

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS**

**"PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DESARROLLO
PSICOMOTOR GENERAL EN EL DEPARTAMENTO DE
DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA"**

JACQUELINE JOHANA MEDRANO HERNÁNDEZ

Guatemala, noviembre de 2,003

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE
LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE
-ECTAFIDE-

**“PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DESARROLLO
PSICOMOTOR GENERAL EN EL DEPARTAMENTO DE
DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE
GUATEMALA”**

Informe final del Ejercicio Profesional Supervisado
presentado al Honorable Consejo Directivo
de la Escuela de Ciencias Psicológicas

Por

JACQUELINE JOHANA MEDRANO HERNÁNDEZ

Previo a optar al Título de

**LICENCIADA EN EDUCACIÓN FÍSICA,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

Guatemala, noviembre de 2003

CONSEJO DIRECTIVO

Licenciado Riquelme Gasparico
D I R E C T O R

Licenciado Ronald Solís Zea
S E C R E T A R I O

Licenciada María Lourdes González Monzón
Licenciada Lilibana del Rosario Alvarez de García
R E P R E S E N T A N T E S D E L O S P R O F E S O R E S

Licenciado Evodio Juber Orozco Edelman
R E P R E S E N T A N T E D E L O S G R A D U A D O S

Estudiante Elsy Maricruz Barillas Divas
Estudiante José Carlos Argueta Gaitán
R E P R E S E N T A N T E S E S T U D I A N T I L E S

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-
9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 485-1910 FAX: 485-1913 y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

c.c. Control Académico
DECTAFIDE
Archivo
REG. 1445-2003
CODIPS 1160-2003

**DE ORDEN DE IMPRESIÓN INFORME FINAL DE
EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO**

07 de noviembre de 2003.

Estudiante
Jacqueline Johana Medrano Hernández
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante Medrano:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto VIGÉSIMO SEGUNDO (22º), del Acta CINCUENTA Y CINCO GUION DOS MIL TRES (55-2003), de la sesión del Consejo Directivo del 06 de noviembre de 2003, que copiado literalmente dice:

"VIGÉSIMO SEGUNDO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado titulado: **"PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DESARROLLO PSICOMOTOR GENERAL EN EL DEPARTAMENTO DE DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA"**, de la carrera de **LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN**, realizado por:

JACQUELINE JOHANA MEDRANO HERNANDEZ

CARNET No. 9518985

El presente trabajo fue asesorado, durante su desarrollo, por el Doctor Carlos Federico Álvarez Arango, asesor técnico y el M.A. Byron Ronaldo González, Asesor Metodológico y revisado por el Licenciado Graco Adolfo López Angulo.

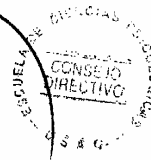
Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del informe final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el instructivo para Elaboración Investigación o tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

ID Y ENSEÑADA TODOS

Licenciado Ronald Solís Zea
SECRETARIO

/Rosy





UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
 ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA
 DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE
 ECTAFIDE



REF. ECTAFIDE NO. 308-2003

Informe Final, Ejercicio Profesional Supervisado-EPS-

Escuela de Ciencias Psicológicas, 20 de 2003

Recepción e Información
 CUM/USAC

RECIBIDO
 03 NOV, 2003

FIRMA: [Signature] HORA: 16:15 REGISTRO: 1448-03

OFERECER LAS
 SIGUIENTES
 CARRERAS:

PLAN DE
 ESTUDIOS 1998-
 2010, ACTA 54-
 2001 PUNTO
 VIGÉSIMO
 SÉPTIMO DEL
 1o. DE
 OCTUBRE DE
 2001.

PREGRADO
 TÉCNICO EN
 DEPORTES.

PROFESORADO
 DE ENSEÑANZA
 MEDIA EN
 EDUCACIÓN
 FÍSICA.

TÉCNICO
 RECREACIONES
 TA.

GRADO:

LICENCIATURA
 EN EDUCACIÓN
 FÍSICA,
 DEPORTE Y
 RECREACIÓN.

Señores
 Consejo Directivo
 Escuela de Ciencias Psicológicas
 Centro Universitario Metropolitano -CUM-

Señores Consejo Directivo:

Tengo a bien dirigirme a ustedes, para informarles que he procedido a la revisión del Informe Final de la Ejercicio Profesional Supervisado -E.P.S.-, previo a optar el grado de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, de la:

Estudiante: **Jacqueline Johana Medrano Hernández**
 Carné: **9518985**
 Tema: **"Programa de actividad física y desarrollo psicomotor general en el departamento de deportes de la Universidad de San Carlos de Guatemala"**
 Asesores: **A asesor Técnico: Dr. Carlos Federico Álvarez Arango**
A asesor Metodológico: Lic. M.A. Byron Ronaldo González
Revisor Final: Lic. Graco Adolfo López Angulo

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por Ectafide, emito *Dictamen favorable*, para que continúe con los trámites administrativos respectivos.

Atentamente,

[Signature]

Licenciado M.A. Byron Ronaldo González
 Coordinador General
 ECTAFIDE



C.c. Archivo
 /bma

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"
 Edificio M-3, 1er nivel ala sur, Ciudad Universitaria, zona 12.
 Teléfonos: 476-7219 - 476-0790 al 94 Ext. 1423 - 1465

Guatemala, octubre 29 de 2003

Doctor
Mynor Mejía Andrade
Subcoordinador de Extensión
ECTAFIDE, USAC.

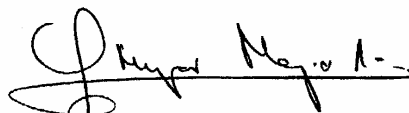
Doctor Mejía Andrade:

Por este medio tengo a bien informar que he procedido a la *Revisión* del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, correspondiente al grado de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, de la estudiante:

Nombre: Jacqueline Johana Medrano Hernández
Carné: 9518985
Titulado: "Programa de actividad física y desarrollo psicomotor general en el departamento de deportes de la Universidad de San Carlos de Guatemala".
Grado: Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación.

Y para los efectos del trámite administrativo, doy la *aprobación* por llenar los requisitos del Reglamento de Tesis de ECTAFIDE.

Atentamente,


Licenciado Graco Adolfo López Angulo
Revisor Final

Guatemala, octubre 22 de 2003

Doctor
Mynor Mejía Andrade
Subcoordinador de Extensión
ECTAFIDE, USAC.

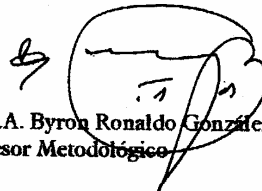
Doctor Mejía Andrade:

Por este medio tengo a bien informar que he procedido a la *Asesoría Metodológica* del Informe Final, de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- previo a optar el grado de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, de la estudiante:

Nombre: Jacqueline Johana Medrano Hernández
Carné: 9518985
Titulado: "Programa de actividad física y desarrollo psicomotor general en el departamento de deportes de la Universidad de San Carlos de Guatemala".
Grado: Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación.

Y para los efectos del trámite administrativo, doy la *aprobación* por llenar los requisitos del Reglamento de Tesis de ECTAFIDE.

Atentamente,



Licenciado M.A. Byron Ronaldo González
Asesor Metodológico

Guatemala, 14 de octubre de 2003

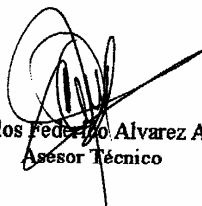
Doctor
Mynor Mejía
Sub-Coordinador de Extensión
Escuela de Ciencia y Tecnología de
la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-
Presente.

Doctor Mejía:

De la manera más cordial le informo que he procedido a la Asesoría Técnica de la estudiante JACQUELINE JOHANA MEDRANO HERNÁNDEZ, carné 9518985; quién desarrollo su informe final de EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO -EPS- cuyo título se enuncia de la siguiente manera: "PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DESARROLLO PSICOMOTOR EN EL DEPARTAMENTO DE DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA (Estadio Revolución)".

Para efectos del trámite administrativo, apruebo dicho trabajo por cumplir con los requisitos que establece el reglamento de elaboración de EPS-ECTAFIDE.

Atentamente,



Dr. Carlos Federico Alvarez Arango
Asesor Técnico

DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL: 485-1910 FAX: 485-1913 y 14
e-mail: usacpsc@usac.edu.gt

cc: Control Académico
ECTAFIDE
archivo

REG. 1445-2003

CODIPs. 998-2003

DE APROBACIÓN DE PROYECTO DE -EPS-

19 de septiembre de 2003

Estudiante
Jacqueline Johana Medrano Hernández
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

MU
Lic. Byron Ronaldo González
Coordinador General ECTAFIDE-USAC
26/9/2003
14:00 Hrs.

Estudiante Medrano Hernández:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto VIGÉSIMO SÉPTIMO (27º), del Acta TREINTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL TRES (37-2003), de Consejo Directivo de fecha cuatro de septiembre, que copiado literalmente, dice:

"VIGÉSIMO SÉPTIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, titulado: "PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DESARROLLO PSICOMOTOR GENERAL EN EL DEPARTAMENTO DE DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA", de la Carrera: LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN, presentado por:

JACQUELINE JOHANA MEDRANO HERNÁNDEZ

CARNÉ No. 9518985

Dicho proyecto se desarrollará en el Estadio La Revolución, Ciudad Universitaria, Zona 12, designándose como asesor técnico al Doctor Carlos Federico Álvarez Arango y como asesor metodológico al M.A. Byron Ronaldo González.

El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN.**"

Atentamente,

ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA
DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE
ECTAFIDE - USAC

RECEBIDO
26 SET. 2003
REGISTRO 127 HORA 13:00 FIRMA *[Signature]*

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciado Ronald Solís Zea
SECRETARIO

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CONSEJO DIRECTIVO

/Gladys

AGRADEZCO

A DIOS:

Por su misericordia, y estar conmigo siempre, mi amigo que nunca me falla.

A MIS PADRES:

Guillermo Medrano (Q.E.D.)

Yolt Hernández, Gracias por todo no sabre pagarle todo el apoyo y comprensión incondicional que me ha dado, venciendo las situaciones que se han dado.

A MI ESPOSO:

Por apoyarme en todas las metas que me propongo y estar siempre conmigo.

A MI HIJA:

Abigail (Q.E.D.)

Por esa luz que hizo brillar por un momento en mi vida, siempre te recuerdo.

A MI HIJO:

Denzel Joshua, por ser un regalo de Dios.

A MIS HERMANOS:

Karina, William y Fransly

Por su amor, apoyo que me han brindado.

AL GRUPO DE DOÑA GLORIA:

Sin ustedes esta investigación no se hubiera llevado a cabo.

A LIC. REGINA:

Por su apoyo, comprensión y confianza que me ha brindado durante estos años.

A MIS AMIGOS:

Luis, Douglas, Karina

Que de una u otra forma han estado conmigo cuando más los necesito.

A MIS FAMILIARES:

Por todo el apoyo que me han brindado en los años de mi vida.

A GUATEMALA:

Por el privilegio de haber nacido guatemalteco.

INTRODUCCIÓN.

Este Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado esta orientado en la realización de un programa de orientación en Actividad Física y Evaluación Psicomotriz desarrollado en el Departamento de Deportes de la Unidad de Extensión de la Universidad de San Carlos de Guatemala; específicamente en las instalaciones del Estadio Revolución en el campus central de la universidad.

Dentro de este contexto se atendió a personas que realizan actividad física por salud, utilizando principalmente el Atletismo (carrera) como un medio. También se colaboró con el equipo de Atletismo de la Universidad de San Carlos de Guatemala en sus categorías infantiles realizando el área de investigación con estos atletas niños determinando el perfil psicomotor.

El trabajo orientado a la práctica de campo es de gran importancia, ya que ayuda en gran medida a cubrir el déficit que existe en el ámbito de Educación Física, siendo base esencial para el deporte y la recreación. Con esto se contribuye a que más personas tengan un conocimiento de lo que estas áreas significan para la salud.

Por lo cual el contenido de este trabajo fue basado en la importancia de un programa psicomotriz desde la niñez, para contribuir en el desarrollo del movimiento en el individuo como persona.

Se evaluó utilizando la batería psicomotriz de Luria que consiste en siete pruebas como son equilibrio, tonicidad, estructuración espacio-temporal, lateralidad, praxia fina, praxia global y noción del cuerpo.

Se incluye el marco conceptual versa sobre el movimiento, considerado como base esencial de la vida y así mismo se deriva la importancia del desarrollo psicomotor en el ser humano. En el marco teórico se detallan los conocimientos científicos disponibles sobre los temas abordados; también se desarrolla el marco metodológico que engloba la hipótesis y sus variables, los objetivos, la metodología de trabajo y las evaluaciones que se realizaron tanto dentro del programa de servicio como en la investigación y la docencia.

Además en el marco operativo describe el plan de entrenamiento con los diferentes volúmenes de preparación y en el marco administrativo se dan a conocer los recursos necesarios y el presupuesto.

Al final se enumera la bibliografía consultada para la elaboración del Ejercicio Profesional Supervisado.

1-MARCO TEÓRICO-CONCEPTUAL

1.1.- ANTECEDENTES

La Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte (ECTAFIDE) a través de la Sub-coordinación de Extensión en sus programas: Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, Experiencia Docente con la Comunidad -EDC- y Práctica Docente Supervisada -PDS-, ha concientizado en orientar a los futuros profesionales en la asistencia social a la población guatemalteca en el área de Educación Física, Deporte y Recreación,

El principal medio de estas actividades es el movimiento del cual Muñoz dice ^(13: 27) que es una parte fundamental de la vida humana, y el hombre necesita de un mínimo de movimientos para mantenerse orgánica y emocionalmente sano.

El movimiento es considerado como la esencia de la vida, nuestra capacidad de movimiento es más que una simple conveniencia que nos posibilita andar, jugar, y manipular objetos: es una parte crítica de nuestro desarrollo evolutivo, no menos importante que la evolución de nuestras capacidades intelectuales y emocionales; el movimiento es un acto culminante de procesos motores fundamentales, donde los comportamientos humanos son actos voluntarios e intencionales. Esto es posible ya que, entre los rasgos constitutivos del movimiento humano, encontramos que éste es observable, medible, modificable, adaptable y perfectible.

La educación Psicomotriz surge en un contexto socio cultural cuyo objetivo es el de "restituir" al cuerpo su "valor", su auténtica significación.

Según Picq & Vayer ⁽¹⁶⁾ la educación psicomotriz es "una acción pedagógica y psicológica, que utiliza los medios de la educación física con la finalidad de normalizar o de mejorar el rendimiento del niño".

LeBoulch, citado por Muñoz ^(13:211), por su parte, se refiere a la psicocinética como "una concepción general de utilización del movimiento como medio de educación global de la personalidad".

La psicomotricidad es el control mental de aprendizaje y de la expresión, su objetivo es una organización que atiende en forma constante y consciente las necesidades de los desplazamientos, movimientos oculares, perceptivos o auditivos.

Es una actividad que le da una significación psicológica al movimiento, en donde cada habilidad se desarrolla a partir de otras menos organizadas que permiten ordenar y coordinar las funciones de la vida psíquica con el movimiento.

La psicomotricidad es una entidad dinámica, subdividida en noción de organización, realización y funcionamiento, sujeta al desarrollo y a la maduración constituyéndose en función motriz traducida en movimiento.

La psicomotricidad como ciencia de la educación enfoca la unidad del soma y la psiquis, educando el movimiento al mismo tiempo que pone en juego las funciones de la inteligencia. Con lo cual confirma que la psicomotricidad otorga una significación psicológica al movimiento y este permite que se pueda tomar conciencia de la independencia recíproca de las funciones de la vida psíquica en relación con la esfera motriz.

Debemos tomar en cuenta que la actividad escolar adquiere un papel principal en el desarrollo de las capacidades del individuo, al iniciarse el niño en la etapa escolar.

Por lo cual esta investigación fue encaminada a demostrar la importancia que tiene en la vida del ser humano una educación psicomotriz periódica desde la infancia.

1.2.- JUSTIFICACIÓN.

Es de gran importancia el estudio de la psicomotricidad porque enriquece el conocimiento de las habilidades motrices. Además se tiene como punto de referencia para ver como se encuentra la psicomotricidad del niño en nuestro país.

El estudio de la Psicomotricidad es de mucho interés, pues encierra conceptos fundamentales como son los movimientos que están presentes en todas las actividades del ser humano, en sus actividades cotidianas en el trabajo, en los juegos y la recreación, en los deportes, entre otras. Aunque muchas de estas actividades utilizan en su ejecución los mismos movimientos, la diferencia entre unos y otros está determinada por el tipo de tarea, la cual necesita un procesamiento de información específica.

El movimiento es de fundamental importancia para satisfacer las necesidades y deseos de supervivencia, exploración y descubrimiento, control y equilibrio, expresión y juego, principalmente en el niño. El movimiento ha facilitado el trabajo y oficio en las diferentes culturas hasta llegar a la tecnología actual. Por eso es necesario enfatizar que los conocimientos adquiridos en otras áreas relacionadas con el Desarrollo Motor, tales como el rendimiento humano, la Ingeniería humana, la Cineantropometría y Psicología Experimental, han permitido una mejor comprensión y aplicabilidad de este fenómeno.

Con frecuencia se crea la imagen del movimiento aislado, simplemente mecánico, sin llevar a consideración otros factores como por ejemplo: los procesamientos internos de información, dando origen a la dicotomía mente-cuerpo. Igualmente, muchas actividades aún en nuestros días, se preocupan más por el aspecto muscular con poca atención al desarrollo integral del niño.

1.3.- DETERMINACIÓN DEL PROBLEMA

En nuestro país el espacio que existe para realizar actividad física y juegos es mínimo. El crecimiento incontrolado de la construcción urbana a provocado que no se contemplen espacios para esparcimiento, juego y actividad física recreativa; los parques y áreas verdes son cada vez menos. Esto aunado al estilo de vida actual y a la excesiva carga académica de colegios y escuelas a limitado las posibilidades de movimiento de nuestros niños y niñas, aun cuando el movimiento es fundamental en los primeros años de vida para el desarrollo posterior tanto físico, como mental y social.

Esto ha provocado que tengamos niños y adolescentes con un retraso motor grande, sobre todo en las ciudades urbanas. Cada vez vemos adolescentes que no pueden saltar ni lanzar adecuadamente, con fluidez y soltura, vemos niños que no pueden subir escaleras alternando las piernas sin perder el equilibrio, etc.

Esta problemática es menor en las áreas rurales y pequeños pueblos en donde la relación directa con la naturaleza propicia las oportunidades y estímulos necesarios para que el niño, adolescente y adulto desarrolle su potencial de movimiento.

Ante esta situación creemos que el realizar programas psicomotores en edades preescolares y escolares permitirá minimizar los efectos negativos en su desarrollo psicomotor de tantos niños y niñas que viven en áreas urbanas, y que más adelante verían limitadas sus posibilidades de desenvolverse en su vida cotidiana debido a la deficiencia de desarrollo motor en su infancia, ya que esta tienen repercusiones en la vida adulta tales como apatía al ejercicio, generando a su vez enfermedades como obesidad, artritis, atrofia muscular, cardiopatías, etc. que pueden provocar que una persona vea mermada su capacidad productiva e incluso perder la vida.

1.4.- DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

¿La falta de estímulo para el movimiento desde los primeros años de vida provoca un retraso en el desarrollo motor que afecta al individuo en todas las etapas de su vida?

1.5.- ALCANCES Y LÍMITES.

1.5.1.- ÁMBITO GEOGRÁFICO.

La práctica de EPS se realizó en el Estadio Revolución de la Universidad de San Carlos de Guatemala (campus central).

1.5.2.- ÁMBITO INSTITUCIONAL.

La práctica de EPS se realizó con el Departamento de Deportes de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

1.5.3.- ÁMBITO POBLACIONAL.

La práctica de EPS se llevo a cabo con niños, jóvenes y adultos que realizan actividad física deportiva en el Estadio Revolución.

1.5.4.- ÁMBITO TEMPORAL.

La práctica de EPS tuvo una duración de 600 horas realizándose de lunes a sábado, dando inicio el 17 de febrero y finalizando el 30 de septiembre de 2003

2.-MARCO METODOLÓGICO

2.1.- HIPÓTESIS.

El programa de psicomotricidad mejorará el desarrollo psicomotor de los niños participantes.

2.1.1.-VARIABLES E INDICADORES.

a.- Clases de variables.

Independiente: Programa de Psicomotricidad
Dependiente: Desarrollo Psicomotor

b.- Indicadores

Programa de Psicomotricidad: -Días de entrenamiento psicomotor
Desarrollo Psicomotor: -Equilibrio -Lateralidad
-Noción del Cuerpo -Estructuración
Espacio-Temporal
-Praxia Global -Praxia Fina

2.2.-OBJETIVOS

2.2.1.-GENERALES

a) Fomentar la importancia y los beneficios que se adquieren al realizar actividad física por salud y los efectos positivos obtenidos en las actividades diarias .

b) Aplicar y operacionalizar los fundamentos teóricos de la psicomotricidad mediante la estructuración de programas y actividades motrices, acordes con las necesidades del desarrollo integral e individual de la persona.

2.2.2.-ESPECÍFICOS

2.2.2.1.-*Servicio:* a) Brindar asesoría técnica en materia de actividad física a las personas que asisten al estadio Revolución con el fin de mejorar sus condiciones de salud

2.2.2.2.-*Docencia:* a) Ampliar conocimientos en temas relacionados a la Actividad Física por Salud a las personas que asisten al estadio Revolución.

2.2.2.3.-*Investigación:* a) Realización de un diagnóstico psicomotriz de los niños que integran el equipo de atletismo de la Universidad de San Carlos de Guatemala.
b) Determinar la influencia del programa psicomotriz y del entrenamiento del deporte en el nivel de desarrollo psicomotriz de los niños.

2.3.-POBLACIÓN

La población atendida fueron niños comprendidos en las edades de 7 a 12 años de ambos sexos. También se atendió a adultos hombres. En ambos grupos se realizó el programa de servicio y docencia, y el programa de investigación se realizó únicamente con el grupo de niños.

2.4.-FUENTE DE INFORMACIÓN

La fuente de información utilizada se obtuvo del Centro de Documentación de la Actividad Física de ECTAFIDE, de la Biblioteca de Psicología y Biblioteca Personal. También se utilizó como fuente de información los datos aportados por los niños en las pruebas realizadas.

2.5.-TRATAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

La información recabada se guardó en fichas bibliográficas para su posterior aplicación en el campo de trabajo de las tres áreas del EPS. Esta información fue de utilidad en múltiples ocasiones para preparar el material necesario para la docencia y la investigación.

3.-MARCO OPERATIVO

3.1.-RECOLECCIÓN DE DATOS

Para el área de investigación del Ejercicio Profesional Supervisado se aplicó la batería psicomotriz de Luria ⁽¹⁸⁾ en la determinación del perfil psicomotor de los niños. Además se realizaron la prueba de Cooper, 30 mts. velocidad y salto largo a las personas de actividad física por salud del programa de servicio del Ejercicio Profesional Supervisado

La batería psicomotriz de Luria comprende varias tareas dentro de cada uno de los siete aspectos. Por fines prácticos solo se utilizaron las tareas que se consideren necesarias acorde a los objetivos de la investigación. Las tareas realizadas fueron las siguientes:

Equilibrio dinámico:

consiste en realizar marcha controlada el evaluado deberá evolucionar en el suelo sobre una línea recta de tres metros de largo, de modo que el calcañal de un pie toque en la punta del pie contrario, permaneciendo siempre con las manos en la cadera, la puntuación será de:

- 4 puntos si tiene un control dinámico de la marcha.
- 3 puntos si la realiza con ligeros reequilibrios.
- 2 puntos si la realiza con pausas frecuentes.
- 1 punto si realiza la actividad de forma incompleta.

Lateralidad pedal:

para evaluar el pie preferente (la observación de equilibrio dinámico ya suministrada que se confirmará en los ejercicios de coordinación óculo-manual), se sugiere que el niño de un paso gigantesco, partiendo de posición de pies paralelos y después simula ponerse los pantalones, registrándose el primer pie que introduce dentro del pantalón. La puntuación será de preferencia sirviendo la lateralidad innata o adquirida, el criterio a adoptar será el siguiente.

- 4 puntos si el niño realiza las actividades espontáneamente y con competencia, pudiendo obtener un perfil de DD o de II, realización precisa y económica.
- 3 puntos si realiza con ligeras vacilaciones y perturbaciones psicotónicas.
- 2 puntos si la realiza con permanente vacilaciones y con perfiles inconsistentes.
- 1 punto si no realiza las tareas y aparecen señales de ambidiestro,

lateralidad mixta mal integrada.

Noción del cuerpo, sentido Kinestésico:

el niño deberá mantenerse de pie con calma y tranquilo, con los ojos cerrados. El observador deberá prepararlo con un par de experiencias (ej., nariz, boca), a continuación sugerir que nombre los diversos puntos del cuerpo en que fue tocado táctilmente.

- 4 puntos si el niño nombra correctamente dieciséis puntos táctiles de la prueba, realización perfecta, precisa y con facilidad de control; seguridad gravitatoria.
- 3 puntos si nombra doce correctamente sin señales difusas.
- 2 puntos si nombra ocho evidenciado señales difusas.
- 1 punto si nombra únicamente cuatro a ocho presentando confusión kinestésica.

Estructuración espacio-temporal:

El procedimiento es el siguiente se le sugiere al niño que ande normalmente en una distancia de cinco metros contando el número de pasos en voz alta. Una vez realizado el segundo recorrido con más de tres pasos utilizando para el cálculo el número de pasos inicialmente, por último se le pide al niño que realice el tercer recorrido con menos de tres pasos, la puntuación deberá ser la siguiente:

- 4 puntos si lo realiza de forma correcta en los tres recorridos con cuenta correcta de número de pasos.
- 3 puntos si realiza los tres recorridos con ligero descontrol, alargamiento o acortamiento.
- 2 puntos si realiza dos o tres recorridos con oscilación.
- 1 punto si no termina la actividad o evidencia nítidos problemas.

Praxia global, coordinación óculo- manual:

Se debe realizar solo un ensayo y a continuación cuatro lanzamientos: durante los lanzamientos se observarán los diversos pormenores: la postura, la orientación de la base de sustentación, la calidad de prensión de la bola, el tipo de lanzamiento y otros siempre tomando en cuenta el estilo psicomotor del niño. La puntuación deberá ser la siguiente:

- 4 puntos si consigue cuatro o tres de los lanzamientos, revelando un excelente planeamiento motor y preciso autocontrol.

- 3 puntos si consigue dos de los cuatro lanzamientos revelando adecuado planeamiento motor.
- 2 puntos si consigue uno de los cuatro lanzamientos revelando dispraxias.
- 1 punto si no consigue ningún lanzamiento revelando dispraxias.

Praxia fina, velocidad de precisión:

Esta tarea exige la integración significativa de movimientos finos de un instrumento (lápiz). El procedimiento a tener es el siguiente: se le pide al niño en (posición sentado) que realice el mayor número de puntos y de cruces durante treinta segundos teniendo como referencias espaciales los límites de los cuadrados del papel y la realización secuencial de la izquierda hacia la derecha. La puntuación deberá ser la siguiente:

- 4 puntos si realiza más de cincuenta puntos, revelando perfecto planeamiento motor y autocontrol preciso con melodía kinestésica.
- 3 puntos si realiza entre treinta y cincuenta puntos, revelando adecuado planeamiento motor y ligeras oscilaciones de la tarea.
- 2 puntos si realiza entre veinte y treinta revelando descontrol.
- 1 punto si realiza menos de quince puntos o no completa la tarea, evidenciando deficiente prensión, rigidez y temblores.

Para el programa de servicio las pruebas se realizaron de la siguiente forma:

Prueba de Cooper:

el evaluado se coloca dentro de la pista a la señal empieza a caminar, trotar o correr lo más rápido que pueda durante doce minutos y se cuenta el número de vueltas y metros en donde finalizaron los doce minutos.

30 metros de velocidad:

El evaluado se coloca en la salida establecida y a la señal corre lo más rápido posible y se cuenta el tiempo en segundos.

Salto largo sin impulso:

El evaluado se coloca en la orilla de la fosa y cuando este listo salta. Se cuenta en metros la distancia que halla logrado saltar.

3.2.-TRABAJO DE CAMPO

3.2.1.-SERVICIO

El programa de servicio se ejecuto con el grupo de niños y el grupo de adultos que asisten al estadio Revolución. También se efectuó asistencia técnica a jóvenes con fines de salud y competición; y otros recibieron asesoría técnica en los programas de entrenamiento.

Se utilizaron varios métodos de trabajo; dentro de ellos los didácticos pedagógicos y los de entrenamiento.

Didácticos Pedagógicos: método demostrativo
 método de explicación oral
 método de corrección
 método global
 método lúdico

De entrenamiento: método continuo
 método de repeticiones
 método de intervalos y fraccionado

3.2.2.-DOCENCIA

En el área de docencia se realizaron charlas informativas a los niños y adultos de la importancia de realizar actividad física. Estas charlas se realizaron con una periodicidad mensual con ambos grupos(niños y adultos). Los temas tratados fueron:

Actividad física
Actividad física por salud
La importancia del desarrollo motor
Sistematización para llevar un buen entrenamiento
Nutrición
Desarrollo óseo en los niños /adultos
Desarrollo de capacidades condicionales

La metodología utilizada para las charlas fue de acuerdo al grupo que se trate; utilizándose metodologías distintas para los niños.

3.2.3.-INVESTIGACIÓN

Se realizo un diagnostico del perfil psicomotor de los niños atletas del equipo de atletismo de la universidad de San Carlos de Guatemala. Este diagnóstico se realizo antes de iniciar el

programa psicomotriz para determinar el nivel inicial. Posteriormente se aplicó una segunda evaluación al terminar el programa para determinar la influencia del mismo en el desarrollo psicomotriz de los niños.

La batería psicomotriz incluyó siete factores psicomotrices distribuidos dentro de las unidades fundamentales de Luria (1977) de la siguiente manera.

- 1a. unidad Tonicidad
 Equilibrio
- 2a. unidad Lateralidad
 Noción del cuerpo
 Estructuración espacio-temporal
- 3a. unidad Praxia global
 Praxia fina

3.3.-ACTIVIDADES REALIZADAS DURANTE EL E.P.S.

Las actividades realizadas incluyeron los programas de servicio, docencia e investigación, además de las competencias de la Federación Nacional de Atletismo de las categorías Infantil A y B siendo estas dos competencias durante el período del E.P.S.

3.3.1.-DESARROLLO DEL PLAN DE ENTRENAMIENTO

El programa de entrenamiento estaba estructurado de la siguiente manera: Las primeras 7 semanas eran para el período preparatorio en la etapa general. De la semana 8 a la 19 se estaba en el período preparatorio en la etapa especial. La semana 20 a la 29 en el período competitivo y las etapas de obtención de la Forma deportiva y 4 semanas para mantenimiento de la forma deportiva. De la semana 30 a la 32 período de tránsito y etapa de recuperación.

3.3.2.-PROGRAMA DE SERVICIO

Se realizó un entrenamiento por salud con personas jóvenes adultas, teniendo una asistencia mínima de tres veces a la semana ellos asistieron en un horario de 12:30 hrs. a 13:00 hrs. El servicio que se brindó fue a personas de sexo masculino pues ellos fueron los que tuvieron participación en los entrenamientos.

3.3.3.-PROGRAMA DE DOCENCIA

En la docencia se realizaron pláticas motivacionales y de reflexión estas fueron dirigidas a los niños y jóvenes adultos que asistieron a la práctica de EPS.

3.3.4.-PROGRAMA DE INVESTIGACIÓN

La investigación se realizo con el grupo de niños que asistieron a la práctica y el estudio fue el perfil psicomotor del niño, en donde se incluyeron niños desde 3 años hasta 14 años.

4.-ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1.-PROGRAMA DE SERVICIO

Se contó con la presencia de 14 adultos jóvenes a los cuales se les brindó asesoría a nivel técnica para mejoramiento de su propia salud y así mantener un nivel de vida, que les permita hacer su trabajo y otras actividades con mayor facilidad y destreza; obteniendo una asistencia satisfactoria de 3 veces por semana como mínimo, dándose algunos casos de asistencia diaria.

4.2.-PROGRAMA DE DOCENCIA

Se desarrollo con 14 adultos jóvenes y 20 niños que asistieron a la práctica, brindándoles pláticas en donde aprendían de los temas tratados y otras ampliaban conocimientos, relacionados con los beneficios de realizar actividad física. Se logro realizar un 85% de los temas planificados para este programa.

4.3.-PROGRAMA DE INVESTIGACIÓN

Este programa se realizó específicamente con los niños, en donde se efectuó un diagnostico psicomotriz para ver el desarrollo psicomotriz que estos niños han tenido en el transcurso de su vida, realizándose una prueba a inicio de año y la segunda prueba a finales del año.

Los resultados de este diagnostico basado en la Bateria Psicomotriz de Luria se analizan a continuación, tomando en cuenta que los factores estan medidos de la siguiente forma:

El rango de *apraxia* denota una realización descoordinada, imperfecta e incompleta. El rango de *dispraxia* indica una realización con dificultad de control, señales desviadas y dificultades de aprendizaje. La *eupraxia* indica una realización completa, controlada y adecuada, no objetivando dificultades de aprendizaje; mientras que la *hiperpraxia* denota la realización perfecta, precisa, económica y con facilidades de control, objetivando facilidades de aprendizaje motor.

En el factor psicomotriz de *tonicidad* (ver anexo No. 2 gráficas 1 y 2) no presento ningún cambio.

El factor de *estructura espacio temporal* (ver anexo No. 2, gráficas 3 y 4) en la primera evaluación se encontraba con un 6% de hiperpraxia y un 31% de dispraxia; mientras que en la segunda evaluación se aumento a 31% de hiperpraxia y disminuyo la dispraxia a un 12%.

En el factor de *equilibrio* el hallazgo más importante fue que en la prueba inicial el 93% se encontraba en hiperpraxia y eupraxia, mientras que en la prueba final el 100% de los sujetos se encontraba en estos parámetros. (ver anexo No. 2, gráficas 5 y 6).

En el factor psicomotriz de *lateralidad* un 25% se encontraba en hiperpraxia y un 68% en eupraxia en la primera prueba; sin embargo en la segunda prueba estos valores cambiaron a 56% y 37% respectivamente, siendo esto el 90% de los sujetos. (ver anexo No. 2, gráficas 7 y 8).

En *praxia fina* se encontró un 50% en los rangos de dispraxia y apraxia en la primera evaluación; además un 37% en eupraxia y 12% en hiperpraxia. Comparado con la segunda evaluación se disminuyó la dispraxia y apraxia a un 40% y aumento la eupraxia a un 50%. (ver anexo No. 2, gráfica 9 y 10).

En el factor de *praxia global* el hallazgo más significativo fue una disminución de la apraxia de un 75% a un 68% (ver anexo No. 2, gráfica 11 y 12).

En el último factor psicomotriz de *noción del cuerpo* se encontró en la prueba inicial un 81% en eupraxia y un 19% en dispraxia; sin embargo al finalizar se eliminó la dispraxia y aumento la hiperpraxia a un 31%.

5.-PROPUESTA DE PROGRAMA A INSTITUCINALIZAR

Basado en la experiencia del Ejercicio Profesional Supervisado se propone desarrollar programas de educación psicomotriz a ser desarrollados en todas las instituciones educativas, deportivas, sociales que atienden a población infantil.

Estos programas deben tener como objetivos y propósitos la promoción del desarrollo psicomotriz, la promoción y desarrollo de la salud preventiva y economizar un gasto de salud; todo esto enmarcado en la protección integral del niño, considerando el deporte y la recreación como un derecho de los niños y niñas.

La concepción de estos programas debe basarse en criterios pedagógicos en función de la educación del movimiento, a través del movimiento.

Los contenidos programáticos mínimos deben incluir educación de la tonicidad, estructura espacio-temporal, equilibrio, lateralidad, praxia fina, praxia global, noción del cuerpo.

6.-CONCLUSIONES

- ✓ A través de las clases del programa de docencia se logro dar a conocer los beneficios que se adquieren al realizar actividad física por salud y los efectos positivos en las actividades diarias y ampliar los conocimientos sobre el tema en los participantes del programa.
- ✓ A través del programa de servicio se brindo asesoría técnica y se fomentó en los participantes la práctica de actividad física constante, por lo menos tres veces por semana.
- ✓ Se aplico y operacionalizo los fundamentos teóricos de la psicomotricidad a los sujetos de la investigación, lográndose determinar la influencia del programa psicomotriz en el nivel de desarrollo motor de los sujetos.
- ✓ Se determino el perfil psicomotriz de los niños pertenecientes al equipo de atletismo de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

7.-RECOMENDACIONES

- ✓ Realizar estudios a diferentes grupos de niños y comparar las diferencias entre cada uno de ellos
- ✓ Sería de gran importancia educar a padres de familia de la importancia que tiene el que sus hijos realicen actividad física y así poder observar como esto les ayuda en todos los aspectos de su vida, digase espirituales, mentales y motores.
- ✓ Crear programas de psicomotricidad de acuerdo a las necesidades de los niños que pertenecen a los diferentes equipos deportivos de la Universidad de San Carlos de Guatemala.
- ✓ Crear un reglamento de uso de las instalaciones deportivas de la universidad para mantener la higiene y conducta adecuada dentro de las mismas.
- ✓ Concientizar a los padres de familia de la importancia de que sus hijos desarrollen un programa psicomotriz para mejorar su desarrollo motor, lo que repercute en un beneficio integral como persona.

8.- BIBLIOGRAFÍA.

- 1.- ALEXANDER, Pedro 1,995. Aptitud Física, Características Morfológicas y Composición Corporal, Pruebas Estandarizadas en Venezuela. Instituto Nacional de Deportes. Caracas, Venezuela.
- 2.- BOSCO, Carmelo 2,000. La Fuerza Muscular Colección Rendimiento Deportivo, INDE Barcelona, España.
- 3.- CHAVEZ ZEPEDA, Juan José 1,995. Elaboración de Proyectos de Investigación. XI Publicaciones. Guatemala.
- 4.- DA FONSECA, Vitor. 1998. Manual de Observación Psicomotriz. INDE. Publicaciones.
- 5.- DE PAZ, Victor Estuardo. 1999 Desarrollo Psicomotriz del niño del nivel primario de la Escuela Nacional para varones Simón Vergaño y Villegas de la ciudad capital.
- 6.- EKBLUM, Bjorn. 1,999. Comisión Médica del COI. Manual de las Ciencias del Entrenamiento Editorial Paidotribo. Barcelona, España.
- 7.- GROSSER, Manfred 1,992. Entrenamiento de la Velocidad: Fundamentos, métodos y programas. Colección Deportes Técnicas, Ediciones Martínez Roca, S. A. España.
- 8.- HARRED, Lotz I 1,977. Teoría dell'allenamento Società Stampa Sportiva. Roma, Italia.
- 9.- LAMB, David 1,989. Fisiología del Ejercicio. Respuestas y Adaptaciones. Editorial Augusto Pila Teleña. Madrid, España.
- 10.- LURIA, A.R 1,977 The origin and Cerebral Organization of Man's Conscious Action Children with Learning Problems. Sapir e Nitrgurg. Brunner e Mazel Publ. Nova Iorque.
- 11.- MANNO, Renato 1,996. Fundamentos del Entrenamiento Deportivo Colección Deportes Técnicas, Ediciones Martínez Roca, S.A. España.
- 12.- MONCADA, José 2,001. Taller de Uso del Programa SPSS para investigación en deporte. I Congreso Centroamericano de la Ciencias del Deporte. Guatemala.
- 13.- MUÑOZ, Luis Armando. Educación Psicomotriz Texto Pedagógico. 3ª. Edición.

- 14.-NICOLAIEVITCH Platonov, Vladimir. El Entrenamiento Deportivo, Teoría y Metodología. Colección Deporte&Entrenamiento. Editorial Paidotribo. Barcelona, España. 5ª Edición
- 15.-NLO HERNÁNDEZ, José Luis 1,997. Medicina del Deporte. La Prensa Médica Mexicana, S.A. de C.V. México, D.F.
- 16.-PICK, e VAYER, P 1,970. Education Psycho-motrice et Arrieration Mentale. Doin et Cie. Paris.
- 17.-SPIEGEL, Murray 1,995. Estadística. Ediciones Cientificas McGraw-Hill. México, D.F.

ANEXO No. 1 TABLAS DE RESULTADOS

Nombre	Edad	Tonicidad		Estructuración		Equilibrio		Lateralidad		Praxia fina		Praxia global		Noción del cuerpo		
		1ra. Pr.	2da. Pr.	1ra. Pr.	2da. Pr.	1ra. Pr.	2da. Pr.	1ra. Pr.	2da. Pr.	1ra. Pr.	2da. Pr.	1ra. Pr.	2da. Pr.	1ra. Pr.	2da. Pr.	
Hortencia Jua	9	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	1	3	4
Jorge Ramire:	12	4	4	2	3	4	4	4	3	4	3	3	1	3	2	3
Alma Abad	11	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	3	4	1	3	3
Susana Ramir.	11	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	1	1	3	3
Brierson Yoc	9	3	3	2	3	4	4	4	3	1	2	1	1	1	2	3
Jose Estracía	11	3	4	3	4	3	4	4	4	1	1	1	1	1	3	3
Joau Calev	11	4	4	2	4	2	3	3	3	4	2	3	1	1	3	3
Melvin Calev	10	3	3	2	2	3	4	4	3	4	3	3	1	4	3	3
Cristian Socoj	7	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	1	1	3	3
Steven Calev	12	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	1	1	3	3	4
Mayra Juares	8	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	1	1	1	3	4
Jiberto Juare:	6	3	3	3	3	4	4	3	2	1	2	2	2	2	3	4
Josue Monzó	11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	4
Cristian Doni:	7	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	1	1	3	3
Michel Vasqu	9	4	4	3	4	3	4	4	4	4	1	2	2	2	3	3
Cristal Francoc	10	3	3	4	4	4	3	3	2	3	2	3	1	1	2	3
PROMEDIO		3.4	3.4	2.8	3.2	3.4	3.6	3.2	3.5	2.4	2.8	1.4	1.6	2.8	3.3	
DESV ESTAND		0.51	0.51	0.58	0.66	0.63	0.50	0.54	0.63	1.02	0.93	0.81	0.96	0.40	0.48	
PORCENTAJE		0.0	0.0	15.9	9.8	5.5	9.8	15.8	17.8							

Tabla No. 1 Resultados de pruebas realizadas a los participantes del programa de psicomotricidad (primera y segunda prueba de cada factor psicomotriz)

TONICIDAD

	1ra. Prueba		2da. Prueba	
	No.	%	No.	%
HIPERPRAXI.	7	43.75	7	43.75
EUPRAXIA	9	56.25	9	56.25
DISPRAXIA	0	0	0	0
APRAXIA	0	0	0	0

ESTRUCTURA ESPACIO-TEMPORAL

	1ra. Prueba		2da. Prueba	
	No.	%	No.	%
HIPERPRAXI.	1	6.25	5	31.25
EUPRAXIA	10	62.5	9	56.25
DISPRAXIA	5	31.25	2	12.5
APRAXIA	0	0	0	0

EQUILIBRIO

	1ra. Prueba		2da. Prueba	
	No.	%	No.	%
HIPERPRAXI.	8	50	10	62.5
EUPRAXIA	7	43.75	6	37.5
DISPRAXIA	1	6.25	0	0
APRAXIA	0	0	0	0

LATERALIDAD

	1ra. Prueba		2da. Prueba	
	No.	%	No.	%
HIPERPRAXI.	4	25	9	56.25
EUPRAXIA	11	68.75	6	37.5
DISPRAXIA	1	6.25	1	6.25
APRAXIA	0	0	0	0

PRAXIA FINA

	1ra. Prueba		2da. Prueba	
	No.	%	No.	%
HIPERPRAXI.	2	12.5	3	18.75
EUPRAXIA	6	37.5	8	50
DISPRAXIA	4	25	3	18.75
APRAXIA	4	25	2	12.5

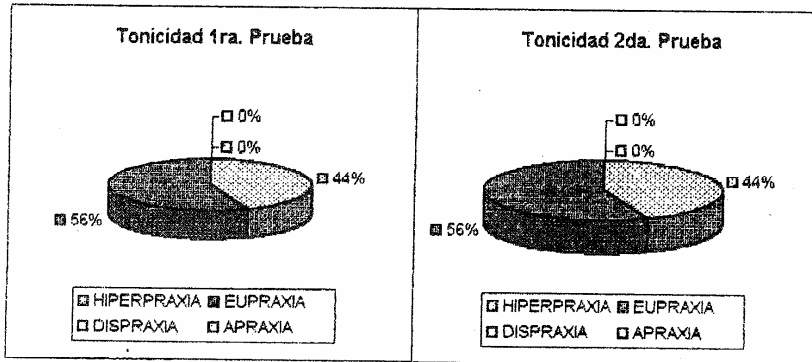
PRAXIA GLOBAL

	1ra. Prueba		2da. Prueba	
	No.	%	No.	%
HIPERPRAXI.	1	6.25	1	6.25
EUPRAXIA	0	0	2	12.5
DISPRAXIA	3	18.75	2	12.5
APRAXIA	12	75	11	68.75

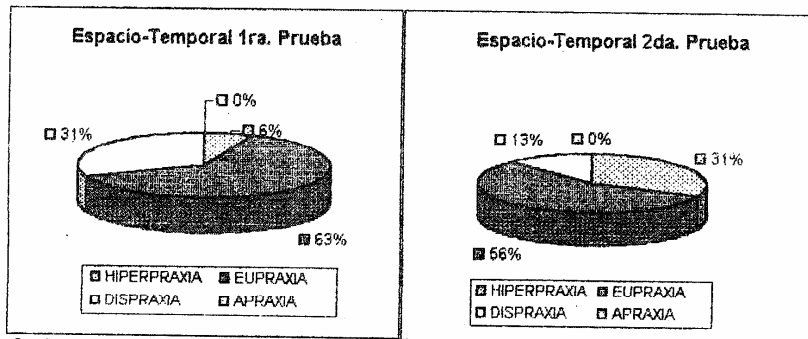
NOCIÓN DEL CUERPO

	1ra. Prueba		2da. Prueba	
	No.	%	No.	%
HIPERPRAXI.	0	0	5	31.25
EUPRAXIA	13	81.25	11	68.75
DISPRAXIA	3	18.75	0	0
APRAXIA	0	0	0	0

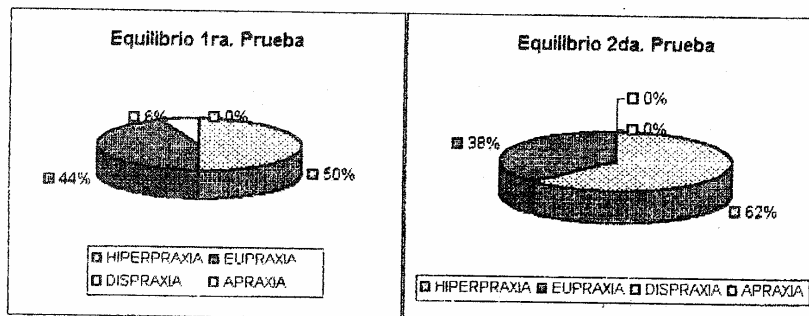
TABLA No.1 Resultados de evaluaciones en los diferentes factores psicomotrices.
(Tabulación por rangos psicomotrices y porcentajes de cada uno).



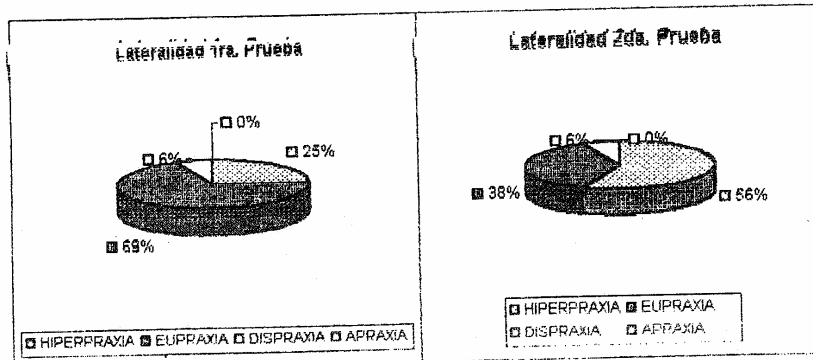
Graficas No. 1 y 2.- Muestran el porcentaje de alumnos por nivel de desarrollo motriz en la primera y segunda evaluación de tonicidad.



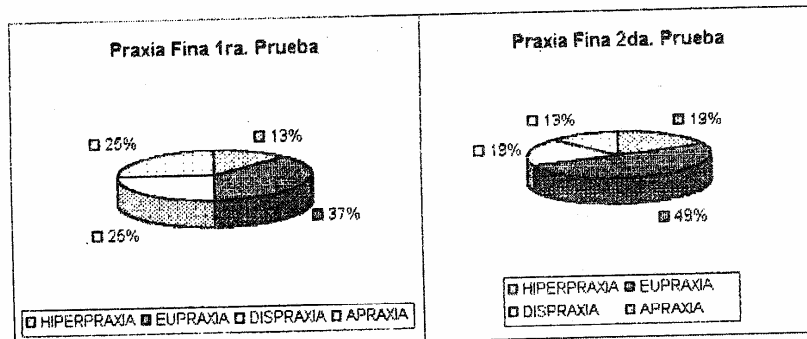
Graficas No. 3 y 4.- Muestran el porcentaje de alumnos por nivel de desarrollo motriz en la primera y segunda evaluación de estructura espacio-temporal.



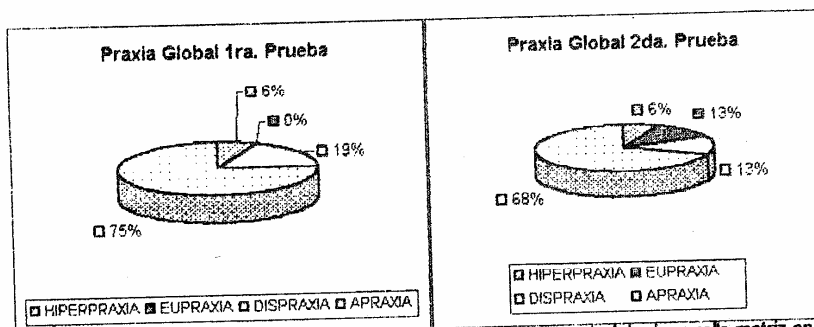
Graficas No. 5 y 6.- Muestran el porcentaje de alumnos por nivel de desarrollo motriz en la primera y segunda evaluación de equilibrio.



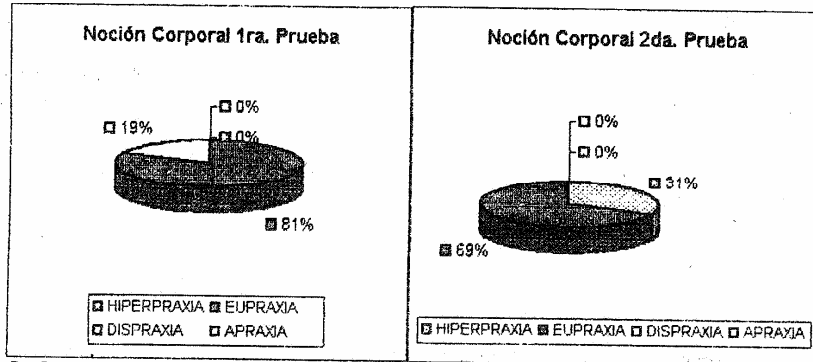
Gráficas No. 7 y 8.- Muestran el porcentaje de alumnos por nivel de desarrollo motriz en la primera y segunda evaluación de lateralidad.



Gráficas No. 9 y 10.- Muestran el porcentaje de alumnos por nivel de desarrollo motriz en la primera y segunda evaluación de praxia fina



Gráficas No. 11 y 12.- Muestran el porcentaje de alumnos por nivel de desarrollo motriz en la primera y segunda evaluación de praxia global



Graficas No. 13 y 14.- Muestran el porcentaje de alumnos por nivel de desarrollo motriz en la primera y segunda evaluación de noción corporal.

ANEXO No. 3 PLANIFICACIÓN GRÁFICA Y ESCRITA

INFORMACIÓN GENERAL

Introducción: Este programa esta dirigido a las personas que asisten al Estadio Revolución con fines de actividad fisica por salud o competición. Al finalizar el mismo se cumplio con un Un 100 % de lo establecido a continuación:

Objetivos Físicos:

Desarrollar las capacidades físicas de resistencia, fuerza y velocidad.

Desarrollar el sistema cardio-vascular y respiratorio, aumentando la capacidad aeróbica de los participantes.

Objetivos Técnico-Tácticos:

Desarrollar las habilidades técnicas fundamentales de la carrera.

Desarrollar las habilidades técnicas específicas de la carrera y los saltos horizontales.

Objetivos Teóricos:

Que los participantes conozcan y comprendan los valores y beneficios de la actividad fisica.

Que los participantes conozcan el valor del Atletismo como el deporte básico por excelencia.

INFORMACIÓN ESPECÍFICA

Fecha de inicio:	17 de Febrero de 2003
Fecha de culminación:	30 de Septiembre de 2003
Horario:	Lunes a Viernes de 12:30 a 14:30 horas y de 16:30 a 18:30 horas
Cantidad de semanas:	32 semanas
Cantidad de días:	165 días 7395 minutos de trabajo
Periodo preparatorio:	Diecinueve semanas del 17/02/2003 al 04/07/2003 95 días 4845 minutos de trabajo
Periodo competitivo:	Diez semanas del 07/07/2003 al 12/09/2003 50 días 2100 minutos de trabajo
Periodo final(transitorio)	Tres semanas del 15/09/2003 al 30/09/2003 15 días 450 minutos de trabajo.

DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO POR TIPO DE PREPARACIÓN

Preparación general	Once semanas del 17/02/2003 al 09/05/2003 55 días 2745 minutos de trabajo
---------------------	---

Preparación especial	Ocho semanas del 12/05/2003 al 04/07/2003 40 días 2100 minutos de trabajo
Obtención de la forma deportiva	Seis semanas del 07/07/2003 al 15/08/2003 30 días 1365 minutos de trabajo
Mantenimiento de la forma deportiva	Cuatro semanas del 18/08/2003 al 12/09/2003 20 días 735 minutos de trabajo

VOLUMEN DE TRABAJO POR TIPO DE PREPARACIÓN

Preparación general		Volumen en minutos
PF	60%	1509 min
PTT	35%	1030 min.
PTPs	5%	206 min
TOTAL		2745 min.
Preparación especial		Volumen en minutos
PF	45%	945 min.
PTT	45%	945 min.
PTPs	10%	210 min.
TOTAL		2100 min.
Obtención de la forma deportiva		Volumen en minutos
PF	40%	546 min.
PTT	50%	682 min.
PTPs	10%	137 min.
TOTAL		1365 min.
Mantenimiento de la forma deportiva		Volumen en minutos
PF	35%	257 min
PTT	50%	368 min.
PTPs	15%	110 min.
TOTAL		735 min.

Test Pedagógicos:

- 1º. Semana 7 del 31/03/2003 al 04/04/2003
- 2º. Semana 26 del 18/08/2003 al 22/08/2003

Requisitos Mínimos:

Materiales:

La vestimenta del participante fue: tenis cómodos, playera, pants o pantaloneta.

Personales:

Se les requirió a los participantes su asistencia regular y participación en todas las actividades.

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
 ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-
 EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO -EPS-
 Epesista: Jacqueline Johana Medrano Hernández

PLAN GRAFICO DE ENTRENAMIENTO

SEMANAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32
DIAS	17	24	3	10	17	24	31	7	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29
MESES	21	28	7	14	21	28	4	11	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	30	5	12	19	26	30
TAREAS FUND.	FEBR		MARZO		ABRIL		MAYO		JUNIO		JULIO		AGOSTO		SEPTIEMBRE																	
PERIODOS	TP		CP		CP		CP		CP		CP		CF		CF																	
ETAPAS	GENERAL		PREPARATORIO		ESPECIAL		OBT. F. D.		COMPETITIVO		MANT. F. D.		TRANSITO																			
MESOCICLOS	Entrarlit		Desarrollador 1		Desarrollador 2		Especializador		Control		Precompetitivo		Competitivo		Recup																	
EVOLUCION	E	O	R	O	O	E	V	O	R	O	O	R	O	O	R	O	O	R	O	O	R	O	O	R	O	O	R	O	O	R	O	
%VOLUMEN	70	70	80	80	85	75	90	95	90	100	100	100	100	90	90	80	85	80	75	80	70	70	75	75	85	65	60	60	50	50	50	
VOLUMEN (Min)	210	210	210	240	240	255	270	285	270	300	300	300	300	270	270	240	235	240	225	240	210	210	225	225	255	195	160	180	150	150	150	
Prep.Fun(Gen-Es)	60	819			50	690			45	945																						
Prep. Tec-Tac	35	478			40	552			45	945																						
Prep. T. Ps.	5	68			10	138			10	210																						
Total	1365		1380		2100		2100		1386		1396		735		450																	

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

1.-	MARCO CONCEPTUAL	
1.1.-	ANTECEDENTES.....	2
1.2.-	JUSTIFICACIÓN.....	3
1.3.-	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	4
1.3.1.-	DEFINICIÓN DEL PROBLEMA.....	4
1.4.-	ALCANCES Y LÍMITES.....	4
1.4.1.-	ÁMBITO GEOGRÁFICO.....	4
1.4.2.-	ÁMBITO INSTITUCIONAL.....	4
1.4.3.-	ÁMBITO POBLACIONAL.....	5
1.4.4.-	ÁMBITO TEMPORAL.....	5
2.-	MARCO METODOLÓGICO	
2.1.-	HIPÓTESIS.....	6
2.1.1.-	VARIABLES E INDICADORES.....	6
2.2.-	OBJETIVOS.....	6
2.2.1.-	GENERALES.....	6
2.2.2.-	ESPECÍFICOS.....	6
2.2.2.1.-	Servicio.....	6
2.2.2.2.-	Docencia.....	6
2.2.2.3.-	Investigación.....	6
2.3.-	POBLACIÓN.....	7
2.4.-	FUENTE DE INFORMACIÓN.....	7
2.5.-	TRATAMIENTO DE LA INFORMACIÓN.....	7
3.-	MARCO OPERATIVO	
3.1.-	RECOLECCIÓN DE DATOS.....	8
3.2.-	TRABAJO DE CAMPO.....	11
3.2.1.-	Servicio.....	11
3.2.2.-	Docencia.....	11
3.2.3.-	Investigación.....	11
3.3.-	ACTIVIDADES REALIZADAS DURANTE EL EPS.....	12
3.3.1.-	Desarrollo del plan de entrenamiento.....	12
3.3.2.-	Programa de Servicio.....	12
3.3.3.-	Programa de Docencia.....	12
3.3.4.-	Programa de Investigación.....	13
4.-	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	
4.1.-	Programa de Servicio.....	14
4.2.-	Programa de Docencia.....	14
4.3.-	Programa de Investigación.....	14
5.-	PROPUESTA DE PROGRAMA A INSTITUCIONALIZAR.....	16
6.-	CONCLUSIONES.....	17
7.-	RECOMENDACIONES.....	18

8.- BIBLIOGRAFIA.....	19
ANEXO No. 1 Tabla de Resultados.....	21
ANEXO No. 2 Gráficas de Resultados.....	23
ANEXO No. 3 Planificación Gráfica y Escrita.....	26
ANEXO No. 4 Cronograma de Actividades.....	30

El Ejercicio Profesional Supervisado se orientó en la realización de un Programa de Orientación en Actividad Física y Evaluación Psicomotriz.

Se atendió a personas que realizan actividad física por salud, utilizando principalmente el atletismo como un medio.

Este trabajo está orientado a cubrir en gran parte el déficit que existe en el ámbito de Educación Física, siendo base esencial para el deporte y la recreación.

Dr. Carlos Alvarez
Asesor Técnico

MA. Byron González
Asesor Metodológico

Lic. Graco Adolfo López
Revisor Final



Universidad de San Carlos de Guatemala
Escuela de Ciencias Psicológicas
Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-