes de las Señalizaciones Básicas del Arbitraje en el Baloncesto. Recuperado en 2016 de <http://basketbodycheck.blogspot.com/2011/12/senales-básicas-del-árbitro.html>

Imágenes de los Fundamentos Técnicos del Voleibol. Recuperado en 2016 de [https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+voleibol](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+voleibol)

119

Imágenes de las Señalizaciones Básicas del Árbitro del Voleibol. Recuperado en 2016 de <https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ>

Imágenes de la Fundamentos Técnicos del Balonmano. Recuperado en 2016 de [https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+balonmano](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+balonmano)

Imágenes de las Señales Básicas del Árbitro de Balonmano. Recuperado en 2016 de [https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=figuras+arbitrales+balonmano](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=figuras+arbitrales+balonmano)

Imágenes de los Fundamentos Básicos del Juego Kickingball. Recuperado en 2016 de [https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+kickingball](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+kickingball)

Imágenes de los Fundamentos Técnicos del Kickingball. Recuperado en 2016 de [https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+kickingball](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=Inms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+kickingball)



DewQ\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del  
+kickingball

Imágenes de las Señalizaciones Básicas del Árbitro de Kickingball. Recuperado en  
2016 de <http://kickingball.webcindario.com/arbitraje.html>

Instituto de la Juventud, el Deporte y la Recreación –INDERBU-. (2012). *Reglamento  
del Baloncesto Escolar*. (E. Gomes, Editor) Recuperado el 23 de febrero de  
2016, de [http://formacióninderbu.blogspot.com/2012/07/view-reglamento-  
baloncesto-escolar-on.html](http://formacióninderbu.blogspot.com/2012/07/view-reglamento-baloncesto-escolar-on.html)

120

Jiménez, F. (2012). *La Iniciación Deportiva Escolar como Concepto y Práctica*.  
Recuperado el 28 de enero de 2016, de  
[https://capusvirtual.ull.es/ocw/pluginfile.php/3703/mod\\_reource/content/0/TEM  
A3Ide-11-12.pdf](https://capusvirtual.ull.es/ocw/pluginfile.php/3703/mod_reource/content/0/TEM<br/>A3Ide-11-12.pdf)

López, M. (2008). *Características Básicas del Deporte en la Escuela*. Recuperado el  
10 de enero de 2016, de [efdeportes.com](http://www.efdeportes.com):  
<http://www.efdeportes.com/efd96/escuela.htm>

MINEDUC. (2008). *Estrategia de Educación en Valores y Formación Ciudadana*.  
Guatemala. Recuperado el 25 de abril de 2016, de [www:mineduc.com.gt](http://www.mineduc.com.gt)

MINEDUC, DIGEF, INJUD. (2015). *Plan de Acción para la Aplicación del Programa  
del Servicio Cívico Social en el Área de Educación Física*. Guatemala: no  
publicado.

Ojeda, L. (2010). *Los Fundamentos del Fútbol*. Recuperado el 28 de abril de 2016,  
de [fútbol.blogspot: http://losfundamentosdelfutbol.blogspot.com/2010/11/los-  
fundamentos-básicos-del-fútbol.html](http://losfundamentosdelfutbol.blogspot.com/2010/11/los-fundamentos-basicos-del-futbol.html)

Organizaciones de Estados Iberoamericanos –OEI-. (2015). *La Educación en  
Valores, una Propuesta Pedagógica para la Formación Profesional*. (M. A.  
Ercilla, Ed.) Recuperado el 21 de abril de 2016, de Portal Electrónico  
ISPAJAE-Cuba: <http://www.oei.es/salactsi/ispajae.htm>





Pozo, F. (2012). *El Baloncesto Fundamentos Defensivos y Ofensivos*. Departamento de Educación Física. Recuperado el 5 de mayo de 2016, de [http://currodpv.es/Html/motricidad/deportes/pdf\\_deportes/DXT\\_EQUIPO/BASQUET%201\\_FUNDAMENTOS%20OFENSIVOS.pdf](http://currodpv.es/Html/motricidad/deportes/pdf_deportes/DXT_EQUIPO/BASQUET%201_FUNDAMENTOS%20OFENSIVOS.pdf)

Roncero García, R. (2008). *Guía Didáctica del Voleibol*. Recuperado el 20 de mayo de 2016, de <http://www.voleibol.es/pino.com/~actividadesfisicas/contenido/monografias/monografias/PUBLIVOLEY.pdf>

121

Salguero, W. F. (2015). *Proyecto Instituto de la Juventud y el Deporte -INJUD-*. Informe Anual no publicado, DIGEF. Recuperado el 10 de Octubre de 2015

Torres, R. M. (2005). *Participación Ciudadana y Educación*. Instituto Fronesis. Recuperado el 28 de Abril de 2016, de [www.fronesis.org](http://www.fronesis.org)

Vargas, E. (2014). *Importancia de las Actividades Extra-curriculares*. Recuperado el 20 de enero de 2016, de <http://acento.com.do/2014/opinion/3389873-importancia-de-las-actividades-extra-curriculares/>

Zamora, L. (2005). *La Planificación Docente en Base a los Ciclos y Procesos de Gestión* (3era. ed.). Guatemala: Artemis Libros.

Anexo

Anexo A

Imágenes 1

Fundamentos técnicos del fútbol



Conducción.



Pase.



Recepción.



Juego de cabeza o cabeceo.



Gambeta o finta.



Remate o tiro.

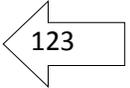
**Fuente:** Recuperado de :

[https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662)



## Imágenes 2

### Señalizaciones básicas del árbitro de fútbol



Tiro libre directo



Aplicación de la ventaja



Tiro libre indirecto



Tarjeta amarilla  
(Amonestación)



Tarjeta roja  
(Expulsión)



SUSTITUCIÓN.



SAQUE DE BANDA  
PARA EL ATACANTE.



SAQUE DE BANDA  
PARA EL DEFENSOR.



SAQUE DE META.



SAQUE DE ESQUINA.

**Fuente:** Recuperado de:

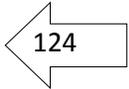
[https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=se%C3%B1alizaciones+del+árbitro+de+fútbol&imgsrc=gMst1WkC50MiXM:](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=se%C3%B1alizaciones+del+árbitro+de+fútbol&imgsrc=gMst1WkC50MiXM:)



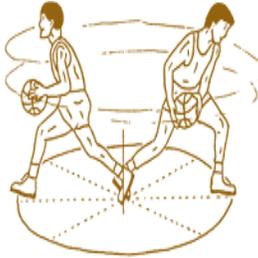


### Imágenes 3

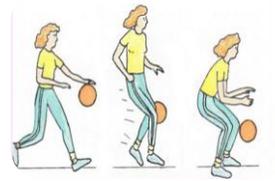
### Fundamentos técnicos del baloncesto



Posición básica.  
desplazamientos



Giros o pivoteo.



Paradas de 1  
tiempo.



Parada de 2  
tiempos.



Amagos o fintas.



Recepción.



Pase.



Drible.



Lanzamiento.



Pantalla.

**Fuente:** Recuperado de:

[https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbn=isch&sa=X&sqj=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbn=isch&q=fundamentos+técnicos+del+baloncesto](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbn=isch&sa=X&sqj=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbn=isch&q=fundamentos+técnicos+del+baloncesto)





**Imágenes 4**

**Señalizaciones básicas del arbitraje en el baloncesto**

**PASO 2 – TIPO DE FALTA**

38 USO ILEGAL DE MANOS  Golpear la muñeca	39 BLOQUEO (ataque o defensa)  Ambas manos en la cintura	40 MOVIMIENTO EXCESIVO DE CODO  Mover el codo hacia atrás	41 AGARRAR  Agarrar la muñeca hacia abajo
42 EMPUJAR O CARGAR SIN BALÓN  Imitar un empujón	43 CARGAR CON BALÓN  Golpear la palma con el muñeca cerrado	44 DEL EQUIPO CON CONTROL DE BALÓN  Señalar con puño cerrado la canasta del equipo infractor	45 DOBLE  Cruzar los puños de ambas manos
46 TÉCNICA  Mostrar la palma en forma de T	47 ANTIDeportiva  Agarrar la muñeca encima de la cabeza	48 DESCALIFICANTE  Ambos puños cerrados	

**I. TANTEO**

1 UN PUNTO  Un dedo, bajando la muñeca	2 DOS PUNTOS  Dos dedos, bajando la muñeca	3 INTENTO DE TRES PUNTOS  Tres dedos extendidos	4 CANASTA VÁLIDA DE TRES PUNTOS  Tres dedos extendidos de ambas manos	5 CANASTA ANULADA O JUEGO ANULADO  Desplazar los brazos una vez delante del cuerpo
---	---	--	--	---

**II. RELACIONADAS CON EL RELOJ**

6 DETENER EL RELOJ POR VIOLACION O DETENER EL JUEGO O NO DAR INICIO AL RELOJ (pitando al mismo tiempo)  Palma abierta	7 DETENER EL RELOJ POR FALTA (pitando al mismo tiempo)  Puño cerrado, palma hacia abajo, señalando a la cintura del infractor	8 REANUDAR EL RELOJ  Cortar con la mano	9 REINICIAR LOS 24 o 14 SEGUNDOS  Rotar la mano con el dedo índice levantado
--	--	--	---

**III. ADMINISTRATIVAS**

10 SUSTITUCION (pitando al mismo tiempo)  Cruzar antebrazos	11 AUTORIZACION PARA ENTRAR  Mover la palma abierta hacia el cuerpo	12 TIEMPO MUERTO (pitando al mismo tiempo)  En forma de T, mostrando el dedo índice	13 COMUNICACION ENTRE LOS ÁRBITROS Y OFICIALES DE MESA  Pulgar hacia arriba	14 CONTEO VISIBLE (cinco y ocho segundos)  Dedos mostrando la cuenta
--	--	--	--	---

**IV. TIPOS DE VIOLACIONES**

15 AVANCE  Rotar los puños	16 REGATE ILEGAL: DOBLE REGATE  Batir antebrazos	17 REGATE ILEGAL: ACOMPAÑAR EL BALÓN  Media rotación, hacia delante	18 TRES SEGUNDOS  Brazo extendido, mostrando 3 dedos
19 CINCO SEGUNDOS  Mostrar 5 dedos	20 OCHO SEGUNDOS  Mostrar 8 dedos	21 VEINTICUATRO SEGUNDOS  Tocar el hombro con los dedos	22 BALÓN DEVUELTO A PISTA TRASERA  Mover el brazo a ambos lados, dedo índice extendido
23 PIE INTENCIONADO  Señalar el pie con el dedo índice	24 FUERA DE BANDA Y/O DIRECCION DEL JUEGO  Señalar con el dedo índice paralelo a las líneas laterales	25 BALÓN RETENIDO/SITUACION DE SALTO  Pulgares levantados seguidos del índice en dirección a la flecha de posesión alterna	

**Fuente:** Recuperado de: <http://basketbodycheck.blogspot.com/2011/12/señales-básicas-del-arbitro.html>





**Imágenes 5**

**Fundamentos técnicos del voleibol**

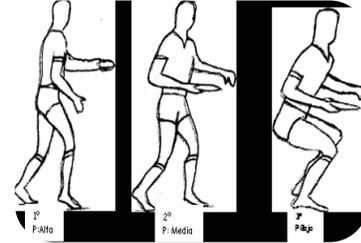
126



Recepción.



Voleo.



Desplazamientos.



Pase.



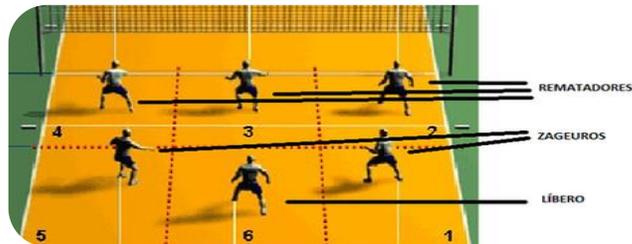
Saque.



Remate.



Bloqueo.



Defensa.

**Fuente:** Recuperado de:

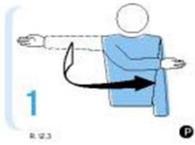
[https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+voleibol](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+voleibol)





**Imágenes 6**

**Señalizaciones básicas del árbitro del voleibol**



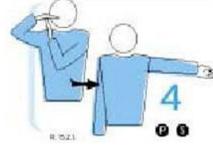
1  
Autorización del saque.



2  
Equipo que saca.



3  
Cambio de campo.



4  
Tiempo de descanso.



5  
Sustitución.



6  
Conducta incorrecta.



7  
Expulsión.



8  
Descalificación.



9  
Fin del set o encuentro.



10  
Balón sostenido o retenido dura.



11  
Retraso en el saque.



12  
Pantalla.



13  
Falta de posición o de rotación.



14  
Balón dentro.



15  
Balón fuera.



16  
Balón retenido.



17  
Doble golpe.



18  
Cuatro toques.



19  
Red tocada por un jugador.



20  
Penetración en el espacio contrario por encima de la red.



22  
Penetración en el campo contrario o balón que ha pasado por debajo de la red.



23  
Doble falta.



24  
Balón tocado.



25  
Amonestación por retraso de juego.

**Fuente:** Recuperado de:

<https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ>



**Imágenes 7**

**Fundamentos técnicos del balonmano**



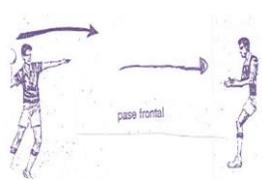
Posición básica.



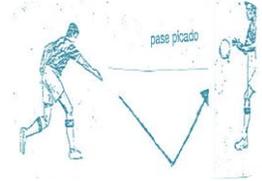
Desplazamientos.



Pase.



Pase en frontal.



Pase picado.



Pase en suspensión.



Recepción.



Lanzamiento.



Bote.



Finta.



Bloqueo.

Está permitido recibir la pelota:  
Después de 3 pasos o 3 segundos,  
picar la pelota y de nuevo 3 pasos o 3



ciclo de tres  
pasos.

**Fuente:** Recuperado de:

[https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+balonmano](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+balonmano)

## Imágenes 8

### Señales básicas del árbitro de balonmano



Penetrar en el área de portería.



Dobles, doble bote.



Pasos o tres segundos.



Abrazar, retener o empujar.



Golpear.



Falta de ataque.



Saque de banda.



Saque de portería.



Golpe franco.



No respetar la distancia de 3 metros.



Juego pasivo.



Gol.



Amonestación (amarilla) descalificación.



Exclusión (2 minutos).



Expulsión.



Time-out (tiempo muerto).



Autorización para entrar dos personas autorizadas en el terreno de juego después del time-out.



Gesto de advertencia de juego pasivo.

**Fuente:** Recuperado de:

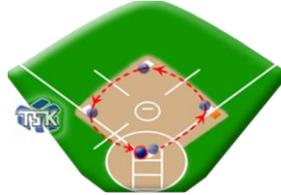
[https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=figuras+arbitrales+balonmano](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=figuras+arbitrales+balonmano)

**Imágenes 9**

**Fundamentos básicos del juego kickingball**



Bases.



Carreras en las bases.



Inicio de carrera.



Defensiva y ofensiva.



Ofensiva: pateadora y corredora.



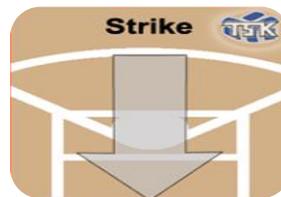
Posiciones defensivas.



Balon oficial.



Lanzadora.



**Fuente:** Recuperado de:

[https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbn=isch&sa=X&sqj=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbn=isch&q=fundamentos+técnicos+del+kickingball](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbn=isch&sa=X&sqj=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbn=isch&q=fundamentos+técnicos+del+kickingball)

**Imágenes 10**

**Fundamentos técnicos del kickingball**

Fildeo.



Fildeos de líneas.



Fildeos de líneas bajas.



Fildeos de líneas altas.



Fildeos de elevados.



Desplazamiento.



Tiro.



Tiro por el lado del brazo.



Tiro por debajo del brazo.



Tiro por arriba de la cabeza.



Tiro de pecho.



Tiro por debajo de la cintura.

**Fuente:** Recuperado de:

[https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+kickingball](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRIYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+kickingball)

**Imágenes 11**

**Fundamentos técnicos del kickingball**



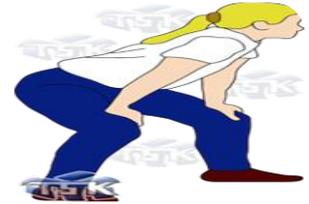
Lanzamiento.



Lanzamientos rápidos.



Lanzamientos en curva.



Posición básica de pateo.



Pateos de roleta.



Pateos de línea.



Pateos de elevado.



Pateos de toque.



Carrera.



Inicio de la carrera en bases.

**Fuente:** Recuperado de:

[https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ\\_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+kickingball](https://www.google.com.gt/search?q=fundamentos+técnicos+del+fútbol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwilxrSP08LTAhWCRiYKHYSADewQ_AUIBigB&biw=1366&bih=662#tbm=isch&q=fundamentos+técnicos+del+kickingball)

**Imágenes 12**

**Señalizaciones básicas del árbitro de kickingball**



Posición inicial y alta.



Posición baja y en desplazamiento.



El out.



Quieta.



Strike.



Bola.



Conteo de bolas y strikes.



Foul ball.



Foul ball de cajón (bola muerta demorada).



Balón bueno.



Balón muerto o tiempo.



Foul ball por doble contacto.



Lanzamiento de ilegal.



Lanzamiento de ilegal de aire.



Out por reglas.



Home run.



El pie quitado de la base.



Interferencia u obstrucción.



**Fuente:** Recuperado de: <http://kickingball.webcindario.com/arbitraje.html>

## Anexo B

### EJEMPLO DE PLAN MACRO-CICLO, MESO-CICLO Y MICRO-CICLO DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL

#### PLAN MACRO-CICLO O ANUAL DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL

134

#### PARTE INFORMATIVA

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

#### OBJETIVOS GENERALES

##### ● **Objetivo instructivo.**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos y tácticos del alumno en los deportes de fútbol, kickingball, baloncesto, voleibol y balonmano.

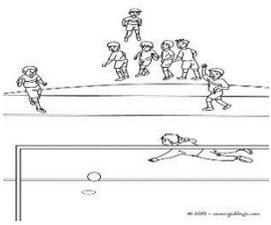
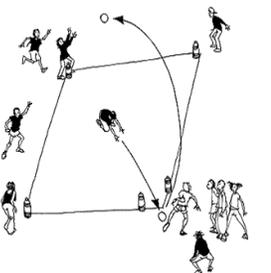
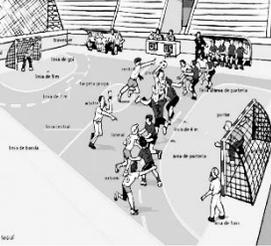
##### ● **Objetivo desarrollador.**

Aumentar las capacidades físicas generales del alumno, la fuerza, resistencia, velocidad, coordinación y flexibilidad.

##### ● **Objetivo educativo.**

Fomentar y cimentar las cualidades morales y volitivas, los valores: respeto, empatía, responsabilidad, honestidad, solidaridad, auto-determinación, justicia, compañerismo, convivencia y trabajo en equipo.



MACRO-CICLO	MESO-CICLOS	MICRO-CICLOS	ILUSTRACIÓN
I UNIDAD	<b>FÚTBOL</b> Conducción. Dominio. Pase. Tiro. Defensa individual y grupal. Desarrollo del Juego.	8 sesiones de entrenamiento deportivo pedagógico.	
II UNIDAD	<b>KICKINGBALL.</b> El Fildeo. El Desplazamiento. El Tiro. El Lanzamiento. Elementos. El Pateo. El Corrido a las Bases. El Barrido o Deslizamiento a las Bases. Desarrollo del juego.	8 sesiones de entrenamiento deportivo pedagógico.	
III UNIDAD	<b>BALONCESTO.</b> Bote de balón. Paradas. Pivote. Pase. Lanzamiento. Defensa individual y grupal. Desarrollo del Juego.	8 sesiones de entrenamiento deportivo pedagógico.	
IV UNIDAD	<b>VOLEIBOL.</b> Desplazamiento. Servicio. Recepción. Voleo. Remate. Sistema Defensivo. Desarrollo del Juego.	8 sesiones de entrenamiento deportivo pedagógico.	
ALTERNATIVO	<b>BALONMANO.</b> Bote de balón. Ciclo de tres pasos. Pase. Lanzamiento. Defensa individual y grupal. Desarrollo del Juego.	8 sesiones de entrenamiento deportivo pedagógico.	

135



**PLAN MESO-CICLO PRIMERA UNIDAD SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

136

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: I Contenido: Fútbol No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

MI CRO	OBJETIVOS	CONTENIDO FÍSICO	CONTENIDO TÉCNICO-TÁCTICO	MÉTODOS
1 y 2	<p><b>OBJETIVO INSTRUCTIVO.</b></p> <p>Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos y tácticos del alumno en el deporte de futbol.</p> <p><b>OBJETIVO DESARROLLADOR</b></p>	<p>1. Fuerza y flexibilidad.</p> <p>2. Resistencia y coordinación.</p>	<p><b>FÚTBOL</b></p> <p>Técnica ofensiva:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>🏆 Conducción del balón:</li> <li>- Con diversas zonas de contacto.</li> <li>- Sin y con oposición.</li> <li>- Sin y con cambio de dirección.</li> <li>- Sin y con cambio de ritmo.</li> <li>🏆 Tiro al marco.</li> <li>-Con diferentes partes del pie.</li> <li>🏆 Desarrollo del juego.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>🏆 Mando directo.</li> <li>🏆 Global.</li> <li>🏆 Analítico.</li> <li>🏆 Asignación de tareas.</li> <li>🏆 Individualización por grupos.</li> <li>🏆 Enseñanza modular.</li> <li>🏆 Programas individuales.</li> <li>🏆 Enseñanza programada.</li> <li>🏆 Enseñanza recíproca.</li> <li>🏆 Grupos reducidos.</li> <li>🏆 Micro-enseñanza.</li> <li>🏆 Estilo socializado.</li> <li>🏆 Descubrimiento guiado.</li> <li>🏆 Resolución de problemas.</li> <li>🏆 Estilo creativo.</li> </ul>
3 y 4	<p>Aumentar las capacidades físicas generales del alumno, la fuerza, resistencia, velocidad, coordinación y flexibilidad.</p>	<p>3. Velocidad y flexibilidad.</p> <p>4. Fuerza y coordinación.</p>	<p>Técnica ofensiva:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>🏆 Control del balón:</li> <li>- Recepción.</li> <li>- Detenciones imprevistas con el balón.</li> <li>🏆 Remate de cabeza.</li> <li>🏆 Desarrollo del juego.</li> </ul>	
5 y 6	<p><b>OBJETIVO EDUCATIVO.</b></p>	<p>5. Fuerza y flexibilidad.</p> <p>6. Velocidad y coordinación.</p>	<p>Técnica defensiva:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>🏆 Dominio del balón.</li> <li>🏆 Recobro del balón.</li> <li>🏆 Despeje del balón.</li> <li>🏆 Desarrollo del juego.</li> </ul>	
7 y 8	<p>Fomentar y cimentar los valores de: respeto y empatía.</p>	<p>7. Resistencia y flexibilidad.</p> <p>8. Velocidad y coordinación.</p>	<p>Técnica defensiva:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>🏆 Marcación del jugador atacante.</li> <li>🏆 Anticipación del balón.</li> <li>🏆 Desarrollo del juego.</li> </ul>	





**PLAN MESO-CICLO SEGUNDA UNIDAD SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

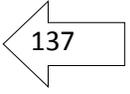
Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: II Contenido: Kickingball No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017



MI CRO	OBJETIVOS	CONTENIDO FÍSICO	CONTENIDO TÉCNICO-TÁCTICO	MÉTODOS
1 y 2	<b>OBJETIVO INSTRUCTIVO.</b>  Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos y tácticos del alumno en el deporte de Kickingball.	1. Fuerza y flexibilidad.  1. Resistencia y coordinación.	Elementos Técnicos Ofensivos: ● El Pateo. ● El Corrido a las Bases. ● Desarrollo del juego.	● Mando directo. ● Global. ● Analítico. ● Asignación de tareas. ● Individualización por grupos. ● Enseñanza modular.
3 y 4	<b>OBJETIVO DESARROLLADOR</b>  Aumentar las capacidades físicas generales del alumno, la fuerza, resistencia, velocidad, coordinación y flexibilidad.	2. Velocidad y flexibilidad.  3. Fuerza y coordinación.	Elementos Técnicos Ofensivos: ● El Barrido o Deslizamiento a las Bases. ● Desarrollo del juego.	● Programas individuales. ● Enseñanza programada. ● Enseñanza recíproca.
5 y 6		4. Fuerza y flexibilidad.  5. Velocidad y coordinación.	Técnicos Defensivos: ● El Fildeo. ● El Desplazamiento. ● Desarrollo del juego.	● Grupos reducidos. ● Microenseñanza. ● Estilo socializado.
7 y 8	<b>OBJETIVO EDUCATIVO.</b>  Fomentar y cimentar los valores de: responsabilidad y honestidad.	6. Resistencia y flexibilidad.  7. Velocidad y coordinación.	Técnicos Defensivos: ● El Tiro. ● El Lanzamiento. ● Desarrollo del juego.	● Descubrimiento guiado. ● Resolución de problemas. ● Estilo creativo.





**PLAN MESO-CICLO TERCERA UNIDAD SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

138

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: III Contenido: Baloncesto No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

MI CRO	OBJETIVOS	CONTENIDO FÍSICO	CONTENIDO TÉCNICO-TÁCTICO	MÉTODOS
1 y 2	<b>OBJETIVO INSTRUCTIVO.</b>  Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos y tácticos del alumno en el deporte de baloncesto.	1. Fuerza y flexibilidad.  2. Resistencia y coordinación.	<b>BALONCESTO</b> Técnica ofensiva: ● Drible una y dos manos. ● Recepción y pase. ● Tiro. ● Desarrollo del juego.	● Mando directo. ● Global. ● Analítico. ● Asignación de tareas. ● Individualización por grupos. ● Enseñanza modular.
3 y 4	<b>OBJETIVO DESARROLLADOR.</b>  Aumentar las capacidades físicas generales del alumno, la fuerza, resistencia, velocidad, coordinación y flexibilidad.	3. Velocidad y flexibilidad.  4. Fuerza y coordinación.	Técnica ofensiva: ● Pantalla. ● Fintas de pase, tiro y entrada. ● Doble ritmo de bandeja y bala. ● Sistema ofensivo. ● Desarrollo del juego.	● Programas individuales. ● Enseñanza programada. ● Enseñanza recíproca. ● Grupos reducidos.
5 y 6		5. Fuerza y flexibilidad.  6. Velocidad y coordinación.	Técnica defensiva: ● Dominio de balón. ● Paradas de 1 y 2 tiempos. ● Pivote. ● Desarrollo del juego.	● Micro-enseñanza. ● Estilo socializado. ● Descubrimiento guiado. ● Resolución de problemas.
7 y 8	<b>OBJETIVO EDUCATIVO.</b>  Fomentar y cimentar los valores de: solidaridad y auto-determinación.	7. Resistencia y flexibilidad.  8. Velocidad y coordinación.	Técnica defensiva: ● Marcación del jugador atacante. ● Sistema defensivo. ● Desarrollo del juego.	● Estilo creativo.





**PLAN MESO-CICLO CUARTA UNIDAD SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

139

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: IV Contenido: Voleibol No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

MI CRO	OBJETIVOS	CONTENIDO FÍSICO	CONTENIDO TÉCNICO-TÁCTICO	MÉTODOS
1 y 2	<b>OBJETIVO INSTRUCTIVO.</b>  Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos y tácticos del alumno en el deporte de Voleibol.	1. Fuerza y flexibilidad.	VOLEIBOL <ul style="list-style-type: none"> <li>🏐 Posiciones fundamentales y desplazamientos, alta media y baja.</li> </ul> Técnica defensiva: <ul style="list-style-type: none"> <li>🏐 Recepción, baja, media y alta sin y con desplazamiento.</li> <li>🏐 Desarrollo del juego.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>🏐 Mando directo.</li> <li>🏐 Global.</li> <li>🏐 Analítico.</li> <li>🏐 Asignación de tareas.</li> <li>🏐 Individualización por grupos.</li> <li>🏐 Enseñanza modular.</li> <li>🏐 Programas individuales.</li> <li>🏐 Enseñanza programada.</li> <li>🏐 Enseñanza recíproca.</li> <li>🏐 Grupos reducidos.</li> </ul>
3 y 4	<b>OBJETIVO DESARROLLADOR.</b>  Aumentar las capacidades físicas generales del alumno, la fuerza, resistencia, velocidad, coordinación y flexibilidad.	3. Velocidad y flexibilidad.  4. Fuerza y coordinación.	Técnica defensiva: <ul style="list-style-type: none"> <li>🏐 Bloqueo.</li> <li>🏐 Asistencia.</li> <li>🏐 Sistema defensivo.</li> <li>🏐 Desarrollo del juego.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>🏐 Microenseñanza.</li> <li>🏐 Estilo socializado.</li> <li>🏐 Descubrimiento guiado.</li> <li>🏐 Resolución de problemas.</li> <li>🏐 Estilo creativo.</li> </ul>
5 y 6	<b>OBJETIVO EDUCATIVO.</b>  Fomentar y cimentar los valores de: justicia y compañerismo.	5. Fuerza y flexibilidad.  6. Velocidad y coordinación.	Técnica ofensiva: <ul style="list-style-type: none"> <li>🏐 Servicio por abajo, medio, frontal y por arriba, con y sin salto.</li> <li>🏐 Voleo, adelante, atrás y lateral, con y sin desplazamiento.</li> <li>🏐 Desarrollo del juego.</li> </ul>	
7 y 8		7. Resistencia y flexibilidad. 8. Velocidad y coordinación.	Técnica ofensiva: <ul style="list-style-type: none"> <li>🏐 Remate.</li> <li>🏐 Desarrollo del juego.</li> </ul>	





**PLAN MESO-CICLO ALTERNATIVO SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

140

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: V Contenido: Balonmano No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

MI CRO	OBJETIVOS	CONTENIDO FÍSICO	CONTENIDO TÉCNICO-TÁCTICO	MÉTODOS
1 y 2	<b>OBJETIVO INSTRUCTIVO.</b>  Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos y tácticos del alumno en el deporte de balonmano.	1. Fuerza y flexibilidad.  2. Resistencia y coordinación.	<b>BALONMANO</b> Técnica ofensiva: ● Drible con cambio de balón y dirección. ● Recepción y pase sin y con desplazamiento. ● Desarrollo del juego.	● Mando directo. ● Global. ● Analítico. ● Asignación de tareas. ● Individualización por grupos. ● Enseñanza modular. ● Programas individuales.
3 y 4	<b>OBJETIVO DESARROLLADOR.</b>  Aumentar las capacidades físicas generales del alumno, la fuerza, resistencia, velocidad, coordinación y flexibilidad.	3. Velocidad y flexibilidad.  4. Fuerza y coordinación.	Técnica ofensiva: ● Drible con finta y cambio de dirección. ● Tiro al marco. ● Ciclo de tres pasos. ● Desarrollo del juego.	● Enseñanza programada. ● Enseñanza recíproca. ● Grupos reducidos. ● Micro-enseñanza.
5 y 6	<b>OBJETIVO EDUCATIVO.</b>  Fomentar y cimentar los valores de: convivencia y trabajo en equipo.	5. Fuerza y flexibilidad.  6. Velocidad y coordinación.	Técnica defensiva: ● Posición fundamental. ● Técnica del bloqueo frontal y lateral individual. ● Desarrollo del juego.	● Estilo socializado. ● Descubrimiento guiado. ● Resolución de problemas. ● Estilo creativo.
7 y 8		7. Resistencia y flexibilidad.  8. Velocidad y coordinación.	Técnica defensiva: ● Sistemas defensivos. ● Bloqueo frontal y lateral grupal. ● Desarrollo del juego.	





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 1 Y 2  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: I Contenido: Fútbol No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

141

**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos de conducción y tiro al marco del alumno en el deporte de fútbol.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de fuerza y flexibilidad en el alumno enfocados al fútbol.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de respeto y empatía.

ESTRUCTURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Circuito de ejercicio de gimnasia básica (toque de talones, payasitos, soldaditos, toque de rodillas y diversos desplazamientos), con diferentes objetos. -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global.	
P.F.	-Estaciones de ejercicio, despechadas, abdominales, sentadillas, trabajo de espalda. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-Formados en una hilera realizan conducción entre conos con diversas zonas de contacto y cambio de ritmo. -En parejas uno conduce y uno trata de quitar el balón a la señal se cambian de posición. -Se ubican en diferentes puntos enfrente de la portería y tiran al marco con diferentes partes del pie. -Conducen el balón de un punto a otro y tiran al marco con diferentes partes del pie. 25'	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas.	
FINAL	-Desarrollo del juego de fútbol 5 con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de respeto y empatía. 15'	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 3 Y 4  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

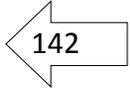
Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: I Contenido: Fútbol No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017



**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos de control de balón, remate de cabeza y desarrollo del juego en el deporte de fútbol.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de velocidad y flexibilidad en el alumno, enfocados al fútbol.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de respeto y empatía.

ESTRUC TURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en un círculo realizan diversos tipos de ejercicios de gimnasia básica (toque de talones, de rodillas, payasitos, soldaditos etc.). -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global. Inductivo	
P.F.	-Realiza 15 repeticiones de salidas de 20 metros de velocidad a lo largo de la cancha de juego. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones	
PRINCIPAL	-Se forman en grupos de 5 y practican el control de balón si botarla con los pies, muslos, cabeza. -Todos condicionado el balón por la cancha a la señal realizan detecciones imprevistas. -En hileras enfrentadas realizan remaste con la cabeza a diferentes distancias. -En frente de las porterías formadas en hileras realizan remate con la cabeza. 25'	Descubrimiento guiado. Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas.	
FINAL	-Desarrollo del juego de fútbol 5 con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de respeto y empatía. 15'	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:

\_\_\_\_\_





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 5 Y 6  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

143

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: I Contenido: Fútbol No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos de dominio, recobro y despeje de balón, desarrollo del juego en el deporte de fútbol.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de Fuerza y flexibilidad en el alumno, enfocados al fútbol.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de respeto y empatía.

ESTRUCTURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Todos trotando de forma libre a la señal realizan diversos tipos de ejercicios de gimnasia básica (toque de talones, de rodillas, payasitos, soldaditos, diferentes desplazamientos etc.). -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global. Inductivo	
P.F.	-Ubicados de forma libre realizan ejercicios de fuerza durante 45 seg. (Despechadas, abdominales, trabajo de espalda, sentadillas), 30 seg. De descanso. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones	
PRINCIPAL	-En hileras enfrentadas domina el balón recepcionandolo con los pies, muslos, pecho y cabeza. -En hileras enfrentadas realizan el recobro de balón realizando la técnica correcta. -En hileras enfrentadas en cada esquina de la cancha realizan despejes del balón. 25'	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas.	
FINAL	-Desarrollo del juego de fútbol 5 con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de respeto y empatía. 15'	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:

---





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 7 Y 8  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

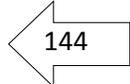
Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: I Contenido: Fútbol No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017



**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos de marcación al jugador atacante, anticipación al balón y desarrollo del juego en el deporte de fútbol.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de resistencia y flexibilidad en el alumno, enfocados al fútbol.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de respeto y empatía.

ESTRUCTURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en hileras realizan diverso ejercicios de gimnasia básica de un punto a otro (toque de talones, de rodillas, payasitos, soldaditos, diferentes desplazamientos etc.). -Estiramientos en círculo. 10´	Mando. Directo. Global. Inductivo	
P.F.	-Corren alrededor de la cancha durante 8 minutos manteniendo la resistencia. 10´	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-En parejas sin balón un realiza marcación al jugador cambiando de dirección. -En hileras realizan marcación al jugador con balón. -Formados en grupos de 7 en un círculo se pasan el balón y 2 de ellos tratan de anticiparse al balón anulando el pase, quien recupera se integra al círculo, quien hizo mal el pase pasa a defender. 25´	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas. Descubrimiento guiado.	
FINAL	-Desarrollo del juego de fútbol 5 con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de respeto y empatía. 15´	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 1 y 2  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

145

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: II Contenido: Kickingball No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos del pateo y corrida a las bases, en el deporte de Kickingball.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de fuerza y flexibilidad en el alumno enfocados al Kickingball.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de responsabilidad y honestidad.

ESTRUC TURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Circuito de ejercicio de gimnasia básica (toque de talones, payasitos, soldaditos, toque de rodillas y diversos desplazamientos. -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global.	
P.F.	-Estaciones de ejercicio, despechadas, abdominales, sentadillas, trabajo de espalda. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-Se ubican en hileras enfrentadas y realizan la técnica del pateo. -Se ubican en dos esquinas de la cancha y realizan la técnica del pateo. -En hilera realizan el corrido de las bases con las reglas del kickingball. -En hileras patean y van corriendo las bases mediante van pateando. 25'	Asignación de tareas. Sintético. Micro-enseñanza.	
FINAL	-Desarrollo del juego de Kickingball con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de responsabilidad y honestidad. 15'	Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:

---





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 3 Y 4  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: II Contenido: Kickingball No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

146

<b>OBJETIVO INSTRUCTIVO:</b> <u>Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos del barrido o deslizamientos a las bases, corrida en las bases y el desarrollo del juego en el deporte de Kickingball.</u>			
<b>OBJETIVO DESARROLLADOR:</b> <u>Aumentar las capacidades físicas de velocidad y flexibilidad en el alumno enfocados al Kickingball.</u>			
<b>OBJETIVO EDUCATIVO:</b> <u>Fomentar y cimentar los valores de responsabilidad y honestidad.</u>			
ESTRUCTURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en un círculo realizan diversos tipos de ejercicios de gimnasia básica (toque de talones, de rodillas, payasitos, soldaditos etc.). -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global. Inductivo	
P.F.	-Realiza 15 repeticiones de salidas de 20 metros de velocidad a lo largo de la cancha de juego. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-Se ubican en hileras con una base en medio y realizan la técnica de barrido o deslizamiento. -Se forman en la primera base y van realizando barridos o deslizamientos en segunda y tercera base. -Realizan corridas en las bases aplicando la técnica correcta. -Realizan el pateo con balón y después van corriendo de base en base mientras los otros patean. 25'	Asignación de tareas. Sintético. Micro-enseñanza. Resolución de problemas.	
FINAL	-Desarrollo del juego de Kickingball con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de responsabilidad y honestidad. 15'	Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:

---





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 5 Y 6  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

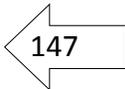
Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: II Contenido: Kickingball No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017



**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos del fildeo, el desplazamiento y el desarrollo del juego en el deporte de Kickingball.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de velocidad y coordinación en el alumno enfocados al Kickingball

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de responsabilidad y honestidad.

ESTRUC TURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Todos trotando de forma libre a la señal realizan diversos tipos de ejercicios de gimnasia básica (toque de talones, de rodillas, payasitos, soldaditos, diferentes desplazamientos etc.). -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global. Inductivo	
P.F.	-Realiza diferentes ejercicios en la escalera de habilidades. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-Se ubican en hileras enfrentadas y lanzan el balón para que el otro compañero realice con la técnica correcta los diferentes fildeos. - En parejas un compañero realiza pateo para que el otro fildeo de acuerdo como valla el balón. -En hileras realizan la técnica adecuada de desplazamiento. 25'	Asignación de tareas. Sintético. Micro-enseñanza.	
FINAL	-Desarrollo del juego de Kickingball con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de responsabilidad y honestidad. 15'	Estilo creativo. Descubrimiento guiado.	

OBSERVACIONES:

---





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 7 Y 8  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

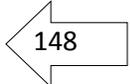
Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: II Contenido: Kickingball No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017



**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos: el tiro, el lanzamiento y el desarrollo del juego en el deporte de Kickingball.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de resistencia y flexibilidad en el alumno enfocados al Kickingball

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de responsabilidad y honestidad.

ESTRUC TURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en fila realizan diversos ejercicios de gimnasia básica y cambian a la señal de docente. -Realizan diferentes estiramientos formados en círculo. 10´	Mando Directo.	
P.F.	-Corren durante 8 minutos de forma continuo en una repetición. 10´	Repeticiones.	
PRINCIPAL	-Todos trotando por el área sin balón a la señal realizan el gesto técnico de tiro, posterior lo hacen con la técnica de lanzamiento. -En hileras enfrentadas realizan la técnica del tiro con balón. -En hileras enfrentadas realizan la técnica del lanzamiento. 25´	Asignación de tareas. Sintético. Micro-enseñanza.	
FINAL	-Desarrollo del juego de Kickingball con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de responsabilidad y honestidad. 15´	Estilo creativo.	

**OBSERVACIONES:**





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 1 Y 2  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

149

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: III Contenido: Baloncesto No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos del drible a una y dos manos, recepción, pase y tiro, del alumno en el deporte de baloncesto.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de fuerza y flexibilidad en el alumno enfocados al baloncesto.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de solidaridad y auto-determinación.

ESTRUCTURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en círculo y lubrican diferentes regiones del cuerpo. -Forman cuatro grupos y se ubican en cada esquina de la cancha, realizan ejercicio de calentamiento, toque de talones, rodillas, payasitos, soldaditos. 10´	Mando Directo. Global.	
P.F.	-En parejas A1 trota usando la fuerza de piernas y abdomen, A2 evita que avances sujetándolo por la cintura, el objetivo es llegar a la línea de fondo. 10´	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-Formados en una hilera realizan drible entre conos a una y dos manos. -Formados en hileras frontales realizan pase y al mismo tiempo recepción del balón. -Formados en dos hileras en frente del tablero y realizan tiros. -Formados en dos hileras a media cancha dribla, se pasan el balón y finalizan con un tiro. 25´	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas.	
FINAL	-Desarrollo del juego de baloncesto con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de solidaridad y auto-determinación. 15´	Estilo socializado. Estilo creativo.	

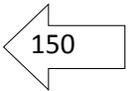
OBSERVACIONES:

---





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 3 Y 4  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**



**PARTE INFORMATIVA**

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: III Contenido: Baloncesto No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos de pantalla, fintas, doble ritmo del alumno en el deporte de baloncesto.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de velocidad y flexibilidad en el alumno enfocados al baloncesto.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de solidaridad y auto-determinación.

ESTRUCTURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en un círculo realizan diversos tipos de ejercicios de gimnasia básica (toque de talones, de rodillas, payasitos, soldaditos etc.). -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global. Inductivo	
P.F.	-Realiza 15 repeticiones de salidas de 20 metros de velocidad a lo largo de la cancha de juego. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-Formados en una hilera ejecutan diferente técnica de pantalla sin balón y con balón. -Formados en hileras enfrentadas reciben pase realizan finta de tiro, entrada y pase, siguen driblando. -Formados en hileras enfrente al tablero realizan doble ritmo de bala y bandeja. -Formados en hileras realizan finta, driblan y entran en doble ritmo. 25'	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas.	
FINAL	-Desarrollo del juego de baloncesto con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de solidaridad y auto-determinación. 15'	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 5 Y 6  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

151

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: III Contenido: Baloncesto No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos de dominio de balón, parada de unos 1 y 2 tiempos, pivote en el deporte de baloncesto.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de velocidad y coordinación en el alumno enfocados al baloncesto.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de solidaridad y auto-determinación.

ESTRUC TURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en damero realizan diversos ejercicios de gimnasia básica (toque de talones, de rodillas, payasitos, soldaditos, diferentes desplazamientos etc.). -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global. Inductivo	
P.F.	-Realiza diferentes ejercicios en la escalera de habilidades. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-Formados en una hilera realizan dominio de balón a la altura de los pies, rodillas, cintura y cabeza. -Formados en hileras enfrentadas realizan paradas de 1 y 2 tiempos sin y con balón. -Formados en hileras realizan pivote después de una parada de 1 y 2 tiempos. -Formados en hileras enfrente del tablero driblan, parada de 1 y 2 tiempos, posterior lanzamiento. 25'	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas.	
FINAL	-Desarrollo del juego de baloncesto con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de solidaridad y auto-determinación. 15'	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 7 Y 8  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

152

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay  
 Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico  
 Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.  
 Sección: A, B y C Unidad: III Contenido: Baloncesto No. de estudiantes: 30-40  
 Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos de marcación al jugador atacante, sistema defensivo y desarrollo del juego en el deporte de baloncesto.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de resistencia y flexibilidad en el alumno enfocados al baloncesto.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de solidaridad y auto-determinación.

ESTRUC TURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en una hilera se desplazan realizando ejercicios de gimnasia básica (toque de talones, de rodillas, payasitos, soldaditos, diferentes desplazamientos etc.). -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global. Inductivo	
P.F.	-Realizan parrillas de 4 toque a lo largo de la cancha durante 5 repeticiones. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-En hileras enfrentadas realizan ejercicios de marcación con balón y sin balón. -En grupos de cinco el maestro le proporciona un documento y se ubican según el sistema defensivo. -En grupos de 5 se ubican en la pista ofensiva y corren a pista defensiva y realizan un sistema defensivo. 25'	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas. Descubrimiento guiado.	
FINAL	-Desarrollo del juego de baloncesto con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de solidaridad y auto-determinación. 15'	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:

---





## SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 1 Y 2 DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL

### PARTE INFORMATIVA

153

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: IV Contenido: Voleibol No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

#### OBJETIVO INSTRUCTIVO:

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos de posiciones fundamentales, recepción y desarrollo del juego del alumno en el deporte de Voleibol.

#### OBJETIVO DESARROLLADOR:

Aumentar las capacidades físicas de fuerza y flexibilidad en el alumno enfocados al Voleibol.

#### OBJETIVO EDUCATIVO:

Fomentar y cimentar los valores de justicia y compañerismo.

ESTRUCTURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Se forman en damero y realizan diversos ejercicios de gimnasia básica (toque de talones, rodillas, payasitos, soldaditos etc.). -Realizan ejercicios de flexibilidad. 10'	Mando Directo. Global.	
P.F.	-Formados en círculo realizan un minuto de despechadas, abdominales, sentadillas, trabajo de espalda, desplante con su propio ritmo. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-Formados en hileras y realizan desplazamientos y posiciones fundamentales de voleibol en ciertos puntos del recorrido. -Formados en hileras realizan el gesto técnico de recepción baja, media y alta sin balón. -Formados en hileras enfrentadas realizan las recepciones con balón. -Formados en un círculo realizan recepciones sin botarla. 25'	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas. Micro-enseñanza.	
FINAL	-Desarrollo del juego del Voleibol con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de justicia y compañerismo. 15'	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:



**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 3 Y 4  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

154

**PARTE INFORMATIVA**

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay  
 Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico  
 Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.  
 Sección: A, B y C Unidad: IV Contenido: Voleibol No. de estudiantes: 30-40  
 Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos de bloqueo, asistencia y sistema defensivo del alumno en el deporte de Voleibol.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de velocidad y flexibilidad en el alumno enfocados al Voleibol.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de justicia y compañerismo.

ESTRUC TURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en un círculo realizan diversos tipos de ejercicios de gimnasia básica (toque de talones, de rodillas, payasitos, soldaditos etc.). -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global. Inductivo	
P.F.	-Realiza 15 repeticiones de salidas de 20 metros de velocidad a lo largo de la cancha de juego. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-Formados en hileras y realizan la técnica del bloqueo. -Formados en hileras enfrentadas y realizan la técnica del bloqueo con balón. -Con el net puesto se efectúa una jugada que conlleve a la asistencia. -En grupos de 6 el docente les facilita un documento y deben de realizar en un espacio reducido los sistemas defensivos. 25'	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas. Descubrimiento guiado.	
FINAL	-Desarrollo del juego del Voleibol con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de justicia y compañerismo. 15'	Estilo socializado. Estilo creativo.	

**OBSERVACIONES:**





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 5 Y 6  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

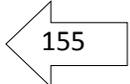
Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: IV Contenido: Voleibol No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017



**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos de servicio y voleo del alumno en el deporte de Voleibol.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de velocidad y coordinación en el alumno enfocados al Voleibol.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de justicia y compañerismo.

ESTRUCTURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en damero realizan diversos ejercicios de gimnasia básica (toque de talones, de rodillas, payasitos, soldaditos, diferentes desplazamientos etc.). -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global. Inductivo	
P.F.	-Realiza diferentes ejercicios en la escalera de habilidades. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-Formados filas enfrentadas en la línea de fondo de la cancha y realizan servicio por abajo, medio, frontal y por arriba, con y sin salto. -Formados en hileras enfrentadas realizan los diferentes tipos de voleo, adelante, atrás, lateral con y sin desplazamiento. -Formados en un círculo realizan los diferentes tipos de voleo sin botarla. 25'	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas. Micro-enseñanza.	
FINAL	-Desarrollo del juego del Voleibol con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de justicia y compañerismo. 15'	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:

---





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 7 Y 8  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: IV Contenido: Voleibol No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

156

**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos del remate y desarrollo del juego en el deporte de Voleibol.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de resistencia y flexibilidad en el alumno enfocados al Voleibol.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de justicia y compañerismo.

ESTRUC TURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en una hilera se desplazan realizando ejercicios de gimnasia básica (toque de talones, de rodillas, payasitos, soldaditos, diferentes desplazamientos etc.). -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global. Inductivo	
P.F.	-Realizan parrillas de 4 toque a lo largo de la cancha durante 5 repeticiones. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-Todos trotando a la señal ejecutan la técnica de remate. -Formados en hileras enfrente junto a la net en los extremos realizan la técnica de remate sin balón y después con balón. -Formados en hileras enfrentadas en los extremos de la net realizan remate, con defensivo que realiza bloqueo. 25'	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas. Micro-enseñanza.	
FINAL	-Desarrollo del juego del Voleibol con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de justicia y compañerismo. 15'	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 1 Y 2  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

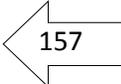
Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro

Sección: A, B y C Unidad: V Contenido: Balonmano No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017



**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos del drible con cambio de dirección, recepción y pase sin y con desplazamiento del alumno en el deporte de balonmano.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de resistencia y coordinación en el alumno enfocados al balonmano.

**OBJETIVO EDUCATIVO**

Fomentar y cimentar los valores de convivencia y trabajo en equipo.

ESTRUCTURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en círculo y lubrican diferentes regiones del cuerpo. -Realizan un recorrido con diferentes ejercicios de gimnasia básica, con diferentes objetos (toque de talones, toque de rodillas, desplazamiento lateral, saltos con cambio de pierna). 10'	Mando Directo. Global.	
P.F.	-Corren durante 8 minutos manteniendo el ritmo y soportando la resistencia. 10'	Repeticiones. Global	
PRINCIPAL	-De forma libre todos realizan el drible por toda la cancha al pitazo cambian de dirección. -Formados en hilera y realizan el drible en esalon. -En parejas realizan pases aplicando la técnica de recepción. -Formados en dos hileras realizan pases en desplazamiento. 25'	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas.	
FINAL	-Desarrollo del juego de balonmano con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de convivencia y trabajo en equipo. 15'	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:

---





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 3 Y 4  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

158

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: V Contenido: Balonmano No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos del drible con finta, tiro al marco, ciclo de tres pasos, del alumno en el deporte de balonmano.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de fuerza y coordinación en el alumno enfocados al balonmano.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de convivencia y trabajo en equipo.

ESTRUC TURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en círculo y lubrican diferentes regiones del cuerpo. -Forman cuatro grupos y se ubican en cada esquina de la cancha, realizan ejercicio de calentamiento, toque de talones, rodillas, payasitos, soldaditos. 10´	Mando Directo. Global.	
P.F.	-En parejas A1 trota usando la fuerza de piernas y abdomen, A2 evita que avances sujetándolo por la cintura, el objetivo es llegar a la línea de fondo. 10´	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-De forma libre corriendo por la cancha a la señal realizan fintas con cambio de dirección. -Formados en hileras enfrentadas realizan drible con finta en el cono ubicado en medio. -Formados en hileras enfrente de la portería realizan tiros al marco con la técnica correcta. -Formados en hileras enfrente de la portería realizan el ciclo de tres pasos y lanzan. 25´	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas.	
FINAL	-Desarrollo del juego de balonmano con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de convivencia y trabajo en equipo. 15´	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 5 Y 6  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

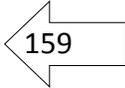
Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro:

Sección: A, B y C Unidad: V Contenido: Balonmano No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017



**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos de posiciones fundamentales, bloqueo, ciclo de tres pasos, del alumno en el deporte de balonmano.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de velocidad y coordinación en el alumno enfocados al balonmano.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de convivencia y trabajo en equipo.

ESTRUC TURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en damero realizan diversos ejercicios de gimnasia básica (toque de talones, de rodillas, payasitos, soldaditos, diferentes desplazamientos etc.). -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global. Inductivo	
P.F.	-Realiza diferentes ejercicios en la escalera de habilidades. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-De forma libre trotando por toda la cancha realizan posiciones fundamentales. -En parejas si el balón practican la técnica correcta del bloqueo. -En hileras enfrentadas con balón realizan la técnica del bloqueo. -En hileras ubicadas enfrente de la portería realizan el bloqueo al compañero que trata de ingresar al área de lanzamiento. 25'	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas.	
FINAL	-Desarrollo del juego de balonmano con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de convivencia y trabajo en equipo. 15'	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:

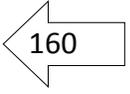
---





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO 7 Y 8  
DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**



Nombre del Docente: Armando Alfredo Chávez Chavajay

Establecimiento: Instituto Nacional de Educación Básica Nivel: Ciclo Básico

Curso: Servicio Cívico Social (Formación Deportiva) Grado: 1ro, 2do y 3ro.

Sección: A, B y C Unidad: V Contenido: Balonmano No. de estudiantes: 30-40

Jornada: Matutina o Vespertina Ciclo: 2017

**OBJETIVO INSTRUCTIVO:**

Mejorar y perfeccionar los elementos técnicos de sistemas defensivos, bloqueo frontal y lateral, desarrollo del juego en el deporte de balonmano.

**OBJETIVO DESARROLLADOR:**

Aumentar las capacidades físicas de velocidad y coordinación en el alumno enfocados al balonmano.

**OBJETIVO EDUCATIVO:**

Fomentar y cimentar los valores de convivencia y trabajo en equipo.

ESTRUCTURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL	-Formados en un círculo realizan diversos tipos de ejercicios de gimnasia básica (toque de talones, de rodillas, payasitos, soldaditos etc.). -Estiramientos en círculo. 10'	Mando. Directo. Global. Inductivo	
P.F.	-Realiza 15 repeticiones de salidas de 20 metros de velocidad a lo largo de la cancha de juego. 10'	Resolución de problemas. Repeticiones.	
PRINCIPAL	-Ubicados en grupos de 7 alumnos el maestro les entre un documento y deben de practicar los sistemas defensivos en un espacio reducido. -Se ubican en la pista ofensiva a la señal corren a ubicarse en el sistema defensivo. -Formado en hileras enfrentadas realizan la técnica del bloqueo frontal y lateral. 25'	Analítico. Asignación de tareas. Resolución de problemas. Descubrimiento guiado.	
FINAL	-Desarrollo del juego de balonmano con aplicación de reglas por parte del docente. -Charla sobre el valor de convivencia y trabajo en equipo. 15'	Estilo socializado. Estilo creativo.	

OBSERVACIONES:

---



## PLAN MACRO-CICLO O ANUAL DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL

### PARTE INFORMATIVA

161

Nombre del Docente: \_\_\_\_\_

Establecimiento: \_\_\_\_\_ Nivel: \_\_\_\_\_

Curso: \_\_\_\_\_ Grado: \_\_\_\_\_

Sección: \_\_\_\_\_ No. de estudiantes: \_\_\_\_\_

Jornada: \_\_\_\_\_ Ciclo: \_\_\_\_\_

### OBJETIVOS GENERALES

● Objetivo instructivo.

---

---

---

---

● Objetivo desarrollador.

---

---

---

---

● Objetivo educativo.

---

---

---

---



MACRO-CICLO	MESO-CICLOS	MICRO-CICLOS	ILUSTRACIÓN
I UNIDAD			
II UNIDAD			
III UNIDAD			
IV UNIDAD			
ALTERNATIVO			

← 162

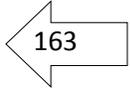




**PLAN MESO-CICLO O DE UNIDAD SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

Nombre del Docente: \_\_\_\_\_  
 Establecimiento: \_\_\_\_\_ Nivel: \_\_\_\_\_  
 Curso: \_\_\_\_\_ Grado: \_\_\_\_\_  
 Sección: \_\_\_\_\_ No. de estudiantes: \_\_\_\_\_  
 Jornada: \_\_\_\_\_ Ciclo: \_\_\_\_\_



MICRO	OBJETIVOS	CONTENIDO FÍSICO	CONTENIDO TÉCNICO-TÁCTICO	MÉTODOS
1 y 2				
3 y 4				
5 y 6				
7 y 8				





**SESIÓN DE ENTRENAMIENTO DEL SERVICIO CÍVICO SOCIAL**

**PARTE INFORMATIVA**

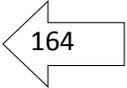
Nombre del Docente: \_\_\_\_\_

Establecimiento: \_\_\_\_\_ Nivel: \_\_\_\_\_

Curso: \_\_\_\_\_ Grado: \_\_\_\_\_

Sección: \_\_\_\_\_ No. de estudiantes: \_\_\_\_\_

Jornada: \_\_\_\_\_ Ciclo: \_\_\_\_\_



OBJETIVO INSTRUCTIVO:

OBJETIVO DESARROLLADOR:

OBJETIVO EDUCATIVO:

ESTRUCTURA	ACTIVIDADES	MÉTODOS	GRÁFICA
INICIAL			
P.F.			
PRINCIPAL			
FINAL			

OBSERVACIONES:

\_\_\_\_\_





**Anexo C**

**Registro fotográfico**



**Fotografía 1.** Epesista Armando Alfredo Chávez Chavajay con estudiantes del Programa Servicio Cívico Social en la fase de calentamiento deportivo.

**Fuente:** Fotografía tomada por Andrea Casitillo, Guatemala (octubre 2016).



**Fotografía 2.** Epesista Armando Alfredo Chávez Chavajay con estudiantes del Programa Servicio Cívico Social, explicando el juego de Kickingball.

**Fuente:** Fotografía tomada por Andrea Castillo, Guatemala (octubre 2016).

## CAPÍTULO IV

### PROCESO DE EVALUACIÓN

#### 4.1 Evaluación del diagnóstico

En la Evaluación Diagnóstica se utilizó como instrumento de evaluación, una lista de cotejo (*ver apéndice*), que fue validada por la asesora, se cumplió el objetivo general del Plan Diagnóstico (*ver apéndice*) de forma satisfactoria, al conocer la situación y condición de la institución patrocinante y beneficiada, como resultado se detectó un problema a solucionar.

En las visitas constantes a la institución patrocinante y beneficiada se llevó a cabo las actividades planificadas, se ejecutó de forma ordenada, esto permitió cumplir el objetivo general.

Mediante la aplicación correcta de los instrumentos ficha de observación, entrevista y ficha de análisis documental (*ver apéndice*), se conoció a profundidad la información necesaria de la institución beneficiada y patrocinante, como resultado se obtuvo la lista de carencias, deficiencias y fallos de ambas instituciones.

Se priorizó el problema, como número uno, fue el Desorden Administrativo en el Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- se propuso cuatro soluciones del problema, por lo tanto, se tomó en cuenta el estudio de viabilidad y factibilidad, como resultado se obtuvo, la solución seleccionada, se determinó la elaboración del Manual del Servidor Cívico Social de la institución beneficiada con enfoque didáctico y pedagógico.

El presupuesto fue el correcto para cubrir las necesidades económicas, en el proceso de ejecución de la Evaluación Diagnóstica.

El cronograma de actividades del plan del diagnóstico fue la idónea para llegar al cumplimiento de los objetivos específicos y en el tiempo estipulado. Por lo que se puede afirmar que el Plan del Diagnóstico se cumplió satisfactoriamente.

## 4.2 Evaluación del perfil

Se utilizó una lista de cotejo (*ver apéndice*) para la evaluación del perfil, que fue validada por la asesora, se diseñó el nombre del proyecto a realizar en la institución beneficiada, para darle solución al problema planteado, los resultados fueron los siguientes:

Se formuló el objetivo general del proyecto como resultado se planteó coadyuvar la organización de la administración de la institución beneficiada mediante la implementación de un Manual del Servidor Cívico Social.

En la descripción del proyecto, se logró comprender de forma sintetizada el contenido y las características del Manual del Servidor Cívico Social, que fue enfocado a la enseñanza del deporte extra-curricular, valores y participación ciudadana, como complemento de la clase de educación física en el departamento de Guatemala.

Las metas del proyecto se plantearon correctamente, entregar el manual empastado en versión física y digital, establecer planificaciones deportivas y la puesta en común del contenido del manual con los Servidores Cívicos Sociales y estudiantes de diferentes centros educativos, por lo tanto, las metas fueron alcanzables en el proyecto.

El presupuesto tomó como punto de partida las necesidades del proyecto, durante el proceso de elaboración hasta la ejecución de la misma.

El cronograma de actividades se detalló de forma ordenada, respetando el proceso de gestión, para la elaboración del proyecto en el tiempo que se estableció.

El recurso humano, material y físico que se planteó fue de suma importancia, por las revisiones y correcciones necesarias para la elaboración; como la finalización del proyecto.

### **4.3 Evaluación de la ejecución**

Para la Evaluación de la Ejecución del Proyecto, se realizó mediante el cronograma, la etapa fue validada por la asesora, al evidenciar que se entregó el Manual del Servidor Cívico Social a las autoridades de la institución beneficiada, al Jefe del Instituto de la Juventud y el Deporte -INJUD-, al Coordinador del Programa Servicio Cívico Social y al Capacitador de la institución, como resultado se cumplió satisfactoriamente el cronograma planteado.

Durante la elaboración del Manual del Servidor Cívico Social, se tomó como base las necesidades pedagógicas y didácticas de la enseñanza del deporte extra-curricular.

Se estableció en el manual, la planificación deportiva extra-curricular, como resultado se obtuvo la digitalización de los planes macro-ciclo, meso-ciclo y micro-ciclo, que cada Servidor Cívico Social debe llevar a la práctica, durante la enseñanza deportiva en los distintos centros educativos involucrados.

Durante la ejecución del proyecto se llevó a cabo, dos sesiones de puesta en común, como resultado se llevó a la práctica las planificaciones deportivas, ejecutadas con estudiantes de diferentes centros y niveles educativos.

Se logró corregir y mejorar la didáctica de los Servidores Cívicos Sociales, el especialista resolvió dudas pedagógicas y didácticas, por lo que se puede afirmar que la ejecución del proyecto se cumplió satisfactoriamente.

### **4.4 Evaluación final**

Se utilizó una lista de cotejo (*ver apéndice*), validada por la asesora, para la Evaluación Final del proyecto, se tomó como base el cumplimiento del objetivo general, como resultado se condujo la organización de la administración del Instituto de la Juventud y el Deporte -INJUD- ; específicamente el Programa de Servicio Cívico Social, los resultados fueron los siguientes:

Se entregó el proyecto, que fue el Manual del Servidor Cívico Social a la institución beneficiada, Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- el día martes 17 de enero de 2017 a las 11:00 horas en punto, en las instalaciones de la misma y a las autoridades involucradas.

Se logró alcanzar las metas trazadas del proyecto, que fueron específicamente el manual elaborado en versión física y digital (CDS), se estructuró y estableció las planificaciones macro-ciclos, meso-ciclos y micro-ciclos, se realizó la puesta en común de las mismas con los Servidores Cívicos Sociales.

El proyecto resolvió una de las necesidades de la institución beneficiada, que fue la principal manifestación de los Servidores Cívicos Sociales, el Coordinador del Programa y Jefe de INJUD.

Se entregó el Manual del Servidor Cívico Social a la institución beneficiada, se validó legalmente el proyecto realizado mediante un finiquito (*ver anexo*), firmado y sellado, quedando el epesista solvente del proyecto realizado.

## CONCLUSIONES

- Se coadyuvó la organización de la administración del Instituto de la Juventud y el Deporte -INJUD-, específicamente el Programa del Servicio Cívico Social con la implementación del Manual del Servidor Cívico Social, durante el proceso de elaboración del proyecto se ejecutaron acciones de: planificación, evaluación, investigación, análisis, síntesis, revisiones, correcciones y aprobación, tales procesos fueron realizados con la ayuda del revisor de la institución beneficiada y la asesora de la Universidad de San Carlos de Guatemala de la Facultad de Humanidades.
- Se logró elaborar el Manual del Servidor Cívico Social, con información significativa: se fundamentó el Programa del Servicio Cívico Social, se definieron los valores y participación ciudadana, las especialidades deportivas y su historia, las técnicas básicas, las capacidades físicas condicionales, los principios, los estilos de enseñanza y las planificaciones deportiva que cada Servidor Cívico Social debe llevar a la práctica, como complemento de la clase de educación física en el departamento de Guatemala, como resultado se logró entregar el manual en versión física y digital (tres ejemplares) a las autoridades de la institución beneficiada.
- Se planificó y estableció en el Manual del Servidor Cívico Social el macro-ciclo, los meso-ciclos y micro-ciclos, diseñado para Nivel Medio Ciclo Básico, los planes tienen como finalidad, lograr un excelente desarrollo de entrenamiento deportivo extra-curricular, con valores y participación ciudadana dirigido a los estudiantes por parte del Servidor Cívico Social.
- Se validó la planificación deportivas extra-curricular propuesto en el manual, se demostró en dos sesiones, con estudiantes de diferentes centros educativos y los Servidores Cívicos Sociales del Instituto de la Juventud y el Deporte -INJUD-; conscientes de la importancia del contacto directo de alumno-maestro, mediante la actividad práctica; se actualizó y mejoró su didáctica de enseñanza deportiva extra-curricular.

## RECOMENDACIONES

- Al Coordinador del Programa Servicio Cívico Social, conjuntamente con el Jefe del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-, deben proporcionar el manual en digital a los Servidores Cívicos Sociales y velar para que se ejecute, con el fin de coadyuvar la organización de la administración de la institución.
- Al Coordinador del Programa Servicio Cívico Social del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- debe modificar o re-diseñar el manual tomando como fundamento la evolución del deporte extra-curricular como la del programa cuando sea necesario.
- A los Servidores Cívicos Sociales del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- deben llevar a la práctica las planificaciones macro-ciclo, meso-ciclos y micro-ciclos, para una enseñanza deportiva extra-curricular sistemática.
- A la Coordinación de Capacitación, conjuntamente con el Coordinador de Programa Servicio Cívico Social del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- deben realizar la puesta en común del Manual del Servidor Cívico Social, mediante exposiciones, talleres, charlas, capacitaciones, mesas de trabajo y supervisión constante.

## REFERENCIAS

- Castillo, A. (2016-2017) *Fotografías del Epesista en su Proyecto Manual del Servidor Cívico Social. Guatemala*, Octubre de 2016 y enero del 2017.
- Dirección General de Educación Física –DIGEF-. (2010). *Manual de Funciones, Organización y Puestos DIGEF*. (O. d. Calidad, Ed.) Recuperado el 10 de Junio de 2015, de [http://infopública.mineduc.gob.gt/mineduc/imagenes/2/2c/DIDEFI\\_DIGEF\\_INC\\_ISO1D\\_2012\\_VERSION1.pdf](http://infopública.mineduc.gob.gt/mineduc/imagenes/2/2c/DIDEFI_DIGEF_INC_ISO1D_2012_VERSION1.pdf)
- DIGEF (2015). *Dirección General de Educación Física -DIGEF-*. Recuperado del portal electrónico el 10 de junio de 2015, de <http://www.digef.edu.gt/>
- Dirección de Recursos Humanos DIGEF –DRH-DIGEF-. (2015) *Informe anual 2015 de la Dirección General de Educación Física –DIGEF-*. Documento Word no publicado, DIGEF. Recuperado el 5 de junio del 2015.
- Salguero, W. F. (2015). *Proyecto Intituto de la Juventud y el Deporte -INJUD-*. Inforeme anual no publicado, DIGEF. Recuperado el 10 de Octubre de 2015

# APÉNDICE

## APÉNDICE

### PLAN DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL

#### 1. Datos de la Institución Patrocinante

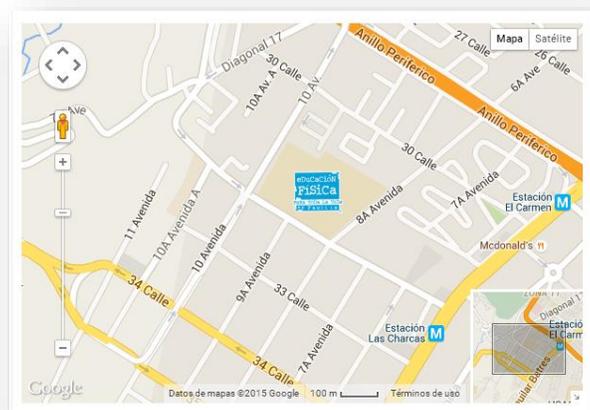
##### Nombre de la Institución

Dirección General de Educación Física –DIGEF–.

##### Ubicación Geográfica

32 Calle 9-10 Colonia Granaí I, zona 11 Guatemala.

PBX.2422 6800



*Imagen 1.* Mapa satelital, de la Dirección General de Educación Física –DIGEF–.

*Fuente:* Recuperado en 2015 de: <http://www.digef.edu.gt/>

##### Asesora del EPS

Licda. Silvia Patricia Girón López

##### Coordinador de Recursos Humanos

Dr. Héctor Hugo Arriola Flores

##### Estudiante-Epesista

Armando Alfredo Chávez Chavajay

Carné: 201019577

Teléfono: 51271350

Carrera: Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.

Sede: Central

## **2. Diagnóstico de la Institución**

Dirección General de Educación Física –DIGEF–.

### **3. Objetivo General**

- Obtener la información necesaria para determinar la situación y condición de la institución patrocinante.

### **4. Objetivo Específico**

- Aplicar la ficha de observación, entrevista y ficha de análisis documental para la obtención de información significativa de la institución.
- Conocer a profundidad la situación y condición actual de la institución.
- Detectar las carencias, deficiencias y fallos de la institución.
- Identificar los problemas para plantear soluciones de las mismas.

### **5. Justificación**

Conocer mediante la evaluación diagnóstica, la situación y condición de la institución, para poder ejecutar el proyecto en base a la identificación de carencias, deficiencias y fallos de la institución, generando una solución al problema priorizado.

### **6. Actividades a ejecutar**

1. Visitar la institución patrocinante.
2. Diseñar instrumentos: ficha de observación, entrevista y ficha de análisis documental para la obtención de información.
3. Aplicar la ficha de observación, entrevista y ficha de análisis documental para la obtención de información significativa de la institución.
4. Solicitar documentos de información.
5. De la información obtenida, se señalará un listado de las carencias, deficiencias y fallos de la institución.
6. Se identificará, realizará, un listado de los problemas definidos, a partir de las carencias.
7. Se establecerá un problema priorizado con todo y sus soluciones.
8. Presentar informe.

## 7. Recursos

### a) Técnico

Epesista: Armando Alfredo Chávez Chavajay

### b) Humano

Coordinador de Recursos Humanos: Dr. Héctor Hugo Arriola Flores

Personal de la institución: Dirección General de Educación Física –DIGEF-

### c) Material

- Manual del Ejercicio Profesional Supervisado.
- Computadora.
- Cámara fotográfica.
- Hojas de papel bond.
- Impresora.
- Memoria USB.
- Fotocopias.

### d) Financiero

#### **Cuadro 1**

#### **Presupuesto.**

No.	Recursos	Costo	Total
1	100 hojas de papel bond.	Q10.00	Q260.00
2	Impresiones.	Q60.00	
3	4 lapiceros.	Q4.00	
4	Transporte.	Q100.00	
5	1 manual de EPS.	Q20.00	
6	4 folders.	Q6.00	
7	Internet.	Q60.00	

**Fuente:** Elaboración propia.

## 8. Tiempo

### CRONOGRAMA GENERAL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO –EPS–

No.	Actividades	Año 2015																							
		Mayo				Junio				Julio				Agosto				Septiembre							
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1	Entrega de solicitud de Asesor asignado.																								
2	Vacaciones de medio año.																								
3	Presentación con Asesor.																								
4	Instrucciones para inicio de EPS																								
5	Revisión de carta de solicitud de EPS																								
6	Elaboración de Plan de Diagnóstico Institucional.																								
7	Revisión de Plan de Diagnóstico Institucional																								
10	Corrección del Diagnóstico																								
11	Revisión y aplicación de procedimientos y técnicas de evaluación.																								
12	Aplicación de ficha de observación, entrevista y ficha de análisis documental.																								
13	Lista de carencias, deficiencias y fallos de la institución.																								
14	Análisis de problemas y soluciones.																								
15	Priorización del problema.																								
16	Análisis de viabilidad y factibilidad.																								
17	Problema seleccionado																								
18	Solución propuesta como viable o factible																								

(f) \_\_\_\_\_

Licda. Silvia Patricia Girón López  
ASESORA EPS

(f) \_\_\_\_\_

Armando Alfredo Chávez Chavajay  
ESTUDIANTE-EPESISTA

## 9. Evaluación

Se evaluará la etapa de Diagnóstico Institucional mediante una lista de cotejo.

Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Humanidades  
Departamento de Pedagogía  
Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa  
Ejercicio Profesional Supervisado-EPS-  
Estudiante: Armando Alfredo Chávez Chavajay  
Carné: 201019577



### LISTA DE COTEJO DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN FÍSICA –DIGEF-

No.	ACTIVIDADES	SÍ	NO	OBSERVACIONES
1	¿Se cumplió el objetivo general del plan del diagnóstico?	X		
2	¿Se realizaron las actividades planificadas?	X		
3	¿Se aplicaron correctamente la ficha de observación, la entrevista y la ficha de análisis documental?	x		
4	¿Se obtuvo la lista de carencias, deficiencias y fallos de la institución?	x		
5	¿Se seleccionó el problema?	X		
6	¿El recurso económico cubrió las necesidades de la evaluación diagnóstica?	X		
7	¿Se cumplió el cronograma planificado?	X		

---

Licda. Silvia Patricia Girón  
ASESORA EPS

---

Armando Alfredo Chávez Chavajay  
ESTUDIANTE-EPESISTA

Universidad de San Carlos de Guatemala  
 Facultad de Humanidades  
 Departamento de Pedagogía  
 Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa  
 Ejercicio Profesional Supervisado-EPS-



	<p align="center"><b>FICHA DE OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL</b>  <b>DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>                  32 Calle 9-10 Colonia Granaí I, zona 11 Guatemala                  PBX.2422 6800</p>
--	---

**Instrucciones: Marque con una X en el indicador que considere pertinente.**

No.	INDICADORES	SÍ	NO	OBSERVACIONES
1	Tiene a la vista su visión y misión.			
2	Tiene a la vista sus objetivos.			
3	Tiene a la vista su organigrama institucional.			
4	El mobiliario y equipo es suficiente y adecuado.			
5	Organización de archivos documentales (físicos y digitales).			
6	Espacio de trabajo adecuado.			
7	Cuenta con libro de asistencia.			
8	Excelentes relaciones humanas.			
9	Bodega de materiales y repuestos.			
10	Tiene una labor destacada dentro de la institución.			
11	Cuenta con un ambiente de descanso.			
12	Cuenta con espacios deportivos.			
13	Tiene cubierta todas las áreas de trabajo.			
14	Realiza reuniones laborales constantes.			
15	Existe un normativo a la vista para el uso y mantenimiento del equipo y material.			

Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Humanidades  
Departamento de Pedagogía  
Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa  
Ejercicio Profesional Supervisado-EPS-



	<p><b>DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b> 32 Calle 9-10 Colonia Granaí I, zona 11 Guatemala PBX.2422 6800</p>
--	---

### **ENTREVISTA DIRIGIDO A LAS AUTORIDADES Y PERSONAL DE -DIGEF-**

1. ¿Qué ventajas tiene DIGEF?
2. ¿Qué hace DIGEF mejor, en la sociedad guatemalteca?
3. ¿A qué recursos se tiene acceso en DIGEF?
4. ¿Cómo percibe la sociedad guatemalteca a DIGEF?
5. ¿Qué elementos facilita DIGEF para la eficiencia y eficacia laboral del personal?
6. ¿La infra-estructura de DIGEF cubre las demandas de la población?

7. ¿A qué oportunidades buenas se enfrenta DIGEF?
8. ¿Qué tendencias de información se podrían mejorar en DIGEF?
9. ¿Qué cambios tecnológicos se están presentando en DIGEF?
10. ¿Qué cambios en la normatividad legal y/o política se están presentando en DIGEF?
11. ¿Qué cambios en los patrones sociales y de estilos de vida se están presentando en DIGEF?
12. ¿Qué se puede mejorar en DIGEF?
13. ¿Qué se debería evitar en DIGEF?
14. ¿Qué percibe como una debilidad en DIGEF, la sociedad guatemalteca?
15. ¿Qué factores reducen el cumplimiento de la visión y misión en DIGEF?

16. ¿Posee DIGEF manuales o guías que fundamenten la labor de cada función del personal?

17. ¿A qué obstáculos se enfrenta DIGEF?

18. ¿Qué están haciendo mal en DIGEF?

19. ¿DIGEF tiene problemas con el recurso económico?

20. ¿Describa alguna amenaza que impida totalmente el funcionamiento en DIGEF?

Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Humanidades  
Departamento de Pedagogía  
Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa  
Ejercicio Profesional Supervisado-EPS-  
Estudiante: Armando Alfredo Chávez Chavajay  
Carné: 201019577



	<p><b>DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b> 32 Calle 9-10 Colonia Granaí I, zona 11 Guatemala PBX.2422 6800</p>
---	---

### FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL

<b>Identificación del documento</b>	
<b>Tipo de documento</b>	
<b>Fuente bibliográfica</b>	
<b>Ubicación</b>	
<b>Datos obtenidos</b>	
<b>Fecha de consulta</b>	

**INTERPRETACIÓN DE INFORMACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS APLICADOS PARA LA EVALUACIÓN  
DIAGNÓSTICA DE LA INSTITUCIÓN PATROCINANTE DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN FÍSICA -DIGEF-**

**Instrumento: Ficha de Observación**

No.	INDICADORES	SÍ	NO	OBSERVACIONES
1	Tiene a la vista su visión y misión.		<b>X</b>	En algunas oficinas si están publicadas.
2	Tiene a la vista sus objetivos.		<b>X</b>	No están publicadas.
3	Tiene a la vista su organigrama institucional.		<b>X</b>	En algunas oficinas si están publicadas.
4	El mobiliario y equipo es suficiente y adecuado.	<b>X</b>		Moderno y tecnificado.
5	Organización de archivos documentales (físicos y digitales).	<b>X</b>		Cada oficina tiene su propia organización.
6	Espacio de trabajo adecuado.		<b>X</b>	En algunas oficinas existe hacinamiento.
7	Cuenta con libro de asistencia.	<b>X</b>		En cada oficina poseen el libro de asistencia.
8	Excelentes relaciones humanas.		<b>X</b>	Las relaciones humanas necesitan mejorar.
9	Bodega de materiales y repuestos.	<b>X</b>		Poseen dos bodegas grandes.
10	La institución tiene una labor destacada dentro de la sociedad.	<b>X</b>		Se ha mejorado la sistematización de la educación deportiva.
11	Cuenta con un ambiente de descanso.	<b>X</b>		Cuenta con un ambiente amplio al aire libre y adecuado.

12	Cuenta con espacios deportivos.	<b>X</b>		No son suficientes para la demanda y algunos están en deterioro y construcción.
13	Tiene cubierta todas las áreas de trabajo.		<b>X</b>	No cubren en su totalidad la cobertura nacional.
14	Realiza reuniones laborales constantes.		<b>X</b>	Es inconsistente.
15	Existe un normativo a la vista para el uso y mantenimiento del equipo y material.	<b>X</b>		No lo tiene publicado.

## Instrumento: Entrevista Dirigida

No.	PREGUNTAS	RESPUESTAS	SIMILITUD	DIFERENCIAS
1	¿Qué ventajas tiene DIGEF?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posee una base legal.</li> <li>2. Posee el marco filosófico establecido.</li> <li>3. Posee un manual de funciones.</li> <li>4. Posee una instalación amplia.</li> <li>5. Posee oficinas específicas.</li> <li>6. Tiene un presupuesto asignado.</li> <li>7. Tiene una cobertura nacional.</li> <li>8. Posee una base legal.</li> <li>9. Tiene un presupuesto asignado.</li> <li>10. Tiene una cobertura nacional.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posee una base legal.</li> <li>2. Tiene un presupuesto asignado.</li> <li>3. Tiene una cobertura nacional.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posee el marco filosófico establecido.</li> <li>2. Posee un manual de funciones.</li> <li>3. Posee una instalación amplia.</li> <li>4. Posee oficinas específicas.</li> </ol>
2	¿Qué hace DIGEF mejor, en la sociedad guatemalteca?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Promoción y enseñanza de la educación física.</li> <li>2. Enseñanza de actividades físicas.</li> <li>3. Práctica deportiva a nivel curricular, extra-curricular.</li> <li>4. Brindar actividades físicas, deportivas y recreativas a nivel nacional.</li> <li>5. Brinda y mejorar año con año la educación deportiva.</li> <li>6. Capacitar a los maestro de educación física.</li> <li>7. Promoción y enseñanza de la educación física.</li> <li>8. Enseñanza de actividades físicas.</li> <li>9. Práctica deportiva a nivel curricular, extra-curricular.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Promoción y enseñanza de la educación física.</li> <li>2. Enseñanza de actividades físicas.</li> <li>3. Práctica deportiva a nivel curricular, extra-curricular.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Brinda y mejora año con año la educación deportiva.</li> <li>2. Brindar actividades físicas, deportivas y recreativas a nivel nacional.</li> <li>3. Capacitar a los maestro de educación física.</li> </ol>

		10. Brindar actividades físicas, deportivas y recreativas a nivel nacional.		
3	¿A qué recursos se tiene acceso en DIGEF?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Canchas polideportivas.</li> <li>2. Ambiente agradable.</li> <li>3. Portal electrónico.</li> <li>4. Materiales didácticos para los maestros de educación física.</li> <li>5. Área de descanso y comedor.</li> <li>6. Piscina tipo olímpica.</li> <li>7. Participar en actividades recreativas.</li> <li>8. Área de descanso y comedor.</li> <li>9. Participar en actividades recreativas.</li> <li>10. Canchas polideportivas.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Área de descanso y comedor.</li> <li>2. Participar en actividades recreativas.</li> <li>3. Canchas polideportivas.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Piscina tipo olímpica.</li> <li>2. Materiales didácticos para los maestros de educación física.</li> </ol>
4	¿Cómo percibe la sociedad guatemalteca a DIGEF?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Entidad de educación física bien estructurada.</li> <li>2. Institución enfocada a la educación física, deportiva y recreativa.</li> <li>3. Entidad que enseña educación física.</li> <li>4. Institución que preside constitucionalmente la edición física.</li> <li>5. Buena institución que brinda felicidad mediante la educación física.</li> <li>6. Institución enfocada a la educación física, deportiva y recreativa.</li> <li>7. Entidad que enseña educación física.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Institución enfocada a la educación física, deportiva y recreativa.</li> <li>2. Entidad que enseña educación física.</li> <li>3. Institución que preside constitucionalmente la edición física.</li> <li>4. Entidad de educación física bien estructurada.</li> <li>5. Institución enfocada a la educación física, deportiva y recreativa.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Buena institución que brinda felicidad mediante la educación física.</li> <li>2. Entidad de educación física bien estructurada.</li> </ol>

		8. Institución que preside constitucionalmente la edición física. 9. Entidad de educación física bien estructurada. 10. Institución enfocada a la educación física, deportiva y recreativa.		
5	¿Qué elementos facilita DIGEF para la eficiencia y eficacia laboral del personal?	1. La división en departamentos, unidades y programas para los empleados. 2. Equipos tecnológicos. 3. Mobiliario y equipo, transporte, viáticos, Teléfonos institucionales. 4. Recursos didácticos. 5. Equipos tecnológicos. 6. Mobiliario y equipo, transporte, viáticos, teléfonos institucionales. 7. Mobiliario y equipo, transporte, viáticos, Teléfonos institucionales. 8. Recursos didácticos. 9. Equipos tecnológicos. 10. Mobiliario y equipo, transporte, viáticos, teléfonos institucionales.	1. Recursos didácticos. 2. Equipos tecnológicos. 3. Mobiliario y equipo, transporte, viáticos, Teléfonos institucionales. 4. Recursos didácticos.	1. La división en departamentos, unidades y programas para los empleados.
6	¿La infra-estructura de DIGEF cubre las demandas de la población?	1. No por la población que cubre. 2. No a nivel laboral como escolar. 3. Si administrativamente. 4. Si desde el ámbito administrativo. 5. No por ser cobertura nacional. 6. No por ser cobertura nacional. 7. No por la población que cubre. 8. No a nivel laboral como escolar. 9. No por ser cobertura nacional.	1. No por la población que cubre. 2. No por ser cobertura nacional. 3. No por la población que cubre.	1. Si desde el ámbito administrativo. 2. No a nivel laboral como escolar.

		10.No por la población que cubre.		
7	¿A qué oportunidades buenas se enfrenta DIGEF?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cobertura nacional.</li> <li>2. Mejorar la promoción y modificación de la educación física.</li> <li>3. La demanda es demasiada grande.</li> <li>4. Promover el deporte, la recreación y educación física.</li> <li>5. Mejorar la calidad de servicio.</li> <li>6. Cobertura nacional.</li> <li>7. Mejorar la promoción y modificación de la educación física.</li> <li>8. La demanda es demasiada grande.</li> <li>9. Promover el deporte, la recreación y educación física.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cobertura nacional.</li> <li>2. Mejorar la promoción y modificación de la educación física.</li> <li>3. La demanda es demasiada grande.</li> <li>4. Promover el deporte, la recreación y educación física.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mejorar la calidad de servicio.</li> </ol>
8	¿Qué tendencias de información podrían mejorar en DIGEF?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Medio electrónicos.</li> <li>2. Publicar los informes de cada oficina.</li> <li>3. Redes sociales, televisivos y auditivos.</li> <li>4. Tener un canal televisivo.</li> <li>5. Facilitar guías o manuales de cada departamento, unidad o programa.</li> <li>6. Redes sociales, televisivos y auditivos.</li> <li>7. Tener un canal televisivo.</li> <li>8. Facilitar guías o manuales de cada departamento, unidad o programa.</li> <li>9. Medio electrónicos.</li> <li>10. Facilitar guías o manuales de cada departamento, unidad o programa.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Redes sociales, televisivos y auditivos.</li> <li>2. Facilitar guías o manuales de cada departamento, unidad o programa.</li> <li>3. Medio electrónicos.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Publicar los informes de cada oficina.</li> </ol>

9	¿Qué cambios tecnológicos se están presentando en DIGEF?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nuevo sistema tecnológico de gestión.</li> <li>2. Uso de plataforma de trabajo.</li> <li>3. Sistematización de proceso administrativo.</li> <li>4. El portal de DIGEF.</li> <li>5. Mejor equipo de cómputo.</li> <li>6. Uso de plataforma de trabajo.</li> <li>7. Sistematización de proceso administrativo.</li> <li>8. El portal de DIGEF.</li> <li>9. Sistematización de proceso administrativo.</li> <li>10. Más cobertura televisiva.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uso de plataforma de trabajo.</li> <li>2. Sistematización de proceso administrativo.</li> <li>3. El portal de DIGEF.</li> <li>4. Mejor equipo de cómputo.</li> <li>5. Uso de plataforma de trabajo.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nuevo sistema tecnológico de gestión.</li> <li>2. Más cobertura televisiva.</li> </ol>
10	¿Qué cambios en la normatividad legal y/o política se están presentando en DIGEF?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nuevo reglamento interno.</li> <li>2. Mejor reconocimiento legal a nivel nacional.</li> <li>3. No se recibe el presupuesto como lo establece la Constitución.</li> <li>4. Mejoramiento del reglamento interno.</li> <li>5. Creación de nuevos programas.</li> <li>6. No se recibe el presupuesto como lo establece la Constitución.</li> <li>7. Mejoramiento del reglamento interno.</li> <li>8. Creación de nuevos programas.</li> <li>9. No se recibe el presupuesto como lo establece la Constitución.</li> <li>10. Mejoramiento del reglamento interno.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No se recibe el presupuesto como lo establece la Constitución.</li> <li>2. Mejoramiento del reglamento interno.</li> <li>3. Creación de nuevos programas.</li> <li>4. No se recibe el presupuesto como lo establece la Constitución.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mejor reconocimiento legal a nivel nacional.</li> </ol>

11	¿Qué cambios en los patrones sociales y de estilos de vida se están presentando en DIGEF?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Demasiados trabajadores administrativos sin nada que hacer.</li> <li>2. Enseñanza de la educación física de forma sistematizada.</li> <li>3. Actividades recreativas frecuentes para los empleados y establecimientos escolares.</li> <li>4. Contratación de empleados especializados.</li> <li>5. Enseñanza de la educación física de forma sistematizada.</li> <li>6. Actividades recreativas frecuentes para los empleados y establecimientos escolares.</li> <li>7. Contratación de empleados especializados.</li> <li>8. Actividades recreativas frecuentes para los empleados y establecimientos escolares.</li> <li>9. Contratación de empleados especializados.</li> <li>10. Enseñanza de la educación física de forma sistematizada.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Enseñanza de la educación física de forma sistematizada.</li> <li>2. Actividades recreativas frecuentes para los empleados y establecimientos escolares.</li> <li>3. Contratación de empleados especializados</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Demasiados trabajadores administrativos sin nada que hacer.</li> </ol>
12	¿Qué se puede mejorar en DIGEF?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Canales de comunicación.</li> <li>2. Elaboración de un normativo interno para la contratación del personal.</li> <li>3. Tecnificación del personal.</li> <li>4. Mejoramiento de las instalaciones deportivas.</li> <li>5. Relaciones personales.</li> <li>6. Enfocarse aún más en el marco</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Optimización del proceso de gestión.</li> <li>2. Tecnificación del personal.</li> <li>3. Mejoramiento de las instalaciones deportivas.</li> <li>4. Relaciones personales.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Canales de comunicación.</li> <li>2. Enfocarse aún más en el marco filosófico.</li> <li>3. Elaboración de un normativo interno para la contratación del personal.</li> </ol>

		<p>filosófico.</p> <p>7. Optimización del proceso de gestión.</p> <p>8. Elaboración de un normativo interno para la contratación del personal.</p> <p>9. Mejoramiento de las instalaciones deportivas.</p> <p>10. Relaciones personales.</p>		
13	¿Qué se debería evitar en DIGEF?	<p>1. Mal uso de los recursos.</p> <p>2. Nepotismo.</p> <p>3. Nepotismo.</p> <p>4. Apadrinamiento político laboral.</p> <p>5. Contrata personas sin especialidad en las oficinas.</p> <p>6. Pérdida de valores de los empleados.</p> <p>7. Mal uso de los recursos.</p> <p>8. Nepotismo.</p> <p>9. Apadrinamiento político laboral.</p> <p>10. Contrata personas sin especialidad en las oficinas.</p>	<p>1. Mal uso de los recursos.</p> <p>2. Nepotismo.</p> <p>3. Apadrinamiento político laboral.</p> <p>4. Contrata personas sin especialidad en las oficinas.</p>	<p>1. Pérdida de valores de los empleados.</p>
14	¿Qué percibe como una debilidad en DIGEF, la sociedad guatemalteca?	<p>1. El proceso de gestión es muy lento.</p> <p>2. Instalaciones deportivas en deterioro.</p> <p>3. Falta de elaboración de manuales, guías y planificación en temas de programas, gestión y comunicación.</p> <p>4. La instalación deportiva no es suficiente para la demanda.</p> <p>5. Las relaciones personales son</p>	<p>El proceso de gestión es muy lento.</p> <p>Instalaciones deportivas en deterioro.</p> <p>El proceso es de gestión es muy burocrático.</p> <p>La instalación deportiva no es suficiente para la demanda</p>	<p>1. Las relaciones personales son deficientes.</p> <p>2. Falta de elaboración de manuales, guías y planificación en temas de programas, gestión y comunicación.</p>

		<p>deficientes.</p> <p>6. Falta de elaboración de manuales, guías y planificación en temas de programas, gestión y comunicación.</p> <p>7. La instalación deportiva no es suficiente para la demanda.</p> <p>8. El proceso de gestión es muy lento.</p> <p>9. El proceso de gestión es muy lento.</p> <p>10. Instalaciones deportivas en deterioro.</p>		
15	¿Qué factores reducen el cumplimiento de la visión y misión de DIGEF?	<p>1. Los recursos no son suficientes para la cobertura.</p> <p>2. El presupuesto no alcanza.</p> <p>3. El proceso de adquisición de recurso didáctico es muy lento.</p> <p>4. La demanda poblacional es demasiado grande.</p> <p>5. El presupuesto no alcanza.</p> <p>6. El proceso de adquisición de recurso didáctico es muy lento.</p> <p>7. La demanda poblacional es demasiado grande.</p> <p>8. El presupuesto no alcanza.</p> <p>9. Los recursos no son suficientes para la cobertura.</p> <p>10. Los recursos no son suficientes para la cobertura.</p>	<p>1. Los recursos no son suficientes para la cobertura.</p> <p>2. El presupuesto no alcanza.</p> <p>3. El proceso de adquisición de recurso didáctico es muy lento.</p>	<p>1. La demanda poblacional es demasiado grande.</p>

16	¿Posee DIGEF manuales o guías que fundamenten la labor de cada función del personal?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En la mayoría de unidades y programas no se poseen guías.</li> <li>2. No</li> <li>3. En las sub-dependencias no poseen guías de capacitación, de gestión o planificación de comunicación.</li> <li>4. Hasta el momento hace falta en los programas.</li> <li>5. En las sub-dependencias no poseen guías de capacitación, de gestión o planificación de comunicación.</li> <li>6. En la mayoría de unidades y programas no se poseen guías.</li> <li>7. No</li> <li>8. No</li> <li>9. En la mayoría de unidades y programas no se poseen guías.</li> <li>10.No</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En la mayoría de unidades y programas no se poseen guías.</li> <li>2. En las sub-dependencias no poseen guías de capacitación, de gestión o planificación de comunicación.</li> </ol>	
17	¿A qué obstáculos se enfrenta DIGEF?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El presupuesto se desvía a otras fuentes.</li> <li>2. Mala inversión del recurso económico.</li> <li>3. El cambio brusco de los programas y políticas.</li> <li>4. Politización del empleo.</li> <li>5. El cambio brusco de los programas y políticas.</li> <li>6. Politización del empleo.</li> <li>7. El presupuesto se desvía a otras fuentes.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El presupuesto se desvía a otras fuentes.</li> <li>2. Mala inversión del recurso económico.</li> <li>3. El cambio brusco de los programas y políticas.</li> <li>4. Politización del empleo.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Infra-estructura administrativa como deportiva en deterioro.</li> </ol>

		8. Infra-estructura administrativa como deportiva en deterioro. 9. El cambio brusco de los programas y políticas. 10. Infra-estructura administrativa como deportiva en deterioro.		
18	¿Qué están haciendo mal en DIGEF?	1. Enfocarse más al área curricular y olvida el área extra-curricular. 2. No cumplir los objetivos del área extracurricular. 3. Únicamente está cubriendo el área curricular. 4. No invertir en las áreas deportivas. 5. Contratar personas sin especialidad en educación física. 6. Enfocarse más al área curricular y olvida el área extra-curricular. 7. No cumplir los objetivos del área extra-curricular. 8. Únicamente está cubriendo el área curricular. 9. No invertir en el mantenimiento de la infra-estructura administrativa como deportiva. 10. No cumplir los objetivos del área extra-curricular.	1. Enfocarse más al área curricular y olvida el área extra-curricular. 2. No cumplir los objetivos del área extra-curricular. 3. Únicamente está cubriendo el área curricular. 4. No invertir en las áreas deportivas.	1. Contratar personas sin especialidad en educación física. 2. No invertir en el mantenimiento de la infra-estructura administrativa como deportiva.
19	¿ DIGEF tiene problemas con el recurso económico?	1. Si 2. No alcanza el presupuesto. 3. No puede cubrirse en su totalidad los suministros. 4. Si 5. El presupuesto debe ampliarse.	1. No alcanza el presupuesto. 2. No puede cubrirse en su totalidad los suministros. 3. Si	

		<ol style="list-style-type: none"> <li>6. Si</li> <li>7. Si</li> <li>8. El presupuesto debe ampliarse.</li> <li>9. No alcanza el presupuesto.</li> <li>10.No puede cubrirse en su totalidad los suministros.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. El presupuesto debe ampliarse.</li> </ol>	
20	¿Describa alguna amenaza que impida totalmente el funcionamiento en DIGEF?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Persecución política por el presupuesto.</li> <li>2. Las restricciones impuestos por el ejecutivo.</li> <li>3. Incidencia política en los empleos de alto mando.</li> <li>4. Incidencia política en los empleos de alto mando.</li> <li>5. Persecución política por el presupuesto.</li> <li>6. Las restricciones impuestos por el ejecutivo.</li> <li>7. Asignación bajo de presupuesto por el estado.</li> <li>8. Persecución política por el presupuesto.</li> <li>9. Las restricciones impuestos por el ejecutivo.</li> <li>10.Incidencia política en los empleos de alto mando.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Persecución política por el presupuesto.</li> <li>2. Las restricciones impuestos por el ejecutivo.</li> <li>3. Incidencia política en los empleos de alto mando.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Asignación bajo de presupuesto por el estado.</li> </ol>

**Instrumento: Ficha de Análisis Documental**

NO.	IDENTIFICACIÓN DEL DOCUMENTO	TIPO DE DOCUMENTO	FUENTE BIBLIOGRÁFICA	UBICACIÓN	DATOS OBTENIDOS	FECHA DE CONSULTA
1	Manual de Funciones, Organización y Puestos DIGEF.	Documento electrónico PDF.	Documento electrónico publicado en el año 2010 en la página web: <a href="http://infopublica.mineduc.gob.gt/mineduc/imagenes/2/2c/DIDEFI_DIGEF_INCISO1D_2012_VER_SION1.pdf">http://infopublica.mineduc.gob.gt/mineduc/imagenes/2/2c/DIDEFI_DIGEF_INCISO1D_2012_VER_SION1.pdf</a>	32 Calle 9-10 Colonia Granaí I, zona 11 Guatemala. PBX.2422 6800	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ubicación geográfica</li> <li>➤ Visión</li> <li>➤ Misión</li> <li>➤ Principios</li> <li>➤ Políticas</li> <li>➤ Ejes</li> <li>➤ Objetivos</li> <li>➤ Metas</li> <li>➤ Estructura Orgánica</li> <li>➤ Recurso humano</li> <li>➤ Informe económico</li> </ul>	10 de junio de 2015.

## **Lista de carencias**

Posterior al estudio realizado en la Dirección General de Educación Física –DIGEF- en base a los instrumentos ficha de observación, entrevista y ficha de análisis documental, se tomaron como problemas principales las siguientes:

1. No tiene a la vista su visión, misión, objetivos etc., de la institución.
2. No existe un plan de evaluación de calidad enfocado al personal.
3. No se cumple a cabalidad la guía de capacitación del personal.
4. La práctica de valores entre el personal es deficiente.
5. Falta de mantenimiento de los recursos físicos de la institución.
6. Falta de instalaciones deportivas para la demanda institucional que recibe.
7. No existe estabilidad laboral para un gran porcentaje del personal que labora en las unidades.
8. No existen manuales didácticos pedagógicos para algunas unidades.
9. La función del personal en algunas unidades no está acorde a su profesión.
10. Falta de implementación de diferentes canales de comunicación a nivel administrativo.
11. Existe demasiada burocracia en la auto-gestión y gestión institucional.
12. No se cubre totalmente la cobertura de las instituciones involucradas.
13. Hacinamiento de personal, sin desempeño consistente.
14. Falta de recurso económico en algunas unidades para cubrir necesidades básicas.
15. No existe un plan anual de comunicación de los que presiden las sub-dependencias.
16. Las sub-dependencias no tiene rótulos visibles del marco filosófico de la institución.
17. Falta de guías de capacitación para el recurso humano en la unidades.
18. No existe actividades recreativas de interacción laboral.
19. No existen una guía interna de gestión institucional.
20. No existen normativos que garanticen y mejoren las contrataciones del personal.

# PLAN DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL

## 1. Datos de la Institución Beneficiada

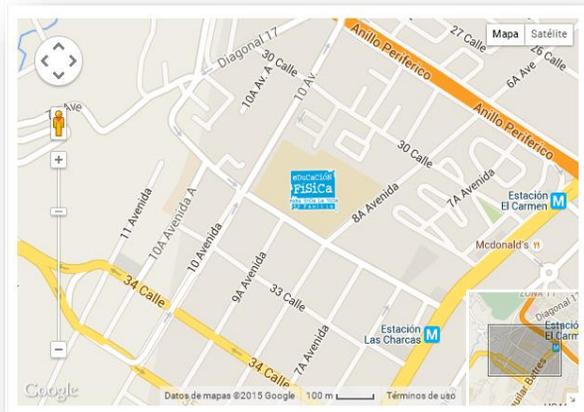
### Nombre de la Institución

Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-.

### Ubicación Geográfica

32 Calle 9-10 Colonia Granaí I, zona 11 Guatemala

PBX.2422 6800



**Imagen 2.** Mapa satelital, del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-.

**Fuente:** Recuperado en 2015 de: <http://www.digef.edu.gt/>

### Asesora del EPS

Licda. Silvia Patricia Girón López

### Jefe del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-

Lic. William Fernando Salguero

### Estudiante-Epesista

Armando Alfredo Chávez Chavajay

Carné: 201019577

Teléfono: 51271350

Carrera: Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.

Sede: Central

## **2. Diagnóstico de la Institución**

Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-.

## **3. Objetivo General**

- Obtener la información necesaria para determinar la situación y condición de la institución beneficiada.

## **4. Objetivo Específico**

- Aplicar la ficha de observación, entrevista y ficha de análisis documental para la obtención de información significativa de la institución.
- Conocer a profundidad la situación y condición actual de la institución.
- Detectar las carencias, deficiencias y fallos de la institución.
- Identificar los problemas para plantear soluciones de las mismas.

## **5. Justificación**

Conocer mediante la evaluación diagnóstica, la situación y condición de la institución, para poder ejecutar el proyecto en base a la identificación de carencias, deficiencias y fallos de la institución, generando una solución al problema priorizado.

## **6. Actividades a ejecutar**

1. Visitar la institución beneficiada.
2. Diseñar instrumentos de observación, entrevista y encuestas para la obtención de información.
3. Aplicar la ficha de observación, entrevista y ficha de análisis documental para la obtención de información significativa de la institución.
4. Solicitar documentos de información.
5. De la información obtenida se señalará un listado de las carencias, deficiencias y fallos de la institución.
6. Se identificará, realizará un listado de los problemas definidos a partir de las carencias.
7. Se establecerá un problema priorizado con todo y sus soluciones.
8. Presentar informe.

## **7. Recursos**

### **e) Técnico**

Epesista: Armando Alfredo Chávez Chavajay

**f) Humano**

Jefe del Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-: Lic. William Fernando Salguero

Personal de la institución Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD-

**g) Material**

- Manual del Ejercicio Profesional Supervisado.
- Computadora.
- Cámara fotográfica.
- Hojas de papel bond.
- Impresora.
- Memoria USB.
- Fotocopias.

**h) Financiero**

***Cuadro 2***

***Presupuesto.***

<b>No.</b>	<b>Recursos</b>	<b>Costo</b>	<b>Total</b>
<b>1</b>	200 hojas de papel bond.	Q20.00	Q390.00
<b>2</b>	Impresiones.	Q80.00	
<b>3</b>	4 lapiceros.	Q4.00	
<b>4</b>	Transporte.	Q100.00	
<b>5</b>	1 manual de EPS.	Q20.00	
<b>6</b>	4 folders.	Q6.00	
<b>7</b>	Internet.	Q60.00	

***Fuente:*** Elaboración propia.

## 8. Tiempo

### CRONOGRAMA GENERAL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO -EPS-

No.	Actividades	Año 2015															
		Septiembre				Octubre				Noviembre				Diciembre			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Entrega de solicitud al Jefe de INJUD.																
2	Reunión con el Jefe de INJUD.																
3	Presentación con el personal de INJUD.																
4	Elaboración de Plan de Diagnóstico Institucional.																
5	Revisión de Plan de Diagnóstico Institucional.																
6	Corrección del Diagnóstico																
7	Revisión y aplicación de procedimientos y técnicas de evaluación.																
10	Aplicación de ficha de observación, entrevista y ficha de análisis documental.																
11	Lista de Carencias, deficiencias y fallos de la institución.																
12	Análisis de problemas y soluciones.																
13	Priorización del problema.																
14	Análisis de viabilidad y factibilidad.																
15	Problema seleccionado																
16	Solución propuesta como viable o factible.																
17	Propuesta de Proyecto al Asesor y a INJUD.																
18	Aceptación del proyecto.																
20	Vacaciones de fin de año de INJUD.																

(f) \_\_\_\_\_

Licda. Silvia Patricia Girón López  
ASESORA EPS

(f) \_\_\_\_\_

Armando Alfredo Chávez Chavajay  
ESTUDIANTE-EPESISTA

## 9. Evaluación

Se evaluará las etapas de diagnóstico institucional, perfil del proyecto y evaluación final del proyecto mediante una lista de cotejo.

Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Humanidades  
Departamento de Pedagogía  
Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa  
Ejercicio Profesional Supervisado-EPS-  
Estudiante: Armando Alfredo Chávez Chavajay  
Carné: 201019577



**USAC**  
TRICENTENARIA  
Universidad de San Carlos de Guatemala

### LISTA DE COTEJO DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL INSTITUTO DE LA JUVENTUD Y EL DEPORTE –INJUD-

No.	Actividades	SÍ	NO	Observaciones
1	¿Se cumplió el objetivo general del plan del diagnóstico?	X		
2	¿Se realizaron las actividades planificadas?	X		
3	¿Se aplicaron correctamente la ficha de observación, entrevista y ficha de análisis documental?	x		
4	¿Se obtuvo la lista de carencias, deficiencias y fallos de la institución?	x		
5	¿Se seleccionó el problema?	X		
6	¿El recurso económico cubrió las necesidades de la evaluación diagnóstica?	X		
7	¿Se cumplió el cronograma planificado?	X		

---

Licda. Silvia Patricia Girón  
ASESORA EPS

---

Armando Alfredo Chávez Chavajay  
ESTUDIANTE-EPESISTA

Universidad de San Carlos de Guatemala  
 Facultad de Humanidades  
 Departamento de Pedagogía  
 Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa  
 Ejercicio Profesional Supervisado-EPS-  
 Estudiante: Armando Alfredo Chávez Chavajay  
 Carné: 201019577



**LISTA DE COTEJO  
 PERFIL DEL PROYECTO  
 INSTITUTO DE LA JUVENTUD Y EL DEPORTE –INJUD-**

No.	Actividades	SÍ	NO	Observaciones
1	¿Se planteó correctamente el objetivo general en el perfil del proyecto?	X		
2	¿Es comprensible la descripción del proyecto en el perfil?	X		
3	¿Son alcanzables las metas del perfil?	X		
4	¿El presupuesto perfilado es adecuado a las necesidades del proyecto?	X		
5	¿Se detallaron en el cronograma las actividades a ejecutar y en un tiempo establecido?	X		
6	¿Los recursos establecidos son adecuados para la realización del proyecto?	X		

---

Licda. Silvia Patricia Girón  
 ASESORA EPS

---

Armando Alfredo Chávez Chavajay  
 ESTUDIANTE-EPESISTA

Universidad de San Carlos de Guatemala  
 Facultad de Humanidades  
 Departamento de Pedagogía  
 Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa  
 Ejercicio Profesional Supervisado-EPS-  
 Estudiante: Armando Alfredo Chávez Chavajay  
 Carné: 201019577



**LISTA DE COTEJO**  
**EVALUACIÓN FINAL**  
**INSTITUTO DE LA JUVENTUD Y EL DEPORTE –INJUD-**

No.	Actividades	SÍ	NO	Observaciones
1	¿Se cumplió el objetivo general del proyecto?	X		
2	¿Se evidenció la entrega del Manual del Servidor Cívico Social empastado y en digital?	X		
3	¿Se alcanzaron las metas trazadas del proyecto?	X		
4	¿El proyecto resolvió una de las necesidades de la institución?	X		
5	¿La institución beneficiada aprobó legalmente el proyecto realizado?	X		

---

Licda. Silvia Patricia Girón  
 ASESORA EPS

---

Armando Alfredo Chávez Chavajay  
 ESTUDIANTE-EPESISTA

Universidad de San Carlos de Guatemala  
 Facultad de Humanidades  
 Departamento de Pedagogía  
 Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa  
 Ejercicio Profesional Supervisado-EPS-



	<p align="center"><b>FICHA DE OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL</b>  <b>DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>  <b>SUBDIRECCIÓN GENERAL METODOLÓGICA</b>  <b>COORDINACIÓN EXTRA-CURRICULAR</b>  <b>INSTITUTO DE LA JUVENTUD Y EL DEPORTE</b>  <b>-INJUD-</b>                  32 Calle 9-10 Colonia Granaí I, zona 11 Guatemala                  PBX.2422 6800</p>
--	---

**Instrucciones: Marque con una X en el indicador que considere pertinente.**

No.	INDICADORES	SÍ	NO	OBSERVACIONES
1	Tiene a la vista su visión y misión.			
2	Tiene a la vista sus objetivos.			
3	Tiene a la vista su organigrama institucional.			
4	El mobiliario y equipo es suficiente y adecuado.			
5	Organización de archivos documentales (físicos y digitales).			
6	Espacio de trabajo adecuado.			
7	Cuenta con libro de asistencia.			
8	Excelentes relaciones humanas.			
9	Bodega de materiales y repuestos.			
10	Tiene una labor destacada dentro de la institución.			
11	Cuenta con un ambiente de descanso.			
12	Cuenta con espacios deportivos.			
13	Tiene cubierta todas las áreas de trabajo.			
14	Realiza reuniones laborales constantes.			
15	Existe un normativo a la vista para el uso y mantenimiento del equipo y material.			

Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Humanidades  
Departamento de Pedagogía  
Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa  
Ejercicio Profesional Supervisado-EPS-



	<p><b>DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b> <b>SUBDIRECCIÓN GENERAL METODOLÓGICA</b> <b>COORDINACIÓN EXTRA-CURRICULAR</b> <b>INSTITUTO DE LA JUVENTUD Y EL DEPORTE</b> <b>-INJUD-</b> 32 Calle 9-10 Colonia Granaí I, zona 11 Guatemala PBX.2422 6800</p>
--	---

### **ENTREVISTA DIRIGIDA AL PERSONAL DE -INJUD-**

1. ¿Usted sabe si INJUD posee un manual de funciones?
2. ¿Usted conoce si INJUD posee un manual pedagógico, guía, normativo que fundamente y valide al personal para sus labores específicas?
3. ¿Usted sabe qué tipo de planificación utiliza INJUD?
4. ¿Usted cree que INJUD posee una guía para capacitar constantemente a su personal docente?
5. ¿Usted sabe si el edificio es propiedad de INJUD?
6. ¿En qué necesidades atraviesa INJUD?

Universidad de San Carlos de Guatemala  
 Facultad de Humanidades  
 Departamento de Pedagogía  
 Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa  
 Ejercicio Profesional Supervisado-EPS-  
 Estudiante: Armando Alfredo Chávez Chavajay  
 Carné: 201019577



	<p> <b>DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>  <b>SUBDIRECCIÓN GENERAL METODOLÓGICA</b>  <b>COORDINACIÓN EXTRA-CURRICULAR</b>  <b>INSTITUTO DE LA JUVENTUD Y EL DEPORTE</b>  <b>-INJUD-</b>          32 Calle 9-10 Colonia Granaí I, zona 11 Guatemala          PBX.2422 6800       </p>
--	---

### FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL

<b>Identificación del documento</b>	
<b>Tipo de documento</b>	
<b>Fuente bibliográfica</b>	
<b>Ubicación</b>	
<b>Datos obtenidos</b>	
<b>Fecha de consulta</b>	

**INTERPRETACIÓN DE INFORMACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS APLICADOS PARA LA EVALUACIÓN  
DIAGNÓSTICA DE LA INSTITUCIÓN BENEFICIADA INSTITUTO DE LA JUVENTUD Y EL DEPORTE –INJUD-**

**Instrumento: Ficha de Observación**

No.	INDICADORES	SÍ	NO	OBSERVACIONES
1	Tiene a la vista su visión y misión.		<b>X</b>	No están publicadas en el exterior del edificio como en algunas coordinaciones.
2	Tiene a la vista sus objetivos.		<b>X</b>	No están publicadas en ninguna oficina.
3	Tiene a la vista su organigrama institucional.		<b>X</b>	No está publicada.
4	El mobiliario y equipo es suficiente y adecuado.	<b>X</b>		Moderno y tecnificado.
5	Organización de archivos documentales (físicos y digitales).	<b>X</b>		Cada oficina tiene su propia organización.
6	Espacio de trabajo adecuado.	<b>X</b>		Únicamente para los administrativos.
7	Cuenta con libro de asistencia.	<b>X</b>		Utilizan reloj electrónico.
8	Excelentes relaciones humanas.	<b>X</b>		Las relaciones humanas son buenas.
9	Bodega de materiales y repuestos.	<b>X</b>		Poseen una bodega grande.
10	La institución tiene una labor destacada dentro de la institución.		<b>X</b>	Deben mejorar su desempeño dentro del área curricular.

11	Cuenta con un ambiente de descanso.	<b>X</b>		Cuenta con un ambiente amplio al aire libre y adecuado.
12	Cuenta con espacios deportivos.	<b>X</b>		No son suficientes para la demanda y algunos están en deterioro y construcción.
13	Tiene cubierta todas las áreas de trabajo.	<b>X</b>		Contratación exagerada de personal administrativo.
14	Realizan reuniones laborales constantes.	<b>X</b>		Una vez al mes.
15	Existe un normativo a la vista para el uso y mantenimiento del equipo y material.		<b>X</b>	No posee normativo.

### Instrumento: Entrevista Dirigida

No.	PREGUNTAS	RESPUESTAS	SIMILITUD	DIFERENCIAS
1	¿Usted conoce si INJUD posee un manual de funciones?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se carece de manual de funciones, manuales en los programas, guías y normativos para las gestiones internas y externas.</li> <li>2. No</li> <li>3. No se nos ha informado.</li> <li>4. No lo conozco.</li> <li>5. No</li> <li>6. No se ha proporcionado.</li> <li>7. No existe.</li> <li>8. No</li> <li>9. No</li> <li>10. Se carece de manual de funciones, manuales en los programas, guías y normativos para las gestiones internas y externas.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No posee ningún manual de funciones.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se carece de manual de funciones, manuales en los programas, guías y normativos para las gestiones internas y externas.</li> </ol>
2	¿Usted conoce si INJUD posee un manual pedagógico, guía, normativo que fundamente y valide al personal para sus labores	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No sé ha elaborado ningún manual pedagógico.</li> <li>2. No se ha proporcionado a nadie un manual pedagógico.</li> <li>3. No existen normativos internos de contrataciones.</li> <li>4. No he visto ninguno en esta área.</li> <li>5. No existen guías de gestión interna y externa.</li> <li>6. No existen guías de gestión interna y externa.</li> <li>7. No existe ninguna evaluación de</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No se ha elaborado un manual pedagógico.</li> <li>2. No existen guías de gestión interna y externa.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No existen normativos internos de contrataciones.</li> <li>2. No existe ninguna evaluación de perfil y desempeño profesional.</li> </ol>

	específicas?	perfil y desempeño profesional. 8. No se ha proporcionado a nadie un manual pedagógico. 9. No existen guías de gestión interna y externa. 10. No existe ninguna evaluación de perfil y desempeño profesional.		
3	¿Usted sabe qué tipo de planificación utiliza INJUD?	1. Plan Operativo Anual. 2. POA 3. PEI 4. POA 5. Plan Operativo Anual. 6. POA 7. POA 8. Plan Operativo Anual. 9. Plan Operativo Anual. 10. POA	1. Plan Operativo Anual.	1. PEI
4	¿Usted cree que INJUD posee una guía para capacitar constantemente a su personal docente?	1. Sí pose una guía pero no se cumple. 2. Sí 3. Sí 4. Sí pero no se está llevando a cabo. 5. Sí pero no se aplica. 6. Sí 7. Sí pero no hay recursos para aplicarlo. 8. Sí 9. Sí pero no se cumple. 10. Sí	1. Si existe una guía pero no se cumple.	

5	¿Usted sabe si el edificio es propiedad de INJUD?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sí es propiedad de INJUD.</li> <li>2. Sí</li> <li>3. Sí son propia de la institución.</li> <li>4. Sí</li> <li>5. Es de DIGEF.</li> <li>6. Sí</li> <li>7. Sí pertenece a INJUD.</li> <li>8. Sí</li> <li>9. Sí pertenece a INJUD.</li> <li>10. Sí</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sí es propiedad de INJUD.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Es de DIGEF.</li> </ol>
6	¿En qué necesidades atraviesa INJUD?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Falta de recurso económico.</li> <li>2. Falta de manuales, guías, normativos y planificación en programas, contrataciones y comunicación del personal.</li> <li>3. Faltas de manual de funcionamiento.</li> <li>4. Falta de manuales pedagógicos en los programas.</li> <li>5. Falta de manuales, guías, normativos y planificación en programas, contrataciones y comunicación del personal.</li> <li>6. Falta de ampliación en la cobertura institucional.</li> <li>7. Falta de manuales pedagógicos.</li> <li>8. Falta de presupuesto para invertir en recursos básicos administrativos.</li> <li>9. Falta de manuales, guías, normativos y planificación en programas, contrataciones y</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Falta de recurso económico.</li> <li>2. Faltas de manual de funcionamiento.</li> <li>3. Falta de manuales pedagógicos en los programas.</li> <li>4. Falta de canal de comunicación.</li> <li>5. Falta de presupuesto para invertir en las instalaciones deportivas.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Falta de manuales, guías, normativos y planificación en programas, contrataciones y comunicación del personal.</li> <li>2. Falta de ampliación en la cobertura institucional.</li> </ol>

		comunicación del personal. 10. Faltas de manual en los programas.		
--	--	--	--	--

**Instrumento: Ficha de Análisis Documental**

<b>NO.</b>	<b>IDENTIFICACIÓN DEL DOCUMENTO</b>	<b>TIPO DE DOCUMENTO</b>	<b>FUENTE BIBLIOGRÁFICA</b>	<b>UBICACIÓN</b>	<b>DATOS OBTENIDOS</b>	<b>FECHA DE CONSULTA</b>
1	Informe del Proyecto Intituto de la Juventud y el Deporte -INJUD- 2015.	Documento Word electrónico.	Documento electrónico no publicado proporcionado por el Licenciado William Fernando Salguero Jefe de INJUD.	32 Calle 9-10 Colonia Granaí I, zona 11 Guatemala. PBX.2422 6800	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ubicación geográfica</li> <li>➤ Visión</li> <li>➤ Misión</li> <li>➤ Principios</li> <li>➤ Políticas</li> <li>➤ Ejes</li> <li>➤ Objetivos</li> <li>➤ Metas</li> <li>➤ Estructura Orgánica</li> <li>➤ Recurso humano</li> <li>➤ Informe económico</li> </ul>	10 de Octubre de 2015.

## **Lista de carencias**

Posterior al estudio realizado en el Instituto de la Juventud y el Deporte –INJUD- en base a los instrumentos ficha de observación, entrevista y ficha de análisis documental, se tomaron como problemas principales las siguientes:

1. No tiene a la vista su visión, misión, objetivos etc., de la institución.
2. No existen folletos, instructivos o manuales específicos que fundamente las funciones del personal en la dependencias, unidades, programas etc....
3. No existe evaluación de calidad enfocado al personal.
4. No se cumple a cabalidad la guía de capacitación del personal.
5. No existe estabilidad laboral para un gran porcentaje del personal que labora en las unidades.
6. La función del personal en algunas unidades no está acorde a sus habilidades y destrezas desarrolladas.
7. Existe demasiada burocracia en la auto-gestión y gestión institucional para cubrir los recursos básicos.
8. Falta de ampliación de cobertura institucional.
9. Falta de organización laboral, trabajo inconsistente del personal.
10. Falta de recursos básicos relacionados a instrumentos administrativos por bajo presupuesto de INJUD.
11. Falta de mantenimiento de los recursos físicos de la institución.
12. No existe un plan de inversión de mantenimiento de los recursos físicos.
13. Las coordinaciones y programas no tienen a la vista el marco filosófico de la institución.
14. No existe una guía del perfil profesional para las contrataciones del personal de cada coordinación.
15. No existe un normativo interno que garantice y mejore las contrataciones del personal.
16. No existe una guía de gestión interna y externa propia de la Institución.

**ANEXOS**

## ANEXOS



**USAC**  
TRICENTENARIA  
Universidad de San Carlos de Guatemala

*Universidad de San Carlos de Guatemala*  
*Facultad de Humanidades*

Guatemala, 26 de Mayo de 2015

Licenciado (a)  
SILVIA PATRICIA GIRON  
Asesor (a) de Tesis o EPS  
Facultad de Humanidades

Atentamente se le informa que ha sido nombrado(a) como ASESOR(A) que deberá orientar y dictaminar sobre el trabajo de 0 tesis o EPS (X) que ejecutará el (la) estudiante

ARMANDO ALFREDO CHAVEZ CHAVAJAY  
201019577

Previo a optar al grado de Licenciado (a) en Pedagogía y Administración Educativa.

Lic. Guillermo Arnoldo Caytán Monterroso  
Departamento Extensión

Bo. Lic. Walter Ramiro Mazariegos Biolis  
Decano

C.C expediente  
Archivo.

*Paculi*  
*23/7/15*  
*[Signature]*



Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Humanidades

Guatemala, 27 de julio de 2015

Doctor Héctor Hugo Arriola Flores  
Coordinador de Recursos Humanos  
Dirección General de Educación Física –DIGEF–  
Presente.

Estimado

Atentamente le saludo y a la vez le informo que la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, con el objetivo de participar en la solución de los problemas educativos a nivel nacional, realiza el Ejercicio Profesional Supervisado –EPS–, con los estudiantes de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.

Por lo anterior, solicito autorice el Ejercicio Profesional Supervisado al (la) estudiante Armando Alfredo Chávez Chavajay carné No. 201019577 En la institución que dirige.

El asesor –supervisor asignado realizará visitas constantes, durante el desarrollo de las fases del diagnóstico, perfil, ejecución y evaluación del proyecto.

Deferentemente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Lic. Guillermo Arnaldo Gaytan Monterroso  
Director, Departamento de Extensión

Stamp: COORDINACIÓN DE RECURSOS HUMANOS, DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
Signature: Héctor Hugo Arriola Flores (PhD)  
Title: Coordinador De Recursos Humanos, Dirección General de Educación Física

VD BO

meog/gagm.

Guatemala 30 de Julio 2015

Licenciado  
Guillermo Arnoldo Gaytan Monterroso  
Director, Departamento de Extensión  
Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Humanidades  
Presente.

Reciba un cordial saludo de la Coordinación de Recursos Humanos de la Dirección General de Educación Física.

Por este medio me permito informarle que el estudiante ARMANDO ALFREDO CHÁVEZ CHAVAJAY que se identifica con carné No. 201019577 estudiante de de la Facultad de Humanidades, se le autorizo el EPS en la Dirección General de Educación Física.

Quedare muy agradecido por la atención que se sirva dar a la presente.

Atentamente,



M.A. Héctor Hugo Arriola Flores (PhD)  
Coordinador De Recursos Humanos  
Dirección General de Educación Física



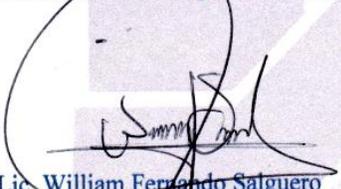
*Universidad de San Carlos de Guatemala*  
*Facultad de Humanidades*

Guatemala, 17 de enero de 2017

FINIQUITO

A QUIE INTERESE

Por este medio se hace constar que el estudiante: Armando Alfredo Chávez Chavajay con Carné No. 201019577, culminó satisfactoriamente el proceso de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, en la Dirección General de Educación Física -DIGEF-, siendo la institución beneficiada el Instituto de la Juventud y el Deporte -INJUD-, perteneciente a la misma institución, ubicado en la 32 Calle 9-10 Colonia Granai I, zona 11 Guatemala; entregando como proyecto el Manual del Servidor Cívico Social, del Programa Servicio Cívico Social en el área de Educación Física, por lo cual se le extiende el presente finiquito, haciéndose constar que se encuentra solvente en dicha institución.

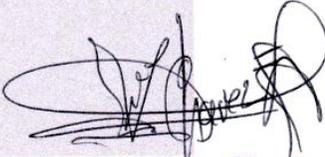
  
Lic. William Fernando Salguero

**Responsable de proyecto y Jefe del INJUD**



  
Lic. Hans Christopher Villagrán James

**Revisor de Manual del Servidor Cívico Social del INJUD**

  
P.E.M. Armando Alfredo Chávez Chavajay

**Estudiante EPESISTA**