

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 SANTO DOMINGO LOS OCOTES, JORNADA  
MATUTINA, NIVEL PRIMARIO”**

MARÌA ANTONIETA ROMERO AGUILAR  
CARNÈ 201415604

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 SANTO DOMINGO LOS OCOTES, JORNADA  
MATUTINA, NIVEL PRIMARIO”**

POR

MARÌA ANTONIETA ROMERO AGUILAR

CARNÈ 201415604

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE:  
PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA  
EN EL GRADO DE:  
PROFESORADO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

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

LICENCIADO ABRAHAM CORTEZ MEJÍA  
**DIRECTOR**

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

LICENCIADA DORA JUDITH LÒPEZ AVENDAÑO  
LICENCIADO RONALD GIOVANNI MORALES SÀNCHEZ

**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

LICENCIADO JUAN FERNANDO PORRES ARELLANO

**REPRESENTANTE DE LOS EGRESADOS**

PABLO JOSUE MORA TELLO

MARIO ESTUARDO SITAVÍ SEMAYÁ

**REPRESENTANTES DE LOS ESTUDIANTES**



**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 - ESTADÍSTICA



C.c. Control Académico  
Archivo  
Reg. 166-2016  
CODIPs. 2406-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante  
María Antonieta Romero Aguilar  
PADEP/DEF  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO SEXAGÉSIMO SÉPTIMO (167º) 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 SEXAGÉSIMO SÉPTIMO:** 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 Santo Domingo, Los Ocotes jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

**María Antonieta Romero Aguilar**

**CARNÉ: 201415604**

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



/Sindy

**PADEP/DEF No. 170-2016**  
28 de Julio de 2016

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

Estimados Señores:

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

**“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Santo Domingo, Los Ocotes jornada matutina nivel primario”**

Realizado por el estudiante:

**María Antonieta Romero Aguilar**

**CARNÉ: 201415604**

Carrera: **Profesorado de Educación Física**

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

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**



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



Guatemala 28 de abril 2016

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


Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulado **El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico Social, Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta, Santo Domingo, Los Ocotes jornada matutina, nivel primario**. De la estudiante María Antonieta Romero Aguilar, con carne 201415604 de la carrera del Profesorado de Educación Física, del Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física PADEP/DEF.

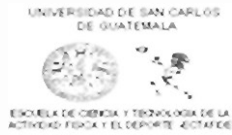
Sin otro particular y agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

**"ID Y ENSEÑAR A TODOS"**



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



C.c. Control Académico  
 Archivo  
 Reg. 170-2016  
 CODIPs. 941-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante  
 María Antonieta Romero Aguilar  
 PADEP/DEF  
 Escuela de Ciencias Psicológicas  
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO SEPTUAGÉSIMO SEGUNDO (172º) 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 SEPTUAGÉSIMO SEGUNDO:** 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 Santo Domingo, Los Ocotes jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de profesorado de Educación Física realizado por:

**María Antonieta Romero Aguilar**

**CARNÉ: 201415604**

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina  
 SECRETARIO



/Sindy

Guatemala 01 abril 2016

Licenciado  
Ronald Giovanni Morales Sánchez  
Coordinador General  
PADEP/DEF  
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Director de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Santo Domingo, Los Ocotes jornada matutina nivel primario, la estudiante **María Antonieta Romero Aguilar, carné No.201415604**, 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 Santo Domingo, Los Ocotes 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,



Blanca Lidia Bances Aroche  
**Director**  
**Escuela Oficial Rural Mixta Santo Domingo,**  
**Los Ocotes jornada matutina nivel primario**





## Agradecimientos

A Dios por la oportunidad de estudiar en el PADEP/DEF ya que tu señor intercediste para que esto se llevara a cabo, también te agradezco por los momentos buenos y también por los difíciles, por los seres queridos, por esta meta, pero sobre todas las cosas por la vida, tu siempre has estado a mi lado sin importar las veces que te he fallado. A mi madre que siempre ha estado pendiente en mis luchas y en mis fracasos apoyándome y aconsejándome de manera incondicional, te amo madre y aunque mi papá ya no este junto a nosotros yo sé que siempre está bendiciéndonos en todo momento al lado de Dios padre, también a mis hermanos por ser siempre tan unidos y apoyarnos a cada momento. A mis hijos Rodrigo José y Gabriel Eduardo por ser mi razón de ser, el motor que le da sentido a mi vida, las ganas de salir adelante, que esto sea ejemplo de lucha y superación los amo mis bebés. A ti mi amor Luis Eduardo tu que me has apoyado para salir adelante, y aunque algunas veces no te parece siempre estás ahí empujándome, animándome de esa manera tan especial, te amo. A los niños y claustro de maestros de la Escuela Oficial Rural Mixta, aldea Santo Domingo los Ocotes, San Antonio La Paz, El Progreso, Jornada Matutina del Nivel Primario, gracias por ser parte de este logro y de esta lucha, también a las diferentes instituciones que abrieron sus puertas para poder realizar el trabajo de campo mil gracias. A mis compañeros del PADEP sección C por ser parte de este éxito por mantenernos unidos, por apoyarnos, por los conocimientos compartidos, gracias que Dios los bendiga a cada uno por nombre. A los licenciados del PADEP/DEF y a nuestro Coordinador, quienes han sido parte esencial para nuestra formación como Profesores de Educación Física muchas gracias por compartir sus valiosos conocimientos y por esa paciencia y entrega que nos brindaron.

## Dedicatoria

A Dios por bendecirnos a cada momento por todo lo que he recibido en la carrera, te dedico esta meta cumplida señor todo poderoso.

Les dedico con amor y respeto este triunfo a mi familia, a mi madre, a mis hijos, a mi amor, a mis hermanos, mis sobrinos, mis tíos, todos los que de alguna manera hicieron posible que pudiera culminar mis estudios y alcanzar una meta más en mi vida.

A mis compañeros que siempre estuvieron apoyándome, dando alientos para que no abandonara la carrera les dedico este triunfo, Dios los bendiga.

Les dedico esta meta a mis niños, mis chiquitines los estudiantes de la Escuela Oficial Rural Mixta, aldea Santo Domingo, ya que siempre están esperando con una sonrisa, y con ganas de realizar la clase de Educación Física, ellos son la razón de ser de este proyecto de esta carrera de Profesorado en Educación Física, para innovar implementar con nuevos conocimientos, para hacer una clase más dinámica, amena, creativa para nuestros estudiantes.

## INDICE

Introducción.....	1
I. Marco conceptual.....	2
1.1 Planteamiento del problema.....	2
1.2 Justificación.....	3
II. Marco metodológico.....	4
2.1 Objetivos.....	4
a) General.....	4
b) Especifico.....	4
2.2 Método.....	4
a) muestra.....	4
b) Recolección de datos.....	5
c) Recolección de Datos.....	5
d) Instrumentos.....	6
III. Marco teórico.....	7
3.1 Conceptualización de la Educación Física.....	7
3.1.1 El Movimiento.....	7
3.1.2 Conducta Motriz.....	8
3.1.3 Actividad Física.....	8
3.1.4 Praxeología Motriz.....	8
3.1.5 Ciencia de la Motricidad Humana.....	9
3.1.6 Tendencia de la educación físico-deportiva.....	9
3.1.7 Tendencia de la educación física expresiva.....	10
3.2 Actividad Física por y para la Salud.....	11
3.3 Importancia de la Actividad Física en el Ser Humano.....	12
3.3.1 Beneficios.....	12
3.4 Medios de la Educación Física.....	15
3.4.1 La Gimnasia.....	17
3.4.2 El Juego.....	17

3.4.3 El Deporte.....	18
3.4.4 La Recreación.....	19
3.5 Base Legal de la Educación Física.....	20
3.5.1 Ley Nacional para el desarrollo de la Cultura Física y el Deporte 76-96.....	20
3.5.1.1 ARTICULO 1. OBJETO.....	20
3.5.1.2 ARTICULO 3. PRINCIPIOS.....	20
3.5.1.3 ARTICULO 35. FUNCIONES.....	21
3.5.1.4 CAPITULO II REGIMEN INSTITUCIONAL ARTÍCULO 42. CAMPO DE ACCION.....	22
3.5.1.4.1 I. El Curricular.....	22
3.5.1.4.2 II. El Extracurricular.....	23
3.5.1.5 ARTICULO 45. PROFESIONALIZACION.....	23
3.5.2 Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte.....	23
3.6 Valores que practicamos en la clase de Educación Física.....	25
3.6.1 Valores.....	25
3.6.2 Valores en Educación Física.....	26
3.6.2.1 Respeto.....	26
3.6.2.2 Responsabilidad.....	27
3.6.2.3 La Honestidad.....	27
3.6.2.4La Perseverancia.....	27
3.6.2.5 La Solidaridad.....	28
3.6.2.6 La Tolerancia.....	28
3.6.2.7 La Amistad y el Compañerismo.....	28
3.6.2.8 Orden.....	28
3.6.2.9 Cooperación.....	28
3.7 Principios de la Educación Física.....	29
3.7.1 Principios de la Identidad Corporal.....	29
3.7.4 Principio de la Realidad Atropó-dinámica.....	30
3.7.5 Principio de la Identidad Antropológica.....	30

3.7.6 Principio de la asunción personal del movimiento.....	30
3.8 Enfoque Unilateral de la Educación Física.....	30
3.8.1 Enfoque Biológico o Higienista.....	31
3.8.2 Enfoque Pedagógico.....	31
3.8.3 Enfoque Psicológico.....	31
3.8.4 Enfoque Sociológico.....	31
3.8.5 Enfoque Deportivo.....	32
3.9 Características del profesor de Educación Física.....	32
3.9.1 Actitud Profesional.....	33
3.9.2 Rasgos de Personalidad.....	34
3.9.3 Orientación Filosófica.....	36
IV. Marco operativo.....	37
4.1 Diseño de la investigación.....	37
4.1.1 Equipo de investigación.....	37
4.1.2 Presupuesto.....	38
4.1.3 Programación.....	38
V. Presentación de resultados.....	40
5.1 Análisis de datos.....	53
5.2 Interpretación de resultados.....	53
VI. Conclusiones.....	54
VII. Recomendaciones.....	55
VIII. Bibliografía.....	56
IX. Anexo.....	57
9.1 Glosario.....	57
9.2 Instrumentos.....	60
9.3 Programa de Docencia.....	65
9.4 Programa de Extensión.....	76

## Introducción

La presente investigación trata sobre El rol del profesor de Educación Física de PADEP/DEF en el desarrollo Integral de los estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral, en la Escuela Oficial Rural Mixta, Santo Domingo los Ocotes, San Antonio La Paz, El Progreso, jornada Matutina del nivel Primario, en donde se pretende evidenciar La importancia del Rol del Maestro de Educación Física ya que alumnos, maestros de aula y Directora, no tienen bien claro el rol o desconocen de la importancia que este merece en la Educación integral de los estudiantes, puesto que la clase de Educación Física contribuye en el proceso de la formación integral del ser humano, siendo un proceso pedagógico, planificado y debidamente estructurado en contenidos y actividades en donde el estudiante socializa de forma espontánea con otros compañeros, aumenta su creatividad e imaginación, conoce y aplica valores que va adquiriendo durante la clase del maestro de Educación Física, así mismo creando una cultura de la actividad física para toda la vida y del disfrute por la realización del ejercicio en el tiempo libre, por consiguiente es necesario realizar esta investigación partiendo de la técnica de observación la cual se utilizó para identificar el problema y para evidenciar el rol del Maestro de Educación física se utilizó una encuesta dirigida a estudiantes y otra encuesta dirigida a maestros de aula con el fin de demostrar el conocimiento o la carencia sobre el rol del maestro de Educación Física en la Educación Integral de los estudiantes.

## I. Marco conceptual

### 1.1 Planteamiento del problema

#### La importancia del Rol del Maestro de Educación Física

El rol del Profesor de Educación Física es sumamente importante ya que se manifiesta en la Educación de forma integral de los estudiantes, en la clase de Educación Física el maestro toma papeles esenciales en cuanto a la formación Biológica, Psicológica, Social y laboral, a esta formación se debe la importancia de la clase de Educación Física ya que a través de ella se promueve la conservación de la salud, nuevos conocimientos, desarrollo de habilidades y destrezas motrices por medio del juego y el deporte adquiriendo conjuntamente la práctica de valores para la formación integral del niño.

El rol del maestro de educación física en la Escuela Oficial Rural Mixta, Santo Domingo los ocotes, jornada Matutina del nivel Primario, contribuye al desarrollo afectivo, físico, cognoscitivo y social del niño, sin embargo no se le da el valor necesario puesto que docentes, estudiantes, padres de familia los ven como entrenadores, que no es importante la realización de la clase de Educación física ya que piensan que solo es jugar y perder el tiempo, algunos docentes y niños tienen la idea que la chamusca del futbol es la clase y es allí en donde se va perdiendo el sentido y la importancia que esta merece, ignoran y no se informan sobre la importancia del desarrollo integral a través de la clase del profesor de Educación Física.

La investigación se realizará en la comunidad estudiantil de la Escuela Oficial Rural Mixta, Santo Domingo los Ocotes, San Antonio La Paz, El Progreso, jornada Matutina nivel Primario, con estudiantes comprendidos en las edades de 7 a 17 años de primer grado primaria a sexto grado primaria, niñas 177, niños 215 haciendo un total de 392 estudiantes.

Vigotsky según su teoría constructivista concede al maestro un papel esencial al considerarlo facilitador del desarrollo de estructuras mentales en el estudiante para que sea capaz de construir aprendizajes más complejos.

Esta investigación tiene como objetivo describir la perspectiva de niños, maestros, directora, padres de familia, sobre el rol del docente en el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral, en la clase de Educación Física para la formación integral de los estudiantes, a través de la técnica de investigación de la encuesta para la recolección de datos, para lo cual a continuación se detallan las siguientes cuestiones para la investigación:

¿Cuál es la importancia del Maestro de Educación Física en la Escuela Oficial Rural Mixta, Santo Domingo los Ocotes, jornada Matutina, nivel Primario?

¿Por qué es importante el rol del Maestro de Educación Física para la formación integral de los estudiantes?

¿Cómo contribuye al desarrollo afectivo, físico, cognoscitivo y social del niño la clase de Educación Física?

¿Cuál es rol fundamental la formación integral del estudiante desde el punto de vista biológico, psicológico y social?

## 1.2 Justificación

Se debe asumir e informar la importancia del rol del Maestro de Educación Física, a la comunidad educativa de la Escuela Oficial Rural Mixta, Santo Domingo los Ocotes, jornada Matutina del nivel primario, que reflexionen y conozcan sobre la labor pedagógica y educativa del docente de educación física, para la formación integral de los niños en los ámbitos Biológico, Psicológico, Social y Laboral, en beneficio de la profesionalización del docente hacia los estudiantes, educándolos en la formación integral de los estudiantes no solo para el momento sino para la vida por medio de aprendizajes significativos y funcionales.



## II. Marco metodológico

### 2.1 Objetivos

#### a. General

- Establecer la importancia del rol del Profesor de Educación Física ya que contribuye al desarrollo integral en los ámbitos psicológico, biológico y social de los niños.

#### b. Específicos

- Identificar si el Profesor de Educación Física en el ámbito laboral es facilitador de la educación integral de los estudiantes.
- Describir cómo el profesor de Educación Física promueve el ámbito social en la educación integral para la formación de los estudiantes.
- Determinar si el rol del Maestro de educación Física contribuye en el ámbito Psicológico de los estudiantes.
- Determinar los beneficios de la clase de educación física en el desarrollo corporal del niño.

### 2.2 Método

#### a. Muestra

##### Muestra Intencional (Aleatoria)

La muestra intencional aleatoria es una muestra con propósito, lo que significa que los investigadores que emplean el muestreo deciden elegir un grupo específico de personas u objetos dentro de una población para su análisis. Sin embargo, los investigadores aún tienen la intención de describir a la población

como un todo. El grupo elegido a menudo es el que puede ofrecer la mayor parte de la información a los investigadores.

b. Recolección de datos

La investigación fue realizada por medio de una muestra aleatoria la cual tiene como propósito elegir a un grupo específico de estudiantes, por lo que el investigador decide tomar como muestras a estudiantes del ciclo II de la Escuela Oficial Rural Mixta, aldea Santo Domingo los Ocotes, jornada matutina del nivel primario, los cuales pertenecen a los grados de cuarto, quinto y sexto, la cantidad de alumnos que fueron tomados para la muestra equivale a la cantidad de 40, cantidad que es el 10% de 400 alumnos pertenecientes a dicha escuela.

La muestra fue tomada de la siguiente manera 10 alumnos de cuarto primario, 20 de quinto grado primaria y 10 de sexto primaria. También se tomó en cuenta para muestra 12 maestros, por lo que se realizaron dos instrumentos diferentes para la recolección de datos, uno dirigido a estudiantes, y el otro dirigido a maestros

c. Análisis estadístico de los datos

El siguiente estudio se realizó en la escuela Oficial Rural Mixta, aldea Santo Domingo los Ocotes, Jornada Matutina, del Nivel Primario, con el objetivo de dar a conocer el valor de la clase de educación Física y el conocimiento que se tiene de la misma, así como los beneficios y la importancia del Rol del Profesor de Educación Física dentro de la escuela, esta investigación se comienza a llevar a cabo en el año 2015 y se termina en el 2016 dando a conocer que los niños de los evaluados algunos piensan que la clase de educación física es para jugar, también creen que el rol del profesor de educación Física es solo ponerlos a jugar, el objetivo de la profesora ha sido cambiar esas mentalidades y a través del tés al cual se sometieron estudiantes, se evidencia que han surgidos cambios, así como mejoras en los niños, ya que los niños valoran más la clase y el rol que desempeña su profesora dentro de la clase, además se está captando la filosofía

de la clase los cuales se manifiestan por medio de los beneficios, para mejorar mejorar y preservar la salud, la importancia de crear una cultura física para toda la vida.

d. Instrumentos

- Observación
- Encuesta
- El tés o cuestionario

Las técnicas utilizadas en la investigación, inicialmente la observación, la cual permitió identificar el problema de esta sistematización en la Escuela Oficial Rural Mixta, aldea Santo Domingo los Ocotes, Jornada Matutina, del nivel primario; seguidamente se utilizó la encuesta permitió evidenciar la falta de conocimiento que se tienen con base al rol del maestro de educación Física en la escuela y así mismo demostró el conocimiento que se tiene de la clase.

La investigación se realizó de manera sistemática ya que se realizaron los pasos adecuados desde la observación la cual es un proceso cuya función primera e inmediata es recoger información sobre el objeto que se toma en consideración, hasta la encuesta ya que es una técnica para recolectar información por medio de preguntas escritas organizadas en un cuestionario impreso. Se emplea para investigar hechos o fenómenos de forma general y no particular.

La encuesta a diferencia de la entrevista, el encuestado lee previamente el cuestionario y lo responde por escrito, sin la intervención directa de persona alguna de las que colaboran en la investigación, el tés se realizó con los procedimientos de selección múltiple, recibió la debida revisión tanto por el asesor de la sistematización, como por parte de la directora, en el momento aplicación de la misma, se tomaron en cuenta los parámetros de instrucción adecuada en donde los participantes respondieron de acuerdo a los ítems de cada uno de los instrumentos autorizados por la dirección del establecimiento.

### III. Marco teórico

#### 3.1 Conceptualización de la Educación Física

##### Principales Tendencias Conceptuales de la Educación Física

En el transcurrir del tiempo la educación física, ha venido siendo implicada por una diversidad de modismos, que en unos casos no han pasado según las palabras del profesor Francisco Lagardera Otero, de meros apelativos, y en otros se viene dando todo un debate discursivo alrededor de su incidencia real en el intento de redefinir la conceptualización de la educación física; entre tales principales categorías conceptuales se tiene:

##### 3.1.1 El Movimiento:

El concepto movimiento que se ha venido utilizando desde casi un siglo, ha sido defendido por autores contemporáneos como Le Boulch (1980), en la actualidad cuestionado tal término en el estatus de la educación física por considerar que reduce la acción física a las características de desplazamiento corporal sobrevalorando la acción técnica. Es un término vinculado a un objeto de estudio identificado con la habilidad mecánica y sin conexión con los procesos cognitivos, de personalidad y de implicación social.<sup>1</sup>

Según estos autores los movimientos que realiza el ser humano no son debidamente procesados mentalmente, es decir no hay conciencia, o un objetivo del por qué se realiza el movimiento, o desplazamientos aprendidos ya

---

<sup>1</sup> Zamora, J. (2009) Epistemología de la Educación Física, Guatemala:Edición especial y limitada, autorizada a la Dirección General de Educación Física, del Ministerio de Educación de Guatemala, para su distribución gratuita.

mecanizados y memorizados, tomando estos como involuntarios, o por necesidad que el ser humano necesita realizar.

### 3.1.2 Conducta Motriz:

Es un término postulado por Arnold (1990), tras una reflexión epistemológica considerada valiosa que se aleja de la concepción mecanicista para centrarse en el ser que se mueve. La crítica a tal postura reside en el hecho de señalarse que se apropia de un término surgido de la psicología. Sin embargo, se asume la defensa del mismo partiendo de la diferencialidad que hace su objeto de estudio, centrado en la acción motriz.

Podemos decir que la conducta motriz es la totalidad de procesos y funciones del organismo.

### 3.1.3 Actividad Física:

Esta es una denominación defendida por Lagson y Barret (1984), y cuyo objeto de estudio también lo ubica en la acción motriz, asumida como la gama de factores psicológicos y fisiológicos que confluyen en una ejecución intencional, guiada racional e interactivamente con el resto de dimensiones del ser humano. Lagson y Barret defienden la postura de Actividad Física, ya que creen que las ejecuciones son de manera intencionales no porque si, sino racionales y consientes del individuo ya que estas son debidamente guiadas, con aplicación del enfoque psicológico y fisiológico del ser humano.

### 3.1.4 Praxeología Motriz:

La postula Pierre Parlebas, él que la define también como la Ciencia de la Acción Motriz, que trata de desarrollar un campo de conocimiento científico que toma como objeto al gran conjunto de las actividades físicas, (deportes, danza, expresión corporal, gimnasia, etc.) que son puestas bajo la etiqueta de la acción motriz. Parte de la reflexión que se hace necesario impulsar una disciplina original que desarrolle su propia EPISTEMOLOGÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

pertinencia, que examine en consecuencia la práctica física desde un punto de vista motriz. Un planteamiento apoyado en la ciencia pero con un enfoque propio en el que predomina la práctica de la actividad física, desde donde se desarrolle un campo de conocimiento autónomo y original.

Entre sus principales características están:

- Se fundamenta en una pedagogía de las conductas motoras.
- Convierte a la educación física como una psico-socio-afectivomotricidad, sin posibilidad de roturas ni encajonamientos en departamentos estancos.
- Define una pertenencia nueva. La educación física ya no es la prolongación de otras disciplinas, sino que posee ya su propia identidad.
- El concepto de conducta motriz representa el común denominador de todas las actividades físicas y deportivas, sean del carácter que sean.
- Parte del concepto de estructura, es decir, de interconexiones entre los elementos que forman parte de cada acción motriz.

### 3.1.5 Ciencia de la Motricidad Humana:

Tiene entre sus ideólogos al portugués Manuel Sergio, y asume como objeto de estudio al ser humano cuando realiza acciones que le llevan a mejorarse y transformarse como humanas. O sea, acciones con significación para el sujeto.

### 3.1.6 Tendencia de la educación físico-deportiva:

Corresponde a la tendencia del rendimiento, fundamentada en las ciencias biológico-médicas. Se identifica porque el cuerpo se estudia como un ente aparte del ser humano en sí mismo, lo que significa analizar aisladamente las partes puramente físicas del hombre para determinar hasta donde se puede llegar.

Sus principales características son:

- Por un lado trata de poner el cuerpo en forma, a través de distintos sistemas de entrenamiento.
- Recurre a la demostración como el procedimiento más utilizado, colocando al estudiante en una situación de dependencia del modelo.

- El modelo de aprendizaje motor utilizado es el conductista, regido por el proceso estímulo-respuesta y que se alcanza a través del entrenamiento.
- Se nutre del movimiento deportivo identificado en el physical fitness o desarrollo de la condición física y el movimiento deportivo.
- Es una tendencia desarrollada fuera de la escuela, en el ámbito de los clubes y centros deportivos, y desde ahí penetró el ámbito escolar.

### 3.1.7 Tendencia de la educación física expresiva:

Surge en los años sesenta, su conceptualización, definición, contenidos y métodos de enseñanza no están todavía demasiado diseñados, a pesar de ello todos parten de un tipo de trabajo corporal basado en un principio común: “enseña el arte de vivir en íntimo acuerdo con uno mismo, en relación natural con los otros, con el mundo”.

Entre sus características están:

- Gran parte de su éxito se debe “todo el mundo es capaz de expresarse corporalmente. No se requieren habilidades especiales y por ello no está reservada solamente para los dotados o iniciados”.
- Al cuerpo no se le considera como un instrumento al servicio de proyectos, del espíritu, ni tampoco como un lugar de paso para la adquisición de futuros conceptos socialmente deseables, sino como el lugar, el centro de la vida al que es necesario devolverle la palabra.
- Es necesario vivir el propio cuerpo, conocerlo profundamente, dejarlo expresarse, comunicarse, dejarlo hablar.
- Se aplica principalmente a través de dos formas: la técnica (aprendizaje de gestos y lenguajes específicos para poder comunicarse) y la liberal (gestos espontáneos, improvisación).<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Zamora, J. (2009) Epistemología de la Educación Física, Guatemala:Edición especial y limitada, autorizada a la Dirección General de Educación Física, del Ministerio de Educación de Guatemala, para su distribución gratuita.

En esta conceptualización podemos observar que el ser humano no tiene limitantes para la expresión corporal, ya que según la técnica se expresa con gestos con los cuales podemos comunicarnos, libremente con gestos espontáneos, improvisados los cuales pueden hacer que el individuo se creativo e imaginario.

### 3.2 Actividad Física por y para la Salud

Zamora (2009) Se entiende en términos generales lo que puntualmente se adquiere intencionalmente por el estudiante en el hacer de la educación física, y que va modificando su acervo motor, siendo lo aprendido el elemento que le otorga su connotación pedagógica, y el que lo diferencia de un simple adiestramiento o acción instructiva.

Desde ese enfoque se inició a definir el objeto de aprendizaje de la educación física, como el fomento o formación del hábito o afición por practicar ejercicio o actividad física permanentemente en la vida.

Alberto Puig de la Barca (Cuba/1986), ***es muy elocuente para describir el objeto de aprendizaje de la educación física, al señalar que: “Es lógico entender que si desde las más tempranas edades habituamos a los niños a realizar los ejercicios y recibir los efectos positivos de la programación educativa, cuando llegue la edad adulta y cese la obligatoriedad de participar en la educación física, éstos continúan realizando ejercicios físicos con carácter sistemático, por cuanto habrán incorporado para siempre la necesidad de en su tiempo libre practicar actividades físicas deportivas o recreativas. Se trata, pues, de crear esa cultura y con ella hábitos perdurables de ejercitación física por lo que todo ello significa en términos de educación y salud vale decir, del bienestar de los ciudadanos”***.<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> Zamora, J. (2009) Epistemología de la Educación Física, Guatemala:Edición especial y limitada, autorizada a la Dirección General de Educación Física, del Ministerio de Educación de Guatemala, para su distribución gratuita.



Si se educa a las personas desde edades tempranas, se lograrán ciudadanos conscientes sobre la actividad física, ya que crean un hábito debidamente sistemático, en el cual serán conscientes en la práctica de actividades físicas deportivas o recreativas en el uso del tiempo libre, contribuyendo con la salud del individuo y bienestar.

### 3.3 Importancia de la Actividad Física en el Ser Humano

A la actividad física se le atribuye un gran número de efectos beneficiosos. Está absolutamente demostrado que el ejercicio físico controlado, mejora la calidad de vida, crea hábitos mucho más sanos y disminuye el riesgo de la muerte y de las enfermedades coronarias. En definitiva, ayuda a mantener un estado de salud y bienestar.

#### 3.3.1 Beneficios:

La práctica de la actividad física en forma sistemática y regular debe tomarse como un elemento significativo en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, mejoraría de la posición corporal por el fortalecimiento de los músculos lumbares, prevención de enfermedades como la diabetes, la hipertensión arterial, lumbalgias, etc.

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

##### a) A nivel orgánico:

Aumento de la elasticidad y movilidad articular. Mayor coordinación, habilidad y capacidad de reacción. Ganancia muscular la cual se traduce en el aumento del metabolismo, que a su vez produce una disminución de la grasa

corporal (prevención de la obesidad y sus consecuencias). Aumento de la resistencia a la fatiga corporal (cansancio).

b) A nivel cardíaco:

Se aprecia un aumento de la resistencia orgánica, mejoría de la circulación, regulación del pulso y disminución de la presión arterial.

c) A nivel pulmonar:

Se aprecia mejoría de la capacidad pulmonar y consiguiente oxigenación. Aumenta su capacidad, el funcionamiento de alvéolos pulmonares y el intercambio de la presión arterial, mejora la eficiencia del funcionamiento del corazón y disminuye el riesgo de arritmias cardíacas (ritmo irregular del corazón).

d) A nivel metabólico:

Disminuye la producción de ácido láctico, la concentración de triglicéridos, colesterol bueno y malo, ayuda a disminuir y mantener un peso corporal saludable, normaliza la tolerancia a la glucosa (azúcar), aumenta la capacidad de utilización de grasas como fuente de energía, el consumo de calorías, la concentración de colesterol bueno y mejora el funcionamiento de la insulina.

e) A nivel de la sangre:

Reduce la coagulabilidad de la sangre.

f) A nivel neuro-endocrino:

Se producen endorfinas (hormonas ligadas a la sensación de bienestar), disminuye la producción de adrenalina, aumenta la producción de sudor y la tolerancia a los ambientes cálidos.

g) A nivel del sistema nervioso:

Mejora el tono muscular, los reflejos y la coordinación muscular.

h) A nivel gastrointestinal:

Mejora el funcionamiento intestinal y ayuda a prevenir el cáncer de colon.

i) A nivel osteomuscular:

Incrementa la fuerza, el número de terminaciones sanguíneas en el músculo esquelético, mejora la estructura, función y estabilidad de ligamentos, tendones, articulaciones y mejora la postura. Desarrollo de la fuerza muscular que a su vez condiciona un aumento de la fuerza ósea con lo cual se previene la osteoporosis.

j) A nivel psíquico:

Mejora la autoestima de la persona, incrementa la capacidad de fuerza de voluntad y de autocontrol, mejora la memoria, estimula la creatividad y la capacidad afectiva, disminuye la ansiedad, el estrés, la agresividad y la depresión.<sup>4</sup>

La práctica de la actividad física en el individuo es sumamente importante para la vida diaria y el bienestar de las personas, siempre y cuando sea de forma sistemática, no hacer por hacer, sino tener conciencia de lo que se está realizando, un fin, una meta, un objetivo debidamente analizado, y planificado,

---

<sup>4</sup> <http://www.enplenitud.com/importancia-de-la-actividad-fisica.html#ixzz3zMGUM400>

enfocándose en la salud de los individuos mas no para el momento sino la importancia de realizar actividad física toda la vida, sin discriminar sexo, edad, razas, idiomas.

### 3.4 Medios de la Educación Física

Como medios de enseñanza se entienden los componentes del proceso educativo que sirven instrumentalmente para alcanzar los objetivos trazados y cumplir los contenidos previstos. Específicamente en cuanto a los medios en educación física, se tiende a describirlos en base a la concepción de los medios de la educación general y se califica como tales a las condiciones naturales, instalaciones, materiales, implementación o equipo de trabajo.

Sin embargo para la educación física, de acuerdo a su concepción especializada, los anteriores medios, más responden a una apreciación de recursos educativos ya sea naturales o materiales. Por ello, se pueden concebir con mayor especificidad a los medios de la educación física, como las actividades y procedimientos instrumentales que a través de las cuales se alcanza formación, desarrollo o preservación de conocimientos, habilidades, hábitos y capacidades físicas.

La Federación Internacional de Educación Física –FIEP-, a través del Manifiesto Mundial de la Educación Física (1970), sostiene que el medio específico de la educación física, es el ejercicio físico, es decir, la actividad física sistemática concebida para ejercer una acción que puede ser: educar, recrear o entrenar.<sup>5</sup>

La misma FIEP, en su versión revisada el Manifiesto Mundial 2000, en su artículo 3, establece que: “Las actividades físicas, con fines educativos en sus

---

<sup>5</sup> Zamora, J. (2009) Epistemología de la Educación Física, Guatemala:Edición especial y limitada, autorizada a la Dirección General de Educación Física, del Ministerio de Educación de Guatemala, para su distribución gratuita.

posibles formas de expresión, reconocidas en todos los tiempos como los medios específicos de la Educación Física, se constituyen en caminos privilegiados de la educación”.

Sin embargo otro enfoque que se generó en 1979 en Kiel R.F. Alemania, en el Congreso Internacional de la Salud, Educación Física y Recreación, de ICHPER80 sostiene que es al movimiento a quien se le considera a la vez como medio y como fin de la educación física, por lo que se le concibe como una educación de o para el movimiento (como fin) y de educación EPISTEMOLOGÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA por el movimiento (como medio).

El profesor Argentino Mario López,<sup>81</sup> comparte tal visión contemporánea al señalar que el medio esencial e instrumental de la educación física y el deporte es el movimiento humano, considerado éste una conducta motriz. Y hace referencia a la educación por y a partir del movimiento.<sup>6</sup>

Desde una visión ecléctica puede concluirse partiendo de la aseveración de Cagigal, de que el hombre vive en movimiento, no sólo a niveles microsomáticos, sino macrosomáticos, de que no todo movimiento es propio de la educación física, sino sólo aquel que implica vinculación educativa. Por lo mismo el movimiento viene a ser el medio general por excelencia de la educación física, y el ejercicio físico, será el medio específico del que dependerá la capacidad de movimiento. Pero un ejercicio físico como el propio Cagigal lo plantea: “centrado por el disfrute en sus diversas variedades: el disfrute simplemente por el ejercicio, el puro placer del propio movimiento... que le convierte en un hombre psicológicamente necesitado de ejercicio físico”. **Por el disfrute del ejercicio al hábito del ejercicio.**

---

<sup>6</sup> Zamora, J. (2009) Epistemología de la Educación Física, Guatemala:Edición especial y limitada, autorizada a la Dirección General de Educación Física, del Ministerio de Educación de Guatemala, para su distribución gratuita.

El ejercicio físico se expresa o se manifiesta en la educación física, en las formas siguientes:

#### 3.4.1 La Gimnasia:

Es el medio que instrumenta sistemáticamente todo movimiento-ejercicio como tarea educativa en función de un desarrollo de la aptitud física-motriz general. Aquí la gimnasia debe entenderse no como referida a la gimnasia-deporte, sino al hacer ejercicio, que comprende los ejercicios de organización y control para el desarrollo motriz que abarca las distintas habilidades y capacidades del movimiento y sus conductas motrices. Para el caso de la educación física se aplica la gimnasia básica y la gimnasia rítmica.

La Gimnasia es un medio fundamental de la Educación Física, ya que su práctica contribuye con el desarrollo, de habilidades y capacidades, ya que no es concebida como deporte sino como parte del desarrollo motriz del individuo.

#### 3.4.2 El Juego:

Es la actividad espontánea y desinteresada que exige una regla libre que cumplir o un obstáculo deliberado que vencer. Tiene como función afirmar la personalidad del niño frente a los demás (Jacquin, 1954). El juego de acuerdo a José María Cagigal, 82 debe constituir la forma natural de conducta que haya de ser aprovechada, utilizada, explotada, como elemento sustancial en toda tarea de educación física.<sup>7</sup>

Para el caso de la educación física dentro de su ámbito curricular se aplica el juego con connotación educativa, y que es cuando los juegos se seleccionan en relación a objetivos de aprendizaje y de acuerdo con la etapa evolutiva o sea por su adecuación a los intereses y al desarrollo de una edad determinada.

---

<sup>7</sup> Zamora, J. (2009) Epistemología de la Educación Física, Guatemala:Edición especial y limitada, autorizada a la Dirección General de Educación Física, del Ministerio de Educación de Guatemala, para su distribución gratuita.

El juego educativo se identifica por su valor pedagógico, por el que se entiende como una realidad motriz espontánea que reporta placer. Porque ofrece en bandeja todas las posibilidades de interacción entre el alumnado. Porque desarrolla habilidades y destrezas básicas y las capacidades físicas en general. Facilita la integración social, la aceptación de costumbres y tradiciones, por lo mismo es un gran medio de aprendizaje tanto espontáneo como programado, jugando el alumnado se conoce a sí mismo, a los demás y al entorno.

Este medio es fundamental en la clase de Educación física ya que a través de él desarrollamos hábitos, aptitudes, conductas, formar individuos espontáneos y creativos con el fin de que puedan explorar libremente la práctica y el disfrute de este, en el cual el maestro no es el que da órdenes sino en el cual se puede apoyar para el aprendizaje constructivista.

#### 3.4.3 El Deporte:

El Bureau Internacional de Documentación e Información, del Consejo Internacional de Educación Física –BIDI- organismo dependiente de la UNESCO, lo define como: “actividad humana significativa que se manifiesta y se concreta en la práctica de los ejercicios físicos, bajo forma competitiva”. Pierre Parlebas lo define como: “situación motriz de competición institucionalizada”, o dicho de otro modo, “conjunto de situaciones motrices codificadas en forma de competición y con un carácter institucional”.

Cagigal, clasifica el deporte en deporte-espectáculo (profesional o amateur) y deporte-práctica (recreación, salud, contacto social, educación). Es éste último el que tiene estrecha relación con la educación física, a través principalmente de manifestaciones como el EPISTEMOLOGÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA deporte educativo (currículo) y el deporte escolar (extracurriculo).<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> Zamora, J. (2009) Epistemología de la Educación Física, Guatemala:Edición especial y limitada, autorizada a la Dirección General de Educación Física, del Ministerio de Educación de Guatemala, para su distribución gratuita.

En Educación Física según Cagigal, el deporte-práctica es el que contribuye como medio ya que lo podemos realizar por recreación, salud, contacto social, educación, ya que la clase de Educación Física es para todos, no para ciertos grupos selectivos, sino para toda la población, es decir deporte para todos.

#### 3.4.4 La Recreación:

La recreación o el ocio es una de las actividades que el individuo realiza durante su tiempo libre con el ánimo de divertirse, realizarse, informarse o formarse. Re-crearse, no es sinónimo de ociosidad, sino de ocio; es decir, de desarrollo de capacidades a través del placer, del gozo.

Tal como muy bien lo describe Trigo Aza (1984) “Actividades físicas recreativas, deporte recreativo, deporte para todos, deporte de masas, deporte popular, deportes alternativos, deporte-ocio, son todas expresiones que hacen referencia a una misma realidad, a saber, la ocupación del tiempo libre con actividades motrices con el fin fundamental de divertirse, recrearse, jugar, realizar un ocio activo, sentirse alegre y la posibilidad de tener contacto social a través de una práctica en la que todo el mundo puede participar a su manera”.

En sentido estricto la recreación es un medio para aplicarse en el ámbito extracurricular de la educación física.

Para Cagigal, tres son las conductas motoras, que la educación física, debe recurrir: el juego físicamente activo, danza y competencia lúdica (hoy deporte); y nos dice que todo ejercicio físico, toda tarea, todo programa planeado como educación física, debe pues, tener algo de los tres medio mencionados, o algo de todo ello a la vez. El juego de movimiento, la danza, el deporte, los considera como los elementos de la conducta del ser humano que se mueve, y de los cuales nunca debe apartarse una auténtica educación física. Y enfatiza que no es que en todas y cada una de las ejercitaciones de educación física, haya algo que jugar o



danzar o hacer deporte rigurosamente, pero sí que las conductas humanas asumidas tengan algo de las tres o de todas.<sup>9</sup>

El fin de la Recreación es la sana ocupación del tiempo libre del individuo realizando actividades motrices para divertirse, recrearse, jugar, estar alegre, tener contacto social, en una práctica que todos los individuos puedan realizar. La Recreación es fundamental para realizarla en el ámbito extra curricular de la Educación física.

### 3.5 Base Legal de la Educación Física

#### 3.5.1 LEY NACIONAL PARA EL DESARROLLO DE LA CULTURA FISICA Y DEL DEPORTE 76-96

##### TITULO I

##### DE LA INTERINSTITUCIONALIDAD DE LA EDUCACION FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE CAPITULO I

##### OBJETIVOS, CREACION Y PRINCIPIOS

3.5.1.1 ARTICULO 1. OBJETO. La presente Ley tiene como objeto, regular lo relativo a la coordinación, articulación e interrelación de los sectores institucionales de la educación física, el deporte no federado, la recreación física y el deporte federado dentro del marco de la Cultura Física y el Deporte, así como garantizar la práctica de tales actividades físicas como un derecho de todo guatemalteco, en el territorio de la República de acuerdo con las disposiciones internacionales aceptadas por Guatemala.<sup>10</sup>

3.5.1.2 ARTICULO 3. PRINCIPIOS. Son principios de la presente Ley:

A. Todo individuo tiene derecho a la práctica de la educación física, la recreación física y el deporte.

---

<sup>9</sup> Zamora, J. (2009) Epistemología de la Educación Física, Guatemala:Edición especial y limitada, autorizada a la Dirección General de Educación Física, del Ministerio de Educación de Guatemala, para su distribución gratuita.

<sup>10</sup> Ley Nacional Para el Desarrollo de la Cultura Física y El deporte decreto 76-97

B. La educación física, la recreación física y el deporte, son derechos de la comunidad, cuyo ejercicio no tiene más limitaciones que las impuestas por la moral, la salud pública y el orden legal.

C. Es obligación del Estado, la promoción y fomento de la educación física, la recreación física y el deporte, como factor importante del desarrollo humano, por lo que deben ser favorecidos y asistidos en forma apropiada por los fondos públicos.

D. La educación física, la recreación física y el deporte son elementos esenciales en el proceso de la educación permanente y de la promoción social de la comunidad.

E. Todas las instituciones relacionadas con la educación física, la recreación física y el deporte deben favorecer una acción sistemática, coherente, global y descentralizada, a fin de lograr la coordinación e integración de las diversas actividades físicas.<sup>11</sup>

3.5.1.3 ARTICULO 35. FUNCIONES. Son funciones de la Dirección General de Educación Física – DIGEF-, las siguientes:

- a. Promover la práctica sistemática de la educación física en todos los niveles del Sistema Educativo Nacional;
- b. Descentralizar y regionalizar la práctica de la educación física;
- c. Elaborar y aprobar los planes y programas de educación física, para todos los niveles y ciclos educativos;
- d. Autorizar y supervisar el funcionamiento de centros educativos tanto oficiales como privados de formación de docentes en educación física dentro del Sistema Educativo Nacional;
- e. Dirigir, ejecutar, evaluar y supervisar los proyectos, programas y acciones de educación física, de acuerdo a las políticas educativas que se dicten;
- f. Promover mecanismos de integración interinstitucional e intersectorial con entidades afines a la educación física;

---

<sup>11</sup> Ley Nacional Para el Desarrollo de la Cultura Física y El deporte decreto 76-97

- g. Impulsar el desarrollo de la investigación técnica-científica en la educación física nacional;
- h. Impulsar la práctica de la educación física en términos de promoción de salud;
- i. Garantizar la aplicación efectiva y permanente de procesos de evaluación y supervisión de la educación física, dentro del Sistema Educativo Nacional;
- j. Promover y facilitar los mecanismos y medidas de estímulo, dignificación y profesionalización de la labor docente en educación física;
- k. Organizar y programar acciones de Formación y Capacitación de Recursos Humanos en educación física, en correspondencia con las necesidades y el desarrollo educativo del país;
- l. Promover y facilitar los mecanismos y medidas de estímulo, dignificación y profesionalización de la labor docente en educación física;
- m. Garantizar la articulación efectiva del desarrollo curricular y extracurricular de la educación física; n. Regular y coordinar el funcionamiento del Instituto de la Juventud y el Deporte; <sup>12</sup>

3.5.1.4 CAPITULO II REGIMEN INSTITUCIONAL ARTICULO 42. CAMPO DE ACCION. La educación física, dentro del Sistema Educativo Nacional, se aplica en dos ámbitos de acción.

3.5.1.4.1 I. El Curricular: Que corresponde exprofesamente y programa de estudios que se aplica en la clase de educación física y que constituye la base de todo el proceso de formación y proyección educacional, siendo sus objetivos:

- a. Adquirir y preservar hábitos de salud;
- b. Inculcar el beneficio de una mejor calidad de vida mediante el hábito de la práctica de actividades físicas;
- c. Fijar el hábito permanente del ejercicio físico;
- d. Contribuir a la adquisición de una aptitud para la acción mediante el desarrollo de habilidades motrices y técnicas y capacidades físicas;

---

<sup>12</sup> Ley Nacional Para el Desarrollo de la Cultura Física y El deporte decreto 76-97

- e. Promover una educación por y para el movimiento que contribuye a la educación integral y multilateral;
- f. Inculcar una moralidad en acción.

3.5.1.4.2 II. El Extracurricular: Que corresponde a toda actividad escolar fuera de todo plan, programa y clase de educación física, y que se rige por programas específicos, siendo sus objetivos:

- a. Contribuir a consolidar el trabajo realizado en la clase de educación física y a fijar el hábito de la práctica de actividades físicas;
- b. Reforzar mediante actividades de seguimiento al proceso de aprendizaje motriz;
- c. Fomentar la participación y competencia deportiva interescolar;
- d. Crear programas y escuelas de iniciación deportiva con población escolar selectiva;
- e. Impulsar el Sistema de selección de talentos deportivos en el medio escolar;
- f. Estimar el aprovechamiento útil del tiempo libre.

3.5.1.5 ARTICULO 45. PROFESIONALIZACION. La educación física en su ámbito curricular, en todos los niveles educativos tanto en el sector oficial como privado, será impartida exclusivamente por docentes titulados en educación física. Así mismo, las coordinaciones o como se les denomine en el área de educación física y deportes, en cada centro educativo privado, deben estar dirigidas por docentes titulados en educación física, en garantía de los valores positivos del esfuerzo pedagógico.

### 3.5.2 Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte

La Conferencia General de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura –UNESCO- en su 20ª. Reunión en París, el día 21 de noviembre de 1978, proclamó la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte, a fin de poner el desarrollo de la Educación Física y el Deporte al servicio del progreso humano, favorecer su desarrollo y exhortar a los gobiernos,

las organizaciones no gubernamentales competentes, los educadores, las familias y los propios individuos a inspirarse en ella, difundirla y ponerla en práctica, estableciendo el siguiente contenido: <sup>13</sup>

Artículo 1o. La práctica de la Educación Física y el Deporte es un derecho fundamental para todos.

Todos los individuos tienen derecho a la educación física, la actividad física y el deporte, sin importar el sexo, edad, religión tienen derecho a realizar la práctica de la Educación Física y el deporte. Iniciando desde edades de preescolar, todas las edades, y las personas con discapacidades.

Artículo 2º. La Educación Física y el Deporte constituyen en elemento esencial de la educación permanente dentro del sistema global de educación.

Artículo 3º. Los programas de Educación Física y Deporte deben responder a las necesidades individuales y sociales.

Artículo 4º. La enseñanza, el entrenamiento y la administración de la Educación y el Deporte deben confiarse a un personal calificado.

Artículo 5º. Para la Educación Física y el Deporte son indispensables instalaciones y materiales adecuados.

Artículo 6º. La investigación y la evaluación son elementos indispensables del desarrollo de la Educación Física y el Deporte.

Artículo 7º. La información y la documentación contribuyen a promover la Educación Física y el Deporte

---

<sup>13</sup> **Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte**

Artículo 8º. Los medios de comunicación de masas deberían ejercer una influencia positiva en la Educación Física y el Deporte.

Artículo 9º. Las instituciones nacionales desempeñan un papel primordial en la Educación Física y el Deporte.

Artículo 10º. La cooperación internacional es una de las condiciones previas del desarrollo universal y equilibrado de la Educación Física y el Deporte.<sup>14</sup>

### 3.6 Valores que practicamos en la clase de Educación Física:

#### 3.6.1 Valores

Los valores son principios que nos permiten orientar nuestro comportamiento en función de realizarnos como personas. Son creencias fundamentales que nos ayudan a preferir, apreciar y elegir unas cosas en lugar de otras, o un comportamiento en lugar de otro. También son fuente de satisfacción y plenitud.

Nos proporcionan una pauta para formular metas y propósitos, personales o colectivos. Reflejan nuestros intereses, sentimientos y convicciones más importantes.

Los valores se refieren a necesidades humanas y representan ideales, sueños y aspiraciones, con una importancia independiente de las circunstancias. Por ejemplo, aunque seamos injustos la justicia sigue teniendo valor. Lo mismo ocurre con el bienestar o la felicidad.

Los valores valen por sí mismos. Son importantes por lo que son, lo que significan, y lo que representan, y no por lo que se opine de ellos.

Valores, actitudes y conductas están estrechamente relacionados. Cuando hablamos de actitud nos referimos a la disposición de actuar en cualquier momento, de acuerdo con nuestras creencias, sentimientos y valores.

---

<sup>14</sup> **Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte**

Los valores se traducen en pensamientos, conceptos o ideas, pero lo que más apreciamos es el comportamiento, lo que hacen las personas. Una persona valiosa es alguien que vive de acuerdo con los valores en los que cree. Ella vale lo que valen sus valores y la manera cómo los vive.

Pero los valores también son la base para vivir en comunidad y relacionarnos con las demás personas. Permiten regular nuestra conducta para el bienestar colectivo y una convivencia armoniosa.

### 3.6.2 Valores en Educación Física:

La Educación Física es un área primordial en la que se desarrolla la práctica de los valores, las interacciones que se producen, tanto motrices como socio-afectivas, son mayores que las que se pueden encontrar en cualquier otra área. Da la oportunidad a los alumnos de enfrentarse a sus miedos y competencias y compararse con el resto de compañeros fomentando diversos valores.

Lo importante no es discutir y reflexionar sobre los valores sino vivirlos aplicándolos. Es importante que como docentes realicemos la promoción y desarrollo de los valores. Esto ara reflexionar al alumnado sobre su actuación en las diversas tareas motrices desarrolladas, respecto a su comportamiento como a las consecuencias que se derivan del mismo. Es importante que todos nos involucremos en la práctica de valores maestros, estudiantes y padres de familia, no exclusivamente desde el área de Educación Física ya que deseamos cambios significativos y permanentes en la promoción y desarrollo de los valores en el alumnado, el compromiso es de todos.

Tipos de Valores que practicamos en Educación Física:

#### 3.6.2.1 Respeto:

Respeto significa mostrar respeto y el aprecio por el valor de alguien o de algo, incluyendo el honor y la estima. Esto incluye el respeto por uno mismo, respeto por los derechos y la dignidad de todas las personas y el respeto por el medio ambiente que sustenta la vida. El respeto nos impide lastimar a lo que debemos valorar.

En educación física ponemos en práctica el respeto por uno mismo, hacia los compañeros, hacia el maestro, hacia las demás personas.

#### 3.6.2.2 Responsabilidad:

Se trata de la capacidad existente en todo sujeto activo para reconocer y aceptar las consecuencias de un acto realizado libremente; también sería la calidad de responsable.

Se les delega a los estudiantes actividades que en las cuales ponen en práctica la responsabilidad, cumplir ciertas acciones dentro de la clase, fuera o la práctica de alguna actividad como tarea en casa, también la responsabilidad de cuidar los implementos para actividades motrices, o deportivas.

#### 3.6.2.3 La Honestidad:

Se refiere a una faceta del carácter moral y se refiere a los atributos positivos y virtuosos tales como la integridad, veracidad y sinceridad, junto con la ausencia de la mentira, el engaño o robo.

En la clase de Educación Física es muy importante que los estudiantes sean honestos consigo mismos y con los demás, no dejar que entre ellos generen trampa pues se les enseña que haciendo esto se están engañando a ellos mismos y a los demás compañeros.

#### 3.6.2.4 La Perseverancia:

Es la tendencia del individuo a comportarse sin ser reforzado en los propósitos motivación y al no desfallecer en el intento.

Este valor es muy importante en Educación Física ya que los alumnos a través de la práctica de actividades van adquiriendo los conocimientos y en algunos contenidos se les hace difícil la asimilación del aprendizaje, y es en donde el maestro interviene motivándolo a ser perseverante inculcándoles que a través de la práctica pueden lograr las competencias.



#### 3.6.2.5 La Solidaridad:

Es la integración y el grado y tipo de integración, que se muestra por una sociedad o un grupo de gente y de sus vecinos.

Este Valor es practicado en la clase, ya que se les enseña a los niños que deben ser solidarios con los demás compañeros ayudándolos en diversas tareas motrices, practicando el trabajo en equipo, y de esta manera se le va inculcando para que pueda desenvolverse en la sociedad.

#### 3.6.2.6 La Tolerancia:

Es una actitud justa y objetiva, y permisiva hacia aquellos cuyas opiniones, prácticas, raza, religión, nacionalidad, etc.

Debemos respetar a todas las personas por igual, a nuestros compañeros, ya que las etapas maduración motriz están más desarrolladas que otros, o desarrollan antes, y algunos niños quieren ir rápido en el aprendizaje pero existen niños que necesitan el tiempo y la práctica adecuada para que sea asequible.

#### 3.6.2.7 La Amistad y el Compañerismo:

En Educación Física es un valor esencial ya que todos deben de practicar en una actividad y darle las mismas oportunidades al resto de compañeros.

#### 3.6.2.8 Orden:

El orden no es solo el modo de estar colocadas las cosas o de sucederse en el espacio o en el tiempo según determinado criterio sino también la normalidad, tranquilidad, ausencia de acontecimientos raros o extraordinarios en un determinado ámbito.

Es muy importante inculcar a los estudiantes el Orden dentro y fuera de clase, pues es una manera de educarlos para la vida y a convivir en sociedad.

#### 3.6.2.9 Cooperación:

Sería la acción y efecto de cooperar, siendo sinónimos: Ayuda, asistencia, contribución, colaboración.

Es importante realizar juegos cooperativos, en donde todos estén involucrados en la resolución de algún problema, que todos tengan un papel importante.

### 3.7 Principios de la Educación Física.

#### 3.7.1 Principios de la Identidad Corporal

El individuo conoce el mundo que le rodea a partir de su entidad corporal, y seguirá viviendo toda su existencia no sólo en el cuerpo, sino con el cuerpo y, en alguna manera, desde el cuerpo y a través del cuerpo.

El individuo debe conocerse así mismo internamente para luego poder transmitir, experimentar con el exterior.

#### 3.7.2 Principio de la Significación Sensorial:

El ser humano en su situación en el mundo debe alimentar constantemente su tono vital por medio de los estímulos sensoriales. Gracias al movimiento el individuo multiplica las posibilidades y variedad de tales estimulaciones.

La información externa que llega a nuestro cuerpo a través de nuestros sentidos, es importante en la clase de Educación física ya que a través de este el estudiante genera movimientos por medio de diferentes estímulos.

#### 3.7.3 Principio de la interacción Funcional

La interacción cerebro-aparato locomotor estimulada con amplias capacidades de ejercitación física, es una garantía de desarrollo personal, e incluso de desarrollo específico de las funciones del pensar.

Este principio es fundamental en la clase de Educación Física, ya que se pretende que el estudiante sea capaz de analizar los movinetos que esta ejecutando, pues el cuerpo no está desconectado de la mente, ya que todos son procesos cognitivos para hacer un pequeño movimiento o cadenas de movimientos.

#### 3.7.4 Principio de la Realidad Atropó-dinámica:

El ser humano tiene un cuerpo, el cual está capacitado para moverse, hecho para moverse, por lo mismo el individuo vive en el movimiento y este es una de las primeras providencias antropológicas del mismo.

El cuerpo Humano está adaptado para generar movimientos internamente como externamente, se producen movimientos los cuales son voluntarios e involuntarios, en donde los involuntarios no somos capaces de controlarlos.

#### 3.7.5 Principio de la Identidad Antropológica:

Gracias al movimiento el ser humano aprende a estar en el espacio, por lo que el individuo es un ser corporal en el espacio. Su capacidad de ejercitación física le aportará una educación de sus dos grandes realidades antropológicas como lo son el cuerpo y el movimiento.

#### 3.7.6 Principio de la asunción personal del movimiento

El ejercicio físico debe estar centrado por el disfrute, en sus diversas variedades: el disfrute simplemente por el ejercicio; el puro placer funcional del propio movimiento.

Es lo que se pretende con la clase de Educación Física que el estudiante en un futuro sea capaz de hacer actividad física por placer, por disfrute, ya que el individuo analizara la importancia del ejercicio para la salud y mejor calidad de vida.

### 3.8 Enfoque Unilateral de la Educación Física:

Propugna porque la misión de la educación física, debe asumirse con preponderancia de un determinado factor (enfoque), y en su devenir histórico algunos estudios le han asignado en forma particular los siguientes:

3.8.1 Enfoque Biológico o Higienista: Dirigida al desarrollo orgánico y cultivo corporal.

Es importante que los maestros de Educación Física conozcamos la importancia de los cambios biológicos que realizan las actividades físicas, en nuestros estudiantes, los beneficios de la práctica de ejercicios físicos, debidamente estructurados y planificados a la edad de los Estudiantes para no causar daños en el organismo.

3.8.2 Enfoque Pedagógico: Dirigido a promover el hecho educativo, mediante la práctica del movimiento humano con la presencia determinante de intencionalidad pedagógica.

La pedagogía en la clase de Educación física es muy importante ya que contribuye al proceso de enseñanza, a través de ella elegimos, medios, métodos, contenidos, actividades, para el desarrollo de la clase de Educación Física.

3.8.3 Enfoque Psicológico: Dirigido a resaltar el desarrollo psicomotriz y su importancia en el proceso de aprendizaje a través de la educación de los comportamientos motores (desplazamientos en el espacio y en el tiempo, gestos aparentes, contactos y relaciones con los demás) y de la inteligencia motriz (capacidad de crear, adaptar y memorizar movimientos)

El proceso psicológico es muy importante en la clase de Educación Física, ya que a través de ella construyen aprendizajes más complejos.

3.8.4 Enfoque Sociológico: Dirigido a promover la actitud y aptitud recreacional y de desarrollo social, a través del sano aprovechamiento del tiempo libre.

Los estudiantes asumen ciertas conductas de comportamiento y es ahí donde debemos aprovechar y ser guías de nuestros estudiantes, porque se necesitan ciudadanos íntegros capaces de tomar sus propias decisiones.

La Educación Física contribuye a que el estudiante pueda desenvolverse e integrarse en la sociedad, durante la clase se trabajan diferentes aspectos como

actividades grupales, trabajo en equipo en donde el estudiante se va relacionando con otras personas.

3.8.5 Enfoque Deportivo: Dirigido a la formación de la base deportiva de donde se promoverá la selección de talentos y formación de campeones en el deporte.<sup>15</sup>

El Deporte es un medio de la Educación Física, ya que con él nos basamos en contenidos programáticos para la ejecución de la clase de Educación Física ya que es formativa, educativa y es para todos, pero de aquí dependen la detección de talentos o los futuros seleccionados del proceso extracurricular de juegos escolares de clase de Educación Física.

### 3.9 Características del profesor de Educación Física

Según Ibarra (2006) “el rol del docente ha tenido múltiples cambios y su función está determinada por lo que la sociedad requiere en la actualidad. El docente pasó de ser el protagonista que entrega conocimientos, a ser el mediador, que facilita el aprendizaje a través de herramientas, en donde el alumno es participe en la construcción de estos conocimientos”. “Aguirre de Vergara (2011) señala que se necesita tener una formación académica, que le permita estar preparado para dirigir a sus alumnos, mediante conocimientos actuales y claros; tener una formación valórica la cual le permita al docente tener una comunicación cercana, dar una formación íntegra y valórica, teniendo una relación efectiva y cognoscitiva, así como también tener la capacidad de dominio de grupo y la mejor disposición en las clases”.<sup>16</sup>

---

<sup>15</sup> Zamora, J. (2009) Epistemología de la Educación Física, Guatemala:Edición especial y limitada, autorizada a la Dirección General de Educación Física, del Ministerio de Educación de Guatemala, para su distribución gratuita.

<sup>16</sup> Freundt, Alda, IEFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 18, N° 183, Agosto de 2013.  
<http://www.efdeportes.com>

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

### 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 (Delgado y Sicilia, 2002). De la misma forma, De León (2006, p. 76) menciona que “todos aquellos supuestos, procedimientos y actividades que la persona que ocupa el papel de educador, aplica para inducir el aprendizaje en los sujetos”son importantes, dado que una mala elección de estrategias la clase puede terminar en un fracaso. La amabilidad al momento de enseñar es fundamental, sobre todo con los cursos más pequeños ya que los alumnos ven al profesor como un modelo a seguir.

Sáenz-López (1997) señala una serie de pautas orientadas en la educación que guían a los maestros/as durante el proceso de enseñanza-aprendizaje tales como: Evolucionar de lo simple a lo complejo; Aprender jugando; lograr aprendizajes significativos; Individualización; Adecuación de materiales y normas; Actitud de paciencia y clima favorable; Informaciones breves y mucha práctica; Fomento del conocimiento de resultados internos, entre otros

#### 3.9.1 Actitud Profesional

Según Salmerón (2011) la sociedad en la que se encuentran nuevas tecnologías, de comunicaciones, determina que el profesor de EF 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.

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

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

### 3.9.2 Rasgos de 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. Según Allport (1961, citado por Coon, 2005), existen diferentes tipos de

clasificación de los rasgos de personalidad estos son: los rasgos comunes, rasgos centrales, rasgos secundarios y rasgos fuentes.

- Rasgos comunes: Son aquellos los cuales definen a una cultura, cualidades que dentro de un país o grupo se repiten generalmente, por ejemplo en Estados Unidos la competitividad es un rasgo muy frecuente, en cambio en el norte de Arizona encontrar este rasgo es difícil.
- 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 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. Según Cloninger (2003) los rasgos son componentes que los al unirlos forman el comportamiento de la persona.

El componente físico es importante en cuanto a la visión que tienen los alumnos (Contreras, 2000), 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.



### 3.9.3 Orientación Filosófica

Contreras (2000) señala que las características morales deben ser parte importante del docente, ya que la enseñanza debe ser integral para los alumnos, es decir la ética profesional debe estar siempre presente en la enseñanza y en el hacer del profesor. Cañas-Quirós (1998) mencionan de la ética como la fuerza que mueve al hombre en el cumplimiento de sus deberes, esto es, ayuda en el quehacer del día a día, en la intensidad de cómo se debe realizar la clase y considerar todos los pro y contra para realizar el trabajo de una mejor manera y más profesional. “La ética significa crecimiento, vitalidad, justamente lo contrario de la desertización” Hernández (2006, pág. VI).

En cuanto a los parámetros psicomorales, es necesario tener una visión de la significancia del sentido de la justicia y dignidad, es decir la imparcialidad del profesor hacia los alumnos, ya que no pueden existir preferencias dentro de un grupo curso por las características o condiciones físicas del alumno o por su comportamiento dentro de la clase, es decir el desarrollar capacidades en todos, a pesar de sus diferencias, que garantice calidad en el aprendizaje (Salmerón, 2011). También no es menor el carácter que debe poseer el docente de EF, ya que al ser una asignatura con más libertades es necesario el orden y la disciplina en el aula (Contreras, 2000).<sup>17</sup>

---

<sup>17</sup> <http://www.efdeportes.com/efd183/caracteristicas-que-debe-tener-un-profesor-de-educacion-fisica.htm>



#### IV. Marco operativo

##### 4.1 Diseño de la Investigación

##### 4.1.1 Organización jerárquica del equipo de investigación

- Coordinador
- Asesor de sistematización
- Director
- Investigador
- Maestros
- Estudiantes

##### 4.1.1.2 Organización institucional

- Director Departamental
- Supervisores municipales
- Director
- Maestros
- estudiantes
- Personal Operativo

##### 4.1.1.3 Recursos institucionales

- Recursos Humanos
- Personal calificado (director, maestros, personal operativo)
- estudiantes
- Recurso Materiales
- Cañonera
- Bocinas
- Laptop
- Canchas deportivas

#### 4.1.2 Presupuesto de la investigación

Actividad	Recursos	Encargados	Costos
pago modem de internet	Computadora	investigador	Q 100.00
Impresiones de encuestas	Impresora	investigador	Q 6.00
Fotocopias de las encuestas	Fotocopiadora	investigador	Q18.00
Impresión de propuesta	Impresora	investigador	Q23.00
Primera impresión de la sistematización para revisión	Impresora	investigador	Q5.00
Segunda impresión de sistematización para revisión	Impresora	Investigador	Q5.00
Tercera impresión de sistematización para revisión	Impresora	investigador	Q35.00
Total			Q192.00

#### 4.1.3 Programación

actividades	Febrero				Marzo				abril			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Fase I												
Recolección de información	x											
Tema a investigar	x											
planteamiento	x											
Justificación	x											
objetivos	x											
Elaboración del marco teórico		X	X	x								

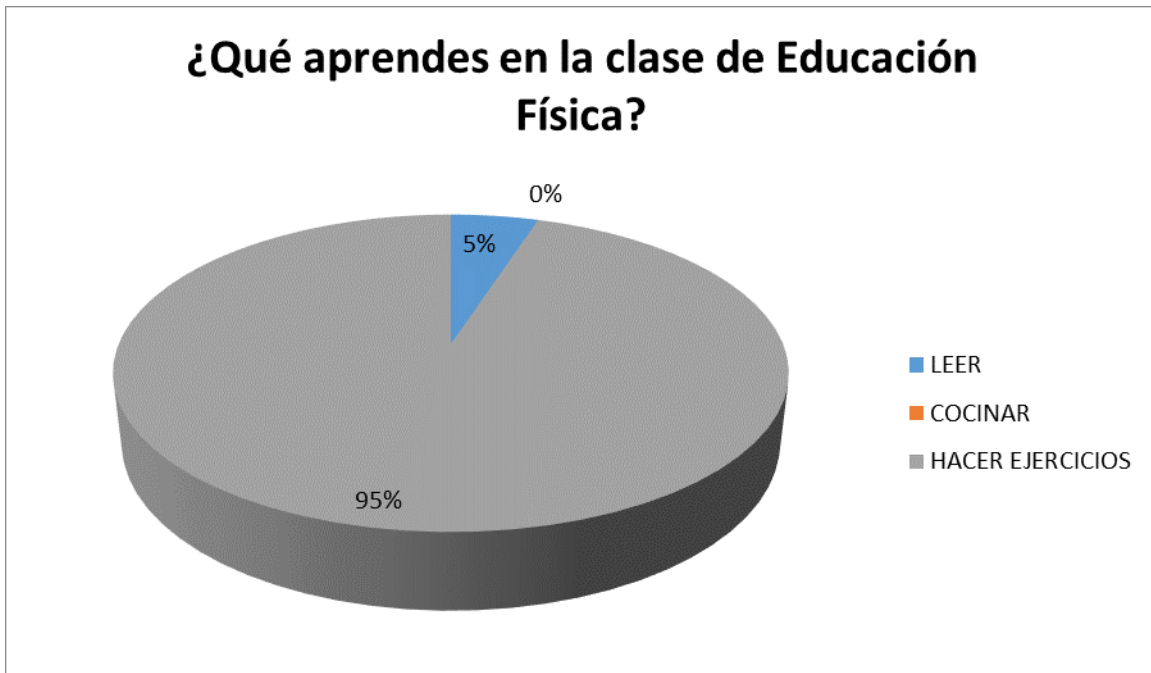
Diseño de la prueba			X									
Selección de la muestra			X									
Tipos de muestra de recolección de datos			X									
Recolección de datos				x								
Tabulación de datos				x								
Análisis e interpretación de datos				x								
Elaboración de documento					x							
Propuesta de docencia Educación Física de Calidad						x						
Propuesta de Extensión Educación Física de calidad						x						
Conclusiones y recomendaciones					x							
Examen privado.						x						
Graduación												x



## V. Presentación de resultados

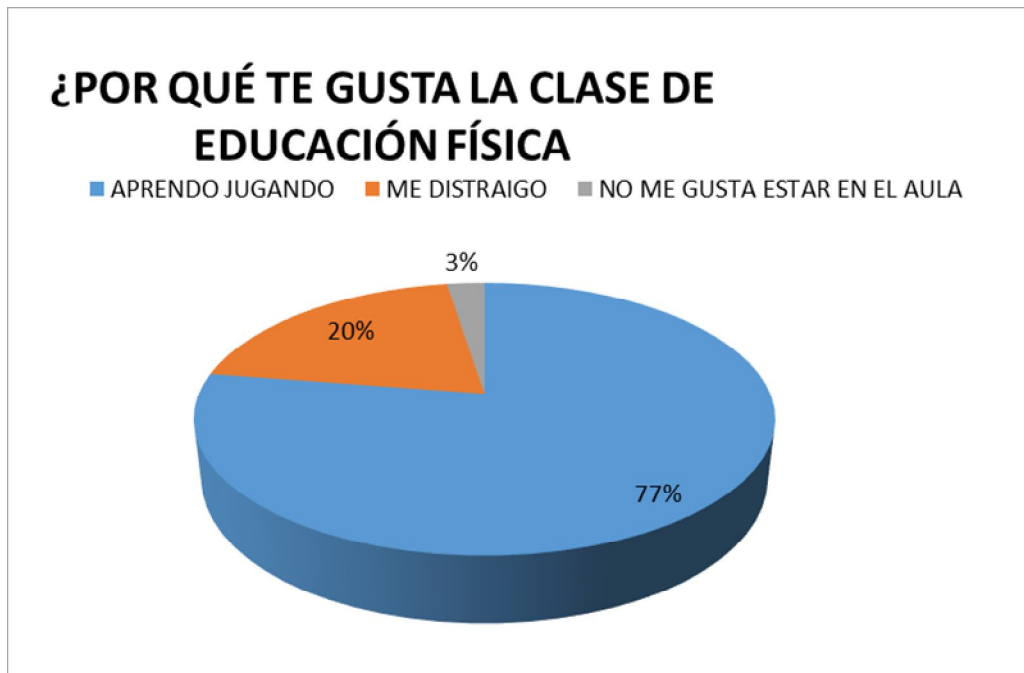
### 5.1 Análisis de datos

#### PREGUNTA No. 1



El 95% de los Estudiantes encuestados afirman que aprenden hacer ejercicios en la clase de educación física y el 5% aluden que en la clase de Educación física aprenden a leer.

## PREGUNTA No. 2



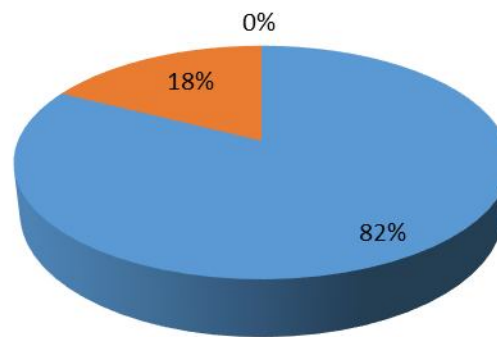
El 77% de los estudiantes afirman que le gusta la clase de Educación porque aprenden jugando, mientras que el 20% les gusta porque se distraen y el 3% les gusta la clase de Educación Física porque no les gusta estar en el aula.



### PREGUNTA No. 3

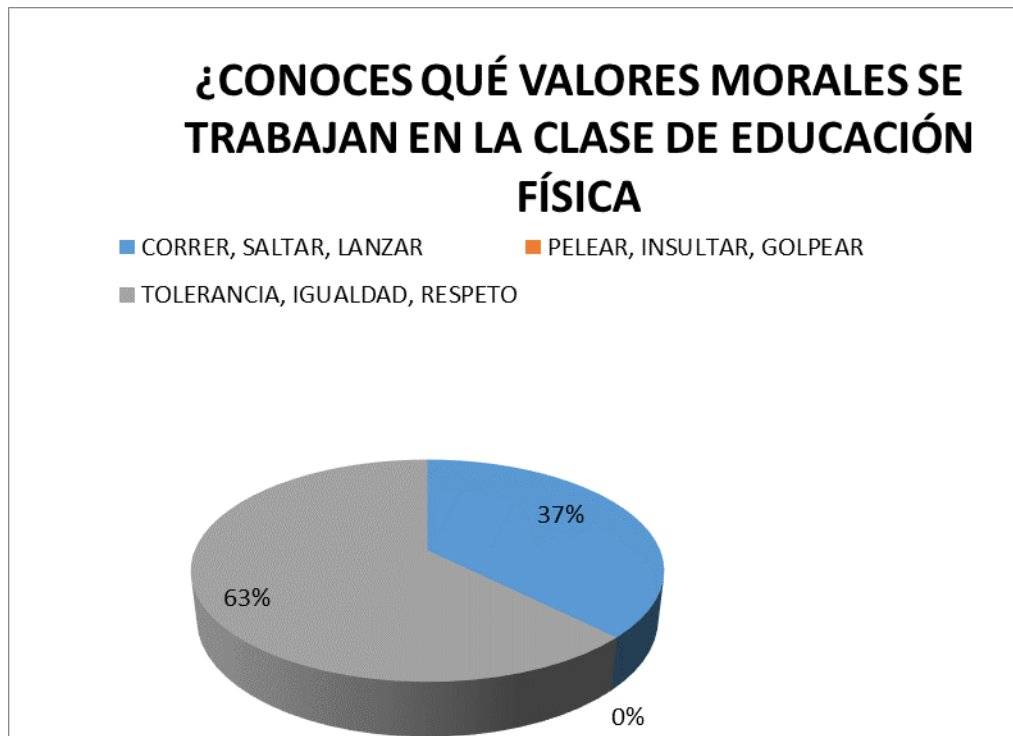
#### ¿EN QUÉ LUGAR PONES EN PRÁCTICA LO QUE REALIZAS EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA?

■ EN LA ESCUELA ■ EN LA CASA ■ EN NINGUN LUGAR



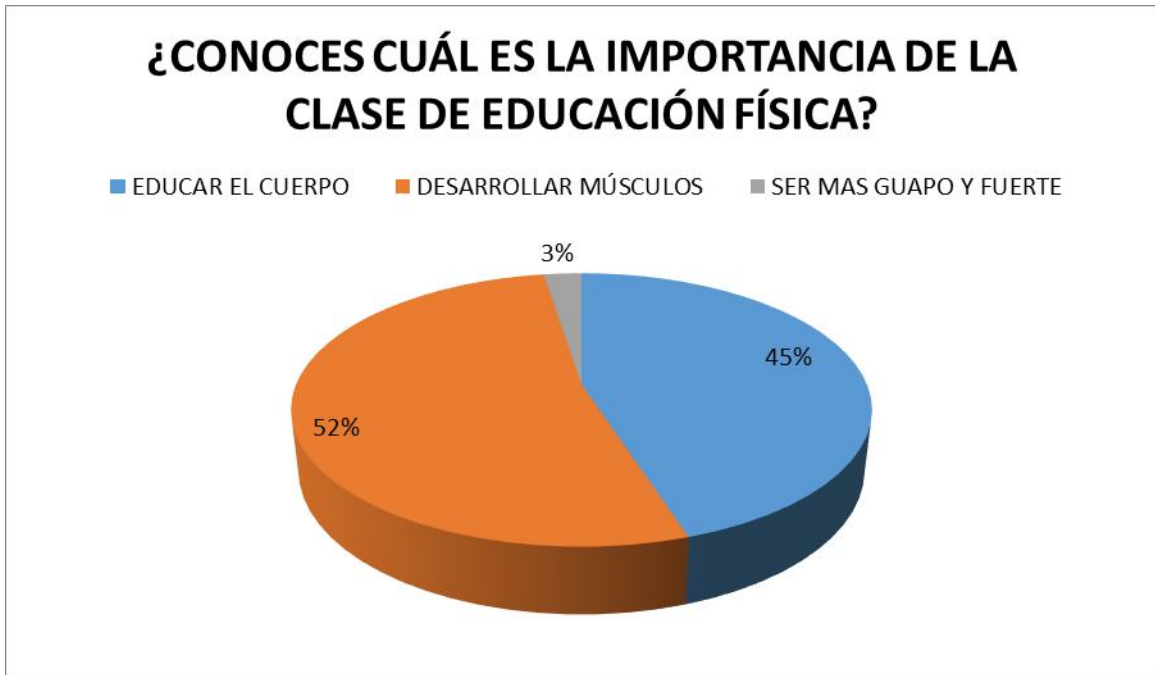
El 82% de los estudiantes encuestados responden que ponen en práctica lo que aprenden en la clase de Educación Física en la escuela y el 18% pone en práctica lo que aprenden en la clase Educación Física en la Casa.

#### PREGUNTA No. 4



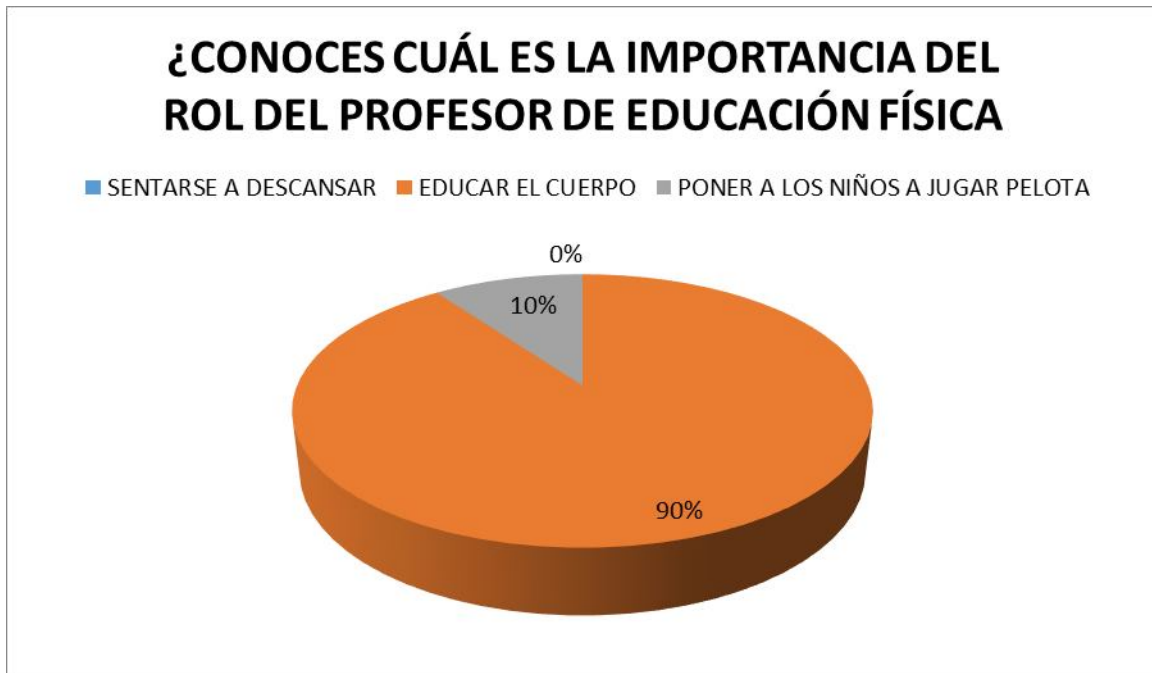
El 67% de los estudiantes encuestados conocen los valores morales que se trabajan en la clase de Educación física, y el 37% desconocen los valores que se trabajan en la clase de Educación Física

## PREGUNTA No. 5



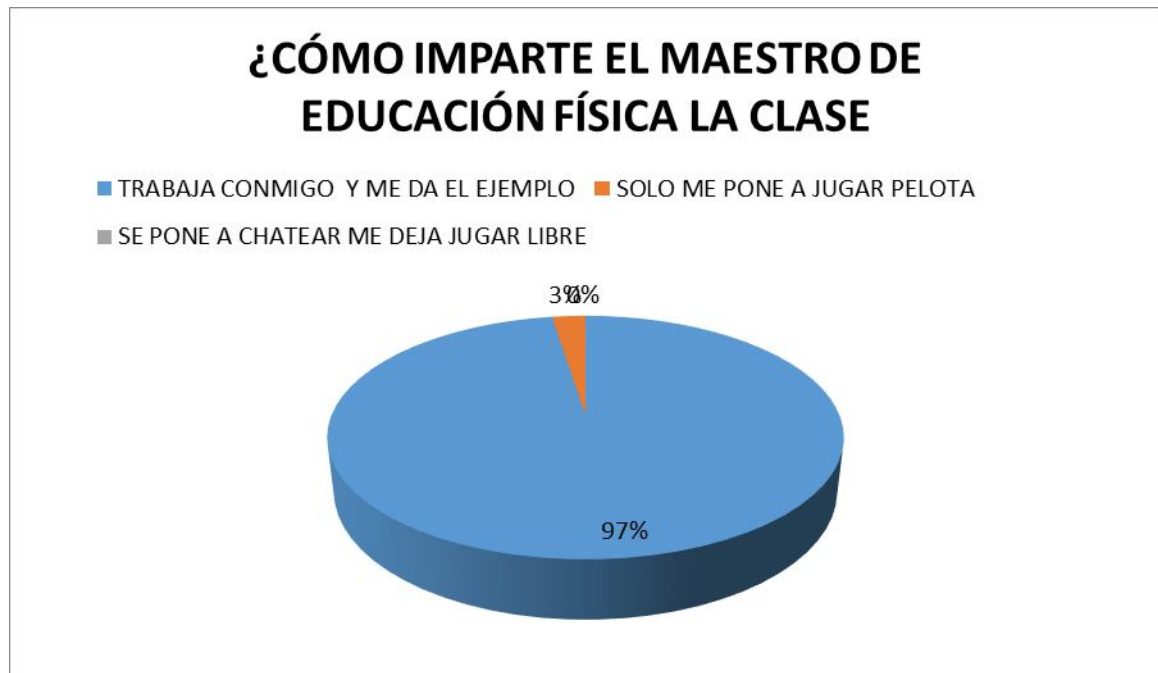
El 52% de los estudiantes encuestados responden que la importancia de la clase de educación física es para desarrollar músculos, el 45% respondió que es para educar el cuerpo, y el 3% respondió que la importancia de la clase de Educación Física es para ser más guapo y fuerte.

## PREGUNTA No. 6



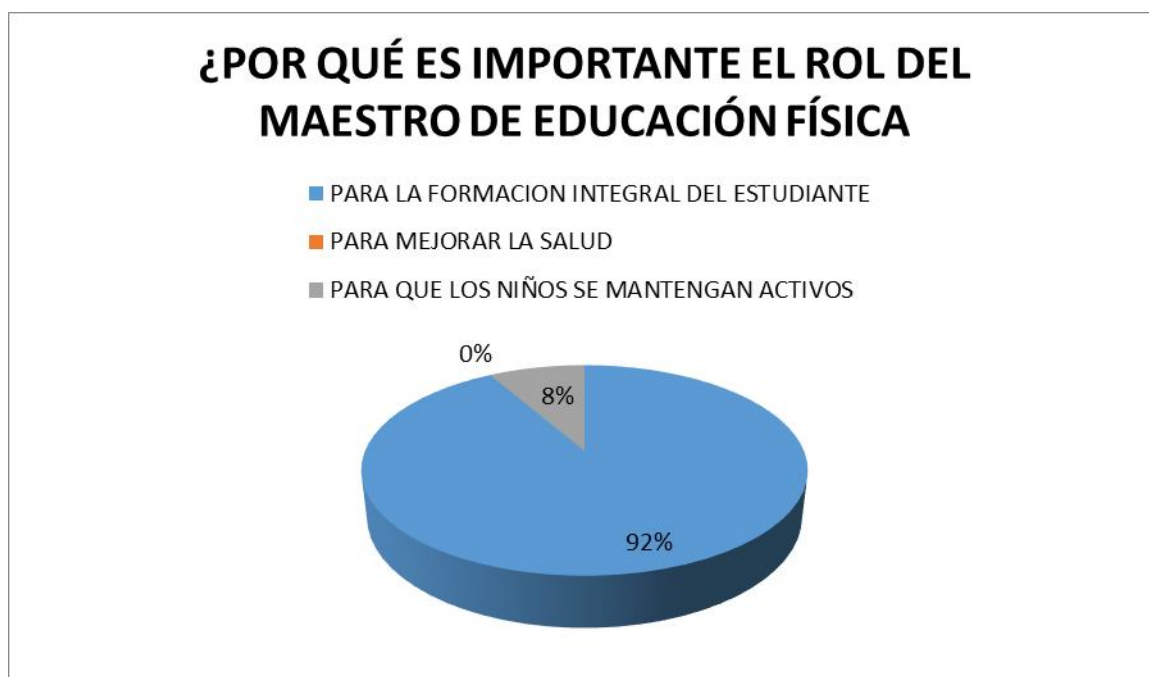
El 90% de de los estudiantes responden que la importancia del rol del profesor de educación física es educar el cuerpo, y el 10% responden poner al niño a jugar pelota.

## PREGUNTA No. 7



El 97% de los estudiantes encuestados afirma que el maestro de Educación física trabaja con ellos y les da el ejemplo, y el 3% de los alumnos encuestados responden que solo los pone a jugar pelota.

**PREGUNTA NO. 1**

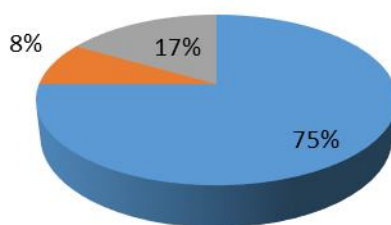


El 92% de los maestros encuestados responden que es importante el rol del maestro de Educación Física para la formación integral del estudiante, y el 8% respondió para que los niños se mantengan activos.

## PREGUNTA No. 2

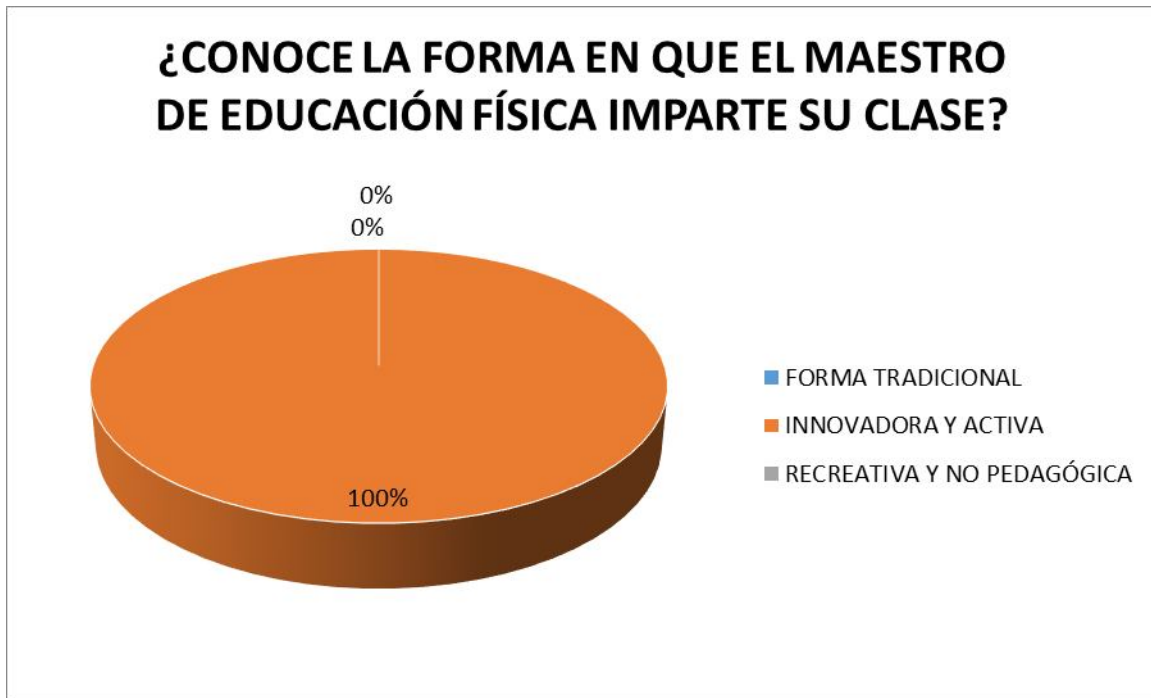
### ¿cuál es la importancia de la clase de Educación Física en el proceso educativo del estudiante

- MEJORA LA MOTRICIDAD GRUESA EN EL ESTUDIANTE
- AYUDA A MEJORAR LA SALUD
- EL NIÑO APRENDE A JUGAR



El 75% de los maestros encuestados respondieron que la importancia de la clase de Educación física en el proceso educativo del estudiante es para mejorar la motricidad gruesa en el estudiante, mientras que el 17% respondió que el niño aprende jugando, y el 8% respondió que ayuda a mejorar la salud.

### PREGUNTA No. 3

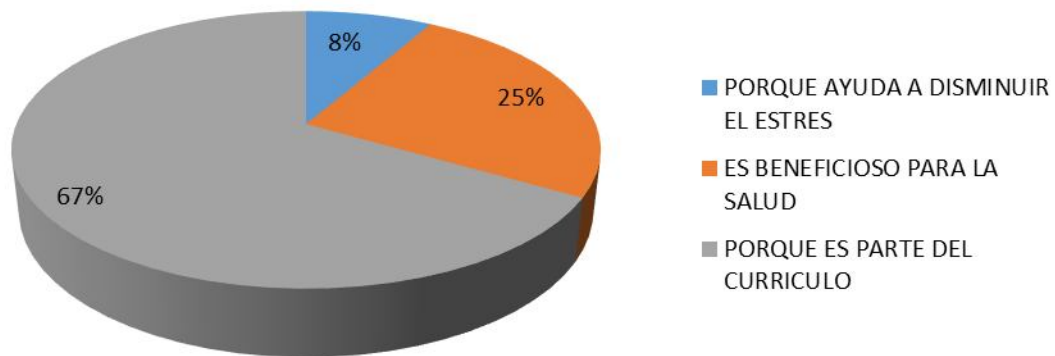


El 100% de los Maestros encuestados responden que la forma en que el maestro de Educación Física imparte su clase es de forma innovadora y activa.



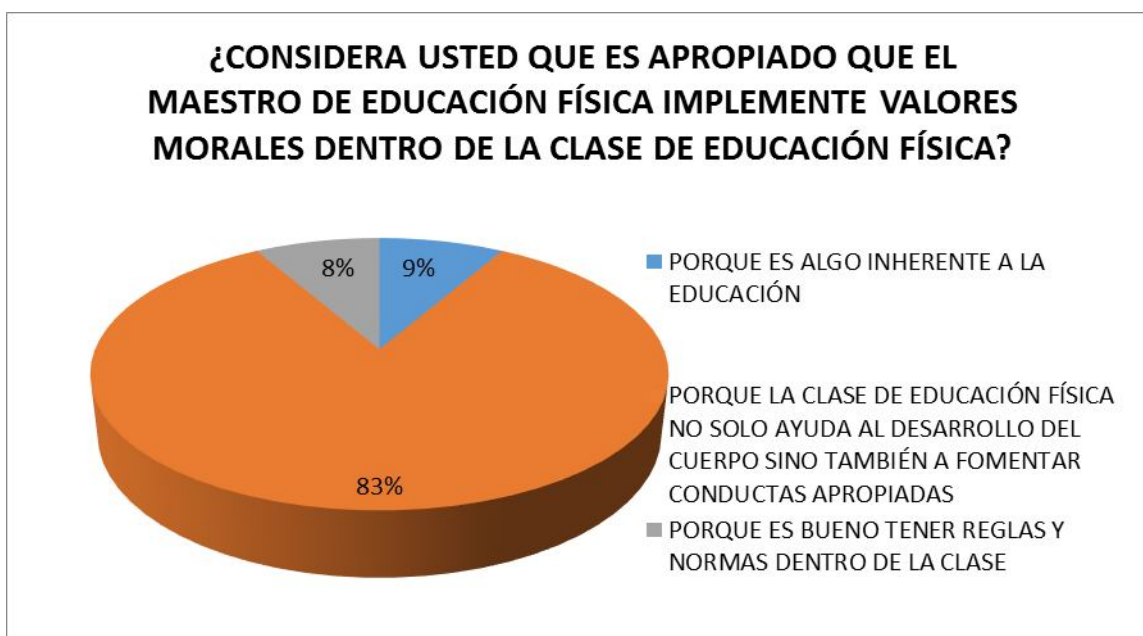
#### PREGUNTA No. 4

### ¿POR QUÉ CONSIDERA QUE ES IMPORTANTE QUE LOS ESTUDIANTES RECIBAN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA?



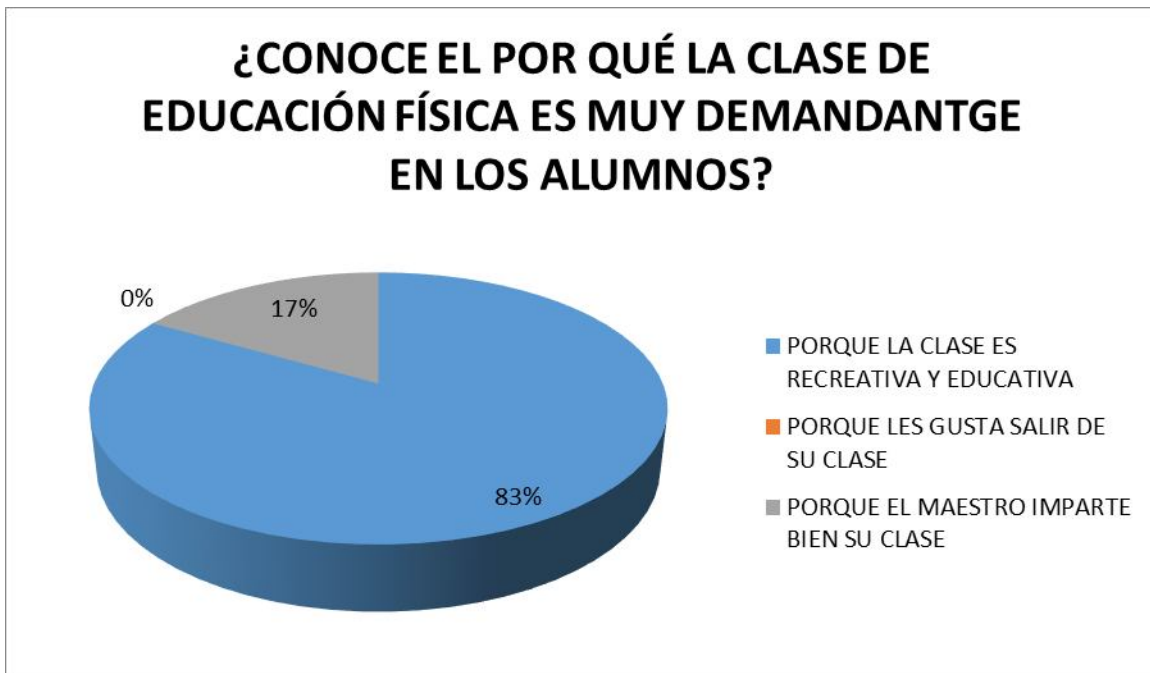
El 67% de los maestros encuestados responden que es importante que los estudiantes reciban la clase de Educación física porque es parte del currículo, el 25% porque es beneficioso para la salud, y el 8% porque ayuda a disminuir el estrés.

## PREGUNTA No. 5



El 83% de los maestros encuestados consideran que es apropiado que el maestro de Educación Física implemente valores morales dentro de la clase de educación física porque no solo ayuda al desarrollo del cuerpo sino también a fomentar conductas apropiadas, el 9% porque es algo inherente de la educación, y el 8% porque es bueno tener reglas y normas dentro de la clase.

## PREGUNTA No.6



El 83% de los maestros encuestados responde que la clase de Educación Física es muy importante en los alumnos porque la clase es recreativa y educativa, el 17% respondió porque el maestro imparte bien su clase.

## 5.2 Interpretación de resultados

La investigación fue realizada en la Escuela Oficial Rural Mixta, aldea Santo Domingo los Ocotes, Jornada Matutina, Nivel Primario.

Los participantes de dicha investigación es la comunidad educativa la cual engloba a estudiantes y maestros.

En donde de 400 estudiantes se tomó un muestreo aleatorio de 10% de la población educativa la cual equivale a 40 estudiantes, así mismo en dichas encuestas se da a conocer que los estudiantes, maestros, conocen cual es el rol del profesor de educación física pero no admiten la importante del desarrollo integral del niño.

De acuerdo a los datos obtenidos en el trabajo de campo se puede afirmar que la población Educativa conoce cuál es la importancia de la clase de educación Física pero no se le ha dado la importancia que debería.

Además de los datos obtenidos se evidenció que la clase de educación física ayuda al desarrollo de procesos mentales del estudiante porque por medio de la clase el estudiante libera el estrés, despeja la mente y obtiene un mejor aprendizaje, así mismo la mente y el cuerpo se van desarrollando de forma integral en los estudiantes.

## VI. Conclusiones

1. El rol del maestro de Educación Física es importante para la preparación Integral de los y las Estudiantes, en el ámbito social, psicológico, biológico y laboral.
2. El maestro de Educación Física por medio de la clase promueve los Valores para la formación integral de los Estudiantes.
3. La clase de Educación Física de calidad contribuye a la socialización de los estudiantes.
4. Es importante que los maestros de aula estén empoderados de la importancia que tiene la realización de la clase de Educación física.
5. La educación Física tiene como fin el desarrollo del cuerpo mediante la práctica de movimientos, deportes y ejercicios físicos adecuados a la edad, y a su vez desarrolla la capacidad intelectual, moral y afectiva de los estudiantes.



## VII. Recomendaciones

- Informar la importancia del Rol del maestro de Educación Física para la formación integral de los estudiantes.
- Que el docente de aula sea informado de su rol en la importancia de la participación de los estudiantes en la clase de Educación Física.
- Promover y fomentar en la comunidad educativa los valores que la clase de Educación Física, juega un papel importante en la formación de los estudiantes.
- Concientizar a los maestros de aula de la importancia que tiene la clase de Educación Física en la formación de los estudiantes.
- Que los maestros de Educación Física reflexionen la importancia que tiene la clase de Educación Física para la formación integral de los estudiantes.





## VIII. Bibliografía

Blazquez, D. (2006). La educación física. España: INDE publicaciones.

ESCOLAR CASTELLON, J. L.; PEREZ ROMERO DE LA CRUZ, C. y CORRALES MARQUEZ, R.. Actividad física y enfermedad (en español). An. Med. Interna (Madrid) [online]. 2003, vol.20, n.8 [citado 2010-01-05], pp. 43-49. ISSN 0212-7199.

Martínez, A. (2013). Legislación Básica Educativa, Compendio Actualizado, (Décima tercera Edición) Guatemala –CIMGRA-

Ministerio de Educación, Guatemala C.A. “Ley de Educación Nacional”, Edit. Cenaltex, 1991

Savater, F. (1997). El valor de educar. Barcelona: Ariel Ed

UNESCO, “Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte”, París Francia 1978.

Zamora P. Jorge, “Teoría y Organización General de la Educación Física”, Editorial Miniduc-ENCEF, Guatemala, 2001.

Zamora, J. (2009) Epistemología de la Educación Física, Guatemala:Edición especial y limitada, autorizada a la Dirección General de Educación Física, del Ministerio de Educación de Guatemala, para su distribución gratuita.

Zamora, J. (2011) LENTO VIENE EL FUTURO PARA LA FORMACION DOCENTE CRÓNICA DE UNA TRANSFORMACION EN PROCESO. Guatemala: Edición especial y limitada, autorizada a la Dirección General de Educación Física, del Ministerio de Educación de Guatemala, para su distribución gratuita.

<http://www.enplenitud.com/importancia-de-la-actividad-fisica.html#ixzz3zMGUM400>

<http://www.efdeportes.com/efd183/caracteristicas-que-debe-tener-un-profesor-de-educacion-fisica.htm>

## IX. Anexo

### 9.1 Glosario

**Acervo Motor:** Es el conjunto de experiencias motrices con el que cuenta cada individuo. Cuanto más nutrido sea, más eficientes serán las respuestas dadas a los diferentes problemas de movimiento que se presenten.

**Aeróbico:** Significa: en presencia de oxígeno. Y se refiere a todas aquellas actividades que puedes realizar en forma continua, prolongada en el tiempo, sin pausas intermedias, de mediana a baja intensidad de ejecución, en donde siempre tienes disponible la presencia de oxígeno, para realizar una serie reacciones químicas que provocan la contracción muscular y, por consiguiente, la ejecución de un movimiento.

**ACTITUD:** La estabilidad de una disposición. Disposición mental específica hacia una experiencia planteada, que puede ser negativa o positiva

**ACTIVIDAD:** Facultad de obrar. Eficacia, diligencia, prontitud, rapidez en el obrar. Conjunto de operaciones o tareas propias de una persona o de una entidad. Facultad de obrar. Rapidez de una persona al obrar. Una de las bases de toda educación, ya que el hombre y más el niño, es ante todo un ser activo. La vida se manifiesta en acción, y la educación se dirige a facilitar o perfeccionar la vida.

**ACTIVIDAD DEPORTIVA:** Es el conjunto de acciones relacionadas con la práctica metódica del ejercicio físico, que tiene como finalidad superar una meta o vencer a un adversario en competencia sujeta a reglas establecidas.

**ADAPTACIÓN:** Proceso de modificación del estado de un sistema visual que ha sido o es sometido a estímulos luminosos de diferentes luminancias, reparticiones especiales y superficiales angulares. Los términos adaptación a la luz y adaptación a la oscuridad son también utilizados, el primero cuando las luminancias de los estímulos son de al menos algunas candelas por metro cuadrado; el segundo cuando esas luminancias son inferiores a algunas centésimas de candela por metro cuadrado

**AMBIENTE:** Conjunto de circunstancias especiales que acompañan o rodean la situación o estado de alguna persona o cosa.

**APRENDER:** Es uno de los actos fundamentales de la educación. Es una actividad muy compleja en la que intervienen factores emotivos, sensoriales, volitivos, sociales.

**APRENDIZAJE:** Puede ser definido como un cambio interno en el individuo, que se deduce a partir de un mejoramiento relativamente permanente de la realización como consecuencia de la experiencia y la práctica. Un cambio en el rendimiento que resulta como función de un ejercicio o práctica. Acción de aprender, tiempo que se requiere para ello. Experiencia; acción de aprender un arte u oficio. De aprendiz: acción de aprender algún arte u oficio; adquirir el conocimiento de una cosa por medio del estudio o de la experiencia, tomar algo en la memoria. El proceso que conduce a la adquisición de cierta habilidad para responder en forma adecuada a una situación que puede ser tanto nueva, como ya conocida. La modificación favorable de la forma de responder, basada en la experiencia previa y particularmente en el desarrollo de una nueva serie de respuestas motrices, coordinadas en forma compleja entre sí.

**APTITUD:** Capacidad de un individuo para determinadas funciones o actividades sean éstas de orden intelectual, artístico, mecánico, etc., independientemente de su inteligencia general. Las aptitudes pueden ser innatas o adquiridas. Son una de las bases de las diferencias individuales. Una capacidad para aprender y ejecutar algo.

**APTITUD FÍSICA:** Está representada por las posibilidades del atleta, para determinado deporte. Suficiencia, habilidad, capacidad, idoneidad con respecto a su constitución y naturaleza corpórea, en contraposición a lo moral.

**COORDINACIÓN:** Combinación de los movimientos en el orden asignado para el fin que deben llevar. Su mecanismo depende sólo de la acción cerebral motora, sino también de lo molecular y cerebelos. Disponer cosas con métodos, ponerlas en orden. Es la capacidad de poner en juego una apropiada cantidad de tensión muscular en el momento oportuno y aplicarla en la dirección correcta para cumplir

una determinada tarea motriz. Armonía en el trabajo de grandes sinergias, por una normal relación neuro muscular. Integración de músculos antagonistas.

**DESARROLLO:** Se refiere a los cambios en el nivel de funcionamiento de los individuos. Es el apareamiento y ampliación de las capacidades del niño de funcionar en niveles cada vez más altos. Es el desenvolvimiento de dotes naturales de toda clase, tanto física como psíquica.

**EDUCACIÓN:** Acción de desarrollar las facultades físicas, intelectuales y morales del hombre con un fin social. Es un hacer, una actividad que tiene por fin formar, dirigir o desarrollar la vida humana para que esta llegue a su plenitud.

#### **EDUCACION FISICA:**

Es la expresión del cuerpo que tiene relación con la mente. Es el desarrollo y refinamiento de los patrones fundamentales y las destrezas motoras generales, incorporando las experiencias de exploración, descubrimiento y combinación. Busca primero el desarrollo de los patrones de movimiento para luego buscar el Desarrollo de las destrezas generales y específicas. Es parte importante de la formación integral del hombre cuyo agente fundamental es el ejercicio físico. Busca el dominio de ámbitos log motivos, socio afectivo, psicomotriz.



## ENCUESTA DIRIGIDA A MAESTROS

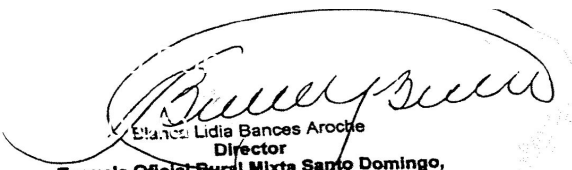
Nombre del Establecimiento \_\_\_\_\_


Nivel: \_\_\_\_\_ Jornada: \_\_\_\_\_ Grado que imparte \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Sexo:  F  M

**Indicaciones:** A continuación, encontrara una serie de preguntas con tres posibles respuestas, subraye la correcta.

1. ¿Por qué es importante el rol del maestro de educación física?
  - a. **Para la formación integral del estudiante**
  - b. Para mejorar la salud
  - c. Para que los niños se mantengan activos
2. Conoce ¿cuál es la importancia de la clase de educación física en el proceso educativo del estudiante?
  - a. **Mejora la motricidad gruesa en el estudiante**
  - b. Ayuda a mejorar su salud
  - c. El niño aprende a jugar
3. ¿Conoce la forma en que el maestro de educación física imparte su clase?
  - a. **Forma tradicional**
  - b. Innovadora y activa
  - c. Recreativa y no pedagógica
4. ¿Porque considera que es importante que los estudiantes reciban la clase de educación física?
  - a. **Porque ayuda a disminuir el estrés**
  - b. Es beneficioso para su salud
  - c. Porque es parte del currículo
5. ¿Considera usted que es apropiado que el maestro de educación física implemente valores morales dentro de la clase de educación física?
  - a. **Porque es algo inherente a la educación**
  - b. **Porque la clase de educación física no solo ayuda al desarrollo del cuerpo sino también a fomentar conductas apropiadas**
  - c. Porque es bueno para tener reglas y normas dentro de la clase
6. ¿Conoce el por qué la clase de educación física es muy demandante en los alumnos?
  - a. **Porque la clase es recreativa y educativa**
  - b. Porque les gusta salir de su clase
  - c. Porque el maestro imparte bien su clase

  
Ella Lidia Bances Aroche  
Director  
Escuela Oficial Rural Mixta Santo Domingo,  
Los Ocotes jornada matutina nivel primario

  
San Antonio La Paz  
El Progreso  
DIRECCION  
Escuela Oficial Rural Mixta Santo Domingo, Los Ocotes

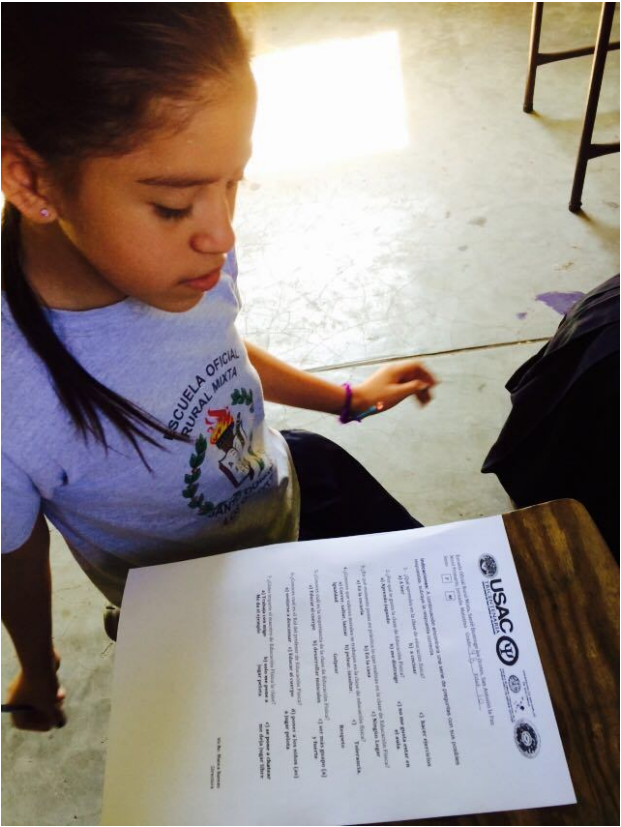
## 9.2.1 Fotografías











### 9.3 Programa de Docencia

## TALLER EDUCACIÓN FÍSICA Y LA PRÁCTICA DE VALORES PARA LA EDUCACIÓN INTEGRAL DEL ESTUDIANTE

### 1. Resumen Ejecutivo:

El proyecto Educación física y la práctica de valores consiste en fomentar la práctica de valores por medio de la clase de Educación física, ya que esta área educativa se presta para enseñar, fomentar y practicar los valores de forma personal y social, contribuyendo a la Educación Integral de los estudiantes, el cual se aplicara con maestros de la Escuela Oficial Rural Mixta, Santo Domingo los Ocotes, San Antonio La Paz, El Progreso, jornada Matutina del Nivel Primario. El taller se llevara a cabo en dos modalidades una informativa la cual será teórica, y la otra práctica Recreativa.

### 2. Justificación:

En el transcurrir del tiempo las personas van perdiendo la práctica de valores que nos rigen personalmente y ante la sociedad, es necesaria e importante la aplicación de los valores en los procesos educativos, para obtener una Educación integral y formar al individuo para desenvolverse ante la sociedad. La Educación Física es un medio fundamental por el cual se debe promover los valores a través de sus contenidos y actividades, ya que estos contribuyen a la formación de la personalidad del estudiante. Por ello este taller es muy importante ya que los maestros se informaran que la clase de Educación Física no solo es práctica de movimientos sino a su vez es formativa para la educación integral de los Estudiantes.

### 3. Objetivo General:

Promover la práctica de valores por medio de la clase de Educación física para la formación integral de los estudiantes.

### 4. Objetivos Específicos:

Identificar los valores que se practican en la clase de Educación Física.  
Promover la práctica de valores en la clase de Educación Física.  
Mejorar la Educación en Valores para la vida en Sociedad.

### 5. Lugar y Fecha:

Escuela Oficial Rural Mixta, Santo Domingo los Ocotes, San Antonio la Paz, El Progreso, 9 de marzo de 2016.

### 6. Población Objetiva:

Directora, maestras y maestros de la Escuela Oficial Rural Mixta, Santo Domingo los Ocotes.

### 7. Participantes:

Directora, maestras y maestros.

### 8. Metodología a Utilizar:

- Orden Explicativo
- Apoyo de PowerPoint

### 9. Desarrollo Temático:

#### ¿QUÉ SON LOS VALORES?

Los valores son principios que nos permiten orientar nuestro comportamiento en función de realizarnos como personas. Son creencias

fundamentales que nos ayudan a preferir, apreciar y elegir unas cosas en lugar de otras, o un comportamiento en lugar de otro. También son fuente de satisfacción y plenitud.

Nos proporcionan una pauta para formular metas y propósitos, personales o colectivos. Reflejan nuestros intereses, sentimientos y convicciones más importantes.

Los valores se refieren a necesidades humanas y representan ideales, sueños y aspiraciones, con una importancia independiente de las circunstancias. Por ejemplo, aunque seamos injustos la justicia sigue teniendo valor. Lo mismo ocurre con el bienestar o la felicidad.

Los valores valen por sí mismos. Son importantes por lo que son, lo que significan, y lo que representan, y no por lo que se opine de ellos.

Valores, actitudes y conductas están estrechamente relacionados. Cuando hablamos de actitud nos referimos a la disposición de actuar en cualquier momento, de acuerdo con nuestras creencias, sentimientos y valores.

Los valores se traducen en pensamientos, conceptos o ideas, pero lo que más apreciamos es el comportamiento, lo que hacen las personas. Una persona valiosa es alguien que vive de acuerdo con los valores en los que cree. Ella vale lo que valen sus valores y la manera cómo los vive.

Pero los valores también son la base para vivir en comunidad y relacionarnos con las demás personas. Permiten regular nuestra conducta para el bienestar colectivo y una convivencia armoniosa.

#### VALORES EN EDUCACIÓN FÍSICA:

La Educación Física es un área primordial en la que se desarrolla la práctica de los valores, las interacciones que se producen, tanto motrices como socio-afectivas, son mucho mayores que las que se pueden encontrar en cualquier otra área. Da la oportunidad a los estudiantes de enfrentarse a sus miedos y competencias y compararse con el resto de compañeros fomentando diversos valores.

Lo importante no es discutir y reflexionar sobre los valores sino vivirlos aplicándolos. Es importante que como docentes realicemos la promoción y desarrollo de los valores. Esto ara reflexionar al alumnado sobre su actuación en las diversas tareas motrices desarrolladas, respecto a su comportamiento como a las consecuencias que se derivan del mismo. Es importante que todos nos involucremos en la práctica de valores maestros, estudiantes y padres de familia, no exclusivamente desde el área de Educación Física ya que deseamos cambios significativos y permanentes en la promoción y desarrollo de los valores en el alumnado, el compromiso es de todos.

Tipos de Valores que practicamos en Educación Física:

Respeto:

Respeto significa mostrar respeto y el aprecio por el valor de alguien o de algo, incluyendo el honor y la estima. Esto incluye el respeto por uno mismo, respeto por los derechos y la dignidad de todas las personas y el respeto por el medio ambiente que sustenta la vida. El respeto nos impide lastimar a lo que debemos valorar.

En educación física ponemos en práctica el respeto por uno mismo, hacia los compañeros, hacia el maestro, hacia las demás personas.

Responsabilidad:

Se trata de la capacidad existente en todo sujeto activo para reconocer y aceptar las consecuencias de un acto realizado libremente; también sería la calidad de responsable.

Se les delega a los estudiantes actividades que en las cuales ponen en práctica la responsabilidad, cumplir ciertas acciones dentro de la clase, fuera o la práctica de alguna actividad como tarea en casa, también la responsabilidad de cuidar los implementos para actividades motrices, o deportivas.

#### La Honestidad:

Se refiere a una faceta del carácter moral y se refiere a los atributos positivos y virtuosos tales como la integridad, veracidad y sinceridad, junto con la ausencia de la mentira, el engaño o robo.

En la clase de Educación Física es muy importante que los estudiantes sean honestos consigo mismos y con los demás, no dejar que entre ellos generen trampa pues se les enseña que haciendo esto se están engañando a ellos mismos y a los demás compañeros.

#### La Perseverancia:

Es la tendencia del individuo a comportarse sin ser reforzado en los propósitos motivación y al no desfallecer en el intento.

Este valor es muy importante en Educación Física ya que los alumnos a través de la práctica de actividades van adquiriendo los conocimientos y en algunos contenidos se les hace difícil la asimilación del aprendizaje, y es en donde el maestro interviene motivándolo a ser perseverante inculcándoles que a través de la práctica pueden lograr las competencias.

#### La Solidaridad:

Es la integración y el grado y tipo de integración, que se muestra por una sociedad o un grupo de gente y de sus vecinos.

Este Valor es practicado en la clase, ya que se les enseña a los niños que deben ser solidarios con los demás compañeros ayudándolos en diversas tareas motrices, practicando el trabajo en equipo, y de esta manera se le va inculcando para que pueda desenvolverse en la sociedad.

#### La Tolerancia:

Es una actitud justa y objetiva, y permisiva hacia aquellos cuyas opiniones, prácticas, raza, religión, nacionalidad, etc.

Debemos respetar a todas las personas por igual, a nuestros compañeros, ya que las etapas maduración motriz están más desarrolladas que otros, o desarrollan

antes, y algunos niños quieren ir rápido en el aprendizaje pero existen niños que necesitan el tiempo y la práctica adecuada para que sea asequible.

La Amistad y el Compañerismo:

En Educación Física es un valor esencial ya que todos deben de practicar en una actividad y darle las mismas oportunidades al resto de compañeros.

Orden:

El orden no es solo el modo de estar colocadas las cosas o de sucederse en el espacio o en el tiempo según determinado criterio sino también la normalidad, tranquilidad, ausencia de acontecimientos raros o extraordinarios en un determinado ámbito.

Es muy importante inculcar a los estudiantes el Orden dentro y fuera de clase, pues es una manera de educarlos para la vida y a convivir en sociedad.

Cooperación:

Es la acción y efecto de cooperar, siendo sinónimos: Ayuda, asistencia, contribución, colaboración.

Es importante realizar juegos cooperativos, en donde todos estén involucrados en la resolución de algún problema, que todos tengan un papel importante.

Actividad Recreativa:

Como todas las actividades físicas debemos de iniciar preparando el cuerpo con un calentamiento adecuado:

Actividad uno: Se llama hoky poky, en la cual todos los maestros participarán nombrando una parte del cuerpo el cual tendremos que mover para calentar.

Actividad dos: luego realizaremos el juego de Congelados: todos los maestros estarán atentos a las indicaciones si el maestro les dice corriendo todos corren

libremente, si el maestro les dice congelados todos quedan como estatuas sin moverse hasta escuchar las indicaciones, es una tarea de atención y concentración practicando la honestidad y la cooperación.

Actividad tres: juego de encostados, Cada maestro se mete en un saco y a la señal, dando saltos ha de ir hasta la meta. En donde pondremos en práctica, perseverancia.

Actividad cuatro: Carreras de relevos, Se divide a los maestros en 3 grupos que se colocan en fila con un cono cada uno. A la señal del profesor, salen a colocar su cono en un sitio fijado, vuelven y tocan al compañero que sale después. Gana el que coloca antes los conos en su sitio. Estaremos trabajando la honestidad, cooperación, solidaridad, trabajo en equipo, orden, responsabilidad.

Actividad cinco: Bolos, Desde una distancia determinada se lanza una pelota para ver quién consigue derribar el mayor número de bolos (Conos, balones de baloncesto).



Cronograma de Actividades:

ACTIVIDAD	Metodología	Cronograma
TALLER Educación Física y la práctica de Valores para la Educación Integral del Estudiante.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orden Explicativo</li> <li>• Recreativo practico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8:00am a 10:00 Teórico.</li> <li>• 10:00 a 10:30 refacción</li> <li>• 10:30 a 11:30 actividades recreativas.</li> <li>• 11:30 a 12:00 evaluación.</li> </ul>

10. Recursos:

	Recursos	cantidades			Costos
1	Humanos	15 participante	3 hombres	12 mujeres	
2	laptop	1			
3	cañonera	1			
4	bocinas	1			
5	refacciones	16	Manzana Galleta	Agua pura	Q180.00
6	Balones de baloncesto	3			
7	Conos	30			
8	costales	15			
9	Hojas papel bond	15			Q3.75
				total	Q183.75

11. Producto Esperado:

Que los maestros de la Escuela Oficial Rural Mixta, Santo Domingo los Ocotes, conozcan la importancia de la clase de Educación Física en la Formación Integral Educativa de los Estudiantes así mismo se sumen a la importancia de Educar con Valores, es necesario fomentar la adquisición y práctica de valores.

12. Cobertura:

100% de la población Educativa de la Escuela Oficial Rural Mixta, Santo Domingo los Ocotes.

13. Impacto:

Adquirir por medio de la clase de Educación Física los Valores morales, promoviéndolos y practicarlos antes, durante, y después de la clase de Educación Física, para poder formar hombres y mujeres de bien y en un futuro tener ciudadanos de bien con amor a sí mismos, a las demás personas, a nuestra patria que tanto lo necesita.

14. Evaluación de los participantes:

	Aspectos a Evaluar	Siempre 5pts	Casi siempre 4pts.	Algunas veces 3pts.	Raramente 2.pts	Nunca 1pto.
1	Quedo en claro lo que pretende el docente a través de la clase de Educación Física.					
2	La presentación presenta lógica y coherencia.					
3	Se dejan en claro los valores que se adquieren durante la clase de Educación Física.					

4	Se manifiesta dentro del taller cuales son los valores que se trabajan dentro de la clase de Educación Física.					
5	El profesor de Educación Física detalla con claridad y un vocabulario apropiado al tema que está trabajando en el taller.					
6	Denota esfuerzo y dedicación en la realización del trabajo.					
7	Incluye comentarios en donde se evidencia la aplicación de la educación Física y valores en la vida cotidiana.					
8	Trasmite el valor que tiene la clase de Educación Física en el proceso educativo.					
9	El conocimiento del profesor en el área de la Educación Física es amplio					
10	El taller proporcione temas actualizados, interesantes y activos.					

15. Logros Esperados:

Que la clase de Educación Física sea un medio por el cual se promuevan y se adquieran valores.

Que los docentes vean que la clase de Educación física no es solo de Educar el Cuerpo sino también educar al individuo en mente y en comportamiento para la Sociedad.

Práctica activa de los valores.

Que los docentes acepten que la clase de Educación Física es muy importante en la Educación Integral de los Estudiantes.

## BIBLIOGRAFIAS – EGRAFÍAS

GUTIÉRREZ, M. (1996). "¿Por qué no utilizar la actividad física y el deporte como transmisor de valores sociales y personales?". Revista Española de Educación Física y Deportes. Vol. 3. nº 1. p. 40-42.

GONZÁLEZ VÍLLORA, S. y PASTOR VICEDO, J.C. (2005). "Revisión teórica y aplicación de un programa de enseñanza de valores a través del deporte educativo". En actas del I Congreso Internacional y XXIII Nacional de Educación Física. Universidad de Jaén.

[http://educacionfisica-javier.blogspot.com/2011/12/los-valores-en-la-actividad-fisica-y-el\\_14.html](http://educacionfisica-javier.blogspot.com/2011/12/los-valores-en-la-actividad-fisica-y-el_14.html)

<http://www.efdeportes.com/efd150/valores-de-la-educacion-fisica-fuera-de-la-escuela.htm>

[http://www.oei.es/deporteyvalores/ComoeducarenvaloresComunicacion\\_3\\_2.pdf](http://www.oei.es/deporteyvalores/ComoeducarenvaloresComunicacion_3_2.pdf)

<http://www.valoresmorales.net/>

#### 9.4 Programa de Extensión

#### PROYECTO DE DESARROLLO EN LA COMUNIDAD

Santo Domingo los Ocotes, San Antonio La Paz, El Progreso.	Procedimiento específico		
	<b>Actividad dirigida</b>		
	Planificación y desarrollo: La actividad: realizar un Festival de Juegos Tradicionales con alumnos de 4to. 5to. 6to. Primaria De la Escuela Oficial Rural Mixta, Santo Domingo los Ocotes, San Antonio La Paz, la invitación se hará llegar por medio de una carta, convocando a los niños y a sus profesores para tener un día Recreativo y Educativo.		
	Ubicación geográfica: Santo Domingo los Ocotes, San Antonio La Paz, El Progreso, Cancha Comunal.		
	No. De participantes	Hombres:	Mujeres:
	130	75	55
Fecha: 2-04-2016	Sábado dos de abril de 2016		

1. Importancia de definir el tema generador	Festival de juegos tradicionales
2. Edad del grupo a atender	Grupo de 9, 10, 11, y 12 años
3. Tipo de actividad a desarrollar	Recreativa
4. Objetivos de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> <li>- practicar los conocimientos aprendidos en el PADEP/DEF.</li> <li>- Realizar actividades Recreativas determinando los beneficios de la actividad física en el desarrollo integral de los niños.</li> <li>- Fomentar a través de la práctica de juegos tradicionales la socialización de la comunidad</li> </ul>

	Educativa por medio de actividades Recreativas.
5. Competencias a desarrollar	Realizar un festival de Juegos Tradicionales con los y las niñas de la Escuela Oficial Rural Mixta, aldea Santo Domingo los Ocotes, del municipio de San Antonio La Paz, en el ámbito extracurricular, utilizando el referente Recreacional y de la clase de Educación Física.
6. Guía de desarrollo de la actividad,	<p><b>Actividad inicial 20 minutos.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Refacción (Manzana y agua pura)</li> <li>2. Medir la frecuencia cardiaca en reposo.</li> <li>3. Explicación del circuito a trabajarse en el festival.</li> <li>4. seleccionar los grupos, para cada estación.</li> </ol> <p><b>Parte inicial 10 minutos</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Calentamiento General</li> <li>2. calentamiento específico</li> </ol> <p><b>Parte principal. 120 minutos</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Circuito Recreativo de Juegos Tradicionales: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cuerda.</li> <li>2. Trompo.</li> <li>3. Jacks</li> <li>4. Cincos</li> <li>5. Chajalele</li> <li>6. Capirucho</li> <li>7. Tenta.</li> <li>8. Electrisado</li> </ol> </li> </ol> <p><b>Parte final 05 minutos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relajación</li> </ul> <p>Frecuencia cardíaca después de la actividad.</p>

	Hidratación de los participantes.
7. Tiempo de la actividad	3 horas de 9:00am a 12:00pm
8. Nombre del estudiante que realiza la propuesta	María Antonieta Romero Aguilar
9. Estrategias a desarrollar	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Aprendizaje significativo.</li> <li>✓ Participación Activa.</li> <li>✓ Trabajo en equipo.</li> <li>✓ Fomento de valores.</li> </ul>
10. Vinculación al curso de	Principios del Curriculum, Sistema de Evaluación Física, Acondicionamiento Físico de Edad Escolar, Metodología de la Planificación Deportiva I.
<p><b>Justificación de la actividad, desde su aprendizaje:</b>  Los estudiantes de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física - ECTAFIDE –Programa Académico de Desarrollo Profesional Docente de Educación Física - PADEPDEF Universidad de San Carlos de Guatemala. Su principal motivo para llevar a cabo el programa de estudio del PADEF/DEF, en el municipio de San Antonio La Paz, con la Escuela Oficial Urbana Mixta, San Antonio La Paz, es promover los Juegos Tradicionales en los niños y las niñas de esta comunidad de una forma divertida, Recreativa, logrando la aceptación por el mismo, ya que es una clasificación de Juegos que se va perdiendo en nuestra cultura, de la misma manera estos niños no cuentan con una recreación extracurricular que les ayude a adquirir conocimientos básicos a través de la recreación y el juego. De esa manera podemos contribuir a la aplicación de algunos de los fines de la educación física es mejorar y preservar la salud, la práctica del deporte, e inducirlo a la práctica social, concientizarlo al cuidado y mejoramiento del medio ambiente.</p>	
<p>11. Alcance de la actividad:</p> <p>Promover la actividad física, como hábito permanente de realización y hacer de los Juegos Tradicionales un tiempo Recreativo y divertido para la sana ocupación del tiempo libre.</p>	
<p>12. Procedimientos vinculados a las actividades a desarrollar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mando directo, resolución de problemas, descubrimiento guiado.</li> </ul>	