

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a large, circular emblem in the background. It features a central figure of a man on horseback, surrounded by various symbols including a castle, a lion, and a shield. The text "UNIVERSITAS SAN CAROLINIENSIS" is written around the top inner edge, and "LETTERAS ORBIS CONSPICUA ACCADEMIA COACTEMALENSIS INTER" is written around the bottom inner edge.

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

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP/DEF EN EL  
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO  
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA  
OFICIAL URBANA MIXTA N.º 141 QUIRINA TASSI DE AGOSTINI,  
JORNADA VESPERTINA NIVEL PRIMARIO”**

**WILLIAM GIOVANNI MAGAÑA MEJÍA**

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD

FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP DEF EN EL  
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO  
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA  
OFICIAL URBANA MIXTA N0. 141 “QUIRINA TASSI DE AGOSTINI”**

**JORNADA VESPERTINA, NIVEL PRIMARIO”**

POR

**WILLIAM GIOVANNI MAGAÑA MEJÍA**

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE  
PROFESOR(A) DE EDUCACIÓN FÍSICA

EN EL GRADO ACADÉMICO DE

PROFESORADO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÒGICAS  
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

LICENCIADO ABRAHAM CORTEZ MEJÌA

**DERECTOR**

M.A. MYNOR ESTUARDOLEMUS URBINA

**SECRETARIO**

LICENCIADA DORA JUDITH LÓPEZ AVENDAÑO

LICENCIADO RONALD GIOVANNI MORALES SÀNCHEZ

**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

LICENCIADO JUAN FERNANDO PORRES ARELLANO

**REPRESENTANTE DE LOS EGRESADOS**

MARIO ESTUARDO SITAVI SEMAYÁ

PABLO JOSUÉ MORA TELLO

**REPRESENTANTES DE LOS ESTUDIANTES**

**PADEP/DEF No. 159-2016**  
28 de Julio de 2016

Señores  
**Consejo Directivo**  
**Escuela de Ciencias Psicológicas**  
**Centro Universitario Metropolitano**

Estimados Señores:

Me dirijo a ustedes para informarles que el **Licenciado Diego Alejandro Palacios Segura** ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE SISTEMATIZACIÓN** titulado:

**"El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta No. 141 Quirina Tassi de Agostini, jornada vespertina nivel primario"**

Realizado por el estudiante:

**William Giovanni Magaña Mejía**


**CARNÉ: 201415636**

**Carrera: Profesorado de Educación Física**

El cual fue aprobado el 26 de febrero del año en curso por el Consejo Directivo. Por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener **ORDEN DE IMPRESIÓN**.

Atentamente,

**"ID Y ENSEÑAD A TODOS"**



**Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez**  
**Coordinador General PADEP/DEF**





Guatemala 28 de abril 2016

Licenciado  
**Ronald Giovanni Morales Sánchez**  
Coordinador General  
PADEP/DEF  
Presente

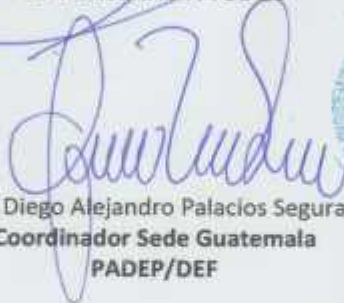
Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulado **El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico Social, Laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta No. 141 Quirina Tassi de Agostini Jornada Vespertina nivel primario**. Del estudiante William Giovanni Magaña Mejía, con carné 201415636 de la carrera del Profesorado de Educación Física, del Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física PADEP/DEF.

Sin otro particular y agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

**"ID Y ENSEÑAD A TODOS"**



Lic. Diego Alejandro Palacios Segura  
Coordinador Sede Guatemala  
PADEP/DEF



Centro Universitario Metropolitano -CUM- Edificio "A"  
9 Avenida 9-45, zona 11 Guatemala, C.A. Teléfono 24187530/40

C.c. Control Académico  
Archivo  
Reg. 159-2016  
CODIPs. 930-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante  
William Giovanni Magaña Mejía  
PADEP/DEF  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO SEXAGÉSIMO PRIMERO (161º) del Acta CATORCE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (14-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 26 de febrero 2016, que copiado literalmente dice:

**"CENTÉSIMO SEXAGÉSIMO PRIMERO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **"El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta No. 141 Quirina Tassi de Agostini, jornada vespertina nivel primario"**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:


**William Giovanni Magaña Mejía**

**CARNÉ: 201415636**

El Consejo Directivo considerando que el Proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física -PADEP/DEF-, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN.**

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

  
Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina  
SECRETARIO



/Sindy



ESCUELA OFICIAL URBANA MIXTA No. 141 QUIRINA  
TASSI DE AGOSTINI JORNADA VESPERTINA  
6 av. Y 1ra. Calle Ciudad Real 1 zona 12  
Teléfono 2477-6254  
Guatemala C.A

Guatemala 01 abril 2016

Licenciado  
Ronald Giovanni Morales Sánchez  
Coordinador General  
PADEP/DEF  
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Directora de la Escuela Oficial Urbana Mixta "Quirina Tassi De Agostini", el estudiante **WILLIAM GIOVANNI MAGAÑA MEJÍA**, carné No.201415636, desarrollo su Sistematización con el tema "El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta No. 141 "Quirina Tassi De Agostini", jornada Vespertina nivel primario". Durante todo el tiempo demostró puntualidad, responsabilidad y dedicación en las labores desempeñadas, concluyendo satisfactoriamente su Sistematización.

Sin más que agregar y en espera de sus buenos oficios.

Atentamente,



Silvia Yesenia Sequen  
Directora

Escuela Oficial Urbana Mixta Quirina Tassi de Agostini

## DEDICATORIA

- A DIOS: Por ser mi guía en todo momento; por enseñarme que en todas las adversidades de la vida siempre hay una forma de salir adelante.
- A MIS PADRES: Manuel Humberto Magaña, mi padre que inspirado en él y motivo suficiente para seguir adelante, ¡papá eres grande!
- María Mejía de Magaña, por ser el regalo más grande que Dios me dio, por sus consejos, el amor, ternura y sabia forma de resolver las adversidades. Gracias Por estar conmigo y que Dios los bendiga.
- A MIS HERMANOS: Oscar David, Dalila Noemí, Juan Manuel, Carlos Humberto, Wilver Joel por apoyo y ayuda incondicional para poder llegar a este sueño.
- A MI ESPOSA : Ileana Sucei Martínez y Martínez, por brindarme todo su amor, apoyo, por sus consejos; por estar en todos los momentos difíciles de mi vida, gracias mi vida.
- A MIS SOBRINOS: José Humberto Juárez Martínez por su ayuda incondicional.
- A MIS COMPAÑEROS DE ESTUDIO: Por todo ese tiempo compartido durante toda la carrera.
- A MI PADRINO: Lic. Juan Carlos Ruiz, por estar compartiendo con nosotros a lo largo del proceso
- A MI ASESOR Y REVISOR DE TESIS: Lic. Luis Alfonzo Peláez Argueta, gracias por su apoyo.

A la Universidad de San Carlos de Guatemala, fuente inagotable de sabiduría.



## INDICE

Introducción.....	1
I. Marco Conceptual.....	2
1.1 Planteamiento del problema.....	2
1.2 Justificación .....	4
II. Marco Metodológico .....	6
2.1 Objetivos.....	6
a. Objetivos generales: .....	6
b. Objetivos específicos: .....	6
2.2 Método.....	7
2.2.1 Muestra .....	7
2.2.2 Recolección de Datos.....	7
2.2.2.1Tecnica de investigación Entrevista.....	7
2.2.3 Análisis estadístico.....	8
III. Marco Teórico .....	10
3.1La educación:.....	10
3.1.1 Educación física .....	10
3.1.1.1 Historia de la educación física.....	10
3.2 Educación física y salud.....	11
3. 2.1. Beneficios de la actividad física .....	12
3.2.2 Consecuencias de la inactividad física. ....	13
3.3. Características del profesor .....	14
3.3.1 Actitud profesional.....	16
3.4. Medios de la Educación Física.....	17
3.4.1 La gimnasia: .....	17
3.4.2 La danza: .....	18
3.4.3 El juego:.....	18
3.4.4 Deporte:.....	23
3.5. Los recreos dirigidos.....	24
3.5.1 Los juegos grupales.....	24
3.5.2 Las actividades lúdicas .....	27

3.5.3 Las relaciones sociales.....	29
3.5.4 Importancia del juego en la escuela.....	29
3.5.4 Motivación al aprendizaje.....	31
3.5.5 Práctica de valores.....	32
IV Marco Operativo .....	33
4.1 Diseño De La Investigación.....	33
4.1.1 Equipo De Investigación: .....	33
4.1.2 Presupuesto: .....	34
4.1.3 Programación: .....	34
V. Presentación De Resultados.....	35
5.1 Análisis.....	35
5.2 Interpretación de Resultados.....	35
VI conclusiones .....	41
VII Recomendaciones.....	43
VIII Bibliografía .....	44
IX Anexos.....	46
9.1 Glosario.....	46
9.2 Instrumentos en Blanco.....	48
9.3 Programa de docencia .....	51
Plan de trabajo .....	52
Diapositivas.....	57
9.4 Programa de extensión.....	59
Comunidad.....	59

## Introducción

Este proyecto tendrá lugar como campo de acción en la escuela oficial Urbana Mista No.141 J.V. Quirina Tassi de Agostini del municipio de Guatemala en los periodos de recreo, y es desarrollado específicamente por la observación que se realizó en el cual los estudiantes utilizan los recreos deliberadamente sin obtener un aprendizaje significativo.

El proyecto les brindara a los alumnos la oportunidad de reforzar las habilidades adquiridas en la clase de educación física, donde el maestro de dará una programación para llevar a cabo en el centro educativo , el cual se podrá desarrollar por cualquier profesor que tenga entrega a sus alumnos.

El proyecto en mención ayudara a los grados que tienen muchos problemas de autoridad, falta de cooperación y problemas de aprendizaje. las actividades serán recreativas las cuales buscaran enriquecer a los estudiantes de conocimientos físico, teniendo como objetivo primordial la unión de grupo, la buena utilización del tiempo libre y la práctica de valores.

La conciencia social que tiene el maestro de educación física PADEP sabe que se está esforzando por darle a los niños una mejor educación porque “mejorando el presente tendremos un ´futuro mejor”

# I. Marco Conceptual

## 1.1 Planteamiento del problema

TEMA: El rol del profesor de educación física de padep/def en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta No. 141 "Quirina Tassi. Jornada vespertina nivel primario.

Cuál es la incidencia física en los niños de quinto grado sección A, por no poder hacer ninguna actividad física durante el periodo de receso en la Escuela Oficial Urbana Mixta Quirina Tasi de Agostini del Agostini Jornada vespertina del Nivel primario.

Habiendo observado que un número considerable de niños no hace ningún tipo de actividad física fuera de la escuela, a lo que sugiere que las clases de educación física y los períodos de receso en la escuela pueden ser oportunidades especialmente importantes para lograr que los niños valoren los beneficios de la actividad física. Ya que corresponde al profesor de educación física, Orientador, guía, sugeridor de prácticas motrices significativas, que requieren nuevas formas de convivencia en las clases así como participar del buen desarrollo físico-motriz, psicológico, social de los estudiantes.

La población con la que se realizara la investigación en su mayoría son del área urbana de una cantidad de 35 estudiantes de 5to primaria sección A. de género masculino de edades de los 9 a 11 años, y viven en extrema pobreza, que reflejan la convivencia familiar que viven día a día.

Considerando el rol que el profesor de educación física juega para generar hábitos de práctica de actividad física en los escolares, en la presente se investigará este tema con el objeto de identificar las características físicas y psicológicas que presentan los estudiantes de quinto grado sección A. por no poder realizar ninguna actividad física durante el periodo de receso, dado que la escuela prohíben que los estudiantes

realicen cualquier actividad, argumentando que la convivencia entre los compañeros es más agresiva así como que los estudiantes cambian su personalidad de tal manera que no siguen las normas enseñadas por el profesor de educación física.

la técnica que se utilizara será la observación y la entrevista a través de cuestionarios para recabar información de la actividad física de los estudiantes que realizan durante el recreo, después haremos una comparación de los estudiantes que no hacen, y los beneficios que se han obtenido en su desarrollo motor que a los estudiantes que solo realizan la clase de educación física.

A partir del resultado se establecerá un programa específico para que el profesor de educación física pueda aplicar todos los días en los recreos

Sabiendo que en Guatemala se cuenta con un programa para los recreos pero esta actividad se enmarca en el programa de arte y cultura, recreación “un sueño posible” contemplado como un eje estratégico del plan social educativo. Su finalidad es propiciar espacios donde el alumno ponga de manifiesto sus destrezas artísticas, deportivas y psicomotoras a través de un elemento esencial de la escuela: el juego.

De tal manera que nos hacemos las siguientes interrogantes:

¿Cómo incrementar la participación en las actividades físicas recreativas de los niños de 9-11 años en la Escuela Oficial Urbana Mixta Quirina Tasi de Agostini del Agostini Jornada vespertina del Nivel primario?

¿Enlistar las características físicas de los estudiantes que practiquen alguna actividad física durante el periodo de receso?

¿Cuál será los inconvenientes que el profesor de educación física encontrara para que no se den estos tipos de apoyos a los estudiantes?

¿Cuáles serán los beneficios que se obtiene al poder contar con un programa específico de actividad lúdica para realizarse en los periodos de receso?

## 1.2 Justificación

Con el objetivo de obtener un resultado específico de los estudiantes de quinto grado de la escuela oficial urbana mixta No. 141 Quirina Tassi de Agostini jornada vespertina del nivel primario de lo que realizan de las actividades en la hora de receso, así como los beneficios de la actividad física. Y como el gran problema que existe entre el grupo de alumnos puesto que la escuela está ubicada en una zona catalogada como zona Roja.

La dificultad que hemos afrontado para que el profesor de educación física pueda desarrollar su clase con normalidad, así como la participación activa de los estudiantes del grado mencionado, y la organización del tiempo libre para los estudiantes.

Sabiendo que la actividad física es esencial para el mantenimiento y mejora de la salud y la prevención de las enfermedades, para todas las personas y a cualquier edad. La actividad física contribuye a la prolongación de la vida y a mejorar su calidad, a través de beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales, que han sido avalados por investigaciones científicas

los beneficios fisiológicos la actividad física reduce el riesgo de padecer: enfermedades cardiovasculares, tensión arterial alta, cáncer de colon y diabetes, ayuda a controlar el sobrepeso, la obesidad y el porcentaje de grasa corporal, fortalece los huesos, aumentando la densidad ósea, fortalece los músculos y mejora la capacidad para hacer esfuerzos sin fatiga (forma física).

Los beneficios psicológicos la actividad física mejora el estado de ánimo y disminuye el riesgo de padecer estrés, ansiedad y depresión; aumenta la autoestima y proporciona bienestar psicológico.; fomentan la sociabilidad, aumenta la autonomía y la integración social, estos beneficios son especialmente importantes en el caso de discapacitación física o psíquica.

El beneficio académico como sabemos que existe una gran relación entre el auto estima y el rendimiento los posibles beneficios que aporta la educación física en relación a el rendimiento como primer punto mantiene a el niño en buena condición física que hace como efecto una mayor concentración a la hora de estudiar así como poseer un alto grado de motivación.

Los beneficios adicionales en la infancia y adolescencia la contribución al desarrollo integral de la persona, el control del sobrepeso y la obesidad, En esta etapa, el control de la obesidad es muy importante para prevenir la obesidad adulta, mayor mineralización de los huesos y disminución del riesgo de padecer osteoporosis en la vida adulta, mejor maduración del sistema nervioso motor y aumento de las destrezas motrices, mejor rendimiento escolar y sociabilidad.

Así que aprovechando los recreos, para hacer diferentes actividades dirigidas con los estudiantes estimulando cada una de las áreas a lo largo de recreo y también poder reforzar y perfeccionar los conocimientos físicos adquiridos por los estudiantes yendo de la mano de la planificación del profesor de educación física

\* Evaluar los procesos de aprendizaje de los estudiantes y utilizar los resultados de la investigación para mejorar.

## II. Marco Metodológico

### 2.1 Objetivos

#### a. Objetivos generales:

- Demostrar el rol del profesor de educación física PADEP en la formación integral de los estudiantes, en los ámbitos biológico, psicológico, social y laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta N0.141 “Quirina Tassi de Agostini” Jornada Vespertina.

#### b. Objetivos específicos:

##### Biológico

- ✓ Observar mejoran las **habilidades motrices** básicas de los estudiantes con la Implementación de los Recreos Dirigidos en la escuela

##### Psicológico

- ✓ Determinar si la implementación de los recreos dirigidos inciden en la **motivación del aprendizaje** de los estudiantes de 5to grado sección A de la escuela oficial urbana mixta N0.141 Quirina Tassi de Agostini jornada vespertina.

##### Social

- ✓ Analizar si los **juegos grupales** que se desarrollan en los Recreos Dirigidos inciden en la práctica de valores generando motivación en el aprendizaje de los estudiantes”.

##### Laboral

- ✓ Determinar si las actividades lúdicas que se implementan en los Recreos Dirigidos inciden en el rendimiento académico de los estudiantes generando con ello motivación en el aprendizaje.



## 2.2 Método

El Método experimental dentro de los métodos empíricos resulta el más complejo y eficaz; este surge como resultado del desarrollo de la técnica y del conocimiento humano, como consecuencia del esfuerzo que realiza el hombre por penetrar en lo desconocido a través de su actividad transformadora.

El experimento es el método empírico de estudio de un objeto, en el cual el investigador crea las condiciones necesarias o adecua las existentes, para el esclarecimiento de las propiedades y relaciones del objeto, que son de utilidad en la investigación. <http://www.gestiopolis.com/metodos-y-tecnicas-de-investigacion/>

### 2.2.1 Muestra

En la muestra se tomaron a 36 alumnos de 4to 5to y 6to primaria comprendidos entre las edades de 9 a 12 años ellos fueron los encuestados y a la directora del plantel a la cual se le hizo una entrevista

### 2.2.2 Recolección de Datos

Para la obtención de la información necesaria para conocer las necesidades que existen en la escuela oficial Urbana Mixta N0.141 Quirina Tassi de Agostini , se hará uso de los siguientes métodos de investigación:

2.2.2.1 Técnica de investigación Entrevista: Esta técnica se realiza con la comunicación establecida entre el investigador y el sujeto de estudio a fin de obtener respuestas verbales a las interrogantes planteadas sobre el problema propuesto. (Para la directora)

2.2.2.2 Instrumento Encuesta: Este instrumento consiste en obtener información de los sujetos de estudio, proporcionada por ellos mismos, sobre opiniones, actitud eso sugerencias. (Para los alumnos)

Se utilizarán éstos métodos debido a que son los más conocidos, son de fácil aplicación y permiten obtener información concreta y directa de las personas involucradas.

### 2.2.3 Análisis estadístico

El análisis será cuantitativo porque tendremos los datos exactos de cuantos alumnos respondieron sí o no de cada pregunta. Como por ejemplo utilizaremos el siguiente ítem:

<b>Indicadores</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. ¿Te gusta el recreo en la escuela?		

Procedimiento: se tomarán por grupos que irán saliendo conforme a su grado, tendrán un tiempo de 20 minutos para la realización de la misma, el cuestionario consta de 10 preguntas.

En total

Preguntas	Cuantos que <b>Si</b>	Cuantos que <b>No</b>
Pregunta 1	30	0
Pregunta 2	30	0
Pregunta 3	30	0
Pregunta 4	30	0
Pregunta 5	15	16
Pregunta 6	23	7
Pregunta 7	24	6
Pregunta 8	23	7
Pregunta 9	22	8
Pregunta 10: 4 dicen saltar la cuerda, 2 dicen que jugar con el aro, 4 que jugar basquetbol 4 dicen que juegos de mesas, 3 que dicen que bailar, 10 que jugar futbol, 2 que dicen jugar cincos y el 1 jugar boliche		

El análisis del programa de recreos dirigidos nos deja como resultado que no solo nos ofrece la oportunidad de trabajar valores relacionados con la convivencia y la resolución pacífica de los conflictos sino que también nos permite desarrollar y despertar en nuestro estudiantes valores relacionados con la imaginación, la

creatividad, la transmisión de conocimientos de generación a generación o de cultura a cultura, el respeto por las normas, la valoración del tiempo libre como un tiempo para el ocio y la adquisición de nuevos aprendizajes, el gusto por la realización de actividades al aire libre, la práctica de hábitos saludables.

#### 2.2.4 Instrumentos de Recolección de Datos

2.2.4.1 Cuestionario: Es el método que utiliza un instrumento o formulario impreso, destinado a obtener respuestas sobre el problema en estudio y que el consultado llena por sí mismo.

El Cuestionario se les aplicará a los alumnos y contendrá preguntas cerradas respondiendo si o no a la pregunta planteada, para obtener información principal para relacionada al tema de investigación.

2.2.4.2 La Entrevista: La instrumentación consiste en el diseño de un documento elaborado para medir opiniones sobre eventos o hechos específicos. Se basa en una serie de preguntas. En una entrevista las respuestas a las cuestiones pueden escribirse en la cédula de entrevista o puede llevarse en una interacción cara a cara. La entrevista se le realizará a la directora de la escuela, las preguntas serán abiertas, con el objetivo de obtener información relevante que ayude conocer la situación actual que sirva de parámetro para mejorar aspectos de disciplina dentro de la escuela en el periodo de recreo

### III. Marco Teórico

#### 3.1 La educación:

Es un proceso por el cual pasa cada uno de los seres humanos con el único propósito de prepararse para ser útil a la sociedad al momento de una situación real que se le presente en cualquier momento<sup>1</sup>, al igual se puede decir que la educación permite formar personas de bien para la sociedad con el único propósito de que sea un hombre o mujer de bien

##### 3.1.1 Educación física

“La práctica de la Educación Física y el Deporte es un derecho fundamental para todos”<sup>2</sup>

La educación física es la disciplina que abarca todo lo relacionado con el uso del cuerpo. Desde un punto de vista pedagógico, ayuda a la formación integral del ser humano. Esto es, que con su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior.

De igual manera, se promueve el disfrute de la movilización corporal y se fomenta la participación en actividades caracterizadas por cometidos motores. De la misma manera se procura la convivencia, la amistad y el disfrute, así como el aprecio de las actividades propias de la comunidad.

“la educación física cumplirá una función socialización a través de la práctica de los juegos y deportes colectivos así como el aprendizaje de la convivencia y de la supervivencia a través de la actividad en la naturaleza”<sup>3</sup>

##### 3.1.1.1 Historia de la educación física

En la prehistoria, el hombre practicaba el ejercicio físico para buscar seguridad, sobrevivir y saber cómo cazar los animales más fácilmente por medio del ejercicio, a

---

<sup>2</sup> Carta Internacional de la Educación Física UNESCO artículo 1 pagina 1 año 1978

<sup>3</sup>Francisco J. Corpas rivera "educación física en la enseñanza primaria" pag 11 ediciones aljibe

través de la agilidad, fuerza, velocidad y energía. En Esparta, el fin de la educación física era formar hombres de acción. En Grecia se buscaba la combinación de hombre de acción con hombre sabio, programa educativo que más tarde se llamó Palestral. En cuanto a Roma, la educación física era muy parecida a la espartana, ya que el protagonista era el deportista.

El primero en proponer ejercicios específicos para cada parte del cuerpo y utilizar el pulso como medio para detectar los efectos del ejercicio físico fue Galeno. Durante la época Visigoda, ya se practicaban deportes tales como: lucha, saltos, lanzamiento de jabalina y esgrima.

La gimnasia moderna nació a principios del siglo XIX en Suiza y Alemania con deportes como: saltos, carreras, luchas al aire libre, natación, equilibrio, danza, esgrima, escalamiento y equitación. En Inglaterra nacieron el fútbol, el rugby, el cricket y los deportes hípicas.

A fines del siglo XIX nacen los deportes de velocidad, tales como el ciclismo y el automovilismo, los cuales combinan la habilidad física con la eficiencia mecánica.

La educación física como hoy la entendemos, se originó a través de las actividades físicas que el hombre trató de sistematizar en la antigüedad para mejorar su condición física para la guerra.<sup>4</sup>

### 3.2 Educación física y salud

Uno de los principales propósitos generales de la educación física es lograr en aquellos que la practican el hábito, la adquisición de un estilo de vida activo y saludable.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), en la Carta de Ottawa (1986), considera los estilos de vida saludables como componentes importantes de intervención para promover la salud en el marco de la vida cotidiana, en los centros de enseñanza, de trabajo y de recreo. Pretende que toda persona tenga cuidados consigo mismo y hacia los demás, la capacidad de tomar decisiones, de controlar su vida propia y asegurar que la sociedad ofrezca a todos la posibilidad de gozar de un buen estado de salud.

---

<sup>4</sup>Rosa M saenz varona "historia de la educación física" pág. 33 (1992)

Para impulsar la salud, la educación física tiene como propósitos fundamentales: ofrecer una base sólida para la práctica de la actividad física durante toda la vida, desarrollar y fomentar la salud y bienestar de los estudiantes, para ofrecer un espacio para el ocio y la convivencia social y ayudar a prevenir y reducir los problemas de salud que puedan producirse en el futuro.

### 3. 2.1. Beneficios de la actividad física

*El concepto Actividad Física es muy amplio, puesto que engloba a la Educación Física, el deporte, los juegos y otras prácticas físicas. Internacionalmente este concepto se define como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que tiene como resultado un gasto de energía. Ejemplos prácticos en relación con este concepto son las tareas que parten del movimiento corporal, tales como andar, realizar tareas del hogar, subir escaleras, empujar, etc. @*

La práctica de la actividad física en forma sistemática y regular debe tomarse como un elemento significativo en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, mejoría de la posición corporal por el fortalecimiento de los músculos lumbares, prevención de enfermedades como la diabetes, la hipertensión arterial, la osteoporosis, cáncer de colon, entre otras.

En general, los efectos benéficos de la actividad física se pueden ver en los siguientes aspectos:

- ❖ *A nivel orgánico:* aumento de la elasticidad y movilidad articular. Mayor coordinación, habilidad y capacidad de reacción.
- ❖ *A nivel cardíaco:* se aprecia un aumento de la resistencia orgánica, mejoría de la circulación, regulación del pulso y disminución de la presión arterial.
- ❖ *A nivel pulmonar:* se aprecia mejoría de la capacidad pulmonar y consiguiente oxigenación.
- ❖ *A nivel cardiovascular:* disminuye la frecuencia cardiaca y la presión arterial, mejora la eficiencia del funcionamiento del corazón y disminuye el riesgo de arritmias cardíacas (ritmo irregular del corazón).

- ❖ Generalmente cuando hablamos de los beneficios de la práctica deportiva sobre la salud solemos centrarnos en aspectos puramente físicos y que son reconocidos en todos los ámbitos. No obstante, esta idea generalizada no obedece a la definición de salud según la O.M.S que lo entiende desde una perspectiva más amplia incluyendo aspectos intelectuales, sociales, emocionales, e incluso espirituales del ser humano. Entre los efectos físicos, según Rojo-González (2003),
- ❖ podemos resaltar: ayuda a normalizar la tolerancia a la glucosa, disminuye el riesgo de mortalidad cardiaca, mejora la capacidad de utilización de los ácidos grasos libres durante el ejercicio, aumenta la liberación de endorfinas, aumenta el metabolismo, lo que resulta beneficioso desde el punto de vista nutricional, contrarresta la obesidad, contrarresta la osteoporosis, entre otros. En definitiva, la actividad física adecuada aumenta la calidad y la esperanza de vida<sup>5</sup>

### 3.2.2 Consecuencias de la inactividad física.

El sedentarismo se ha definido como el realizar menos de 30 min de actividad física fuera de horario de trabajo o más de 30 min de dicha actividad física menos de 3 veces a la semana.

Se ha estimado que el sedentarismo pudiere ser responsable de los infartos al miocardio en la población mundial y así, una de las principales causas prevenibles de mortalidad.

La falta de actividad física trae como consecuencia además:

- El aumento de peso corporal por un desbalance que puede alcanzar niveles catalogados como obesidad.
- Disminución de la elasticidad y movilidad articular, hipotrofia muscular, disminución de la habilidad y capacidad de reacción.
- Ralentización de la circulación con la consiguiente sensación de pesadez y edemas, y desarrollo de dilataciones venosas (varices).

---

<sup>5</sup>Isabel Granada Ferrero "EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD UN ANÁLISIS DE SUS RELACIONES Y DIMENSIÓN SOCIAL" pag 3 Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad Autónoma de Madrid

- Dolor lumbar y lesiones del sistema de soporte, mala postura, debido al poco desarrollo del tono de las respectivas masas musculares.
- Tendencia a enfermedades como la hipertensión arterial, diabetes, síndrome metabólico.
- Sensación frecuente de cansancio, desánimo, malestar, poca autoestima relacionada con la imagen corporal, etc.
- Disminuye el nivel de concentración

Es muy importante que los niños tengan actividad física todos los días, y que a su vez lo combinen comiendo variedad de frutas y vegetales. “Ejercicio no significa que tengan que estar corriendo”

### 3.3. Características del profesor

Tanto el profesor de Educación Física como otros docentes deben poseer capacidades pedagógicas, actitudes profesionales, personales y orientaciones filosóficas que contribuyen con el desempeño de su labor docente y la formación cognitiva, afectiva y valórica de sus alumnos.<sup>6</sup>

Según Ibarra (2006) el rol del docente ha tenido múltiples cambios y su función está determinada por lo que la sociedad requiere en la actualidad. El docente pasó de ser el protagonista que entrega conocimientos, a ser el mediador, que facilita el aprendizaje a través de herramientas, en donde el alumno es partícipe en la construcción de estos conocimientos.

Aguirre de Vergara (2011) señala que se necesita tener una formación académica, que le permita estar preparado para dirigir a sus alumnos, mediante conocimientos actuales y claros; tener una formación valórica la cual le permita al docente tener una comunicación cercana, dar una formación íntegra y valórica, teniendo una relación

---

<sup>6</sup> Gutiérrez, M.; Pilsa, C.; Torres, E. (2007). Perfil de la educación física y sus profesores desde el punto de vista de los alumnos. Revista Internacional de Ciencias del Deporte. Pag. 42



efectiva y cognoscitiva, así como también tener la capacidad de dominio de grupo y la mejor disposición en las clases.

El docente también juega un papel socializador, facilitando las instancias de convivencia y relaciones en diferentes situaciones y contextos, ya que involucra y promueve el trabajo en equipo, la participación y cooperación entre los estudiantes (Ministerio de Educación, 2011).

Según Contreras (2000) el profesor de EF debe poseer diferentes características para ser un docente integral: capacidades pedagógicas, psicomorales, profesionales, físico y morales, las que se detallan a continuación.

Utiliza las estrategias de enseñanza y estilos de enseñanza correctas en los momentos adecuados, lo que hace que una clase resulte con normalidad e incluso tenga puntos altos (Delgado y Sicilia, 2002).

De la misma forma, De León (2006, p. 76) menciona que “todos aquellos supuestos, procedimientos y actividades que la persona que ocupa el papel de educador, aplica para inducir el aprendizaje en los sujetos” son importantes, dado que una mala elección de estrategias la clase puede terminar en un fracaso. La amabilidad al momento de enseñar es fundamental, sobre todo con los cursos más pequeños ya que los alumnos ven al profesor como un modelo a seguir.

Además de las pautas orientadas en la educación que guían la actuación de los maestros, el profesor cuenta con otras herramientas, que no aparecen de forma explícita en el diseño de la sesión, pero se tienen en cuenta con el fin de facilitar el control, la motivación y la participación del grupo. Algunos ejemplos de recursos didácticos son: ocuparse del lenguaje verbal o no verbal, gestual, visual y auditivo utilizando todos los medios de información para facilitar el aprendizaje y la relación entre alumno-profesor. Tener una planificación de las actividades, es decir en cómo se

enlaza cada actividad, de lo simple a lo complejo, del trabajo individual a grupal y que éstas tengan relación al contenido que se está enseñando.

El profesor debe incentivar a los alumnos, involucrándose y participando junto a ellos, dando ejemplos, actividades que sean dinámicas y de interés de los alumnos, ocupar diferentes materiales tanto tradicionales como no tradicionales.

### 3.3.1 Actitud profesional

Según Salmerón (2011) la sociedad en la que se encuentran nuevas tecnologías, de comunicaciones, determina que el profesor de educación física debe ser un profesional flexible sin prejuicios, con espíritu innovador, comprometido, responsable, con tolerancia frente a los cambios y toma de decisiones, adaptándose al medio y motivador haciendo un clima agradable para los estudiantes.

Debe conocer el contexto en el cual se desarrolla, analizarlo y luego comunicarse con los estudiantes, fomentando la convivencia, la participación, colaboración y reflexión, estando activamente en el proceso de socialización, evitando las desigualdades entre los alumnos.

Es completamente necesario para el docente poseer una buena capacidad técnica y de aplicación, ya que estos dos puntos al momento de un ejercicio o la clase en sí facilitan la explicación y motivan a los estudiantes a realizar el ejercicio, con la demostración cualquier contenido complejo se simplifica para los estudiantes, dejando así mucho más claro los objetivos que se quieren mostrar.

Un punto no menor al respecto de la concepción profesional, es la vocación que posee el docente, ya que ésta va de la mano con la actitud y ganas que se ejerce en las clases y la creatividad al momento de crear nuevos ejercicios.

Las actitudes profesionales vienen determinadas por el comportamiento del profesor, si este presenta actitudes positivas o negativas van a influir en el interés y respuesta de los estudiantes en la clase de educación física. Por lo tanto el profesor que entrega actitudes positivas (justas, comprensivas, no autoritarias), es valorado y aceptado por el grupo de alumnos, así como también el que entrega más actitudes valóricas (bondadoso y agradable) (Aicinema, 1991). Los alumnos destacan a los profesores que son especialistas en el área, mostrando mayor satisfacción hacia el profesor (Contreras, 2000).

#### 3.4. Medios de la Educación Física

Los diferentes medios de la educación física los podemos enfocar a las formas o estrategias por las cuales se realizan las actividades para llevar a lograr los objetivos que nos planteamos desde un inicio, los medios podemos entenderlos como la diligencia o acción conveniente para conseguir algo.

Los medios son parte de la didáctica que se debe llevar en las diferentes materias para poder enseñar cualquier contenido ya sea general o específico en la actividad física por ejemplo existen grandes cantidades de estrategias para poder enseñar a los niños jugar al fútbol.

Entre uno de los medios de la educación física se pueden mencionar:

3.4.1 La gimnasia: Como medio del aprendizaje y estimulación del cuerpo se dimensiona desde el proceso secuencial y progresivo que hacemos de nuestro cuerpo en función del movimiento. (Zapata, 1991)

Este medio no quiere decir que es un deporte donde se compite si no puede ser una actividad física que el profesor le indique a sus alumnos al inicio de cada clase o sesión, estas estarán bien planificadas para la estimulación corporal así como el calentamiento previo para la práctica que se realizara en la parte

principal tales como las diferentes formas de locomoción ( caminar , Correr ; saltar, giros ) así como los cambios de dirección y velocidad así como la adquisición de los diferentes patrones de capacidades motrices.

3.4.2 La danza: en este medio es donde cualquier persona no importando su edad, genero pueda expresarle a otras personas a través de movimientos corporales, estas pueden ser acompañadas de música o no Es decir, que algunas danzas se pueden interpretar sin el acompañamiento de la música. (Vahos, 2000)

Este medio se caracteriza por la representación de sentimientos y pensamientos a través del cuerpo en coordinación de la música, el desarrollo de la danza en las edades pequeñas deberá ir orientados a la adquisición de la capacidad de orientación, de ritmo, de desplazamiento en diferentes direcciones y a la relación espacio tiempo en tareas en un mismo sitio y con desplazamiento.

3.4.3 El juego: el juego es una actividad recreativa que llevan a cabo los seres humanos con un objetivo de distracción y disfrute para la mente y el cuerpo y es una herramienta esencial para el ser humano porque su personalidad puede ser orientada a ser un hombre de bien a través de los juegos de infancia que atribuye mucho conocimiento a los participantes así como la sociabilización , la cooperación el liderazgo etc.

Para Groos, el juego es pre ejercicio de funciones necesarias para la vida adulta, porque contribuye en el desarrollo de funciones y capacidades que preparan al niño para poder realizar las actividades que desempeñará cuando sea grande.

Piaget plantea su estructura a partir de los ejercicios, el símbolo y la regla, cada uno de estos elementos hacen del juego un medio por el cual el individuo aprende y se proyecta en su contexto, ubicándose en un espacio, en su lugar<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> Piaget, J. La formación del símbolo en el niño, Buenos Aires, 1990, Fondo de Cultura Económica, 1990, pag. 23

Los términos juego y lúdico son dos palabras diferentes las cuales algunos autores describen que son sinónimos, al parecer todos los juegos son lúdicos pero no todo lo lúdico es juego<sup>8</sup>

Debemos empezar por reconocer que la lúdica no se reduce o se termina en los juegos sino va más allá de lo que uno cree, mientras que el juego es más particular.

El juego contribuye a la formación del símbolo en el niño.

Asimila y acomoda la realidad a las características de su desarrollo cognitivo, de su comprensión de ésta.

#### 3.4.3.1 Características del juego

- a) El juego es una actividad libre.
- b) El juego no es la vida corriente o la vida propiamente dicha.
- c) El juego es absolutamente independiente del mundo exterior, es eminentemente subjetivo.
- d) El juego transforma la realidad externa, creando un mundo de fantasía.
- e) El juego es desinteresado; es una actividad que transcurre dentro de sí misma y se practica en razón de la satisfacción que produce su misma práctica.
- f) Se juega dentro de determinados límites de tiempo y de espacio, su característica es la limitación.
- g) El juego crea orden, es orden. La desviación más pequeña estropea todo el juego, le hace perder su carácter y le anula.
- h) El juego oprime y libera, el juego arrebató, electriza, hechiza. Está lleno de las dos cualidades más nobles que el hombre puede encontrar en las cosas y expresarlas: ritmo y armonía

---

<sup>8</sup>Bonilla, Carlos. Una aproximación al concepto de lúdica. *Revista Kinesis* nº 22. Armenia. Pág., 33.

### 3.4.3.2 Clasificación de los juegos

3.4.3.2.1 Juegos sensoriales: Estos juegos son relativos a la facultad de sentir; provocan la sensibilidad en los centros comunes de todas las sensaciones. Los niños sienten placer con el simple hecho de expresar sensaciones, les divierte probar las sustancias más diversas, “Para ver a qué saben”, hacer ruidos con silbatos, con las cucharas sobre la mesa, etc., examinan colores extra. Los niños juegan a palpar los objetos.<sup>9</sup>

3.4.3.2.2 *Juegos motores*: Los juegos motores son innumerables, unos desarrollan la coordinación de movimientos como los juegos de destreza, juegos de mano (boxeo, remo), juegos de pelota (básquetbol, fútbol, tenis); otros juegos por su fuerza y prontitud como las carreras, saltos, etcétera.

3.4.3.2.3 *Juegos intelectuales*: Son los que hacen intervenir la comparación de fijar la atención de dos o más cosas para descubrir sus relaciones, como el dominio, el razonamiento (ajedrez), la reflexión (adivinanza) y la imaginación creadora (invención de historias).

3.4.3.2.4 *Juegos sociales*: Son los juegos cuya finalidad es la agrupación, cooperación, sentido de responsabilidad grupal, espíritu institucional, etcétera. Kavin dice que “el juego es una de las fuerzas socializadoras más grandes”, porque cuando los niños juegan despiertan la sensibilidad social y aprenden a comportarse en los grupos.

### Otras clasificaciones del juego

Existen clasificaciones de los juegos, así tenemos que de acuerdo a la lógica y tomando en consideración las características de los juegos por distinguidos peritos en la materia, sumariamente dividiremos a los juegos en cinco grandes categorías.<sup>10</sup>

---

<sup>9</sup> CALERO PÉREZ, Mavilo (1998). Educar jugando. Lima: Editorial San Marcos.

<sup>10</sup> LLANAS VELARDE. “Juegos escolares para todas las edades”.

3.4.3.2.5 *Juegos recreativos*: Estos juegos, también llamados de salón, son aquellos que además de proporcionar placer exigen esfuerzo muscular para llegar a dominarlos; se les puede dividir en dos grupos:

a) Corporales

b) Mentales

3.4.3.2.6 *Juegos escolares*: Estos juegos son los que comprenden en el período de siete a doce años aproximadamente; el juego cambia fundamentalmente de aspecto, es asociable. Estos juegos responden vivamente al instinto gregario. Esta es la edad del juego dramático, ejemplos: el gato y el ratón; el zorro y los perros; ladrones y celadores.

Los juegos escolares los dividiremos en tres grupos, de acuerdo a su acción:

3.4.3.2.6.1 *Juegos de velocidad*: En estos juegos priman la carrera y el salto; hay habilidad, arte y táctica del movimiento, predominando una coordinación motriz impecable.

3.4.3.2.6.2 *Juegos de fuerza*: Estos juegos exigen un gran despliegue de energías, producen por lo general fatiga y congestión.

3.4.3.2.6.3 *Juegos de destreza*: Estos juegos se caracterizan por el empleo económico del esfuerzo, por la combinación apropiada de los movimientos para alcanzar un fin. En estos juegos no debe haber movimientos demás, sino útiles y necesarios, esto es la inteligencia puesta al servicio del músculo.

3.4.3.2.6,4 *Juegos deportivos*: Es un juego especializado, conveniente para el alumno y sujeto a reglas y a libertad de acción en su práctica. El deporte dice el Dr. Tissis: “Es una escuela de la inteligencia por la acomodación al medio, del carácter, por la afirmación del “Yo”, de la voluntad, de la lucha contra el obstáculo, por lo mismo, del juicio puesto que la voluntad es el paso del juicio al acto, el juego deportivo tiene un

carácter mixto pues de un lado son más difíciles que los demás juegos, exigiendo una mayor suma de destrezas y resistencia, por otra parte son más libres y espontáneos que todos los otros juegos.

En el Perú la clasificación es la que preconiza la Escuela de Educación Física en los años de 1948, cuyo profesor es el Sr. Emilio Montoya quien ha divulgado entre los profesores de Educación Primaria en los años de 1957 y 1958, la estructura de la Metodología Pedagógica.<sup>11</sup>

Dicha clasificación es la siguiente:

*3.4.3.2.7 Juegos activos:* Son los juegos de actividad corporal que espontáneamente realiza el niño, interviniendo dinámicamente impulsado por su vitalidad.

*3.4.3.2.8 Juegos individuales:* Son los juegos que ejecuta un solo niño satisfaciendo así sus intereses muy personales. La personalidad no puede producirse dentro del estrecho marco del ambiente individual, además hay el peligro de formarse una personalidad egocéntrica y un tipo introvertido.

*3.4.3.2.9 Juegos colectivos:* Son los juegos que se realizan entre varias personas, responden al principio de la socialización y están estimulados por la evolución y la competencia. Ejemplo, el deporte.

*3.4.3.2.10 Juegos libres:* Son los juegos que se realizan en completa libertad, sin la intervención ni la vigilancia del profesor. Este juego fue propiciado por Froebel, tiene sus inconvenientes porque el niño no está en condiciones de darse cuenta de los peligros que algunos juegos encierran.

En la escuela antigua el juego libre se producía en todos los recreos y ahora se ha reemplazado por el juego vigilado.

---

<sup>11</sup> OLÓRTEGUI MIRANDA, Felipe (1989). Psicología del desarrollo. Lima: Editorial San Marcos.



3.4.3.2.11 *Juegos vigilados*: Son los juegos donde sin negar la espontaneidad y libertad al niño, se le vigila su desarrollo. El profesor deja al niño la iniciativa, pero observa y aprovecha del entusiasmo para evitar los peligros a impartir algunas reglas. Esta clase de juegos es propia de los Jardines de Infancia. Aprovechando así los intereses de los niños para enseñarles algunos asuntos o temas.

3.4.3.2.12 *Juegos organizados*: Son los juegos que se refiere a cuando se realizan previa organización. El profesor es quien proyecta, programa y realiza con los niños, el juego, él participa como guía y control del orden y de las reglas, estimula y de los resultados. Este juego se realiza en la escuela primaria.

3.4.3.2.13 *Juegos deportivos*: Escolares. Se domina al grupo de deporte que han sido relacionados para su práctica en las escuelas y colegio del país Siempre con modificaciones con respecto al tiempo de dirección, extensión del campo y paso de los útiles. Los juegos deportivos escolares pueden ser aplicados a las escuelas primarias observándose las prescripciones y limitaciones para cada caso.

3.4.4 Deporte: es el medio más utilizado por todos los maestros de educación física en Guatemala ya que las diferentes guías metodológicas incluye los deportes individuales como grupales como lo es el basquetbol, futbol, vóleibol y el atletismo.

Así como que existen diferentes pensamientos de la estrecha relación que tiene la educación física y el deporte, la mayor parte de gente cree que la educación física es medio para hacer deportistas ya que en la educación física se dan los conocimientos básicos para realizar los deportes, también existe corrientes que creen que la educación física es un medio para la educación (militarismo) lo que si es cierto en lo que coinciden las dos es que hacen referencia a los

movimientos corporales y para los diferentes fines mientras que una se encarga de la educación del individuo y la otra es instruir para poder cosechar atletas teniendo el conocimiento básico.

### 3.5. Los recreos dirigidos

El recreo es el tiempo en el que niños, niñas y jóvenes pueden ejercer diferentes actividades que contribuyen a que éstos tengan un momento de esparcimiento y puedan relacionarse entre sí. Como su palabra bien lo dice, es un momento para recrearse y deshacerse del estrés que pueda causar cada jornada de clase mediante el desarrollo de diferentes juegos, aunque en la práctica no siempre puede aplicarse esta definición a los recreos, debido a que los estudiantes en muchas ocasiones realizan juegos que no contribuyen de manera positiva para ellos, es decir, no generan aprendizaje ni contribuyen a su enriquecimiento personal, más bien, ejercen influencias negativas en ellos causando a veces hasta enfrentamientos entre sí, debilitando la práctica de valores y las relaciones sociales.

*“En las escuelas públicas y en colegios privados existen espacios y tiempos para el descanso; “los recreos”, definiéndose éstos como: “un rato de descanso para los niños fuera del salón de clases”*

#### 3.5.1 Los juegos grupales

“Son una designación sociológica para indicar los cambios en un grupo de personas cuyas relaciones mutuas son importantes, hallándose en contacto los unos con los otros, y con actitudes colectivas, continuas y activas.”

Con lo anterior el juego constituye una forma específica que tienen los niños/as y jóvenes de relacionarse con otros seres humanos y con el mundo en general, el

juego y aprendizaje no son términos opuestos. No hay que olvidar las importantes adquisiciones que se logran en la infancia a través de situaciones lúdicas y la escuela no debe ignorar la importancia que el juego ocupa en la vida de los niños. Pues se convierte en un aliado en la labor educativa.

La escuela es sólo una parte del proceso de educación, de transmisión cultural, lo que puede hacer la escuela depende no sólo de la capacidad y dedicación individual de los docentes, sino, del contexto social, político, cultural en el que se sitúa la escuela y los instrumentos puestos a su disposición.

La influencia de la psicología en la escuela es un factor fundamental que puede contribuir de manera positiva o de manera negativa, si es mal aplicada, se puede decir entonces, que la influencia del psicoanálisis puede ayudar a facilitar a los educadores a la comprensión del complejo proceso que supone el desarrollo afectivo de cualquier ser humano.

Sin embargo, la aportación negativa del conductismo respecto al valor de asociar, reforzar o castigar convierten al maestro en mero “administrador” de contenidos y al alumno en el sujeto que los sufre pasivamente.<sup>12</sup>Entonces, al educar se corre el peligro de que se pueda traducir únicamente en una simple “transmitir información”.

Con los juegos grupales los niños tienen que actuar, tienen que hacer cosas, experimentar, explorar, deben construir sus conocimientos. Pero no sólo el contenido sino que también construyen las mismas estructuras con las que conocen, las operaciones mentales, la lógica. De ahí que sea incorrecto pensar que son adultos pequeñitos.

El objetivo de la educación es ayudar a encontrar el camino que lleve al rescate de la cultura, a comprenderla en sus complejidades y contradicciones. Por lo cual, la escuela constituye el primer y más importante contacto con la cultura en la que el niño va a vivir y es el primer lugar en el que puede plantearse cómo funcional y el

---

<sup>12</sup> José Luis Linaza “I jornadas sobre desafíos del juego en el siglo xx1:la escuela el juego y el juguete” pag. 1

primer sitio donde espera respuestas honestas y sugerencias útiles sobre cómo comprenderla, en este sentido, la función del maestro es la de concienciar. El juego tiene un modo de organizar las acciones que es propio y específico. La estructura de las conductas “serias” se diferencia en algunos casos de las conductas de juego por la ausencia de alguno de los elementos que exhibirá la conducta seria. En el juego lo importante son los medios, no los fines. Mientras las llamadas conductas “serias” constituyen un medio para lograr un objetivo determinado, el juego consiste en una acción vuelta sobre sí misma que obtiene satisfacción en su misma ejecución.

Es importante que cuando se formen grupos de juegos se consideren actividades lúdicas, ya que es un elemento indispensable en la formación del desarrollo personal, es algo placentero y formativo que ayuda al niño/a o adolescente a adelantarse a sí mismo incorporan modos de funcionamiento psicológico correspondientes a etapas o sub etapas superiores de su desarrollo.

Los juegos grupales propiamente dichos son muy importantes porque incluyen normas de comportamiento que los participantes deben seguir para poder tener éxito. Los juegos siempre tienen reglas, más o menos complicadas, que hay que respetar. Esta peculiaridad de las situaciones lúdicas va a favorecer la actividad reflexiva y deliberativa.

Entonces se puede afirmar que las situaciones de juegos grupales contribuyen a aprender a autor regularse y a controlar su impulsividad. Mediante los juegos grupales las personas aprenden a seguir unas determinadas pautas de conducta, a aceptar una serie de normas que permiten que el juego pueda tener lugar y, en consecuencia, van ganando consciencia acerca de la importancia de las reglas y comprendiendo la necesidad de normas para vivir en sociedad.

Es una manera también de desarrollar actitudes y destrezas de colaboración y trabajo en equipo. Los profesores y profesoras cuando proporcionan propuestas de juegos

grupales, sugieren relaciones entre roles que se desempeñan en ellos y otros comportamientos a ellos asociados, incitan a crear situaciones imaginarias que permitan crear contradicciones con modelos de conducta más reales como lo son la práctica de valores morales y relaciones interpersonales.

Los juegos grupales llamados también "dinámicas" tienen un papel muy importante en el trabajo con niños/as y jóvenes en varios sentidos, en primer lugar les ayudan a crear un ambiente divertido y de confianza; así mismo les ayuda a conocerse y romper las barreras interpersonales, pues al practicar juegos grupales se da un grado de socialización entre los participantes, en el cual demuestran y practican sus valores morales, también pueden adquirir nuevos o reforzar los que ya conocen.

### 3.5.2 Las actividades lúdicas

El estímulo constituye el paso previo para todo aprendizaje, el juego es una mezcla variada de estímulos que aceleran el proceso de aprendizaje. La repetición constante de hechos que acompañan al juego "ensorio-motor (etapa que va desde el nacimiento hasta aproximadamente los dos años)."

Decroly vio en el juego una pedagogía ideal basada en la iniciativa, libertad y motivación y por eso destaca "el juego Educativo" como una forma de iniciación a la actividad intelectual y motriz.

En tal estadio el niño usa sus sentidos (que están en pleno desarrollo) y las habilidades motrices para conocer aquello que le circunda, confiándose inicialmente a sus reflejos y, más adelante a la combinatoria de sus capacidades sensoriales y motrices. Aparecen los primeros conocimientos y se prepara para luego poder pensar con imágenes y conceptos.

“El juego permite crear una situación imaginaria que facilita que los niños y niñas puedan tratar de resolver o plantear deseos irrealizables como volar un avión o conducir con carro”<sup>13</sup>

Los niños construyen su comprensión del mundo a través de la coordinación de sus experiencias sensoriales (como la visión y la audición) con las acciones físicas y motrices. Comienzan a poner en uso ciertas funciones cognitivas como la memoria y el pensamiento. Se sirven de la imitación para ampliar su repertorio conductual.

“La lúdica es uno de los instrumentos más importantes para el desarrollo integral del niño, principalmente en los primeros años de vida ya que por este medio no solo desarrollara su aspecto motriz sino que además incrementara su capacidad intelectual social moral y creativa; así es considerado por el equipo de investigadores.”<sup>14</sup>

El concepto de lúdica es tan amplio como complejo, pues se refiere a la necesidad del ser humano, de comunicarse, de sentir, expresarse y producir en los seres humanos una serie de emociones orientadas hacia el entretenimiento, la diversión, el esparcimiento, que nos llevan a gozar, reír, gritar e inclusive llorar en una verdadera fuente generadora de emociones.

Las actividades lúdicas deben ser seleccionadas por el docente de acuerdo a los objetivos de los contenidos que se van a desarrollar, puesto que deben ser un medio para alcanzarlos, además debe tomar en cuenta también las necesidades del estudiante, así podrá lograr en los estudiantes un aprendizaje significativo, y el desarrollo de clases más interesantes y entretenidas puesto el juego permite al estudiante experimentar, investigar, crear y ser protagonista de su propio aprendizaje.

---

<sup>13</sup> Jurgo torres Santome “I jornadas sobre desafíos del juego en el siglo xx1:la escuela el juego y el juguete” pag.3

<sup>14</sup> Jaime Hernán Echeverri y José Gabriel Gómez 2009. Lúdica del maestro en formación pag 6

El maestro/a deja de ser el centro en el proceso de aprendizaje del estudiante y se crea el conocimiento a partir de los acontecimientos del entorno.<sup>15</sup>

Todos los niños y niñas deben estar seguros durante todas las actividades y continuamente fomentar el juego entre los participantes.

Además, con el desarrollo de los distintos juegos se contribuye al rescate y práctica de valores de los estudiantes y docentes, valores tales como:

- ❖ La cooperación.
- ❖ La responsabilidad.
- ❖ El respeto.
- ❖ La tolerancia.
- ❖ La solidaridad, entre otros.
- ❖ Se fortalece también:
- ❖ El desarrollo de habilidades.
- ❖ La consolidación del conocimiento.

### 3.5.3 Las relaciones sociales.

En conclusión, es muy importante que las instituciones educativas desarrollen actividades lúdicas con sus estudiantes, a fin de promover y garantizar el fortalecimiento de los valores antes mencionados y el enriquecimiento del aprendizaje y formación personal de toda la comunidad educativa.

### 3.5.4 Importancia del juego en la escuela

Las actividades-juegos permiten orientar el interés del estudiante hacia las áreas que se involucren en la actividad lúdica. El maestro/a hábil y con iniciativa inventa juegos que se acoplen a los intereses, a las necesidades, a las expectativas, a la edad y al ritmo de aprendizaje y es importante considerar llenen las necesidades

---

<sup>15</sup> Haydee paez Evelin Arreaza "Uso de la plataforma virtual de aprendizaje en la educación superior" paradigma V26 N.1 Maracay }junio 2015

del alumno/a para obtener una nueva forma de aprender durante el descanso y recreación ya que relaciona las actividades que se realizan para poder desarrollar diferentes juegos.

La vida infantil no puede concebirse sin juego, de manera que jugar es el principal ocupación de la infancia.<sup>16</sup>

El juego convierte al niño en descubridor de sí mismo y se orienta por la Autonomía, la libertad concedida; facilitando que los alumnos boten su inseguridad y se manifiesten con la risa, participando, opinando y siendo parte del grupo. Los estudiantes cuantos más juegos practican, mas estamos facilitando un espacio de encontrarse, de ser creativos y desarrollo de su conducta motriz en función de si mismo.

Se afirma que la escuela y el juego no persiguen los mismos objetivos de no ser así no tendría sentido intentar distinguir, porque existen puntos de congruencia teniendo presente que las actividades concretas que se realicen, sean del tipo que sean, deben tener un objetivo de acuerdo a un contenido idóneo, en lo que al juego se refiere.

Por lo tanto, quienes se responsabilicen de estas actividades que se desarrollan con los estudiantes deberán ser capaces de responsabilizarse de las tareas educativas inherentes a la práctica lúdica escolar, y de llevar a la práctica las actividades programadas, como a los objetivos educativos que se persiguen.

El juego constituye; un excelente medio para los planeamientos didácticos; facilita los aspectos de carácter, las habilidades sociales, los dominios motores, y el desarrollo de las cualidades físicas, artísticas, es decir el ,juego y educación integral son dos componentes asociados. Niños/as y jóvenes aprendan jugando,

---

<sup>16</sup> Declaración de los derechos del niño , apartado 7 inciso C “Derechos del Niño al juego” de 20 de noviembre 1959



canalizando su energía, promoviendo el desenvolvimiento apropiado de su capacidad creadora y practiquen, trabajando en equipo, en solidaridad, con respeto, con tolerancia, entre otros.

El juego es un elemento de aprendizaje y desarrollo, de adaptación social, de liberación personal y de conservación de la propia cultura, y posee un encanto particular e importante “jugar”.

#### 3.5.4 Motivación al aprendizaje.

“La motivación se define como los procesos que estimulan nuestra conducta o que nos incitan a actuar”

Es aquello que nos mueve a hacer lo que nos interesa o a buscar la satisfacción de nuestras necesidades, lo que nos hace actuar de la manera en que lo Hacemos.

Los psicólogos hacen una distinción entre dos tipos principales de motivación: intrínseca y extrínseca. Denominándose la motivación intrínseca como aquella que surge internamente por interés personal o curiosidad al contrario de la motivación extrínseca que actúa cuando los individuos se ven movidos a la acción por factores ambientales externos, tales como recompensas o castigos sociales. De acuerdo a investigadores para que haya una motivación hay reforzadores tanto positivos como negativos; los reforzadores positivos son aquellos que se proporcionan después de la conducta deseada a fin de que esta conducta se repita; y los reforzadores negativos son aquellos que se realizan o desarrollan a fin de retirar una conducta indeseada o también para que una conducta deseada se repita.

La motivación ejerce un papel importante en el aprendizaje de los estudiantes debido a que éstos deben esforzarse por satisfacer sus necesidades de saber y

conocer, influyendo la motivación tanto intrínseca como extrínseca, puesto que si bien es cierto que el estudiante debe interesarse por aprender para beneficio propio y crecimiento personal, el docente debe desempeñar un rol fundamental al momento de desarrollar los contenidos, utilizando metodologías innovadoras que incentiven a los estudiantes para que se sientan siempre interesados por asistir a las clases y por aprender; además, con ello facilitan la comprensión de los temas que se desarrollan; puesto que no es lo mismo que al momento de desarrollar una clase el maestro llegue al salón, escriba toda la clase en la pizarra para que el estudiante la copie, o llegue sólo a dictar la clase; a que desarrolle diferentes actividades como juegos, elaborar materiales novedosos, realizar trabajos en grupo para fortalecer las relaciones sociales, entre otras actividades que son de provecho para que el alumno/a comprenda de manera más eficiente los contenidos.

#### 3.5.5 Práctica de valores.

Abordar el estudio de los valores en la escuela, para elaborar una investigación acerca de los valores vigentes y de los mecanismos de formación en la práctica escolar cotidiana no remite directamente al concepto valor como problemática filosófica, sino que implica tratar la cuestión a partir de la referencia empírica como escenario vital, donde se articulan formas y contenidos concretos y diversos de existencia de los valores, en cuanto realidad social.

De ahí que plantear una perspectiva teórica para el trabajo empírico constituye una toma de posición que, si bien se sustenta en una posición filosófica, debe contemplar una multiplicidad de factores que responden a la complejidad social que incide en la problemática axiológica, y de los que se ocupan disciplinas tales como la sociología, la psicología, la pedagogía y la antropología. Entonces se puede decir que el estudio de los valores no es exclusivo de la filosofía. En el quehacer científico los valores han sido motivo de reflexión en diversos terrenos de estudio, de tal forma que existen diferentes y contradictorias concepciones acerca del valor en cuanto a categoría de análisis.

“En la antropología y la sociología se habla de los valores y según las corrientes del pensamiento, se los identifica con la cultura, con la tradición, con la moral o con la ideología, sin establecer una clara diferenciación conceptual en muchos de los casos”

Es decir, que en la antropología y la sociología los valores son algo que viene dado desde el seno de la familia, del entorno que les rodea, pues son algo que se va inculcando por tradición de generación en generación, y que desde luego son moldeados y aplicados en la sociedad en la que se vive.

## IV Marco Operativo

### 4.1 Diseño De La Investigación

Para la realización de la investigación se utilizó la encuesta a 30 estudiantes de 4to 5to y 6to primaria en la escuela, además de ella se realizó una entrevista con la Directora Silvia Yesenia Sequen. Durante el proceso de la Práctica que se realizó en la Escuela Oficial Urbana Mixta N0141 Quirina Tassi de Agostini, determinando las necesidades que tienen los estudiantes tales como la agresividad, la falta de autoridad, el mal aprovechamiento del tiempo libre. En base a las metodologías cualitativas, empleadas en el proceso realizado se propone, el proyecto de los recreos dirigidos, para la aplicación del juego durante el recreo con niños de 9 a 12 años de edad de dicha escuela en el municipio de Villanueva Guatemala. Sabiendo que el juego es un instrumento de aprendizaje y que se debe de explorar al máximo en horas de recreo.

#### 4.1.1 Equipo De Investigación:

- ❖ Profesor de educación física
- ❖ Directora de la escuela
- ❖ Maestros de grado
- ❖ Estudiantes

#### 4.1.2 Presupuesto:

	Conceptos	Cantidad	Valor	total
1	Fotocopias	30	C 0.25	Q 7.50
2	Impresión	80	Q 1.00	Q 80.00
3	Empastado	1	Q 90.00	Q 90.00
			<b>Total</b>	<b>Q 177.50</b>

#### 4.1.3 Programación:

##### Cronograma De Actividades

ACTIVIDADES	MESES												
	Enero				Febrero				Marzo				Abril
FASE I	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1
Diagnóstico situacional Sistematización ✓ Tema a investigar ✓ Planteamiento ✓ Justificación ✓ Objetivos													
FASE II													
Elaboración del Marco Teórico. ✓ Identificación de fuentes Bibliográficas. ✓ Acopio de información bibliográfica. ✓ Construcción del marco teórico. Proyecto Docencia Proyecto Extensión													
FASE III													
Diseño de la prueba. ✓ Selección de la muestra. ✓ Tipo de muestreo. ✓ Técnicas e instrumentos de Recolección de datos. ✓ Descripción de las técnicas e Instrumentos con sus respectivos Indicadores.													
FASE IV													

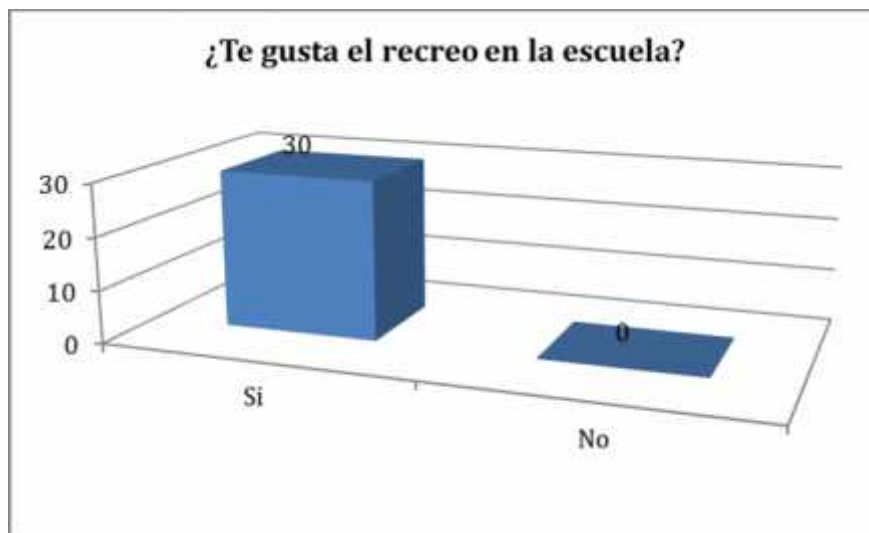
Administración del proyecto. ✓ Organización jerárquica. ✓ Recursos institucionales. ✓ Presupuesto de la investigación.																			
FASE V																			
Trabajo de campo. ✓ Aplicación de las técnicas y recolección de datos.																			
Examen privado																			

## V. Presentación De Resultados

### 5.1 Análisis

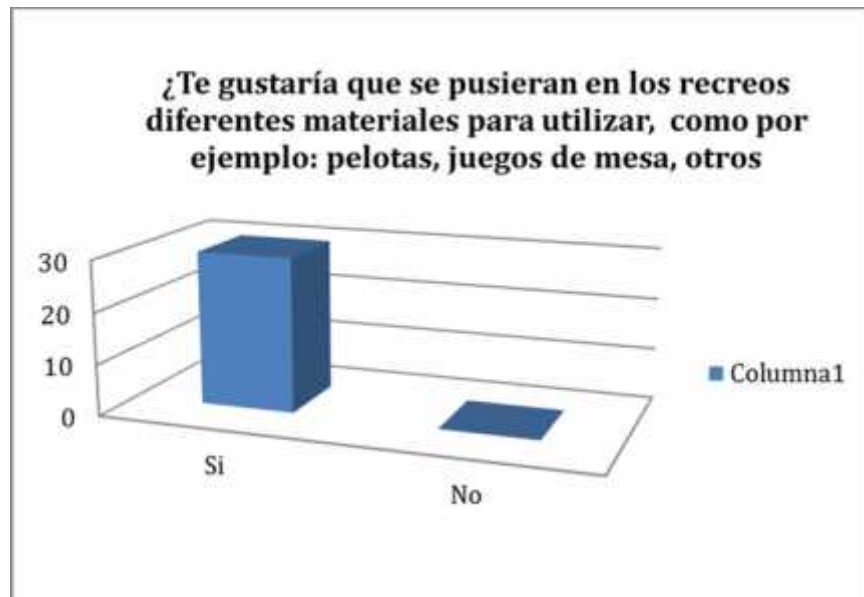
### 5.2 Interpretación de Resultados

#### Pregunta 1:



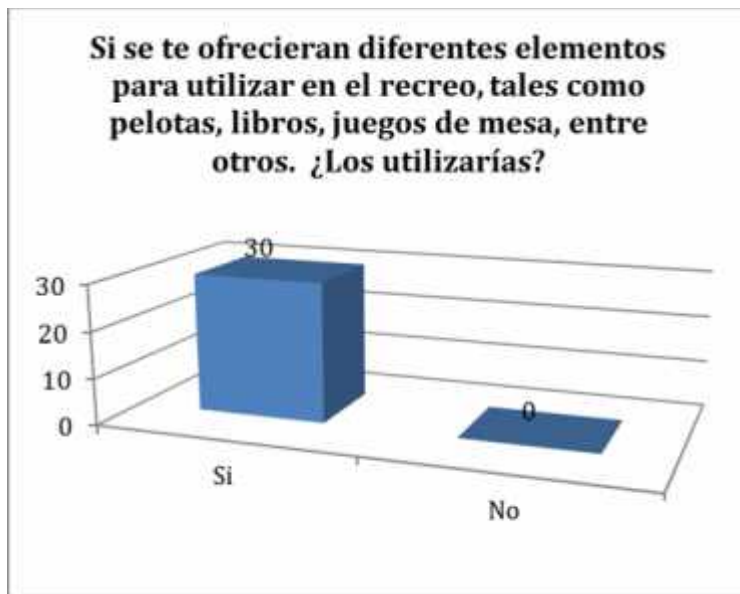
El 100 % de los estudiantes les gusta los recreos en la escuela.

## Pregunta 2



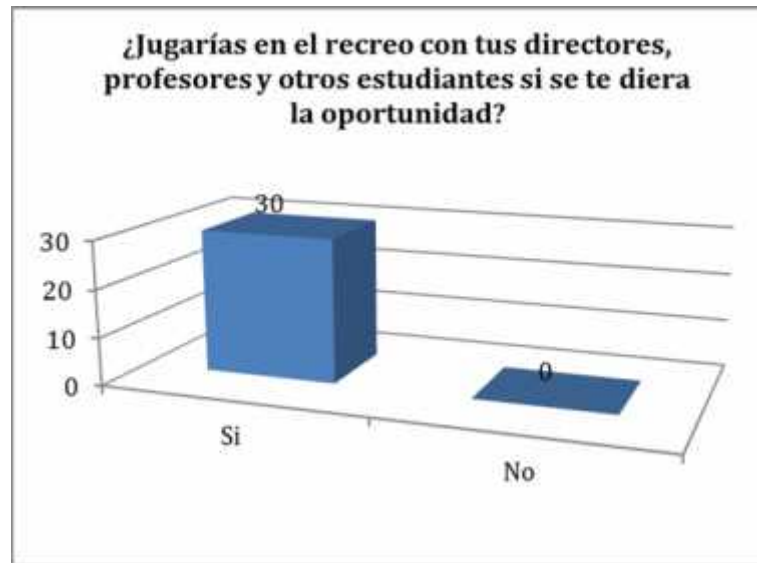
El 100% de los estudiantes les gustaría que pusieramos a su disposición materiales para utilizarlos en el recreo.

## Pregunta 3



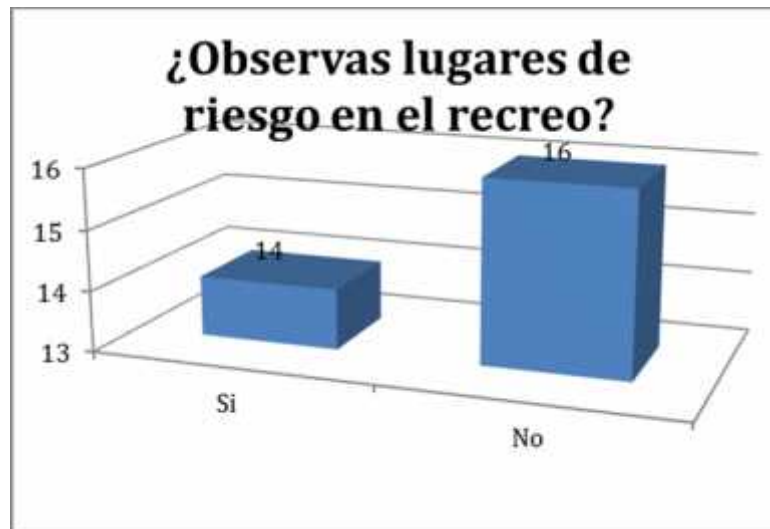
El 100% de los estudiantes utilizarían los materiales proporcionados por el profesor durante el recreo.

#### Pregunta 4



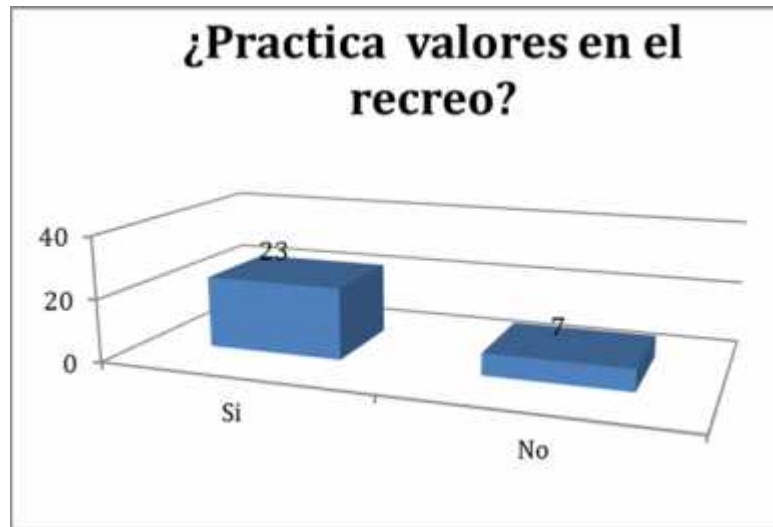
El 100% de los estudiantes jugarían con sus profesores durante el recreo si se diera la oportunidad.

#### Pregunta 5



El 53 % de los estudiantes han observado que no hay lugares de riesgos y un 47% han observado que si hay lugares de riesgos durante el recreo

### Pregunta 6



El 23 % de los estudiantes creen que no practican valores en los recreos y un 77% creen que si practica valores durante el recreo

### Pregunta 7



El 80 % de los estudiantes han visto juegos bruscos y un 20% no.



### Pregunta 8



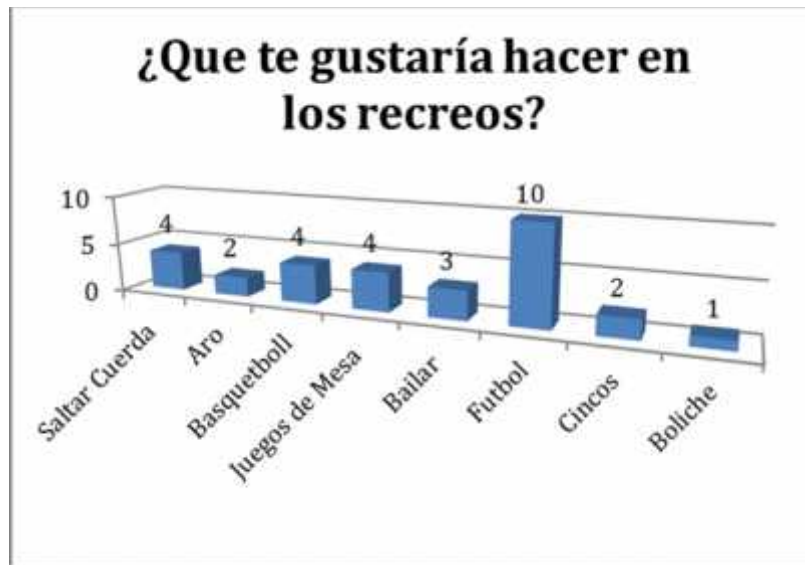
El 77 % de los estudiantes han observado que si han visto accidentes en el periodo de recreos y un 23% han observado que no han visto accidentes en el recreo.

### Pregunta 9



El 73 % de los estudiantes han observado situaciones agresivas y un 27 % no han observado situaciones agresivas en el recreo.

## Pregunta 10



El 13 % de los estudiantes le gustaría jugar a saltar la cuerda, 7% le gustaría jugar con el aro, el 13% le gustaría jugar al basquetbol, el 13% le gustaría jugar juegos de mesa, el 10% le gustaría bailar, el 34% le gustaría jugar futbol, el 7% le gustaría jugar cincos y el 3% le gustaría jugar boliche.

## VI conclusiones

- ❖ Aunque el proyecto de recreos dirigidos surgió de la necesidad de mejorar la dotación material y de mobiliario de los recreos de Infantil y Primaria, con la realización de este proyecto hemos descubierto las posibilidades educativas que este espacio puede llegar a tener en la vida escolar.

Aunque no seamos conscientes de ello lo cierto es que durante el tiempo de recreo tienen lugar una serie de aprendizajes relacionados con el desarrollo personal y social de nuestros estudiantes, el cual influirá en el tipo de relaciones que éstos establecerán con sus iguales, en su capacidad de integración en un grupo, en la asunción de unos determinados valores.

- ❖ Es el lugar en el que las interacciones entre iguales son más auténticas al no estar frente a un/a profesor/a. No se trata de impedir ni controlar nada, ya que estas relaciones deben darse; se trata de educar, de posibilitar conscientemente el desarrollo personal de cada estudiante y su integración en el grupo y en la sociedad; de prevenir, para que no se den situaciones de sometimiento ni rechazo.
- ❖ Todo lo trabajado en el aula sobre el establecimiento de normas, sobre la resolución pacífica de los problemas, sobre la cooperación, el trabajo en equipo... no se interioriza mientras no haya una puesta en práctica y aunque esto se debe asegurar en todo el horario, es el recreo es el lugar idóneo para ello, ya que es donde el alumnado se manifiesta como es y cómo quiere ser reconocido, con un amplio margen de libertad y autonomía.
- ❖ Por todo ello los recreos nos permite observar el funcionamiento grupal de nuestro alumnado, el tipo de relaciones que se establecen, su

concepto de amistad, el tipo de juegos seleccionados... permitiéndonos mejorar sus capacidades, aptitudes y actitudes en aquellos que son objeto de discriminación, abuso, rechazo o tienen dificultades en su competencia social.

- ❖ la presentación de variedad de juegos y actividades les va a permitir elaborar estrategias de amistad, aceptación, comprensión, negociación, comunicación y adaptación al otro inherentes al propio juego ayudándoles a encontrar su lugar así como jugadores-amigos afines a sus gustos y/o capacidades.
  
- ❖ El programa de recreos dirigidos recreo no solo nos ofrece la oportunidad de trabajar valores relacionados con la convivencia y la resolución pacífica de los conflictos sino que también nos permite desarrollar y despertar en nuestro estudiantes valores relacionados con la imaginación, la creatividad, la transmisión de conocimientos de generación a generación o de cultura a cultura, el respeto por las normas, la valoración del tiempo libre como un tiempo para el ocio y la adquisición de nuevos aprendizajes, el gusto por la realización de actividades al aire libre, la práctica de hábitos saludables tales como hacer y practicar.

## VII Recomendaciones

- ❖ Es necesario planificar los juegos dirigidos durante el recreo una o dos veces por semana que vaya acorde a las necesidades y de la misma manera aprovechando el aprendizaje significativo de acuerdo a la guía.
- ❖ Los juegos que se aplicaron son funcionales los niños se motivan a participar además de ello, no se requiere de mucho material para llevarlo a cabo.
- ❖ Que el centro educativo lleve a la práctica la guía ya que es una de las herramientas de aprendizaje muy valioso para los niños. Deben de organizarse para poder llevarlo a cabo.
- ❖ Que la docente de grado sea el primera en motivarse para poder transmitir la alegría y la confianza para llevar a cabo las actividades.
- ❖ Crear un espacio donde los niños puedan liberar la carga de energía a través del movimiento, lo que proporcionaría el desarrollo normal.
- ❖ La socialización como los juegos dirigidos debe de determinarse como una de las actividades que se debe de desarrollar en horas de recreo, este debe de ser vigilado y no dejar solos a los niños. De esta manera se reducen los accidentes.
- ❖ Permitir una enseñanza a través de los juegos involucrado a todos los niños y niñas sin ver las características de las personas.

## VIII Bibliografía

Bonilla, Carlos. Una aproximación al concepto de lúdica. Revista Kinesis nº 22. Armenia. Pág., 33.

Calero Pérez, Mavilo (1998). Educar jugando. Lima: Editorial San Marcos.

Carta Internacional de la Educación Física UNESCO artículo 1 pagina 1 año 1978

Declaración de los derechos del niño, apartado 7 inciso C "Derechos del Niño al juego" de 20 de noviembre 1959

Francisco J. Corpas rivera "educación física en la enseñanza primaria" pág. 11 ediciones aljibe

Gutiérrez, M.; Pilsa, C.; Torres, E. (2007). Perfil de la educación física y sus profesores desde el punto de vista de los alumnos. Revista Internacional de Ciencias del Deporte. Pag. 42

Haydee Páez Evelin Arreaza "Uso de la plataforma virtual de aprendizaje en la educación superior" paradigma V26 N.1 Maracay} junio 2015

Isabel granada Ferrero "Educación Física Y Salud un Análisis de sus relaciones Y dimensión social" pag 3 Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad Autónoma de Madrid

José Luis Linaza "I jornadas sobre desafíos del juego en el siglo xx1: la escuela el juego y el juguete" pag. 1

Jurgo Torres Santome "I jornadas sobre desafíos del juego en el siglo xx1: la escuela el juego y el juguete" pag.3

LLANAS VELARDE. "Juegos escolares para todas las edades".

OLÓRTEGUI MIRANDA, Felipe (1989). Psicología del desarrollo. Lima: Editorial San Marcos.

Piaget, J. La formación del símbolo en el niño, Buenos Aires, 1990, Fondo de Cultura Económica, 1990, pag. 23

Rosa M saenz varona "historia de la educación física" pag. 33 (1992)

## e-grafía

<https://es.wikipedia.org/wiki/Aprendizaje>

[https://es.wikipedia.org/wiki/Actividad\\_f%C3%ADsica](https://es.wikipedia.org/wiki/Actividad_f%C3%ADsica)

[https://es.wikipedia.org/wiki/Educaci%C3%B3n\\_f%C3%ADsica#Educaci.C3.B3n\\_f.C3.ADsica\\_y\\_salud](https://es.wikipedia.org/wiki/Educaci%C3%B3n_f%C3%ADsica#Educaci.C3.B3n_f.C3.ADsica_y_salud)

[http://ocw.um.es/gat/contenidos/palopez/contenidos/conceptos\\_de\\_actividad\\_fisica\\_y\\_salud.html](http://ocw.um.es/gat/contenidos/palopez/contenidos/conceptos_de_actividad_fisica_y_salud.html)

## IX Anexos

### 9.1 Glosario

**Agresividad:** hace referencia a un conjunto de patrones de actividad que pueden manifestarse con intensidad variable, incluyendo desde la pelea física hasta los gestos o expansiones verbales que aparecen en el curso de cualquier negociación.

**Aprendizaje:** Adquisición de una nueva conducta en un individuo a consecuencia de su interacción con el medio externo.

**Desarrollo humano:** la conclusión de capacidades que permitan a las instituciones y personas ser protagonistas de su bienestar.

**Diversión** es el uso del tiempo de una manera planeada para el refresco terapéutico del propio cuerpo o mente.

**Didáctica:** la palabra didáctica procede del griego “didaskhein” lo que significa “enseñar” además es una ciencia y arte de la enseñanza, de los métodos de Instrucción, en los que predominan la acción docente, la que tienen a su cargo con exclusividad la dirección del aprendizaje.

**Educación Física:** es la disciplina que abarca todo lo relacionado con el uso del cuerpo. desde un punto de vista pedagógico, ayuda a la formación integral del ser humano.

**Investigación:** Acción y efecto de investigar, tiene por fin ampliar el conocimiento.

**Juego:** se le concibe como la conducta espontánea, natural y expresiva del ser humano, que a partir del movimiento comunica, socializa divierte, libera y educa asumiendo diversas formas de participación mental y física.



**Lúdico:** es relativo de juego o diversión

**Motricidad:** se emplea para referirse al movimiento voluntario de una persona, coordinado por la corteza cerebral y estructuras secundarias que lo modulan.

**Ocio:** es el tiempo libre que se dedica a actividades que no son ni trabajo ni tareas domésticas esenciales, y pueden ser recreativas.

9.2 Instrumentos en Blanco



ENTREVISTA A EL DIRECTOR

**Datos de identificación**

Nombre del establecimiento: \_\_\_\_\_  
Nivel: \_\_\_\_\_ Jornada: \_\_\_\_\_  
Cargo: \_\_\_\_\_ Grado: \_\_\_\_\_  
Nombre del entrevistado: \_\_\_\_\_  
Genero: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

1.- Desde el diagnóstico que estamos realizando para desarrollar un proyecto de intervención pedagógica, hemos observado que en la escuela han aumentado los juegos bruscos, conductas violentas que pareciera inciden en mayor cantidad de accidentes y mayores conflictos entre los estudiantes

*¿Cuál es su percepción sobre esta problemática?*

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2.- ¿Considera necesario mejorar la convivencia entre estudiantes en los Recreos? ¿Por qué?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3.- ¿Qué calificación de 1 a 10 le pondría a la convivencia que se observa entre los estudiantes en los recreos?, ¿Por qué?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4.- ¿Qué factores cree usted que obstaculizan una mejor convivencia entre Los estudiantes en los recreos?

---

---

---

---

---

---

---

5.- ¿Cómo cree usted que podríamos mejorar la convivencia en los recreos?

---

---

---

---

---

---

---



### ENCUESTA AL ESTUDIANTE:

Nombre del establecimiento: \_\_\_\_\_  
 Nivel: \_\_\_\_\_ Jornada: \_\_\_\_\_  
 Nombre del estudiante: \_\_\_\_\_  
 Grado: \_\_\_\_\_ Sección: \_\_\_\_\_  
 Género: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

A continuación se incluyen una serie de preguntas, Indique con una X la alternativa que mejor caracterice tu opinión.

Indicadores	SI	NO
2. ¿Te gusta el recreo en la escuela?		
3. ¿Te gustaría que se pusieran en los recreos diferentes materiales para utilizar, como por ejemplo: pelotas, juegos de mesa, otros?		
3. Si se te ofrecieran diferentes elementos para utilizar en el recreo, tales como pelotas, libros, juegos de mesa, entre otros. ¿Los utilizarías?		
4. ¿Jugarías en el recreo con tus directores, profesores y otros estudiantes si se te diera la oportunidad?		
5. ¿Observas lugares de riesgo en el recreo?		
6. ¿Aprendes valores en el recreo?		
7. ¿Has visto juegos bruscos en el recreo?		
8. ¿Ha visto accidentes en el recreo?		
9. ¿Ha visto peleas en el recreo?		
10. ¿Qué te gustaría hacer en los recreos? _____ _____ _____		

### 9.3 Programa de docencia



## PROYECTO DE DESARROLLO A PROFESORES

### **Lugar:**

Escuela Oficial Urbana Mixta No. 141 Quirina Tassi de Agostini JV.

**Nombre del expositor:** William Giovanni Magaña Mejía

**Procedimiento específico:** Recreos Dirigidos

### **Descripción:**

La actividad se realizara durante una semana tomando muy en cuenta los periodos de recreo para poder reforzar todo lo adquirido en la clase de educación física, los alumnos realizarán juegos dirigidos durante el periodo de recreo así mismo se realizaran con los grados superiores torneos de las diferentes disciplinas para mantener en actividad física a todos los estudiantes aprovechando el tiempo libre de los estudiantes.

**Ubicación:** En la 6ta avenida y 3ra calle de la zona 12 municipios de Guatemala departamento de Guatemala

la programación de las actividades fueron puestas por la misma necesidad que tienen los niños al no poder jugar libremente durante los recreos

Cantidad y edad de los estudiantes: niños 9 a los 12 años

Plan de trabajo

<p>ESCUELA OFICIAL URBANA Mixta No-141 JV. "Quirina Tassi de Agostini"</p>	<p>Procedimiento específico</p> <p style="text-align: center;"><b>EDUCACION FISICA PARA TODOS</b></p>
	<p><b>Planificación y desarrollo:</b> En el siguiente taller queremos dar a conocer la importancia que tiene la educación física en el desarrollo integral de los estudiantes así como los beneficios que tiene la práctica deportiva así como el buen uso del tiempo libre obteniendo como resultado el aprendizaje y reforzamiento de la clase de educación física.</p>
	<p>Ubicación geográfica:</p> <p>La escuela está ubicada en el municipio de Guatemala departamento Guatemala, en la colonia Ciudad Real 1 que se ubica en la 6ta avenida y 3ra calle zona 12</p>
<p>Fecha:</p>	<p>Guatemala 03 de Marzo 2016</p>

<p>1. Justificación</p>	<p>Los estudiantes de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física - ECTAFIDE –Programa Académico de Desarrollo Profesional Docente de Educación Física - PADEPDEF Universidad de San Carlos de Guatemala. Su principal motivo para llevar a cabo el programa de estudio del PADEF/DEF, en la Escuela Oficial Urbana Mixta No.141 Quirina Tasi de Agostini JV del municipio de Guatemala. Desarrollaran el siguiente taller para dar a conocer a toda la comunidad educativa la importancia de la clase de educación física, como los beneficios de los estudiantes en aspectos fisiológico,</p>
-------------------------	---

	psicológico y social.
2. Objetivos de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demostrar los conocimientos obtenidos en el PADEP/DEF.</li> <li>• Evidenciar la importancia de la clase de educación física</li> <li>• Demostrar los beneficios de la actividad física</li> <li>• Proyección a la comunidad.</li> </ul>
3. Población objetivo:	Docentes y comunidad educativa
4. Metodología a utilizar Tiempo de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicativo y</li> <li>• Presentación de diapositivas (Power Point)</li> <li>• 30 minutos, y 30 minutos de preguntas.</li> </ul>
5. Desarrollo temáticos	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Que es Educación Física</li> <li>2. Historia de la educación física en Guatemala y el mundo</li> <li>3. Educación Física y salud</li> <li>4. Beneficios de la Educación Física</li> <li>5. Desventajas de no hacer la actividad física</li> <li>6. Educación Física y el aprendizaje</li> <li>7. Educación Física como medio de integración social</li> <li>8. Educación Física como medio de la motivación</li> </ol>

	<p>9. Prevención de violencia</p> <p>10. Prevención de accidentes</p>
6. Recursos	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cañonera</li> <li>✓ Pizarrón</li> <li>✓ Hojas de papel</li> <li>✓ Marcadores</li> </ul>
7. Producto Esperado:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se le hace la convocatoria a toda la comunidad educativa y claustro de maestros para asistir</li> </ul>
8. Cobertura	<p>El 100% de los profesores y comunidad educativa</p>
9. Impacto	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover la actividad física</li> <li>• Darle la importancia a la clase de educación física</li> <li>• Demostrar como la educación física puede contribuir a el aprendizaje de otras materias</li> <li>• Evidenciar el impacto que tiene la educación física en el desarrollo integral de los estudiantes</li> </ul>
10. Evaluación de los participantes	<p>Lista de cotejo.</p>



<p>11. evidencias de logro:</p>	<p>Promover la actividad física, como hábito permanente recreativo durante los periodos de recreo.</p>
<p>12. Alcance de la actividad:</p> <p>Promover la actividad física, como hábito permanente recreativo durante los periodos de recreo.</p>	
<p>13. Evidencia de la actividad (fotografías, videos, entre otros).</p>	



**LISTADO DE DOCENTES PARTICIPANTES.**

No.	NOMBRE	CARGO	FIRMA
01			
02			
03			
04			
05			
06			
07			
08			
09			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			

## Diapositivas



Diapositiva 1



Diapositiva 2



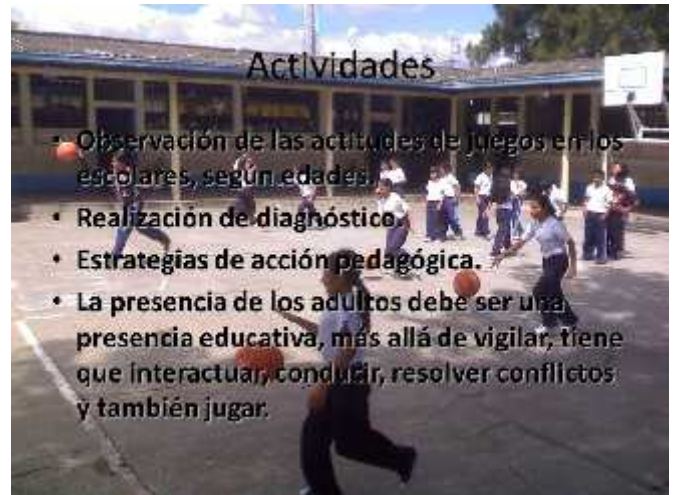
Diapositiva 3



Diapositiva 4



Diapositiva 5



Diapositiva 6



Diapositiva 7



Diapositiva 8



Diapositiva 9

## 9.4 Programa de extensión

### Comunidad



## PROYECTO DE DESARROLLO EN LA COMUNIDAD

ESCUELA OFICIAL URBANA Mixta No-141 JV. "Quirina Tassi de Agostini"	Procedimiento específico <b>RECREOS DIRIGIDOS</b>		
	Planificación y desarrollo (descripción): se levara acabo el siguiente proyecto para poder observar los beneficios que tiene la práctica del ejercicios físico durante los periodos de recreo en la escuela.		
	Ubicación geográfica: La escuela está ubicada en el municipio de Guatemala departamento Guatemala, en la colonia Ciudad Real 1 que se ubica en la 6ta avenida y 3ra calle zona 12		
	No. participantes Total 423 alumnos	De Hombres: 233	Mujeres: 190
Fecha:	Guatemala 03 de Marzo 2016		

13. Importancia de definir el tema generador	Circuito Recreativo
14. Edad del grupo a atender	Alumnos de 8 a 12 años
15. Tipo de actividad	Microciclo de la clase de educación física.

a desarrollar	
16. Objetivos de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar los conocimientos obtenidos en el PADEP/DEF.</li> <li>• Desarrollar práctica de la actividad física, a través los medios de la actividad física, el juego el deporte y la recreación</li> <li>• Proyección a la comunidad.</li> </ul>
17. Competencias a desarrollar	Continúa la actividad técnica de las habilidades motrices con las y los niños de la escuela, para activarlos en el ámbito curricular durante los periodos de recreo, utilizando el referente de la clase de Educación Física.
18. Guía de desarrollo de la actividad,	<p><b>Actividad inicial 5 minutos.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Toma de la frecuencia cardíaca en reposo.</li> <li>2. Peso.</li> </ol> <p><b>Parte inicial 5 minutos</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El cuento motor (calentamiento)</li> <li>2. calentamiento específico</li> </ol> <p><b>Parte principal. 20 minutos</b></p> <p><b>Día 1 lunes:</b> Competencias de saltos de cuerda</p> <p><b>Día 2 Martes:</b> Competencias de vueltas de hula-hops</p> <p><b>Día 3 Miércoles:</b> Torneo de trompos</p> <p><b>Día 4 Jueves:</b> Competencia de cincos</p> <p><b>Día 5 viernes:</b> Competencias de futbol</p> <p><b>Parte final 5 minutos</b></p> <p>Recuperativa clase de relajación.</p> <p>Frecuencia cardíaca después de la actividad.</p>
19. Tiempo de la actividad	35 minutos, durante 1 semana
20. Nombre del	William Giovanni Magaña Mejía

estudiante que realiza la propuesta	
21. Estrategias a desarrollar	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Aprendizaje significativo.</li> <li>✓ Participación Activa.</li> <li>✓ Trabajo en equipo.</li> <li>✓ Fomento de valores.</li> </ul>
22. Vinculación al curso de	Principios del Curriculum, Sistema de Evaluación Física, Acondicionamiento Físico de Edad Escolar, Metodología de la Planificación Deportiva II
<p><b>Justificación de la actividad, desde su aprendizaje:</b></p> <p>Los estudiantes de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física - ECTAFIDE –Programa Académico de Desarrollo Profesional Docente de Educación Física - PADEPDEF Universidad de San Carlos de Guatemala. Su principal motivo para llevar a cabo el programa de estudio del PADEF/DEF, en la Escuela Oficial Urbana Mixta No.141 Quirina Tasi de Agostini JV del municipio de Guatemala.</p> <p>Promover el desarrollo motor en los niños y las niñas de esta comunidad que ha aprovechado el espacio que de los recreos dirigidos para que les ayude a adquirir y desarrollar las habilidades coordinativas básicas a través de la recreación y el juego.</p> <p>De esa manera podemos contribuir a la aplicación de algunos de los fines de la educación física es mejorar y preservar la salud, la práctica del deporte, e inducirlo a la práctica social, asimismo concientizarlo en mejoramiento del medio ambiente y corporalmente.</p>	
<p>23. Alcance de la actividad:</p> <p>Promover la actividad física, como hábito permanente recreativo durante los periodos de recreo.</p>	
<p>24. Procedimientos vinculados a las actividades a desarrollar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El cuento motor, mando directo, libre exploración.</li> </ul>	

25. Diagrama de flujo de la actividad:



26. Materiales a utilizar:

- Balones de Futbol número 5
- 30 conos
- Cronómetros
- Pesa.
- Cuerdas
- Hula-hop
- Trompos

27. Evidencia de la actividad: (fotografías, videos, entre otros).





**LISTADO DE NIÑOS PARTICIPANTES.**

No.	NOMBRE DEL NIÑO	EDAD	PESO	FC REPOSO	FC DESPUÉS DE LA ACTIVIDAD
01					
02					
03					
04					
05					
06					
07					
08					
09					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					



## Programa de los recreos dirigidos

### 1er día del evento

01. Ingreso del pabellón
02. Himno nacional por todos los participantes
03. Palabras por el Profesor a cargo de la actividad
04. Egreso del pabellón
05. Inicio de la práctica de campo por los estudiantes del programa.
06. Entrega de reconocimientos
07. Refacción



## LISTA DE COTEJO

No.	Criterio	Se evidencia conocimiento de la actividad		Realiza adecuadamente Ejercicios		Tiene fluidez al realizar los ejercicios.		Muestra interés en la actividad.		Se ve motivado al realizar los ejercicios.	
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No
	Estudiante										
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											

