The seal of the Universidad de San Carlos de Guatemala is a large, circular emblem in the background. It features a central shield with a figure on horseback, surrounded by Latin text: "UNIVERSITAS SAN CAROLINIENSIS INTER CAETERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACADEMIA GUATEMALENSIS".

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  
RURAL MIXTA ALDEA BELÉN, SANTO DOMINGO, SUCHITEPÉQUEZ, JORNADA  
MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

**FREDY MELECIO ORTÍZ ALEJANDRO**

GUATEMALA, OCTUBRE 2016



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  
RURAL MIXTA ALDEA BELÉN, SANTO DOMINGO, SUCHITEPÉQUEZ,  
JORNADA MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

POR

FREDY MELECIO ORTÍZ ALEJANDRO

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE:

PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA

EN EL GRADO DE:

PROFESORADO

GUATEMALA, OCTUBRE 2016



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

LICENCIADO ABRAHAM CORTEZ MEJÌA  
**DIRECTOR**

M.A. MYNOR ESTUARDO LEMUS URBINA  
**SECRETARIO**

LICENCIADA DORA JUDITH LÒPEZ AVENDAÑO

LICENCIADO RONALD GIOVANNI MORALES SÀNCHEZ

**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

M.A. JUAN FERNANDO PORRES ARELLANO

**REPRESENTANTE DE LOS EGRESADOS**

PABLO JOSUE MORA TELLO

MARIO ESTUARDO SITAVÍ SEMAYÁ

**REPRESENTANTES DE LOS ESTUDIANTES**



C.c. Control Académico  
Archivo  
Reg. 109-2016  
CODIPs. 2349-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante  
Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
PADEP/DEF  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO DÉCIMO (110º) del Acta CINCUENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (57-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 27 de septiembre 2016, que copiado literalmente dice:

**“CENTÉSIMO DÉCIMO:** 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 Rural Mixta Aldea Belén, Santo Domingo, Suchitepéquez jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

**Fredy Melecio Ortiz Alejandro**

**CARNÉ: 201415639**

Con base a lo anterior, El Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Sistematización, con fines de graduación profesional.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

  
M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
SECRETARIO





**PADEP/DEF No. 112-2016**  
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 Agustín Tenes Arrivillaga** 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 Rural Mixta Aldea Belén, Santo Domingo, Suchitepéquez jornada matutina nivel primario”**

Realizado por el estudiante:

**Fredy Melecio Ortíz Alejandro**

**CARNÉ: 201415639**

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**







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



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS  
DE GUATEMALA  
ESUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA  
ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-



Guatemala 01 abril de 2016

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

Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó el proyecto de Sistematización con fines de graduación 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 Rural Mixta Aldea Belén, Santo Domingo, Suchitepéquez, jornada matutina, nivel primario”**, Del estudiante Fredy Melecio Ortiz Alejandro, con carné 201415639 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. Agustín Tenes Arrivillaga**  
Coordinador Sede Suchitepéquez  
PADEP/DEF





C.c. Control Académico  
Archivo  
Reg. 112-2016  
CODIPs. 883-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante  
Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
PADEP/DEF  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO DÉCIMO CUARTO (114º) 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 DÉCIMO CUARTO:** 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 Rural Mixta Aldea Belén, Santo Domingo, Suchitepéquez jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

**Fredy Melecio Ortiz Alejandro**

**CARNÉ: 201415639**

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





Santo Domingo Suchitepéquez 1 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 Director de la Escuela Oficial Rural Mixta de Aldea Belén Santo Domingo Suchitepéquez, Suchitepéquez, el estudiante Fredy Melecio Ortiz Alejandro, carné No. 201415639, 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 Rural Mixta Aldea Belén, Santo Domingo Suchitepéquez, jornada matutina 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,



MEPU. Abner Rafael Argueta Diaz  
Director

Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Belén  
Santo Domingo, Suchitepéquez





## **DEDICATORIA**

**A DIOS:** Ser supremo quien nos brinda la sabiduría y nos provee de lo necesario para sobrevivir ante tanta dificultades de la vida.

**A MI ESPOSA:** Marlene Yac Castillo, por su apoyo incondicional y comprensión en momentos difíciles.

**A MI HIJO:** Daniel Alejandro Ortiz Yac fuente de inspiración para lograr mis metas trazadas.

**A MIS PADRES:** Por brindarme la vida y enseñarme a ser una persona de bien.

**A MIS COMPAÑEROS:** Junto a ellos hemos alcanzamos un logro más como profesionales, que beneficia a la educación de nuestro país.



## **AGRADECIMIENTOS**

**A DIOS:** Ser supremo quien nos brindó los conocimientos necesarios para el desarrollo de dicha sistematización.

**A GUATEMALA:** Patria que me vio nacer y desarrollarme como profesional de la educación física y a quien le debemos todo nuestro trabajo para un mejor país.

### **A LA UNIVERSIDAD DE**

**SAN CARLOS DE GUATEMALA:** Institución educativa donde muchos han alcanzado sus metas y que nos dio la oportunidad de alcanzar el nuestro y obtener muchos conocimientos para una mejor educación física.

**AL PROGRAMA PADEP/DEF:** Por brindarnos la oportunidad de profesionalizarnos y alcanzar otro éxito académico que es de mucho beneficio personal como laboral.

**AL MINISTERIO DE EDUCACIÓN:** Por financiar el programa académico y que nos sirve de mucho en nuestras labores para mejorar la calidad de la educación física.

### **A DIRECCIÓN GENERAL**

**DE EDUCACIÓN FÍSICA:** Por creer y confiar en nosotros como maestros de educación física y que podemos mejorar la calidad de la misma otorgándonos las becas para alcanzar el éxito.

**A MIS CATEDRATICOS:** Gracias por todos los conocimiento brindados hacia nosotros sin importar las situaciones que se dieron, lucharon incansablemente juntos.



## ÍNDICE

Introducción.	
I. Marco Conceptual.....	2
1.1. Planteamiento.....	2
1.2. Justificación.....	5
II. Marco Metodológico.....	6
2.1. Objetivos.....	6
2.1.1 Generales.....	6
2.1.2 Específicos.....	6
Método.....	6
2.2.1 Muestra.....	7
2.2.2 Recolección de datos.....	7
2.2.3 Análisis Estadístico.....	7
2.2.4. Instrumentos.....	7
III. Marco Teórico.....	8
3.1 Rol del profesor de educación física.....	8
3.1.1 Rol del profesor de educación física.....	11
3.1.1.2. Personalidad.....	11
3.2. Ámbito Biológico.....	12
3.2.1. El aprendizaje del ser humano por leyes biológicas.....	12
3.3. Ámbito Psicológico.....	13
3.3.1. Recursos Pedagógicos.....	13
3.3.2. Factores psicológicos que influyen en el desarrollo físico de los estudiantes.....	13
3.4. Ámbito Social.....	15
3.5. Ámbito Laboral.....	17
3.6. El alumno con problemas de conducta y de rendimiento.....	18
3.7. Psicología Infantil.....	20
3.8. Consecuencias psicológicas por falta de la actividad física.....	21
3.9. Actividad Física y sus Beneficios.....	21
3.9.1. Beneficios Fisiológicos.....	22
3.9.2. Beneficios adicionales en la infancia y la adolescencia.....	22
3.9.3. Ejercicio físico y depresión.....	24
IV. Marco Operativo.....	25
4.1Diseño de la Investigación.....	25
4.1.1 Equipo de Investigación.....	25
4.1.2. Presupuesto.....	25
4.1.3. Programación.....	25
V. Presentación de Resultados.....	26
5.1 Análisis de Datos.....	26

5.2 Interpretación.....	36
VI. Conclusiones.....	39
VII. Recomendaciones.....	40
VIII Bibliografía Y E-Grafía.....	41
IX. Anexos.....	42
9.1. Glosario.....	42
9.2. Instrumentos.....	42
9.3. Programa de Docencia.....	50
9.4. Programa de Extensión.....	58

## Introducción.

En la siguiente investigación podremos encontrar como ayuda el rol del maestro de educación física dentro del establecimiento educativo en sus diferentes ámbitos, tanto en el biológico, psicológico, social y laboral, como también influye en el comportamiento de los niños, este puede ser de buena manera de buscar soluciones al problema de violencia estudiantil, por lo tanto podemos mencionar que el rol fue encaminado a cómo ayudar a los estudiantes a ser menos violentos utilizando al docente, muchos de los síntomas que las del él se revelan a diario en las relaciones cotidianas del trabajo docente, y en definitiva suelen hacer alusión bien al desconocimiento de las verdaderas posibilidades de la Educación Física como materia decisiva en la educación integral del individuo y cómo influye la educación física en la conducta de los estudiantes y verificar los que poseen conductas violentas, las consecuencias de la conductas violentas por falta de actividad física, el bajo rendimiento en los estudiantes por falta de atención a sus problemas y sobre todos a estar estresados por la falta de actividad física, por eso es importante mencionar que la actividad física tiene beneficios que ayudan a los estudiantes a mejorar su calidad de vida, tanto en el ámbito biológico, psicológico, social y laboral. También podemos mencionar los beneficios que la educación física conlleva a los estudiantes, y sacarle todo el provecho necesario para la mejor calidad de vida de cada uno de ellos, utilizando alternativas que promuevan actividades donde no exista la violencia y mejore la calidad de la educación en el establecimiento.



## I. Marco Conceptual

### 1.1. Planteamiento.

En el municipio de Santo Domingo Suchitepéquez, Suchitepéquez, en la Escuela Oficial Rural Mixta de Aldea Belén, La violencia es factor que influyente en los estudiantes el no asistir a clases. La formación integral implica una perspectiva de aprendizaje intencionada, pendiente al fortalecimiento de una personalidad responsable, ética, crítica, participativa, creativa, solidaria y con capacidad de reconocer e interactuar con su entorno para que construya su identidad cultural.

En la educación física se busca promover el crecimiento humano a través de un proceso que se supone una visión multidimensional de la persona, y tiende a desarrollar aspectos como la inteligencia emocional, intelectual, social, material y ética y moral. La educación física trasciende al ámbito del sistema educativo y se instala en la sociedad y en todos sus niveles, los ámbitos donde se desarrollan la educación física es importante destacar el ámbitos biológico, donde en un mundo en el que la primer causa de muerte son los accidentes automovilísticos, y la segunda las enfermedades cardiocirculatorias y respiratorias aumentadas por la vida sedentaria predominante en nuestros días, la violencia que afecta la salud mental de cada estudiantes en dicho establecimiento. El ámbito psicológico es aquel que desarrolla y posee la formación y acreditación correspondiente, la Psicología tiene como eje básico y fundamental, de la cual se constituye como un área de aplicación y los conocimientos complementarios adecuados para el desarrollo del área siendo esta el más afectado por la violencia y a consecuencia de ellos los estudiantes, son más violentos en los centros educativos y generalmente son los que atropellan a los demás estudiantes mediante la violencia física, psicológica del diario vivir escolar.

El ámbito social el considerar que la actividad física como un excelente canal de comunicación social, que permite y facilita la interrelación entre los sujetos, mediante la cotidianidad, la vivencia y las experiencias de las personas en escenarios de socialización como lo son la escuela, la calle, el hogar, los escenarios deportivos y recreativos. El ámbito laboral demuestra una clara correlación entre práctica de la educación física y el deporte mejora de la productividad del desarrollo estudiantil, esta

relación responde al esquema de una práctica deportiva periódica puede suponer grandes y variados beneficios para los establecimientos, a modo de ejemplo, mejora del estado de salud y de la calidad de vida de los estudiantes, reducción del ausentismo escolar, mejoras en la capacidad de decisión, mejoras en el rendimiento y en la productividad, mejoras en las relaciones de los grupos humanos, aumento de la satisfacción de los estudiantes.

Uno de los problemas que afrontan los estudiantes del Municipio de Santo Domingo Suchitepéquez, específicamente en la escuela oficial rural mixta, de Aldea Belén, es la Violencia, por lo tanto el rol del maestro de educación física llega a influir en los estudiantes y ser un motivador para el desarrollo de la actividad física, deporte y recreación, también cabe mencionar que es un medio de recreación muy importante.

Los problemas emocionales y conductuales son citados tanto como complicaciones de los trastornos del aprendizaje como el estudio de las causas de los mismos. De tal manera que generalmente los estudiantes que presenta alteraciones conductuales y emocionales sufre también de cierta dificultad para aprender, ya que pueden tener distintas causas de los síntomas. Existen además, variadas manifestaciones del desarrollo psíquico que varían de lo que se considera "normal" originadas por la vida en extrema pobreza, en carencias afectivo-familiares y/o en la falta de incentivos para aprender que no necesariamente se traducen en patologías pero que predisponen al bajo rendimiento, al fracaso y a la deserción escolar. Las emociones mediatizan la capacidad de adaptarse y de responder a una variedad de experiencias.

Preparan al organismo para responder rápidamente a las amenazas del mundo circundante. Asimismo, los psicólogos sociales plantean que las emociones humanas son fundamentales para el apego, la interacción y la función social. El docente de educación física tiene la capacidad de influir psicológicamente en los estudiantes por medio de juegos, cantos, rondas y diversas actividades recreativas y deportivas para mejorar el factor psicológico en los niños, Todo esto influye en el desarrollo integral, psicológico, biológico y sobre todo estudiantil de los niños.

Proyectar y trabajar actividades donde tanto los padres de familia y los niños puedan entender los beneficios de ir a la escuela, ya que es un beneficio no solo para

el presente si no para el futuro de nuestros estudiantes a nivel nacional, pensando en un mejor bienestar para todos utilizando la educación física como medio que facilite y ayude a todos los involucrados.

¿Los procesos emocionales están profundamente involucrados en la dirección de los procesos cognitivos: la atención, todos los actos perceptivos, el aprendizaje y la memoria?

¿El desarrollo emocional es funcionalmente inseparable de los patrones de experiencias psicosociales en todas las edades?

¿La personalidad y la identidad personal son fundamentalmente de naturaleza emocional?

## 1.2. Justificación.

El déficit, malas condiciones de vida y sobre todo la falta de información, conllevan al desarrollo de la violencia en las escuelas, producto de la violencia, unas expresiones emocionales, la comunicación de lo que sentimos a través de nuestras reacciones y convivencia escolar, sentimientos o intenciones hacia otros en nuestras relaciones interpersonales como estudiantes, son un componente importante de las emociones, las expresiones motrices de la emoción manifestadas a través del sistema neuromuscular consisten tanto en los movimientos de la cara, como en los movimientos posturales y los gestos.

Frecuentemente, los estudiantes irritados muestran intensas emociones negativas, a menudo presenta dificultades para expresar las emociones más sutiles y para expresar emociones positivas, socialización de las emociones, a medida en que los estudiantes se desarrollan, se va reforzando para expresar sus emociones, este proceso ocurre primeramente en la relación padres-hijos, pero si esta relación se ve afectada por la irritabilidad y la dificultad del estudiante para regular su estado de ánimo, es más difícil para los padres otorgar una adecuada enseñanza para que el estudiante socialice apropiadamente sus emociones.

La creación de nuevas alternativas para la activación física y la recreación, sin lugar a duda alguna, representa una excelente herramienta para reducir los elevados índices de violencia escolar y mejor rendimiento entre los estudiantes, al brindarles nuevas herramientas y actividades deportivas en los espacios con ofertas interesantes para la realización de actividades sanas y entretenidas. Como consecuencia se deberán de reducir los índices delictivos en la zona. Quienes practican deporte pertenecen a un sector importante en nuestra sociedad, y de igual manera, quienes se acercan a las escuelas a estudiar y sobre todo recibir su clase de educación física cuentan con motivación y una mente más tranquila para poder sobre llevar los problemas cotidianos en su hogar , por tal razón y teniendo en cuenta la realidad de nuestra comunidad escolar, encaminado a una población física, psíquica y emocionalmente sana a un futuro no muy lejano donde aporte en la transformación de nuestra realidad social.

## II. Marco Metodológico.

### 2.1 Objetivos.

#### 2.1.1 General.

Demostrar la importancia del 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 Rural Mixta Aldea Belén, jornada matutina, nivel primario, del municipio de Santo Domingo Suchitepéquez, departamento de Suchitepéquez.

#### 2.1.2 Específicos.

- 2.1.2.1 Desarrollan actividades donde los estudiantes conozcan el beneficio para su cuerpo de las actividades físicas, y que ayudan a mejorar su rendimiento académico.
- 2.1.2.2 Interaccionaran con diversos tipos de actividades físicas y que influyan en el proceso mental de cambio de hábitos de cada estudiante.
- 2.1.2.3 Participaran todos los estudiantes del establecimiento en actividades que promuevan los valores interpersonales y evitar la violencia entre los mismo.
- 2.1.2.4 Utilizaran todas las actividades donde se promueva la no violencia en el establecimiento educativo y sus alrededores donde puedan desarrollar actividad física para el cambio de mentalidad y una sana distracción y una buena convivencia.

### 2.2 Método.

Encuesta. Es una investigación realizada sobre una muestra de sujetos representativa de un colectivo más amplio, utilizando procedimientos estandarizados de interrogación con interrogación con intención de obtener mediciones cuantitativas de una gran variedad de características objetivas y subjetivas de la población.

### 2.2.1 Muestra

En la escuela oficial rural mixta de Aldea Belén del municipio de Santo Domingo Suchitepéquez, departamento de Suchitepéquez, la muestra fue tomada de estudiantes de primer grado de primaria a sexto grado de primaria, comprendidos en edades de siete años a 15 años, con un total de la muestra de 30 estudiantes siendo 20 del sexo masculino y 10 del sexo femenino.

### 2.2.2 Recolección de datos.

Se utilizó el método de muestreo intencional o de juicio.

Técnicas o instrumentos de investigación son los medios empleados para recolectar información, entre las que se destacan la observación, cuestionario, entrevista y encuesta.

### 2.2.3 Análisis Estadístico.

- a) se tabulara cada una de las respuestas en la observación y en la encuesta.
- b) Se realizara una gráfica por cada pregunta de la observación y la encuesta, determinando el porcentaje de respuestas positivas y negativas.

### 2.2.4. Instrumentos.

#### 2.2.4.1 Observación Científica

Consiste en examinar directamente algún hecho o fenómeno según se presenta espontáneamente y naturalmente, teniendo un propósito expreso conforme a un plan determinado y recopilando los datos en una forma sistemática. Consiste en apreciar, ver analizar un objeto, un sujeto o una situación determinada, con la orientación de una guía o cuestionario, para orientar la observación.

#### 2.2.4.2. La Encuesta.

Es un procedimiento dentro del diseño de investigación descriptiva en el que el investigador busca recopila datos por medio de un cuestionario previamente diseñado o una entrevista a alguien, sin modificar el entorno ni el fenómeno donde se recoge la información ya sea para entregarlo en forma de gráfica o tabla. Los datos se obtienen realizando un conjunto de preguntas normalizadas dirigidas a una muestra representativa o al conjunto total de la población en estudio.

### III. Marco Teórico.

#### 3.1. El rol del profesor de educación física.

El rol de los profesores en general como aquellos formados por los parámetros que justifican el éxito de la docencia y que se basan en acciones concretas definidas por la relación con el entorno, la institución educativa y los propios alumnos. El resultado de la interrelación entre ambas nos representa un rol específico para el profesor de Educación Física definiendo unas pautas de actuación, un tanto ideales, pero que pueden ser tomadas como objetivo final en la progresiva mejora de su acción docente.

La Educación Física y la Escuela han tenido y mantienen un tipo de relación especial, estudiarla e intentar vislumbrar el papel del profesor de Educación Física en este contexto parece un tema apasionante de abordar si reconocemos las potencialidades de aquella en base a la capacidad educativa e integradora de su acción. Quién no ha vivido más o menos conscientemente esta relación; es evidente que la Educación Física arrastra hasta nuestros días una consideración especial que en muchos aspectos se tildaría sin más de discriminatoria, es cuestión llevar al planteamiento de si es verdaderamente una asignatura distinta, y de ser así, qué supone esta situación especial y si la solución está en discriminarla o en conocer sus verdaderas posibilidades dentro de la escuela.

El encontrar todas las causas generadoras de este hecho supondrían un esfuerzo enorme; sin embargo, bien a la concepción dualista del ser humano tan implantada en nuestra sociedad occidental y que dificulta el desarrollo de las tendencias integradoras en las que el individuo es un todo y hay que abordarlo como tal.

Características de muchos de los síntomas que las del él se revelan a diario en las relaciones cotidianas del trabajo docente, y en definitiva suelen hacer alusión bien al desconocimiento de las verdaderas posibilidades de la Educación Física como materia decisiva en la educación integral del individuo el profesor

El rol del docente ha tenido múltiples cambios y su función está determinada para lo que la sociedad requiere en la actualidad. Los docentes pasaron 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. También 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 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)<sup>1</sup>.

Los profesores de educación física debe poseer diferentes características para ser un docente integral: capacidades pedagógicas, psicológicas, profesionales, físicas y morales, las que se detallan a continuación. Capacidad pedagógica del profesor de Educación Física. Las capacidad pedagógica del profesor se puede observar de la forma en cómo el profesor entrega una enseñanza con amabilidad. 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 “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.

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. Los docentes deben 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. Los alumnos valoran más a los profesores que dominan su materia, explican claramente lo que los alumnos han de aprender y les ayudan cuando se presentan dificultades, a la vez que manifiestan el deseo de disfrutar de mayor libertad en la elección de las actividades a practicar, también que les gustaría

---

<sup>1</sup> Ministerio de Educación, 2011

que sus profesores de educación física se preocupasen más por lo que ellos sienten, y tuvieran mayor control sobre los alumnos en clase. Según las finalidades y funciones de la evaluación es frecuente, sin embargo su importancia hace necesario que ésta se aplique desde la triple dimensión de contenidos (conceptuales, procedimentales y actitudinales) y su adecuada relación con los objetivos y nivel de aprendizaje requerido por el CNB.

Toda evaluación debe contener un propósito, una técnica, cuestiones planteadas, aplicación, respuesta o conducta de los alumnos, corrección, calificación y consecuencias derivadas de la misma, los que están conectados y condicionados unos a otros, considerando la evaluación como un sistema. La evaluación debe ser integral, continua, formativa y cooperativa, entendiéndose por cooperativa aquella evaluación en la que se amplía el sujeto evaluador, en cuanto procura que participen de ella, todas las personas que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por lo tanto, el estudiante también debe participar en el control y valoración de su propio aprendizaje. Para que esto se cumpla, es necesario que los estudiantes conozcan a priori los criterios con los que se les va a evaluar, a fin de que puedan detectar sus errores y diferencias de aprendizaje. Esta característica de la cooperativa en la evaluación se evidencia en la práctica a través de la Autoevaluación y la Coevaluación. Este tipo de evaluaciones son útiles, porque ayudan al estudiante a revisar sus propias actividades y a desarrollarse como personas, estimulando la capacidad de la autocrítica. “Es necesario para todo docente conocer hasta que momento la cercanía, creatividad e imaginación son necesarias y buenas, conocer algunos límites de la profesión y tener una guía de cómo se pueden enfrentar algunas situaciones”, según Marco de la Buena Enseñanza (MINEDUC)<sup>2</sup>, puede ser útil y necesario. Este instrumento es una ayuda y va enfocado para todos los docentes, experimentados (a ser más efectivos) o profesores jóvenes recién impartiendo en las salas de clases (como guía). Permite el perfeccionamiento individual por medio del esfuerzo del docente y mejoramiento de la enseñanza a través de un análisis flexible de desempeño profesional, permitiendo saber y asumir que faltas o fortalezas tiene

---

<sup>2</sup> Marco de la Buena Enseñanza (Mineduc)

cada profesor. Y más que nada mirarse a sí mismos, evaluar su desempeño y potenciar su desarrollo profesional, para mejorar la calidad de la educación.

### 3.1.1. Actitud Profesional

Según Salmerón (2011<sup>3</sup>) 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 alumnos. Debe conocer el contexto en el cual se desarrolla, analizarlo y luego comunicarse con los alumnos, 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 alumnos a realizar el ejercicio, con la demostración cualquier contenido complejo se simplifica para los alumnos, dejando así mucho más claro los objetivos que se quieren mostrar.

### 3.1.1.2. Personalidad

Los rasgos de personalidad son todas aquellas acciones, valores, tendencias las cuales definen a las personas, algunas de una manera más trascendental que otras, pero siempre con el mismo significado de aportar a la personalidad de los sujetos e incluso no sólo de individuos, sino también grupos sociales, etarios y culturales. Rasgos comunes: Son aquellos los cuales definen a una cultura, cualidades que dentro de un país o grupo se repiten generalmente. Rasgos centrales: Se entiende por éstos, aquellos que definen la personalidad, rasgos que nombrando cinco o seis de ellos pueden definir a una persona, por ejemplo: ser sociable, dominante, honesto, alegre, inteligente y optimista. Rasgos Secundarios: Se definen a estos rasgos como aquellos que no tienen completa incidencia en la personalidad del individuo, pero sí

---

<sup>3</sup> Salmerón 2011

aportan a ella, son tendencias o gustos por algunas cosas o situaciones determinadas, por ejemplo: Preferencias alimenticias, opiniones políticas, gusto musical. Rasgos fuentes: También llamados de origen, son con los cuales se nace y que generalmente no pueden ser cambiados, dan tendencias en el actuar de las personas, como ejemplo una persona imaginativa generalmente tiende a ser innovadora, creativa, originales e ingeniosas, en otras palabras ser imaginativo aglomera el resto de los rasgos.

El componente físico es importante en cuanto a la visión que tienen los alumnos (Contreras, 2000<sup>4</sup>), es vital que el profesor tenga presencia, ganas y aptitudes físicas para realizar el trabajo, ya que esas actitudes motivan el desempeño dentro de la clase en los alumnos, siendo también de suma relevancia para la profesión una actitud de juventud frente a las clases y los alumnos.

### 3.2 Ámbito biológico.

3.2.1 En el aprendizaje del ser humano está condicionado por leyes biológicas y naturales.

El funcionamiento orgánico y por lo mismo el aprendizaje, depende de fenómenos físicos como la nutrición, la salud y las capacidades de los órganos corporales además de la herencia, que es un estudio propio de la biología.

Los estudiantes en su afán de divertirse en su hogar o ambiente familiar y la sociedad realiza juegos que en su momento se le haya ocurrido o lo pudo observar en otros niños de su alrededor que como todos sabemos ellos tienen mucha imaginación, y que a los padres de familia no les parece y actúan con violencia contra otros estudiantes, provocándole muchos hematomas, cortadas, marcas, incapacidad al caminar por múltiples golpes, y por ello las ausencias a los establecimientos educativos, ya que en ellos también pueden encontrar personas que puedan hacerle daño más de lo que ya trae de su hogar, y conlleva a muchos problemas biológicos. “Pueden distinguirse varias formas de maltrato que los adultos ejercen sobre los estudiantes, la negligencia que se expresa en desprotección, descuido y/o abandono, el maltrato físico que es toda forma de castigo corporal e incluye también, el encierro o la privación intencional de cuidados o alimentos; el abuso sexual, que consiste en

---

<sup>4</sup> Contreras, 2000

obligar o persuadir a un niño para que participe en actividades sexuales adultas, frente a la que no puede dar un consentimiento informado y último pero no por eso menos importante, el maltrato emocional, que acompaña a todas las otras, pero que puede ejercerse independientemente de las demás, por ejemplo, mediante amenazas aterradoras, descalificaciones, desvalorizaciones y/o ausencias de expresiones cariñosas”<sup>5</sup>. Todas las formas de maltrato que hemos descrito producen a los niños daños variables en función de diversos factores, especialmente la intensidad con que se ejercen y su persistencia en el tiempo, pero siempre significan un atentado contra su vida y su salud que afecta su desarrollo integral y deje secuelas en el futuro persona y que no puedan sanar ya sea por un golpe proporcionado y que afecte su salud como también psicológicamente no pueda sobreponer a todo lo que la sociedad imponga con el que dirán.

### 3.3 Ámbito Psicológico.

#### 3.3.1 Recurso pedagógico

Es muy importante en la educación de los estudiantes, la motivación es una situación de desequilibrio provocado por un estímulo externo o interno. La motivación interna u organiza es causada por las necesidades de vida, desarrollo y conservación del individuo, tales como la adquisición de alimento, calor, luz, etc.

Motivación externa o ambiental causada por el estímulo de los agentes externos en función de las necesidades internas y las aspiraciones del ser humano. Toda motivación extrínseca debe convertirse en intrínseca para que pueda darse el aprendizaje.

El rol del adulto, por tanto no se circunscribe solo a la satisfacción de las necesidades básicas del niño: alimentación, abrigo, higiene, sino también a la necesidad de afecto familiar que es la más importante de todas para el buen desarrollo físico-mental del estudiante.

#### 3.3.2 Factores psicológicos que influyen en el desarrollo físico de los estudiantes.

La psicología del desarrollo, es una rama de la psicología que estudia los patrones de crecimiento y cambio que ocurren durante la vida, así como también estudia la

---

<sup>5</sup> Familias Violentas, Eduardo J. Padilla, Revista Criterio

interacción entre el desenvolvimiento del comportamiento y el entorno en un constante cambio. Los psicólogos del desarrollo estudian la manera en que el entorno trabaja a favor o en contra de las capacidades del individuo. Los cambios evolutivos que se dan durante la vida de un individuo corresponden a una serie de ocho etapas del desarrollo psicosocial. Con base en la teoría del desarrollo psicosocial postulada por (Erik Erikson)<sup>6</sup> esta comprende los cambios en las interacciones y comprensión de los demás, así como de sí mismo, como miembro de la sociedad, implicando, así, la resolución de una crisis o conflicto desde la infancia, hasta el resto de la vida.

El desarrollo infantil y el aprendizaje temprano: Los primeros ocho años de la vida del niño son fundamentales, especialmente los tres primeros años, que son la base de la salud, el crecimiento y el desarrollo en el futuro. Durante este período, las niñas y los niños aprenden más rápidamente que en cualquier otra época. Los recién nacidos y los niños de corta edad se desarrollan con mayor rapidez y aprenden más rápidamente cuando reciben amor y afecto, atención, aliento y estímulos mentales, así como alimentos nutritivos y una buena atención de la salud. Los niños que se sienten seguros observan por lo general un mejor rendimiento escolar y superan con mayor facilidad las dificultades que presenta la vida. La manera más importante en que los niños se desarrollan y aprenden es por medio de la relación con los demás. Cuanto más los adultos o los cuidadores hablan y responden a los niños, más rápido se desarrolla su aprendizaje.

Alentar a los estudiantes a jugar y explorar les ayuda a aprender y desarrollarse social, emocional, física e intelectualmente. Los estudiantes juegan para divertirse, pero el juego también es un aspecto importante de su aprendizaje y su desarrollo. El juego ayuda al niño a ampliar sus conocimientos y experiencias y a desarrollar su curiosidad y su confianza. Los estudiantes aprenden intentando hacer cosas, comparando los resultados, haciendo preguntas, fijándose nuevas metas y buscando la manera de alcanzarlas. El juego también favorece el desarrollo del dominio del lenguaje y de la capacidad de razonamiento, planificación, organización y toma de decisiones. La estimulación y el juego son especialmente importantes si el niño padece una discapacidad. Los niños cambian constantemente y desarrollan nuevas

---

<sup>6</sup> Eric Erikson

capacidades. Los adultos deben darse cuenta de estos cambios y seguir la iniciativa del niño para ayudarlo a desarrollarse más rápidamente. Los niños aprenden a actuar imitando el comportamiento de las personas que tienen más próximas. También aprenden qué tipo de conducta es o no es aceptable.

“Es la rama de la psicología que estudia los patrones de crecimiento y cambio que ocurren durante la vida. Los psicólogos del desarrollo estudian la interacción entre el desenvolvimiento de los patrones de comportamiento predeterminados biológicamente y un entorno dinámico en constante cambio, se dedican a estudiar la manera en que el entorno trabaja a favor, o en contra, de las capacidades genéticas del individuo, como el mundo en el que vive afecta su desarrollo y en qué forma puede ser motivado para desarrollar su potencial al máximo.” “La naturaleza del desarrollo social temprano de un niño fundamenta las relaciones sociales que perduraran toda la vida” Algunos teóricos han considerado la manera en que la sociedad y la cultura presentan retos que cambian a medida que madura el individuo. Erikson<sup>7</sup> “está bastante más orientado hacia la sociedad y la cultura, con sus intereses antropológicos desplaza sus teorías a los instintos y al inconsciente, Establecía que el desarrollo funciona a partir de un principio epigenético”.

### 3.4. Ámbito Social.

La familia es el primero de los poderes educativos, pues la educación sistemática tuvo origen en el seno familiar, con el paso del tiempo, la familia fue cediendo terreno a la educación sistemática por muchas razones, la comunidad local, los educandos más que consecuencia de la acción directa del maestro y de la escuela, lo serán de la comunidad que les sirve de estímulo, de condicionante y de experiencias educativas.

Otros de los factores se encuentran el lenguaje, la religión, los próceres y personas ilustres, la cultura y la civilización, las costumbres, el derecho y la profesión.

La violencia social afecta a los estudiantes pequeños a muchos niveles y de muchas maneras: en los planos físico, social y emocional. Es más probable que experimenten estrés grave, incontrolable y crónico, lo que afecta a su capacidad de reacción a situaciones estresantes. Si los niños están en un estado constante de

---

<sup>7</sup> Erik Erikson

miedo, se vuelven insensibles a los estímulos externos (como por ejemplo, sonidos) y tiene problemas para recuperarse de sentimientos negativos.

Con el tiempo, estas reacciones pueden causar trastornos mentales, como depresión, ansiedad y síndrome de estrés postraumático. También pueden causar problemas de salud, sociales y escolares, y pueden hacer a los niños más propensos a participar en conductas de riesgo (como agresión y abuso de sustancias) a lo largo de su infancia y de su vida adulta.

“Es evidente que la violencia es dañina para los niños”<sup>8</sup>. Habría que dedicar todos los esfuerzos posibles para proteger a los niños de esta, y para encontrar maneras efectivas de apoyar a los niños expuestos a ella.

Una gran parte de la violencia permanece oculta. En ocasiones, los niños y niñas se sienten incapaces de denunciar los actos de violencia por miedo a las represalias de su agresor. Puede ocurrir también que ni los niños y niñas ni el agresor vean nada malo o inusual en estas prácticas, o que ni siquiera piensen que estos actos violentos constituyen violencia, y los consideren más bien como castigos justificados y necesarios. Puede que el niño maltratado se sienta avergonzado o culpable, pensando que se trata de un castigo merecido. Esto es a menudo la causa de que el niño se muestre reticente a hablar de ello.” La violencia es omnipresente en las sociedades en las que los niños y niñas crecen. La ven en los medios de comunicación, y forma parte de las normas económicas, culturales y sociales que configuran el entorno del niño”<sup>9</sup>. La violencia tiene sus raíces en cuestiones como las relaciones de poder asociadas al género, la exclusión, y la ausencia de protección por parte de un tutor adulto y de reglas sociales que protejan o respeten a la infancia. Otros factores pueden ser el consumo de drogas, el fácil acceso a armas de fuego, el consumo de alcohol, el desempleo, la delincuencia, la impunidad y el encubrimiento.

La violencia puede tener consecuencias graves para el desarrollo de los estudiantes. En casos extremos resulta en lesiones graves o incluso muerte. No obstante, también puede afectar a la salud de los estudiantes, a su capacidad de aprendizaje o incluso a su voluntad de ir a la escuela, ya que en la escuela de aldea

---

<sup>8</sup> Richard E. Tremblay, PhD, Universidad de Montreal, Canadá y Universidad College Dublin, Irlanda

<sup>9</sup> Unicef protección infantil contra el abuso y la violencia

belén es el caso que por los factores que afectan a su alrededor los niños no quieren ir a la escuela y desean en muchas ocasiones imitar a los que propician la violencia, también la violencia puede ser causa de que el niño huya de su hogar, exponiéndole así a más peligros, asimismo la violencia destruye la autoestima de los niños y niñas y puede imposibilitarles para ser unos buenos padres en el futuro.

### 3.5. Ámbito Laboral.

La competencia laboral es la capacidad que una persona posee para desempeñar una función productiva en escenarios laborales usando diferentes recursos bajo ciertas condiciones, que aseguren la calidad en el logro de los resultados. La competencia laboral, no se parte de lo que se debe de hacer en el puesto de trabajo., se va más allá; se incluyen características y comportamientos eficaces que deben de desarrollarse en el trabajo, y rasgos psicológicos como: los comportamientos observables, conocimientos entre otros.

Aquí podemos observar la importancia que tiene la escuela y el área de educación física como agente de detección y notificación del maltrato infantil para asegurar que los niños y niñas se desarrollen adecuadamente además de las razones de tipo jurídico, otro tipo de motivos que implican a la escuela en la actuación ante el maltrato infantil, aluden a cuestiones prácticas. La escuela es el lugar en que los niños y niñas pasan largos periodos de tiempo rodeados de profesionales que tienen la capacidad de observar sus conductas en un entorno privilegiado de aprendizaje.

La violencia afecta en la clase de educación física porque los estudiantes llegan con mucha energía negativa y cuando corren, es donde explota todos esos niveles de adrenalina violenta que generalmente hace que el estudiante sean más agresivos y posesivos, también podemos mencionar que los estudiantes llevan la patrones de violencia que viven en su hogar o entorno social y eso conlleva a que sean violentos por naturaleza y perjudican la clase de educación física, creando desorden y maltrato a otros estudiantes.

Los docentes pasan mucho tiempo con los niños y niñas en el caso del docente de educación física dos periodos por semana, por lo que pueden observar cómo son las conductas de cada uno de ellos, cómo van progresando en sus aprendizajes y

constatar así si existe algún problema o no, también podríamos decir que existen también motivos que se sitúan más bien a nivel ético. Todas las personas tenemos la responsabilidad social de proteger a los más indefensos, en este caso, los niños y niñas, procurando los medios para que puedan alcanzar un desarrollo global armónico.

“Los docentes, especialmente, tienen esta responsabilidad, ya que su trabajo hace que estén en contacto diario con estos niños y su formación les permite entender la importancia de que niños y niñas vivan en un entorno adecuado que contribuya a un buen desarrollo de todas y cada una de sus capacidades” (motoras, psicológicas, afectivas, sociales,...). (Pérez de Albéniz, 2011)<sup>10</sup> A pesar de la posibilidad que tiene la escuela de detectar las diferentes situaciones de desprotección infantil que pueden estar viviendo los niños y niñas que a ella acuden y a pesar de las razones jurídicas que obligan a esta institución a notificar este tipo de problemáticas, la realidad demuestra que la escuela no cumple de forma adecuada esta función, y por el miedo que pueda causar en ellos según las características de la sociedad y el factor tiempo de cada docente.

La mayoría de los docentes no reconocen más formas de malos tratos que los malos tratos físicos y/o abusos sexuales graves, (que son precisamente los que los medios de comunicación presentan), esta idea de que los padres deben de ser monstruos o estar locos es en parte lógica.

### 3.6. El alumno con problemas de conducta y de rendimiento

Las dificultades emocionales y de la conducta en los escolares constituyen un serio y difícil problema tanto para la educación y la salud mental de los estudiantes como para los padres cuyos hijos no logran en la escuela un rendimiento acorde con sus esfuerzos y expectativas. La mayoría de los alumnos que presentan dificultades emocionales y conductuales poseen leves alteraciones en su desarrollo cognitivo, psicomotor o emocional, sin que en general puedan ser asignados a categorías diagnósticas específicas tales como retardo mental, síndrome de déficit atencional o trastornos específicos del aprendizaje. La duración, la frecuencia y la intensidad con

---

<sup>10</sup> Pérez de Albéniz , 2011<sup>10</sup>

que ocurre la conducta disruptiva son algunos de los elementos que permiten concluir que el alumno presenta un problema.

Todos los estudiantes presenta características cognitivo-afectivas y conductuales distintas, y las escuelas, en general, otorgan una enseñanza destinada a estudiantes normales que prácticamente no presentan diferencias entre sí y que no muestran alteración, desviación, déficit o lentitud en ningún aspecto de su desarrollo. Esto provoca que todos los estudiantes que por alguna razón se desvían o alejan de este “promedio” están en riesgo de bajo rendimiento y de fracaso escolar. Un estudiante en riesgo no significa que sea retrasado o que tenga alguna incapacidad. Los factores de riesgo del estudiante incluyen déficits cognitivos, del lenguaje, atención lábil, escasas habilidades sociales y problemas emocionales y de la conducta. Los factores de riesgo de la escuela se refieren a aquellas características y circunstancias específicas ligadas a los docentes y administrativos como los prejuicios y las bajas expectativas de rendimiento, la inhabilidad para modificar el currículo, la falta de recursos y la carencia de estrategias de enseñanza. El profesor de enseñanza pre básica o media, tarde o temprano deberá enfrentar algún alumno que presente problemas de conducta, que altere la convivencia con sus compañeros y que interrumpa la clase. La conducta disruptiva que el estudiante presente puede variar considerablemente de acuerdo a la naturaleza del problema que lo afecte, al tamaño del curso, a la materia que se esté enseñando y al tipo de escuela.

Muchos profesores dirán que tienen una clara idea de lo que constituye un problema de conducta. Sin embargo, un alumno puede presentar problemas de conducta frente a un determinado profesor y no frente a otro, como también exteriorizar sus alteraciones de manera transitoria o periódica. El alumno con estas perturbaciones causa, sin duda alguna, varias dificultades para sus padres, sus profesores y sus compañeros de curso. Los educadores pueden sentirse frustrados y sentir ansiedad cuando deben enfrentar un alumno con problemas de conducta.

Los padres y profesores comparten la preocupación por la alteración conductual que el alumno presenta. Si bien no se debe exagerar ante un problema de conducta, tampoco debe minimizarse ya que, en general, son el extremo más visible de los alumnos con problemas para aprender. Los padres inevitablemente se preocupan por

la manera en que el hijo se comporta y esta preocupación se complica con sentimientos de frustración y rabia cuando el progreso escolar es lento o es escaso y las críticas de otros padres y de algunos profesores aumentan. Asimismo, este estudiante causa problemas en su familia con sus hermanos, quienes sufren porque los padres en general ocupan la mayor parte de su tiempo en el hijo problema

### 3.7. Psicología Infantil

Esta el término que ahora vamos a proceder a estudiar. En concreto el primero de aquellos, psicología, podemos determinar que emana del griego pues está conformado por la unión de *psyche*, que puede traducirse como “alma”, y de *logia* que es sinónimo de “el estudio de”. Mientras, el segundo vocablo, infantil, tiene su origen en la palabra latina *infantis* que es equivalente a “relativo a los bebés”. La psicología infantil se encarga del estudio del comportamiento del niño, desde su nacimiento hasta su adolescencia.

De esta forma, esta rama de la psicología se centra en el desarrollo físico, motor, cognitivo, perceptivo, afectivo y social. Así es como los psicólogos infantiles llevan adelante métodos para prever y resolver los problemas en la salud mental de los niños. La psicología infantil atiende dos variables que pueden incidir en el desarrollo del niño: el factor ambiental, como la influencia de sus padres o de sus amigos, y el factor biológico, determinado por la genética.

Una de las cuestiones fundamentales que se intenta transmitir a través de la citada psicología infantil es también la necesidad de que los padres reaccionen y sepan cuando acudir a la misma para poder ponerle solución al problema que tiene su hijo, sea del tipo que sea. En este sentido, se establece que hay una serie de parámetros que son los que le pueden indicar al padre o a la madre que ha llegado el momento de solicitar la ayuda de especialistas.

Así, da a conocer que hay que optar por profesionales cuando se está viviendo una importante crisis en el seno familiar, cuando el pequeño tiene problemas en el colegio, cuando aquel tiene problemas de relación con sus compañeros, cuando su hijo está deprimido o cuando la personalidad y conducta de aquel ha cambiado radicalmente.

En cuanto a sus principales teorías, la psicología infantil se basa en la descripción de la personalidad y la percepción desarrollada por el austriaco Sigmund Freud<sup>11</sup>, y en los conceptos del saber cognitivo propuestos por el suizo Jean Piaget<sup>12</sup>.

Para la teoría freudiana, el desarrollo de una personalidad sana es imprescindible para satisfacer las necesidades instintivas del niño. Freud afirma que las tres etapas estructurales de la personalidad son el ello (la fuente de todos los instintos), el súper-yo (representa las reglas sociales y morales) y el yo (la fase intermedia entre el ello y el súper-yo). Piaget, por su parte, se concentra en el conocimiento innato del niño, que aparece desde el nacimiento y que permite el aprendizaje sin necesidad de estímulos externos. Muchas son las cuestiones y ámbitos que se pueden estudiar y solucionar a través de la psicología infantil. En este sentido habría que destacar especialmente el fracaso escolar, los problemas emocionales, el maltrato, el abuso sexual o los problemas de incontinencia.

### 3.8. Consecuencias psicológicas por falta de la actividad física.

La falta de actividad física predispone a los individuos a varios problemas de salud potencialmente serios y crónicos que conlleva a una calidad de vida decadente. La actividad física rutinaria y una dieta nutritiva y balanceada son esenciales cuando se trata de mantener un estilo de vida saludable, ya que los profesionales de la salud recomiendan que los individuos participen en al menos 30 minutos de actividad física cada día para mantenerse saludables y en forma.

### 3.9. Actividad Física y sus Beneficios.

Se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. Se ha observado que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial (6% de las muertes registradas en todo el mundo). Además, se estima que la inactividad física

---

<sup>11</sup> teoría la psicología infantil Sigmund Freud

<sup>12</sup> conceptos del saber cognitivo, suizo Jean Piaget.

es la causa principal de aproximadamente un 21%-25% de los cánceres de mama y de colon, el 27% de los casos de diabetes y aproximadamente el 30% de la carga de cardiopatía isquémica.

Un nivel adecuado de actividad física regular en los adultos: Reduce el riesgo de hipertensión, cardiopatía coronaria, accidente cerebrovascular, diabetes, cáncer de mama y de colon, depresión y caídas; mejora la salud ósea y funcional, y es un determinante clave del gasto energético, y es por tanto fundamental para el equilibrio calórico y el control del peso. La "actividad física" no debe confundirse con el "ejercicio".

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.

#### 3.9.1. 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).

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.

- Fomenta la sociabilidad.
- Aumenta la autonomía y la integración social, estos beneficios son especialmente importantes en el caso de discapacidad física o psíquica.

#### 3.9.2. Beneficios adicionales en la infancia y la adolescencia.

Los beneficios comprobados en estas etapas son:

- 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.

La salud no es solo la ausencia de enfermedad, salud es encontrarse bien, lo mejor posible, y eso incluye aspectos físicos, psicológicos y sociales. El papel del ejercicio físico en la mejora del bienestar individual y social está siendo cada vez más importante en la medida que se incrementa el número de personas con problemas de ansiedad o depresión. El ejercicio aeróbico está asociado a reducciones en estas últimas. Su relación con el bienestar psicológico tiene un carácter correlacional más que causal. Los efectos de los ejercicios físicos tienden a ser más agudos que crónicos, y las personas dicen sentirse mejor inmediatamente después del ejercicio, efecto que suele permanecer durante varias horas. El ejercicio físico ha demostrado tener un impacto positivo en una diversidad de esferas, como el fortalecimiento de la autoestima, el aumento de la sensación de control, la mejora de la autoconfianza y la mejora del funcionamiento mental. Se han sugerido explicaciones psicológicas, fisiológicas y sociales para las distintas formas en que el ejercicio físico mejora el bienestar psicológico. Dado que el ejercicio físico está relacionado con esos cambios positivos, su práctica deberá ser alentada, promovida y facilitada por las personas e instituciones responsables.

- Ejercicio físico y bienestar psicológico
- Efecto del ejercicio físico sobre el bienestar psicológico

Las distintas ideas expuestas hasta aquí sugieren una relación positiva entre el ejercicio físico y el bienestar psicológico. Se han propuesto varias hipótesis, tanto psicológicas como fisiológicas, para explicar cómo funcionan los ejercicios físicos sobre el bienestar (Weinberg & Gould, 1996<sup>13</sup>)

---

<sup>13</sup> Weinberg & Gould, 1996

### 3.9.3. Ejercicio físico y depresión.

Hasta el momento, la mayoría de estudios que han investigado la relación entre el ejercicio físico y las disminuciones en los niveles de depresión y ansiedad han sido correlacionales. Si bien, no podemos afirmar de manera concluyente que el ejercicio motivó o produjo el cambio en el estado de ánimo, sino más bien que el ejercicio parece estar asociado a cambios positivos en los estados de ánimo (Weinberg & Gould, 1996<sup>14</sup>). La inmensa mayoría de las investigaciones que estudian la relación entre ejercicio físico y bienestar psicológico han utilizado los ejercicios aeróbicos. Se ha demostrado que el ejercicio ha de tener la suficiente duración e intensidad para producir efectos psicológicos positivos.

En lo referente al ejercicio crónico y a la salud mental.

- El ejercicio físico está relacionado con la reducción de emociones vinculadas al estrés, como el estado de ansiedad.
- La ansiedad y la depresión son síntomas habituales de fracaso en el afrontamiento del estrés mental, y al ejercicio físico se le ha relacionado con una disminución del nivel - de suave a moderado - de la depresión y la ansiedad.
- Por lo general, el ejercicio físico a largo plazo está relacionado con reducciones en rasgos como el neuroticismo y la ansiedad.
- Por lo general, la depresión grave requiere tratamiento profesional, lo que puede incluir medicación, terapia electro convulsiva y/o psicoterapia, con los ejercicios físicos como elemento complementario.

---

<sup>14</sup>Weinberg & Gould, 1996

#### IV. Marco Operativo.

##### 4.1 Diseño de la Investigación.

##### 4.1.1 Equipo de Investigación.

4.1.1.1 Investigador principal. Fredy Melecio Ortiz Alejandro

4.1.1.2. Director del Centro Educativo. Abner Rafael Argueta Díaz

##### 4.1.2. Presupuesto.

No	Descripción	Costo
1.	Papel bond	Q. 25.00
2.	Lapiceros	Q. 25.00
3.	Lápiz	Q. 10.00
4.	Fólder	Q. 5.00
5.	Impresiones	Q. 50.00
6	Internet	Q. 15.00
7	Encuadernación	Q.35.00
<b>TOTAL</b>		<b><u>Q. 165.00</u></b>

##### 4.1.3. Programación.

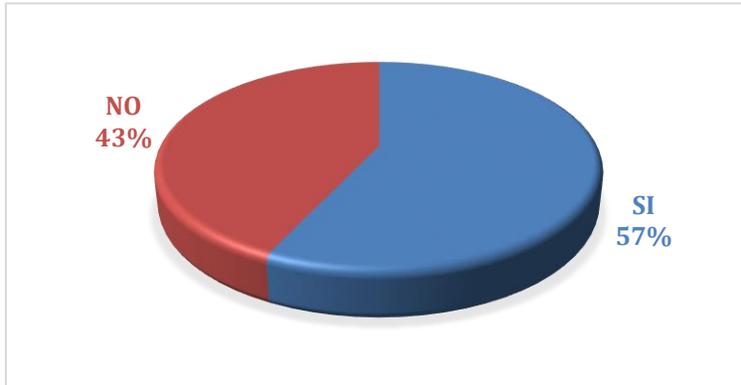
#### GRAFICA DE GANTT

ACTIVIDADES	ENERO		FEBRERO				MARZO				ABRIL			
	SEMANA		SEMANAS				SEMANAS				SEMANAS			
	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN			■											
DISEÑO DE LA PRUEBA				■										
ELABORACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN				■										
APLICACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN					■	■								
ANÁLISIS Y TABULACIÓN DE RESULTADOS							■							
INFORME FINAL								■						

## V. Presentación de Resultados

### 5.1 Análisis de Datos.

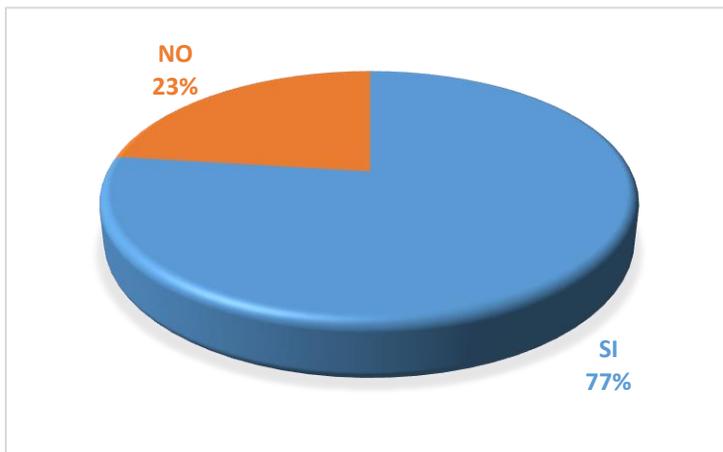
1. La conducta violenta del estudiante se refleja a diario y es discriminado por sus compañeros.



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	17	57%
NO	13	43%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
Padep/def 2016

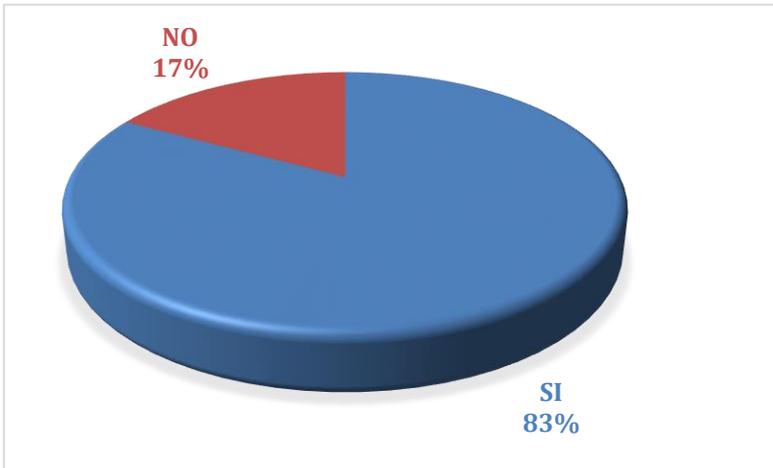
2. La conducta violenta del estudiante afecta el desarrollo físico del estudiante.



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	23	77%
NO	7	23%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
Padep/def 2016

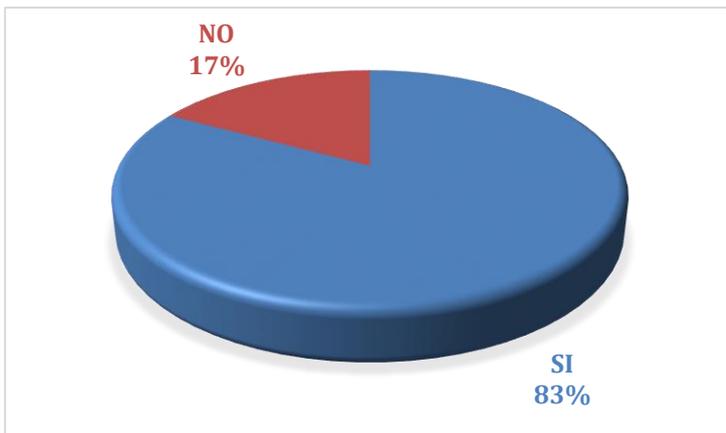
3. La violencia que el estudiante muestra es producto de la violencia social que impacta el en desarrollo psicológico.



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	25	83%
NO	5	17%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

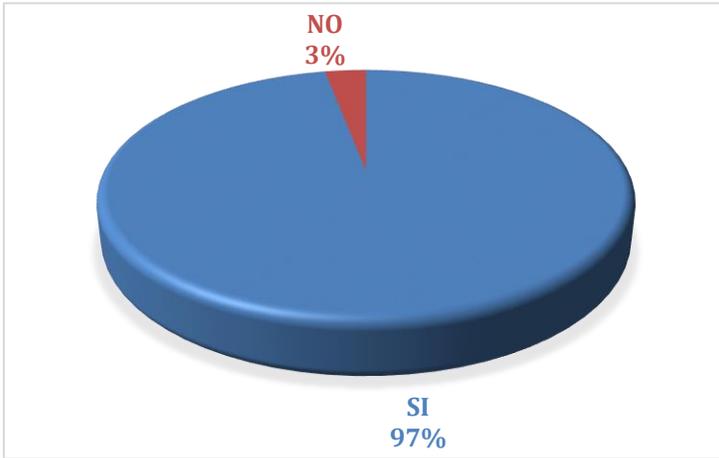
4. La comunidad educativa aísla a los estudiantes con mucha violencia y afecta el desarrollo estudiantil.



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	25	83%
NO	5	17%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

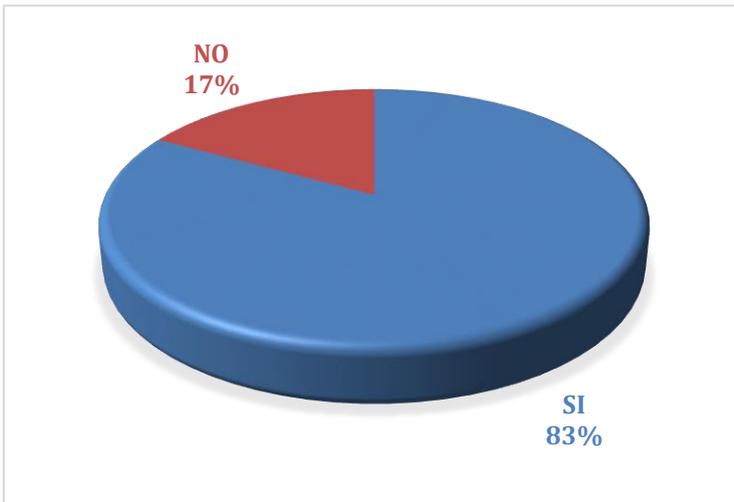
5. La violencia que se vive en la familia a diario afecta psicológicamente al estudiante.



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	29	97%
NO	1	3%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

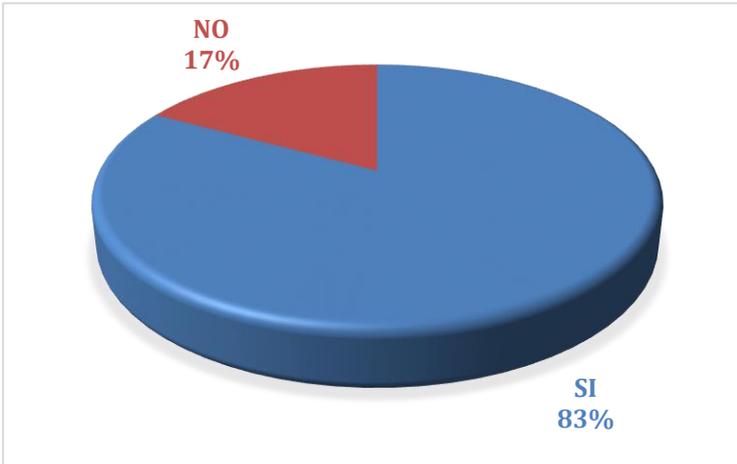
6. El maltrato infantil afecta en el desarrollo biológico del estudiante en aspectos de salud.



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	25	83%
NO	5	17%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

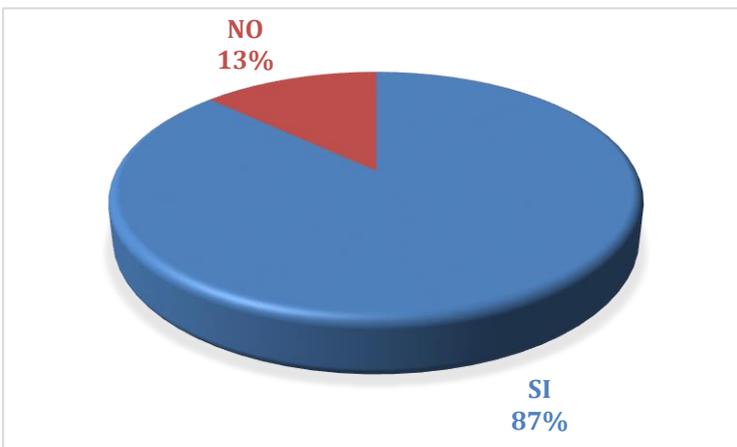
7. Manifiesta violencia o conducta agresiva en respuesta al resultado de lo vivido en su hogar y afecta al desarrollo psicomotor.



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	25	83%
NO	5	17%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

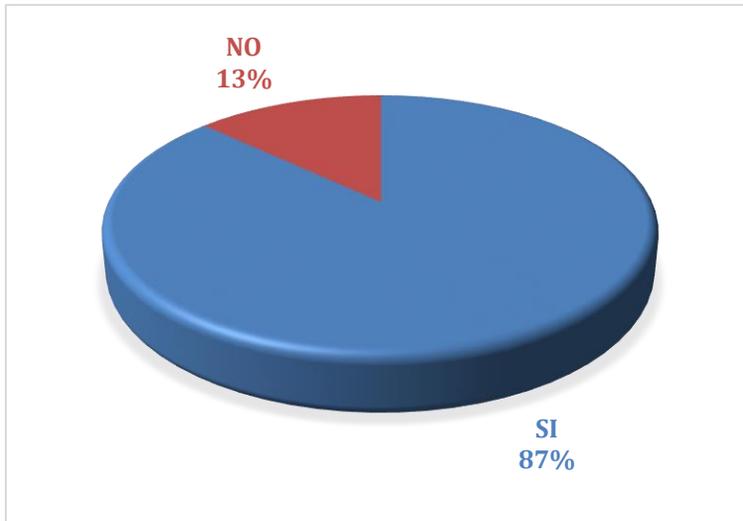
8. La violencia es resultado de tener padres violentos a causa de vicios.



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	26	87%
NO	4	13%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

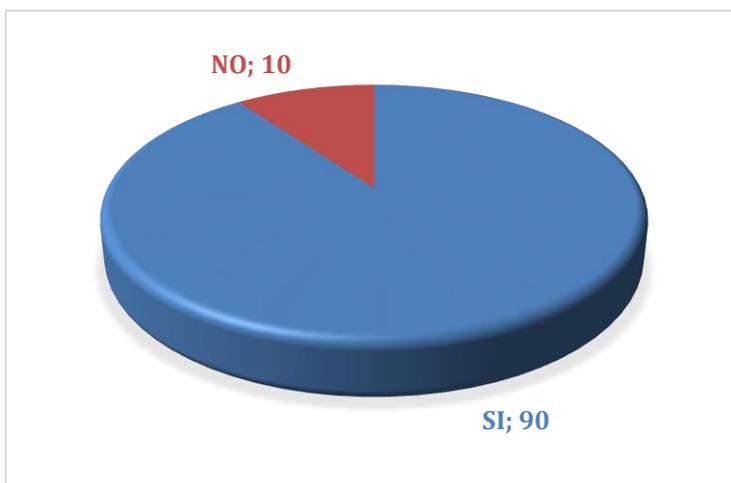
9. El estudiante violento presenta violencia física a sus compañeros como resultado de lo vivido en su hogar.



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	26	87%
NO	4	13%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

10. La conducta violenta del estudiante influye para que otros sean violentos dentro del establecimiento.

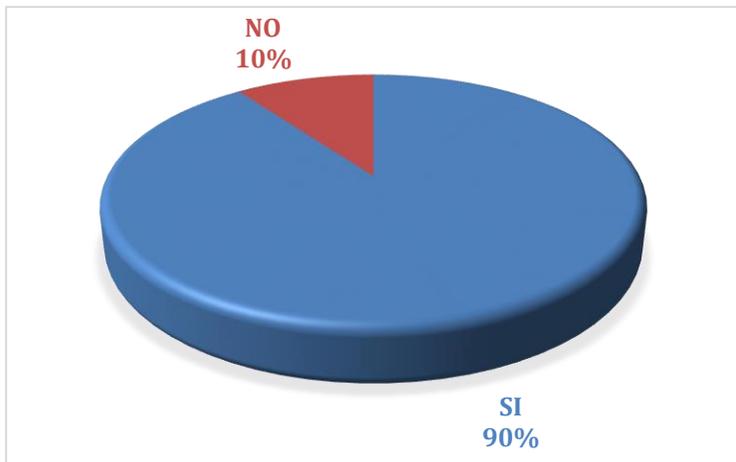


Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	27	90%
NO	3	10%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

## ANALISIS DE LAS BOLETAS DE ENCUESTA

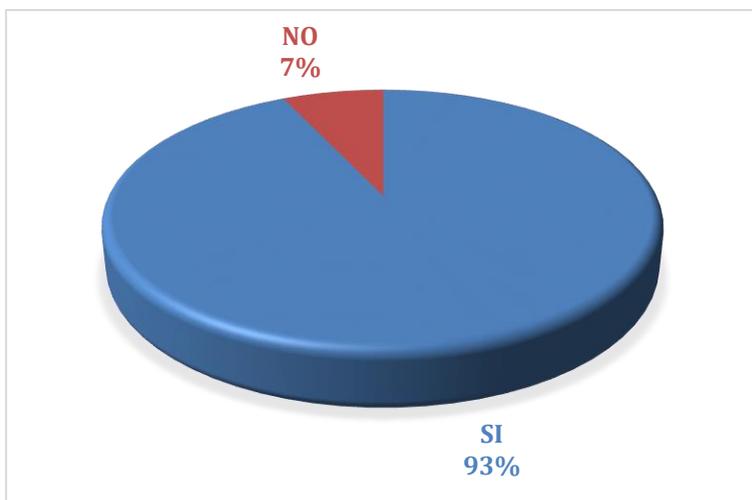
1. ¿Cree usted que rol del docente de educación física incide en la conducta de los estudiantes del establecimiento?



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	27	90%
NO	3	10%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

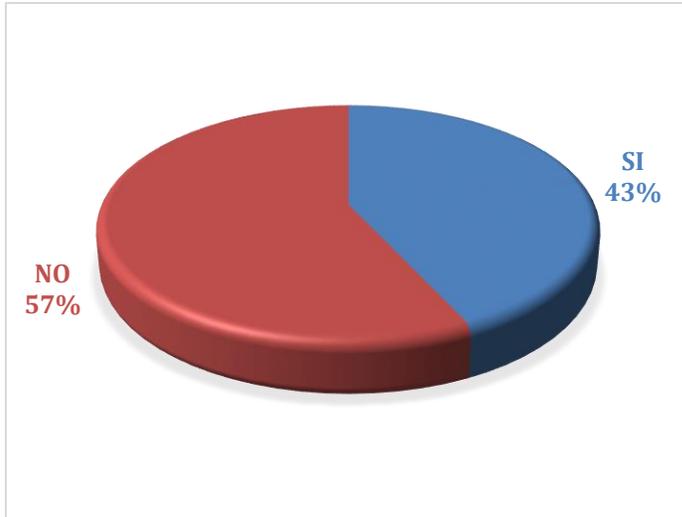
2. ¿Las actividades del establecimiento promueve actividades donde se fortalezca la no violencia?



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	28	93%
NO	2	7%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

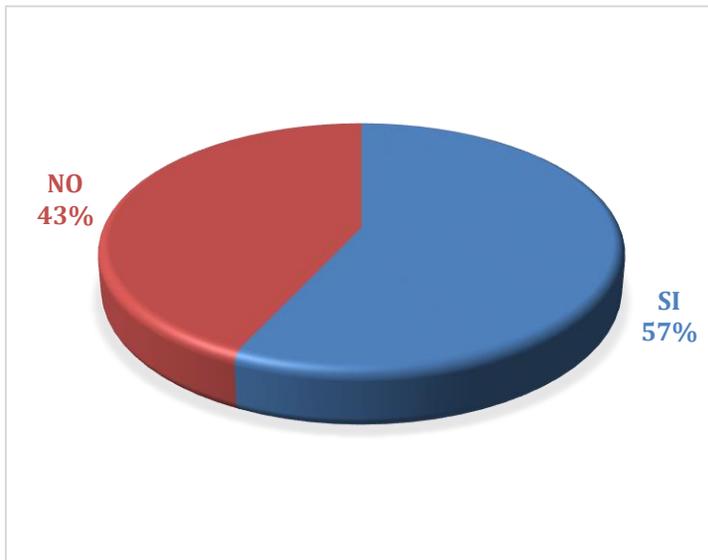
3. ¿Influye en ustedes que las actividades físicas promuevan la no violencia en su hogar?



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	13	43%
NO	17	57%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

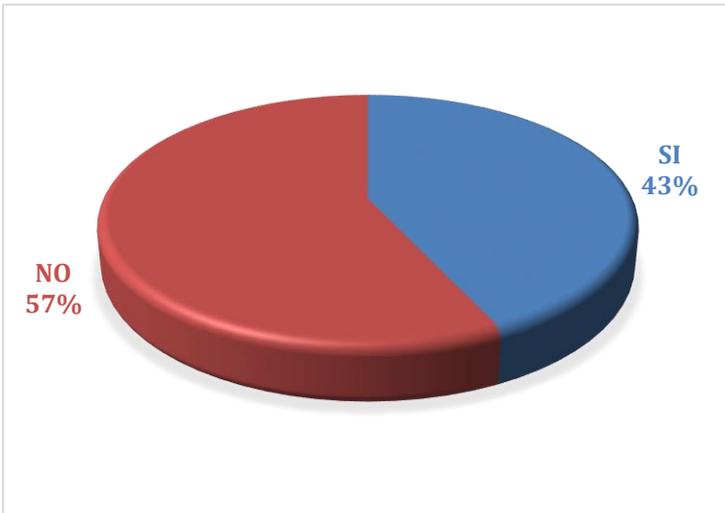
4. ¿El lugar donde usted vive existen personas violentas y agresivas?



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	17	57%
NO	13	43%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

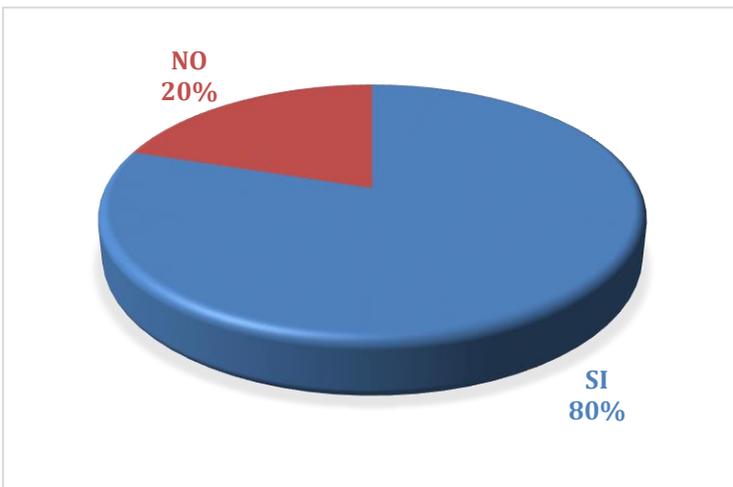
5. ¿De sus padres alguno tiene algún vicio que influya en la violencia?



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	13	43%
NO	17	57%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

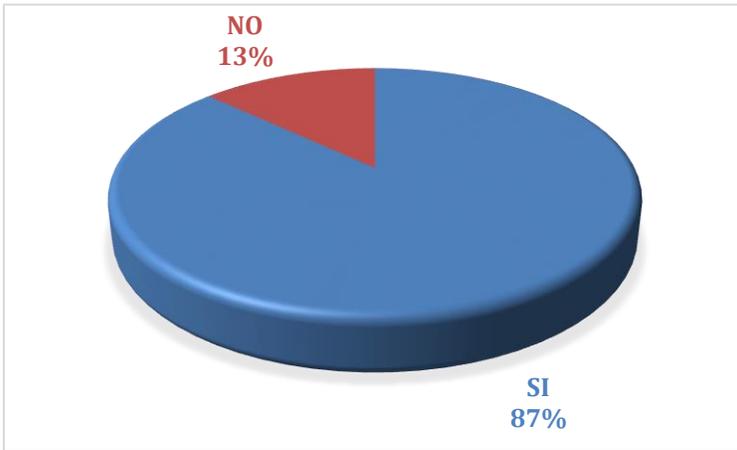
6. ¿Considera usted que su comunidad existan muchas personas violentas?



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	24	80%
NO	6	20%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

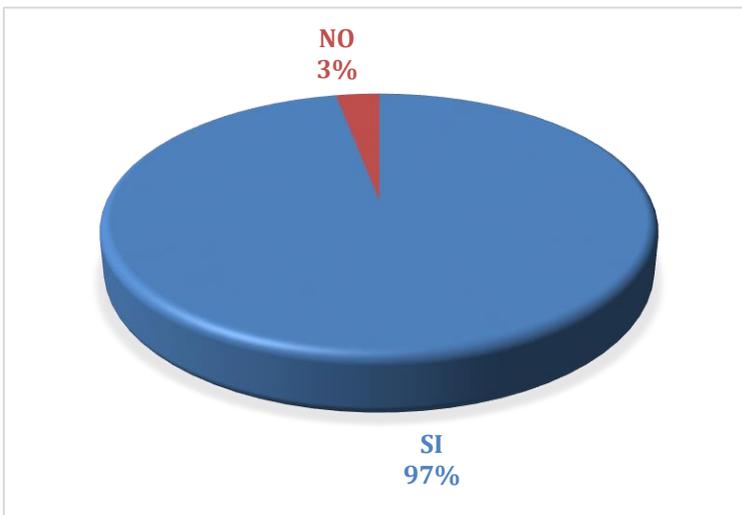
7. ¿Cree usted que si hubiese comunicación en su hogar fuera menos violenta?



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	26	87%
NO	4	13%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

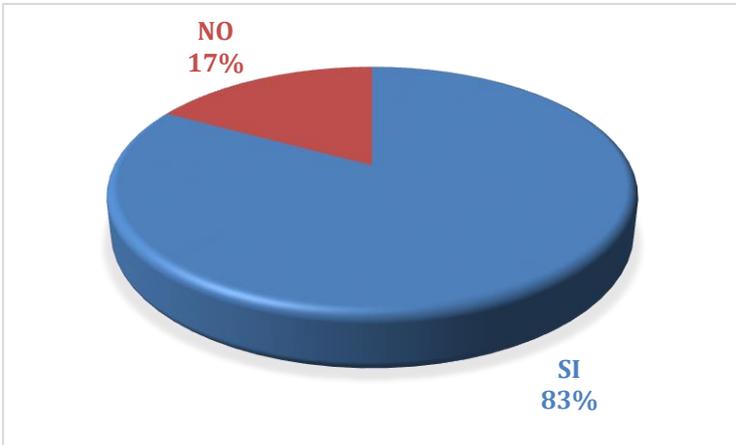
8. ¿En establecimiento educativo brindan la ayuda necesaria para buscar soluciones a problemas de violencia?



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	29	97%
NO	1	3%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

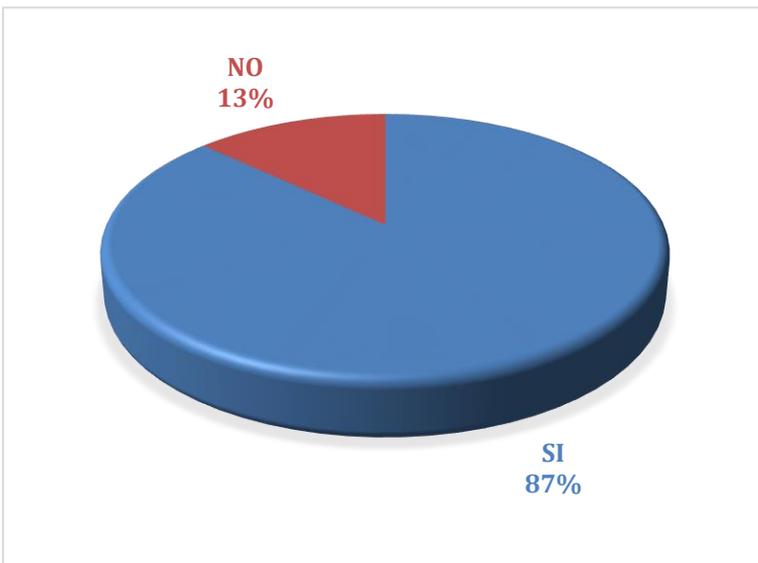
9. ¿Si hubiese más actividades físicas, recreativas y deportivos tendrían menos violencia en la escuela el aprendizaje fuera mejor?



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	25	83%
NO	5	17%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

10. ¿La clase de educación física beneficia y ayuda a los niños a ser menos violentos?



Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
SI	26	87%
NO	4	13%
TOTAL	30	100%

Fuente: Investigación de campo  
 Estudiante: Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
 Padep/def 2016

## 5.2 Interpretación.

### Observación.

1. La conducta violenta del estudiante se refleja a diario y es discriminado por sus compañeros.

Según el la gráfica muestra que el 57% de estudiantes que la violencia influye para que ellos sean discriminados por sus compañeros y el 43% menciona que no influye en la discriminación por parte de los demás estudiantes.

2. La conducta violenta del estudiante afecta el desarrollo físico del estudiante.

Según la observación científica el 77% de estudiantes les afecta la conducta violenta por lo tanto el aspecto físico se ve afectado, y el 23% no influye la violencia en el desarrollo físico del estudiante.

3. La violencia que el estudiante muestra es producto de la violencia social que impacta el en desarrollo psicológico.

Según la observación el 83% de estudiantes impacta el desarrollo psicológico la violencia que se vive en la comunidad, y el 17% no impacta la violencia de la comunidad.

4. La comunidad educativa aísla a los estudiantes con mucha violencia y afecta el desarrollo estudiantil.

Según la observación el 83% delos estudiantes si son aislados a causa de la conducta violenta que presentan y el 17% no afecta la conducta violenta.

5. La violencia que se vive en la familia a diario afecta psicológicamente al estudiante.

Según observación se evidencia que el 97% de los estudiantes la violencia afecta psicológicamente a los estudiantes y el 3% no les afectan en nada la violencia.

6. El maltrato infantil afecta en el desarrollo biológico del estudiante en aspectos de salud.

Según observación el 83% se ve afectado en el factor biológico de salud y el 17% no se ve afectado por dicho factor.

7. Manifiesta violencia o conducta agresiva en respuesta al resultado de lo vivido en su hogar y afecta al desarrollo psicomotor.

Según el observado el 83% de los niños manifiesta conducta violenta manifestando lo vivido en el hogar y el 17% no presenta rasgos de violencias vivido en el hogar.

8. La violencia es resultado de tener padres violentos a causa de vicios.  
Según lo observado los niños el 87% es de padres con problemas de drogas o alcohol, y el 13% no tiene padres con vicios.
9. El estudiante violento presenta violencia física a sus compañeros como resultado de lo vivido en su hogar.  
Según lo observado el 87% de los niños son violentos a causa de la violencia de su hogar, y el 13% no son violentos por otras causas.
10. La conducta violenta del estudiante influye para que otros sean violentos dentro del establecimiento.  
Según lo observado el 90% de los estudiantes provocan a que otros más sean violentos, y el 10% no influye en la violencia escolar.

#### Encuesta.

1. ¿Cree usted que rol del docente de educación física incide en la conducta de los estudiantes del establecimiento?  
Según encuesta el 90% de estudiantes influye en la conducta de los estudiantes el rol del maestro de educación física y el 10% no influye.
2. ¿Las actividades del establecimiento promueve actividades donde se fortalezca la no violencia?  
Según encuesta el 93% de estudiantes influyen las actividades de la no violencia de los estudiantes y el 7% no influye.
3. ¿Influye en ustedes que las actividades físicas promuevan la no violencia en su hogar?  
Según encuesta el 57% de estudiantes influye en la conducta de no violencia en su hogar y el 17% dijo que si influye.
4. ¿El lugar donde usted vive existen personas violentas y agresivas?  
El 57% de estudiantes respondió que si existen personas violentas por lo tanto son vulnerables a ser violentos y el 43% dijo que no existen personas violentas a su alrededor.
5. ¿De sus padres alguno tiene algún vicio que influya en la violencia?

El 43% de estudiantes respondió que sus padres tienen vicios y son violentos y el 57% respondió que no, por lo tanto refleja porque algunos son violentos.

6. ¿Considera usted que su comunidad existan muchas personas violentas?

El 80% de estudiantes está rodeado de personas violentas por ello refleja la violencia en el establecimiento y el 20% no hay violencia alrededor.

7. ¿Cree usted que si hubiese comunicación en su hogar fuera menos violenta?

El 87% de estudiantes respondió que si hubiera más comunicación hubiera menos violencia y el 13% respondió que no incide en esto.

8. ¿En establecimiento educativo brindan la ayuda necesaria para buscar soluciones a problemas de violencia?

El 97% de estudiantes respondió que si los ayudan dentro del establecimiento para solucionar problemas de violencia y el 3% respondió que no eran ayudados por nadie.

9. ¿Si hubiese más actividades físicas, recreativas y deportivos tendrían menos violencia en la escuela el aprendizaje fuera mejor?

El 83% de estudiantes prefiere más actividades físicas y recreativas para que exista menos violencia y el 17% dijo que no.

10. ¿La clase de educación física beneficia y ayuda a los niños a ser menos violentos?

El 87% de estudiantes dijo que la clase de educación física beneficia a que ellos fuesen menos violentos, y el 13% dijo que no incide en nada.

## VI. Conclusiones.

- 6.1. Que la conducta violenta que presentan los estudiantes se refleja a diario con sus demás compañeros y por eso son discriminados por sus compañeros ya que no prefieren relacionarse con ellos.
- 6.2. La mayoría de estudiantes de comunidad educativa aísla a los estudiantes que presentan mucha violencia y afecta el desarrollo estudiantil en general.
- 6.3. Los estudiantes que manifiesta violencia o conducta agresiva en respuesta al resultado de lo vivido en su hogar y todo esto afecta el gran parte en el desarrollo psicomotor.
- 6.4. Que el establecimiento educativo y como los docentes promuevan actividades donde se fortalezca de gran magnitud la no violencia entre los estudiantes y tener una mejor comunidad educativa.
- 6.5. Si los estudiantes tuvieran más actividades físicas, recreativas y deportivos tendrían menos violencia ya que estas ayudan a disminuir la adrenalina que genera el cuerpo y con ello en la escuela el aprendizaje fuera mejor
- 6.6. La violencia vivida en la comunidad afecta constantemente a los estudiantes de dicho establecimiento y eso hace que los mismos sean violentos por imitación o defensa personal para no ser agredidos por otros.

## VII. Recomendaciones.

- 7.1. Buscar los recursos necesarios para ayudar a todos los niños que presentan violencia en el establecimiento mediante el estudio realizado y buscar las soluciones necesarias.
- 7.2. Ayudar mediante charlas motivaciones a los padres de familia para que puedan ayudar a los niños que presentan problemas de conducta y mejorar la calidad educativa.
- 7.3. Mejorar las condiciones de aprendizaje de los estudiantes mediante actividades diferentes para disminuir el nivel de violencia.
- 7.4. La violencia estudiantil es un tema muy importante, puesto que afecta a casi todos los estudiantes en su desarrollo tanto físico como psicológico, además es de suma importancia detectarlos a tiempo este tipo de problema.
- 7.5. Este problema va más allá de toda expectativa de maltrato psicológico que se trata del acoso escolar es un tema muy delicado hay que encontrar la forma correcta de establecer este equilibrio que de abundar en esta sociedad.
- 7.6. Los estudiantes que son violentos sufren de discriminación por parte de los demás compañero a causa de los violentos que son, por lo tanto se debe inculcar para que no los discriminen utilizando los medios necesarios.

## VIII Bibliografía Y E-Grafía.

1. Aicinema, S. (1991). Los profesores y estudiantes las actitudes hacia la educación física. *El educador físico*, 48 (1), 28-32.
2. Contreras, O. (2000). Formación inicial y permanente del profesor de Educación Física 1ª ed. Volumen I. España: Universidad de Castilla-La Mancha
3. C B Taylor, J F Sallis, and R Needle, la relación entre la actividad física y el ejercicio para la salud mental.
4. Eduardo J. Padilla, Familias Violentas Revista Criterio No2175, Buenos Aires, mayo, 1996.
5. Erik Erikson, Psicología del Desarrollo
6. Jean Piaget, Conceptos del Saber Cognitivo
7. Ministerio de Educación Chile (2011). Ley N°20.501. Calidad y Equidad de la educación.
8. Ministerio de Educación Chile (2008). Marco para la buena enseñanza. Santiago.
9. Rene Splits R.A. Primer año de vida del niño, 1965
10. Richard E. Tremblay , Canadá, Investigación en Desarrollo Infantil, Universidad de Montreal
11. Salmerón, M. (2011). Estilos de enseñanza y funciones del profesorado. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, N° 156
12. Sigmund Freud, Teoría de la Psicología Infantil.
13. UNICEF Protección infantil contra el abuso y la violencia.
14. Weinberg, R.S. & Gould, D. (1996). Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico. Barcelona: Ariel.
15. R. Hernandez Sampieri, C Fernandez Collado Metodología de la Investigación, Mexico Editorial Mc 2010.
16. RA. Gonzalez, , MAC D'Ancona, Metodología Cuantitativas y Estrategias y Tecnicas de la Investigación, 1997Jestor.
17. Lakatatos, MEtodologia de los Programas de Investigación Científica, JC Zapatero 2017

## IX. Anexos.

### 9.1 Glosario.

- 1) Actividad física: es cualquier movimiento corporal producido por el músculo esquelético y que resulta en un incremento sustancial del gasto energético. Tiene tres componentes: El trabajo ocupacional: todas las actividades que se realizan para desempeñar un trabajo.
- 2) Análisis: Examen detallado de una cosa para conocer sus características o cualidades, o su estado, y extraer conclusiones, que se realiza separando o considerando por separado las partes que la constituyen.
- 3) Ámbito: es un término que empleamos con muchísima frecuencia en nuestro lenguaje, en tanto, solemos hacerlo en dos sentidos. Por un lado, para designar al espacio que se haya comprendido dentro de unos márgenes delimitados.
- 4) Autoevaluación: Es un método que consiste en valorar uno mismo la propia capacidad que se dispone para tal o cual tarea o actividad, así como también la calidad del trabajo que se lleva a cabo, especialmente en el ámbito pedagógico.
- 5) CNB: El Currículo Nacional Básico, es el instrumento normativo que establece las capacidades, competencias, conceptos, destrezas, habilidades y actitudes que debe lograr todo sujeto del Sistema Educativo Nacional en los niveles, ciclos y/o modalidades que rectora la Secretaría de Educación.
- 6) Coevaluación: es útil para planificar su propio aprendizaje, identificar sus propias fortalezas y debilidades, identificar áreas para acciones remediales, así como desarrollar habilidades personales y meta-cognitivas transferibles a otras áreas.
- 7) Depresión: enfermedad o trastorno mental que se caracteriza por una profunda tristeza, decaimiento anímico, baja autoestima, pérdida de interés por todo y disminución de las funciones psíquicas.
- 8) Diseño: Conjunto de estudios necesarios para conseguir el título de diseñador y ejercer esa actividad.
- 9) Encuesta: Serie de preguntas que se hace a muchas personas para reunir datos o para detectar la opinión pública sobre un asunto determinado.
- 10) Epigenética: hace referencia, en un sentido amplio, al estudio de todos aquellos factores no genéticos que intervienen en la determinación de la ontogenia o

desarrollo de un organismo, desde el óvulo fertilizado hasta su senescencia, pasando por la forma adulta.

- 11)Evaluación: Atribución o determinación del valor de algo o de alguien. Valoración de conocimientos, actitud y rendimiento de una persona o de un servicio.
- 12)Extrínseca: se refiere a la realización acciones por la mera satisfacción de hacerlas sin necesidad de ningún incentivo externo
- 13)Gráficas: Gráfico y gráfica son las denominaciones de la representación de datos, generalmente numéricos, mediante recursos gráficos, para que se manifieste visualmente la relación matemática o correlación estadística que guardan entre sí.
- 14)Hospitalismo: es una patología que afecta a los niños y que se manifiesta por una alteración del estado general debido a una carencia afectiva importante.
- 15)Información: está constituida por un grupo de datos ya supervisados y ordenados, que sirven para construir un mensaje basado en un cierto fenómeno o ente. La información permite resolver problemas y tomar decisiones, ya que su aprovechamiento racional es la base del conocimiento.
- 16)Interpretación: Es la acción y efecto de interpretar. Este verbo refiere a explicar o declarar el sentido de algo, traducir de una lengua a otra, expresar o concebir la realidad de un modo personal o ejecutar o representar una obra artística.
- 17)Materiales: Un material es un elemento que puede transformarse y agruparse en un conjunto. Los elementos del conjunto pueden tener naturaleza real, naturaleza virtual o ser totalmente abstractos. Por ejemplo, el conjunto formado por cuaderno, témperas, plastilinas, etc.
- 18)Muestra: Parte o cantidad pequeña de una cosa que se considera representativa del total y que se toma o se separa de ella con ciertos métodos para someterla a estudio, análisis o experimentación. Conjunto de cosas, personas o datos elegidos al azar, que se consideran representativos del grupo al que pertenecen y que se toman para estudiar o determinar las características del grupo.
- 19)Neuroticismo: es una dimensión amplia de la personalidad que representa diferencias individuales en la medida en que una persona experimenta el mundo como amenazante, problemático o preocupante.

- 20)Obesidad: está considerada una enfermedad, ya que el exceso de peso acarrea grandes problemas de salud. Una persona obesa corre el riesgo de sufrir diabetes, hipertensión arterial y trastornos cardíacos, entre otras complicaciones físicas.
- 21)Observación: Acción de observar o mirar algo o a alguien con mucha atención y detenimiento para adquirir algún conocimiento sobre su comportamiento o sus características. Nota escrita que explica o aclara un dato o información que pueden confundir o hacer dudar.
- 22)Osteoporosis: Enfermedad ósea que se caracteriza por una disminución de la densidad del tejido óseo y tiene como consecuencia una fragilidad exagerada de los huesos.
- 23)Población: Conjunto de habitantes de un lugar. Conjunto de seres vivos de la misma especie que habitan en un lugar determinado.
- 24)Postraumático: Se caracteriza por la aparición de síntomas específicos tras la exposición a un acontecimiento estresante, extremadamente traumático, que involucra un daño físico o es de naturaleza extraordinariamente amenazadora o catastrófica para el individuo.
- 25)Presupuestos: Cálculo anticipado del coste de una obra o un servicio. Cálculo anticipado del coste de una obra o un servicio.
- 26)Programación: Se refiere a idear y ordenar las acciones que se realizarán en el marco de un proyecto; al anuncio de las partes que componen un acto o espectáculo; a la preparación de máquinas para que cumplan con una cierta tarea en un momento determinado; a la elaboración de programas para la resolución de problemas mediante ordenadores; y a la preparación de los datos necesarios.
- 27)Recolección de datos: Se refiere al proceso y el resultado de recolectar (reunir, recoger o cosechar algo). Un dato, por su parte, una información que permite generar un cierto conocimiento.
- 28)Recursos: Conjunto de bienes, riquezas o medios de subsistencia. Conjunto de elementos disponibles para resolver una necesidad o para llevar a cabo una empresa.
- 29)Rol: es un término que proviene del inglés role, que a su vez deriva del francés rôle. El concepto está vinculado a la función o papel que cumple alguien o algo.

- 30)Sobrepeso: es el aumento de peso corporal por encima de un patrón dado. Para evaluar si una persona presenta sobrepeso, los expertos emplean una fórmula llamada índice de masa corporal, que calcula el nivel de grasa corporal en relación con el peso, estatura y talla.
- 31)Sociabilidad: resulta ser aquella calidad o cualidad de sociable que presenta una persona, es decir, aquel que de manera natural tiende a vivir en sociedad y también, a aquel individuo preeminentemente afable que le gusta relacionarse con el resto de las personas.
- 32)Técnica: Conjunto de procedimientos o recursos que se usan en un arte, en una ciencia o en una actividad determinada, en especial cuando se adquieren por medio de su práctica y requieren habilidad.

## 9.2 Instrumentos.



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



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS  
DE GUATEMALA  
ESUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA  
ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-



Ficha No. \_\_\_\_\_

### a) OBSERVACIÓN CIENTIFICA.

La Observación científica. Consiste en examinar directamente algún hecho o fenómeno según se presenta espontáneamente y naturalmente, teniendo un propósito expreso conforme a un plan determinado y recopilando los datos en una forma sistemática. Consiste en apreciar, ver analizar un objeto, un sujeto o una situación determinada, con la orientación de una guía o cuestionario, para orientar la observación.

Nombre del establecimiento educativo: EORM Aldea Belén, Santo Domingo Suchitepéquez

Jornada Matutina Nivel Primario

No.	Características de la población	
1.	Edad	7 a12 años
2.	Sexo (masculino, femenino)	Mixto
3.	Procedencia (si pertenece al área urbana o rural)	Rural
4.	Escolaridad (grado en que se encuentra)	Primero a Sexto
5.	Situación Económica. (Baja, media baja, alta, etc.)	Baja
6	Condiciones de Salud. (si presentan algún tipo de discapacidad o problema evidente de salud)	Ninguna

No.	Descripción	SI	NO
1.	La conducta violenta del estudiante se refleja a diario y es discriminado por sus compañeros.		
2	La conducta violenta del estudiante afecta el desarrollo físico del estudiante.		
3	La violencia que el estudiante muestra es producto de la violencia social que impacta el en desarrollo psicológico		
4	La comunidad educativa aísla a los estudiantes con mucha violencia y afecta el desarrollo estudiantil.		
5	La violencia que se vive en la familia a diario afecta psicológicamente al estudiante.		
6	El maltrato infantil afecta en el desarrollo biológico del estudiante en aspectos de salud.		

7	Manifiesta violencia o conducta agresiva en respuesta al resultado de lo vivido en su hogar y afecta al desarrollo psicomotor.		
8	La violencia es resultado de tener padres violentos a causa de vicios.		
9	El estudiante violento presenta violencia física a sus compañeros como resultado de lo vivido en su hogar.		
10	La conducta violenta del estudiante influye para que otros sean violentos dentro del establecimiento.		

Firma y sello  
 Director(a) Centro Educativo

Vo. Bo.  
 Coordinador sede



ENCUESTA No \_\_\_\_\_

### LA ENCUESTA

La encuesta es un procedimiento dentro del diseño de investigación descriptiva en el que el investigador busca recopilar datos por medio de un cuestionario previamente diseñado o una entrevista a alguien, sin modificar el entorno ni el fenómeno donde se recoge la información ya sea para entregarlo en forma de gráfica o tabla. Los datos se obtienen realizando un conjunto de preguntas normalizadas dirigidas a una muestra representativa o al conjunto total de la población en estudio, integrada a menudo por personas, con el fin de conocer estados de opinión, ideas, características o hechos específicos.

Nombre del establecimiento educativo: EORM Aldea Belén Santo Domingo Suchitepéquez

Jornada Matutina Nivel Primario

No.	Características de la población	
1.	Edad	7 a 12 años
2.	Sexo (masculino, femenino)	Mixto
3.	Procedencia (si pertenece al área urbana o rural)	Rural
4.	Escolaridad (grado en que se encuentra)	Primero a Sexto Primaria
5.	Situación Económica. (Baja, media baja, alta, etc.)	Baja
6.	Condiciones de Salud. (si presentan algún tipo de discapacidad o problema evidente de salud)	Ninguna

No.	Descripción	Si	NO
1.	¿Cree usted que rol del docente de educación física incide en la conducta de los estudiantes del establecimiento?		
2.	¿Las actividades del establecimiento promueve actividades donde se fortalezca la no violencia?		
3.	¿Influye en ustedes que las actividades físicas promuevan la no violencia en su hogar?		
4.	¿El lugar donde usted vive existen personas violentas y agresivas?		
5.	¿De sus padres alguno tiene algún vicio que influya en la violencia?		
6.	¿Considera usted que su comunidad existan muchas personas violentas?		
7.	¿Cree usted que si hubiese comunicación en su hogar fuera menos violenta?		

8	¿En establecimiento educativo brindan la ayuda necesaria para buscar soluciones a problemas de violencia?		
9	¿Si hubiese más actividades físicas, recreativas y deportivos tendrían menos violencia en la escuela el aprendizaje fuera mejor?		
10	¿La clase de educación física beneficia y ayuda a los niños a ser menos violentos?		

Firma y sello  
 Director Centro Educativo

Vo. Bo.  
 Coordinador Sede

### 9.3 Programa de Docencia



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



Universidad de San Carlos de Guatemala  
Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte  
PADEP DEF 2015 SUCHITEPEQUEZ

## Educación Física de Calidad

**Nombre:** Fredy Melecio Ortiz Alejandro  
Suchitepéquez

## Resumen Ejecutivo

Nuestra vida es muy hermosa y la educación física es esencial para ella, ya que una vida sana, es sociedades resistentes y la lucha contra la violencia, pero esto no sucede de forma espontánea la acción de todos los docentes y el apoyo de la comunidad donde se desarrolla son necesarios “La educación física en la escuela y en todas las demás instituciones educativas es el medio más efectivo para dotar a todos los niños y jóvenes de competencias, aptitudes, actitudes, valores, conocimientos y comprensión para su participación en la sociedad a lo largo de la vida.”

Se ha definido como aquella capaz de equipar a las personas con las aptitudes, conocimientos y actitudes necesarios para, conseguir un trabajo digno, convivir como ciudadanos activos tanto a escala nacional como mundial, comprender y prepararse para un mundo en que la degradación ambiental y el cambio climático supongan una amenaza para la vida y el sustento sostenibles y comprender sus derechos.

Es la experiencia de aprendizaje planificada, progresiva e inclusiva que forma parte del currículo en educación infantil, primaria y secundaria, en este sentido la educación actúa como punto de partida de un compromiso, con la actividad física y deporte a lo largo de la vida, la experiencia de aprendizaje que se ofrece a los niños y jóvenes a través de las clases de educación física debe ser apropiada para ayudarles a adquirir las habilidades psicomotrices, la comprensión cognitiva y las aptitudes sociales y emocionales que necesitan para llevar una vida físicamente activa.

Los padres deben de conocer cada uno de los aspectos de trabajo que el docente trabaja para que estén orientados a los resultados de los estudiantes mediante la actividad física de calidad, esto implica buscar nuevos métodos y técnicas de enseñanza, alcanzar las competencias trazadas y que el educando encuentre en la educación física de calidad el confort de lo vivido en su hogar y sociedad donde se desarrolla.

## Justificación

La presentación de la educación física de calidad está disminuyendo en todas las regiones de nuestro país y nuestra comunidad, ya que se ha identificado los crecientes niveles de sedentarismo en los estudiantes, así como el sustancial riesgo de enfermedades que conllevan la falta de actividad física. La falta de la educación física sólo conseguirá incrementar este problema de forma exponencial. Además de los problemas para la salud, es esencial que los docentes y padres de familia tomen medidas para garantizar que esta asignatura goza del lugar que le corresponde en los currículos escolares y que, por lo tanto, los alumnos están expuestos a dominios de aprendizaje alternativos. ¿Por qué invertir? La actividad física y el deporte. La educación física, única asignatura curricular cuyo enfoque combina la competencia corporal y física con la comunicación y el aprendizaje basado en valores, representa un portal de aprendizaje para desarrollar las aptitudes necesarias para tener éxito en el mundo donde vivimos.

Los logros académicos, la práctica regular de educación física de calidad y otras formas de actividad física pueden mejorar la capacidad de atención del niño, mejorar su control cognitivo y acelerar su procesamiento cognitivo. Inclusión: la educación física de calidad es una plataforma de inclusión más amplia en la sociedad, especialmente en términos de desafío al estigma y superación de estereotipos. Salud: la educación física es el punto de entrada hacia la práctica de una actividad física durante toda la vida. En todo el mundo, muchas de las principales causas de mortalidad están relacionadas con enfermedades no transmisibles asociadas al sedentarismo, como la obesidad, las enfermedades cardíacas, los accidentes cerebrovasculares, el cáncer, las enfermedades respiratorias crónicas y la diabetes. De hecho, se puede decir que el sedentarismo es el responsable de muchas muertes a causa de la falta de la actividad física de calidad.

También para lograr un impacto en los estudiantes el docente debe presentar un menú de actividades acorde a las necesidades de los estudiantes para que estos disfruten de la clase de educación física de calidad y puedan observar los beneficios que se obtienen mediante dicha clase de educación física.

Objetivo General:

Brindar distintas oportunidades por medio de la educación física de calidad para adquirir aptitudes características de ciudadanos con confianza en sí mismos y socialmente responsables utilizando nuevos métodos y técnicas de enseñanza.

Objetivo Específico:

Adquirir aptitudes y hábitos de la actividad física de calidad mediante una gran gama de actividades, utilizando nuevos métodos y técnicas que favorezcan el desarrollo de los estudiantes.

Lugar y Fecha de Realización: Miércoles 02 de Marzo de 2016, Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Belén, Santo Domingo Suchitepéquez.

Población Objetivo: Docentes

Participantes: 11 participantes; 10 Femeninas 1 Masculino

Metodología a Utilizar: Conferencia

DESARROLLO DEL TEMA

EDUCACIÓN FÍSICA DE CALIDAD

La educación física es esencial para los seres humanos, y propone una vida sana, sociedades resistentes y la lucha contra la violencia. Pero esto no sucede de forma espontánea la acción de los gobiernos y el apoyo de la comunidad internacional son necesarios. Basándose en tres principios fundamentales La igualdad, La protección y La participación significativa, según estudios por la falta de una educación física de calidad el sedentarismo se está apoderando de la población y los riesgos son altos de muchas enfermedades.

La planificación de la educación física es ampliamente superada por los altos dividendos en ahorros para la salud y los objetivos educativos, la participación en la educación física de calidad ha demostrado poder inculcar una actitud positiva hacia la actividad física, disminuir las posibilidades de que los estudiantes se involucren en comportamientos de riesgo y tener un impacto positivo en el rendimiento académico, ofreciendo una plataforma más amplia para la inclusión social. La educación física expone a los estudiantes una serie de experiencias que les permitan desarrollar las habilidades y conocimientos necesarios para aprovechar todas las oportunidades que existen hoy y dar forma a nuevas formas de ciudadanía global. Sin embargo, a pesar

de este poder reconocido de la educación física, hay una disminución global en su entrega.

La falta de una educación Física de calidad contribuye a alimentar una crisis mundial de la salud, la inactividad física representa un porcentaje alto de la mortalidad mundial, los interesados de mejorar la calidad de vida buscan los recursos con el fin de garantizar la prestación de la educación física de calidad a los estudiantes de todo el mundo, independientemente de su situación socioeconómica, etnia, cultura o género. Debemos empezar ahora, para ayudar a los jóvenes a desarrollar una participación permanente en la actividad física, para el beneficio de toda la sociedad.

#### Beneficios de la actividad física de calidad

Está demostrado que practicar ejercicio de forma regular contribuye a mantener una buena salud y a prevenir enfermedades, realizar de forma regular y sistemática una actividad física ha demostrado ser una práctica muy beneficiosa en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, a la vez que ayuda al carácter, la disciplina y a la toma de decisiones en la vida cotidiana, por lo tanto es necesarios motivar a los estudiantes a la realización de una educación física de calidad y con mucha constancia.

El ejercicio físico, ya sea de corta o larga duración, contribuye a establecer un bienestar mental y que contribuye al rendimiento escolar, mejorando la autonomía de la persona, la memoria, rapidez de ideas, y mejor salud mental, y promoviendo sensaciones como el optimismo o la euforia, al tiempo que se mejora la autoestima de las personas, lo que produce beneficios en diferentes enfermedades como la osteoporosis, la hipertensión o las crisis diabéticas.

Todas las actividades encaminadas a mejorar la forma física, por ejemplo, tras un período largo de inactividad, deben realizarse de manera progresiva ya que el cuerpo ha estado en sedentarismo y debe llevar un proceso sistemático para el nuevo desarrollo de la actividad física, la intensidad y la carga deben ser determinadas de forma individual, ya que dependen del nivel técnico y de la condición física de cada persona.

## Beneficios Biológicos

- Mejora la forma y resistencia física.
- Regula las cifras de presión arterial.
- Incrementa o mantiene la densidad ósea.
- Mejora la resistencia a la insulina.
- Ayuda a mantener el peso corporal.
- Aumenta el tono y la fuerza muscular.
- Mejora la flexibilidad y la movilidad de las articulaciones.
- Reduce la sensación de fatiga.

## Beneficios Psicológicos

- Aumenta la autoestima.
- Mejora la autoimagen.
- Reduce el aislamiento social.
- Rebaja la tensión y el estrés.
- Reduce el nivel de depresión.
- Ayuda a relajarte.
- Aumenta el estado de alerta.
- Disminuye el número de accidentes laborales.
- Menor grado de agresividad, ira angustia...
- Incrementa el bienestar general.

La educación física de calidad requiere de mucho esfuerzo del maestro de educación física y de los docentes del establecimiento, haciendo conciencia sobre la importancia

de la misma, ya que esta contribuye al desarrollo de la calidad de vida de cada uno de los estudiantes.

Recursos: Cañonera, Papelógrafo, Marcadores, etc.

Producto Esperado: 11 Docentes Asistentes

Impacto: Cambiar el Concepto sobre la clase de Educación Física tradicional y presentar una educación física de calidad.

Evaluación de la Conferencia sobre  
Educación Física de calidad

Con el fin de evaluar la calidad de la conferencia, suplicamos sírvase marcar con una x en el espacio correspondiente.

No.	Criterio	Muy Bueno	Regular	Necesita Mejorar
1	¿Cumplió con sus expectativas el tema planteado?			
2	¿El Expositor fue claro y preciso con el tema de la conferencia?			
3	¿Utilizo los recursos necesarios para facilitar el desarrollo del tema?			
4	¿El expositor utilizo el vocabulario técnico adecuado a la temática tratada?			
5	¿Capacidad de integración lógica y coherente de lo expuesto?			

## EVIDENCIAS DE LOGRO:



## BIBLIOGRAFÍA

1. UNESCO, Educación Física de Calidad, Ediciones Unesco, de Margaret Talbot, guía y baluarte de la educación física, cuya pasión y compromiso con la inclusión y la igualdad perdurará a través de esta publicación.
2. IOM: llevar la actividad física y la educación física a la escuela. Washington, DC: The National Academies Press; 2013. (Consultado el 20 de noviembre de 2014).

## 9.1 Programa de Extensión



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



Universidad de San Carlos de Guatemala  
Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte  
PADEP DEF 2016 Suchitepéquez

Trabajo de Campo

“Mini Maratón”

Nombre: Fredy Melecio Ortiz Alejandro

Suchitepéquez

Fecha: 04 de Marzo de 2016

## **“Mini Maratón”**

Comunidad: Santo Domingo Suchitepéquez

Fecha: 04 de Marzo de 2016

Hora Inicio: 8:30 AM

Hora de Finalización: 11:00

Edad de los Participantes: 8 a 17 años

Cantidad de Participantes: 100 estudiantes

Establecimiento: Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Belén, Santo Domingo Suchitepéquez.



## INTRODUCCIÓN

La educación física de calidad contribuye al desarrollo armónico del educando mediante la práctica sistemática de actividades que favorecen el crecimiento sano del organismo, y propician el descubrimiento y el perfeccionamiento de las posibilidades de acción motriz.

Asimismo mediante la educación física de calidad podemos llevar a cabo el mini maratón y de la práctica de juegos y deportes se fortalece la integración del alumno a los grupos en los que participa.

Esta actividad invita a poner a prueba todas las habilidades y esfuerzo físico de los participantes para lograr superar con éxito cada una de las pruebas.

## Gimnasia Matutina

Todos los días que podemos realizamos la gimnasia matutina para activar nuestro cuerpo a primera hora del día y estar con predisposición para aprender, ser, sentir y relacionarnos de forma adecuada, a veces utilizamos canciones, en ocasiones utilizamos materiales como, cuerdas, globos, pelotas, aros, periódicos, etc., otras veces sólo utilizamos nuestro cuerpo como fuente de expresión, y hacemos ruido con él, otras hacemos uso de los instrumentos musicales para activarnos y trabajar ritmos, saltos, etc.

### Descripción de la mini maratón:

Es un tipo de actividad que se encuentra dentro de la clasificación de la estrategia didáctica y de juegos recreativos; es decir, son actividades que se organizan por recorrido, en las cuales se debe cumplir con una tarea de las distancias del recorrido. En esta actividad las tareas a cumplir será de una distancia de 3 kilómetros todo terreno.

### Características:

Se establece el tipo de actividad a realizar, se brindan las indicaciones de seguridad para el grupo, se presentan a los encargados de dicha actividad para que los participantes se dirijan a ellos por algún caso, así como los puntos de hidratación y de primero auxilios.

### Objetivo general:

- Fomentar la práctica adecuada de la ejercitación física habitual, como uno de los medios para la conservación de la salud, por medio de la educación física de calidad.

Objetivo Específico:

- Proporcionar elementos básicos de la cultura física para detectar y resolver problemas motrices, crear el hábito de higiene y salud.

Promoción de la salud:

En este aspecto se agrupan los contenidos cuyo propósito específico es la formación de hábitos. Se considera la actividad física un medio valioso que junto con la alimentación balanceada, el descanso, la higiene personal y la conservación del medio, condicionan la salud del ser humano.

Interacción social:

Es un factor provechoso para la integración de los niños en un entorno social. La simplicidad de las reglas y la naturaleza inofensiva de los eventos propuestos, permite a los niños cumplir el papel de oficiales y entrenadores. Estas responsabilidades que ellos realmente asumen son momentos especiales donde pueden experimentar una ciudadanía.

Carácter de Aventura y Motivación:

El sentido aventurero es parte esencial en esta actividad. El reto por lo desconocido, lo nuevo, mantiene en alto el deseo de retarse a sí mismo y al grupo

Esta es una actividad que da cabida a que los niños y maestros convivan y tengan un día agradable y sano. Rescatando la cooperación, astucia y sobre todo el trabajo y el alcanzar sus metas.

### Comisión Primeros Auxilios:

Consisten en la atención inmediata que se le da a una persona enferma o lesionada en el lugar de los acontecimientos, antes de que llegue el personal entrenado y se haga cargo de la situación, o bien antes de ser trasladado a un centro asistencial u hospitalario. . Los primeros auxilios son limitados a los conocimientos de la persona que lo aplica de acuerdo a sus conocimientos, por esto el socorrista nunca debe pretender reemplazar al personal médico, pueden ser de primera instancia o de segunda instancia.

### Justificación de la actividad desde el punto de vista del aprendizaje:

EL aprovechamiento del tiempo libre, la recreación y la práctica deportiva han despertado en los últimos años el interés por parte de los estudiantes ya que brinda diferentes posibilidades de entretenimiento y de desarrollo de destrezas y alcanzar una educación física de calidad. Quienes practican educación física de calidad y deporte pertenecen a un sector importante en nuestra sociedad, y de igual manera, quienes se acercan a otras manifestaciones, por tal razón y teniendo en cuenta la realidad de nuestra comunidad se brinda la posibilidad de desarrollar los talentos que poseen los estudiantes dentro del contexto escolar, encaminado a una población física, psíquica y emocionalmente sana a un futuro no muy lejano donde aporte en la transformación de nuestra realidad.

### Alcance de la Actividad:

Es evidente que la educación física de calidad y la recreación satisface necesidades humanas básicas, como el relacionarse con otros estudiantes, hacer deporte, disfrutar actividades al aire libre, tener aficiones, participar de actividades artísticas, contribuyendo al desarrollo humano integral, gran parte de las actividades recreativas se desarrollan en el hogar en el que la mujer, la madre, tiene un rol prioritario, y muchas más se realizan en el entorno inmediato es decir el hogar o lugar de residencia, en algunos casos las comunidades, dependiendo de su extensión y población tienen

establecimientos educacionales, lugares de trabajo, plazas y áreas verdes e incluso áreas comerciales.

#### CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES:

No.	Descripción	Fecha	Alcance
1	Convocatoria a Mini Maratón e inicio de inscripciones	26/02/2016	
2	Categorías, Cierre de Inscripciones	29/02/2016	
3	Evento de Mini Maratón y Premiación	04/03/2016	

#### Materiales a Utilizar:

- ✓ Tabla de Shannon
- ✓ Cronómetros
- ✓ Copias de Bases
- ✓ Trofeos
- ✓ Medallas
- ✓ Números distintivos
- ✓ Hidratación
- ✓ Botiquín de primeros auxilios
- ✓ Audio