

**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 RURAL  
MIXTA ALDEA SAN FELIPE XEJUYUP, SAN ANDRÉS, TOTONICAPÁN,  
JORNADA MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

**POR**

**ANTONIA NOEMÍ GARCÍA GARCÍA**

**PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE:**

**PROFESORA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**EN EL GRADO DE:**

**PROFESORADO**

**GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016**

CONSEJO DIRECTIVO  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Universidad de San Carlos de Guatemala

Licenciado Abraham Cortez Mejía  
**DIRECTOR**

M.A Mynor Estuardo Lemus Urbina  
**SECRETARIO**

Licenciada Dora Judith López Avendaño  
Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez  
**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

Pablo Josue Mora Tello  
Mario Estuardo Sitaví Semeyá  
**REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**

M.A Juan Fernando Porres Arellano  
**REPRESENTANTE DE EGRESADOS**

C.c. Control Académico  
Archivo  
Reg. 39-2016  
CODIPs. 2279-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante  
Antonia Noemí García García  
PADEP/DEF  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CUADRAGÉSIMO (40º) 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:

**"CUADRAGÉSIMO:** 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 Rural Mixta Aldea San Felipe Xejuyup, San Andrés Totonicapán, jornada matutina nivel primario"**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:


**Antonia Noemí García García**

**CARNÉ: 201240092**

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. Myhor Estuardo Lemus Urbina  
SECRETARIO





**PADEP/DEF No. 039-2016**  
28 de Julio de 2016

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

Estimados Señores:

Me dirijo a ustedes para informarles que la **Licenciada Dora Virginia Tobías Calderón** 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 Rural Mixta Aldea San Felipe Xejuyup, San Andrés Totonicapán, jornada matutina nivel primario”**

Realizado por el estudiante:

**Antonia Noemí García García**

**CARNÉ: 201240092**

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**



/Sindy



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS  
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA  
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-



Guatemala 06 mayo 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 y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aidea San Felipe Xejuyup, San Andrés Totonicapán, jornada matutina, nivel primario.** De la estudiante Antonia Noemí García García, con carne 201240092 de la carrera del Profesorado de Educación Física, del Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física PADEP/DEF.

Sin otro particular y agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

**"ID Y ENSEÑAD A TODOS"**

Licda. Dora Virginia Tobías Calderón  
**Coordinador Sede Quetzaltenango**  
**PADEP/DEF**



C.c. Control Académico  
Archivo  
Reg. 039-2016  
CODIPs. 810-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante  
Antonia Noemí García García  
PADEP/DEF  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CUADRAGÉSIMO (40º) 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:

**“CUADRAGÉSIMO:** 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 Rural Mixta Aldea San Felipe Xejuyup, San Andrés Totonicapán, jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

**Antonia Noemí García García**

**CARNÉ: 201240092**

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 San Felipe Xejuyup JM, San Andrés Xecul Totonicapán, la estudiante **Antonia Noemí García García**, carné No. **201240092**, 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 San Felipe Xejuyup, San Andrés Xecul Totonicapán, 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,



Prof. Miguel Yobani Can Tonoc  
Director

Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Felipe Xejuyup,  
San Andrés Xecul Totonicapán



## Agradecimientos

### A DIOS

Por darme la vida eterna a través de Jesucristo, sabiduría para culminar estos estudios y estar siempre junto a mí.

### A MIS PADRES

Porque comparten mi felicidad la alcanzar esta meta.

### A MIS DOCENTES DE PADEP/DEF

Por su entrega y profesionalismo en la preparación académica de cada estudiante.

### A MI ASESOR

Lic. Juan Alberto Cutz, por su aporte profesional al proceso de investigación realizado.

### A MIS COMPAÑEROS UNIVERSITARIOS

Por su apoyo y sobre todo, por brindarme su valiosa amistad.



## Dedicatoria

A Dios:

Por ser la fuente de mi sabiduría y mi guía en cada momento de la vida, por su misericordia y por darme su bendición de ser feliz junto a mi familia.

A mis padres

Carmen Antonia García Gutiérrez y Bonifacio García Álvarez, por su ayuda, comprensión y apoyo.

A mis hermanos:

Mario García, Martín García, Alfredo García, Rodolfo García y Samuel García, por su apoyo y cariño.

A mis amigos de la Universidad:

A cada uno en particular gracias por brindarme su valiosa amistad.

## Índice:

INTRODUCCION .....	1
I Marco conceptual .....	2
1.1 Planteamiento del problema. ....	2
1.2 Justificación .....	3
II Marco Metodológico .....	5
2.1 Objetivos .....	5
2.2 Método.....	5
III Marco Teórico .....	7
3.1 Antecedentes: .....	7
3.2 Monografía.....	8
3.3 El Rol De La Maestra De Educación Física. ....	9
3.4 Educación Física y Ciencia De La Motricidad Humana.....	11
3.5 Desarrollo Integral Del Niño De 9 A 13 Años. ....	12
3.6 Problemas identificados por la Maestra de Educación Física: .....	21
IV Marco Operativo .....	27
4.1 Diseño de la investigación. ....	27
4.1.2 Equipo de investigación: .....	27
4.1.3 Recursos: .....	27
V Presentación de Resultados .....	29
5.1 Análisis De Datos.....	29
5.2 Interpretación De Resultados.....	32
VI Conclusiones: .....	36
VII Recomendaciones: .....	37

VIII. Bibliografía y e-grafía.....	38
IX. Anexos.....	39
9.1. Glosario:.....	39
9.2 Instrumentos .....	41
9.3 Programa de Docencia. ....	48
9.4 Programa de extensión. ....	52

## INTRODUCCION

Este trabajo trata de investigar, descubrir, explorar, comprobar y verificar, el papel que ha ejecutado la Maestra de Educación física en la Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea San Felipe Xejuyup, del Municipio San Andrés Xecul, departamento de Totonicapán, Nivel Primario, específicamente en los grados de cuarto quinto y sexto primaria. Ya que el área de Educación física se relaciona con varios ámbitos de la vida de los estudiantes, en esta ocasión la investigación se enfocara en tres ámbitos los cuales son: biológico, psicológico y social puesto el niño y la niña pasan medio día en la escuela para aprender cosas que le ayudaran a desenvolverse y afrontar problemas en la vida diaria y dentro del pensum de estudio está el área de Educación Física que se imparte en periodos de cuarenta y cinco minutos regularmente dos frecuencias a la semana. En algunas ocasiones el periodo de Educación Física es sinónimo de otro receso, pero la realidad es que en ese tiempo se da un proceso de enseñanza aprendizaje integral de la maestra hacia los alumnos y viceversa. Esta investigación da a conocer los alcances y el aprendizaje recibido en el periodo de Educación Física.

## I Marco conceptual

### 1.1 Planteamiento del problema.

La Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea San Felipe Xejuyup, San Andrés Xecul Totonicapán, en la actualidad cuenta con 12 secciones de los ciclos I y II del nivel Primario, 2 secciones del nivel II y 1 del nivel III del nivel pre-primario. Teniendo una población de 380 niños y niñas inscritos en el ciclo escolar 2016. Comprendidos entre las edades de 5 a 13 años de edad. Cuenta con 17 Docentes algunos de la comunidad, otros del centro de San Andrés Xecul, y dos Docentes de Quetzaltenango. Algunos niños y niñas provienen de familias de escasos recursos económicos, a pesar de que colinda con el departamento de Quetzaltenango no se cuenta con centro de salud y está en proceso de desarrollo.

La Educación Física es la educación por y para el movimiento, que parte del desarrollo motor para la formación de hábitos y aptitudes frente a las circunstancias que la vida demande. Exige procesos que permiten construir y desarrollar habilidades, destrezas, actitudes y aptitudes motrices básicas, recurriendo a medios lúdicos y motrices, como instrumentos educativos y de desarrollo dentro de un ambiente motivante y placentero para el niño y la niña, relacionando en forma integral lo que engloba los aspectos cogno-afectivo-sociales para el desarrollo de una mejor calidad de vida. En pocas líneas se describe lo esencial de lo que es y lo que persigue Educación Física. como nos pudimos dar cuenta Educación Física como área del sistema educativo Nacional es parte esencial para la formación integral de los niños y niñas de los establecimientos educativos a nivel nacional, los alcances de esta área son muy grandes ya que el niño y la niña aprende muchas veces sin darse cuenta integrando otras áreas como matemáticas, lenguaje, formación ciudadana, y más... es por esta razón que se analizara el rol que ha jugado la Maestra de Educación Física en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Felipe Xejuyup, JM del municipio de San Andrés Xecul, departamento de Totonicapán con niños y niñas del ciclo II del nivel primario, comprendidos entre las edades de 9 a 13 años, de cultura maya, originarios de la aldea antes mencionada,

algunos con escasos recursos, desnutrición y otros con problemas de aprendizaje. Por otro lado en el establecimiento hay algunos niños con capacidades diferentes, el reto más grande a vencer son los problemas motrices y la baja autoestima que los niños y niñas presentan porque es la primera vez que tienen Maestra de Educación Física, ahora bien, planteado ya el contexto para poder establecer el rol de la Maestra de Educación Física se utilizara la técnica de la encuesta puesto que la información que se quiere adquirir es de interés sociológico, esta técnica se realiza mediante un cuestionario previamente elaborado a través del cual se puede conocer la opinión o valoración de los distintos miembros de la comunidad educativa, obteniendo así una muestra sobre el tema en cuestión. Las preguntas que se utilizarán serán de abiertas y de selección múltiple, preguntas test y de opinión.

## 1.2 Justificación

La investigación es la madre de todas las ciencias, ayuda a esclarecer los hechos haciendo uso de la teoría, la hipótesis y el método, La realización de la siguiente investigación tiene una importancia desde los ámbitos siguientes: 1) Científico, porque como ya se ha dicho anteriormente la investigación es ciencia que utiliza de métodos y técnicas de investigación y de esta manera la persona investigadora estará probando y dándole solución al problema que se ha planteado. En este caso el rol de la Maestra de Educación Física, en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea San Felipe Xejuyup, JM San Andrés Xecul Totonicapán, Nivel Primario.2) Académico porque ayuda al estudiante a pensar de forma analítica, a deducir a capitalizar su conocimiento lo que se traduce en obtención de patrimonio intelectual en otras palabras el estudiante utilizara todo el conocimiento adquirido durante su formación dentro del aula para resolver el problema planteado. Y 3) Social. El problema que se ha de investigar afecta a un determinado sector de la sociedad, el resolver este problema es un aporte de la investigadora hacia la sociedad. Con los resultados que se reflejaron al final de la presente investigación y solución del problema planteado se obtendrán datos precisos de la incidencia que ha tenido la Maestra de Educación Física en los distintos ámbitos de la vida de los niños

y niñas de la Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea San Felipe Xejuyup, JM San Andrés Xecul Totonicapán. Esta información servirá para analizar si se ha cumplido con las competencias y/o objetivos que debe cumplir la docente dentro del establecimiento educativo. Y de esa manera seguir o cambiar las estrategias y metodologías que utiliza para impartir su curso y mejorar el nivel de educación en el país.

## II Marco Metodológico

### 2.1 Objetivos

#### a. Generales:

- Crear un espacio para que el estudiante piense de forma analítica, deduzca, y capitalice su conocimiento lo que se traduce en obtención de patrimonio intelectual.
- Crear un acercamiento a través de la comunicación entre los miembros de la comunidad educativa y la Maestra de Educación Física.
- Realizar la investigación con fines de graduación.

#### b. Específicos:

- Realizar un acercamiento entre los niños y las niñas de la Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea San Felipe Xejuyup, JM San Andrés Xecul Totonicapán y la Maestra de Educación Física del establecimiento.
- Obtener datos del rol que ha realizado la Maestra de Educación Física en los ámbitos: biológico, psicológico y social de los niños y las niñas de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Felipe Xejuyup, JM San Andrés Xecul Totonicapán.

### 2.2 Método.

- c. Muestra: se obtendrá encuestando a Docentes niños, niñas de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Felipe Xejuyup, JM San Andrés Xecul Totonicapán, de los grados de cuarto, quinto y sexto primaria.

#### d. Recolección de datos: a través de la técnica de la encuesta.



e. Análisis estadístico de los datos: Se realizará un análisis tanto cuantitativo a través de gráficas y cualitativo a través de interpretación de las gráficas.

f. Instrumentos: Cuestionario.

### III Marco Teórico

#### 3.1 Antecedentes:

El profesor debe conocer el sistema educativo para poder adaptarse a él su aplicación debe ser tomada con mayor rigor por el propio docente de la Educación Física al tener que asumir una situación real físicamente distante del resto de los compañeros, superando la barrera discriminatoria que ha caracterizado sus relaciones en la institución escolar. De la capacidad de ejercer su papel en la Institución dependerá el éxito de las relaciones con las otras áreas que, en cierta medida, facilitan la propia labor de la Educación Física en la escuela. (Lemdo, año 1973Pag. 52)

- a. El papel del profesor de Educación Física conlleva lo siguiente:
  - Sabe introducir a los alumnos en una relación directa y confiada merced a su capacidad de escuchar y aceptar" El constante feed-back de las clases requiere del profesor de Educación Física un dominio clave de estas capacidades. (Lemdo, año 1973 Pag. 56)
  - El "escuchar" con todos los sentidos las manifestaciones que de forma tan singular se producen en las prácticas y el aceptar la realidad de cada sujeto así como la propia constituyen la base necesaria para que se den los aprendizajes. (Lemdo, año 1973 Pag. 56)
  - "Es experto en diferentes procedimientos de diagnóstico, planificación, facilitación y evaluación, y tiene consciencia de sus limitaciones".
  - "Su actitud general hacia la búsqueda y ofrecimiento de condiciones de aprendizaje apropiadas es siempre experimental". (Lemdo, año 1973Pag. 57)

Como nos podemos dar cuenta el rol del Maestro de Educación Física es trascendental en la formación de los estudiantes este estudio se ha realizado desde años atrás y con cada investigación se comprueba la importancia y la influencia que tiene el Maestro de Educación Física. En los establecimientos educativos.

## 3.2 Monografía.

### 3.2.1 Reseña Histórica De La Aldea San Felipe Xejuyup

*La Aldea San Felipe Xejuyup, fue fundada aproximadamente en el año de 1,860, los primeros habitantes eran originarios de los siguientes municipios, San Francisco el Alto, Andrés Xecul, estos del departamento de Totonicapán, de igual manera del municipio de San Francisco la Unión del departamento de Quetzaltenango. Al principio únicamente se conocía con el nombre de Xejuyup, que significa, bajo el cerro, más tarde sus habitantes empezaron a celebrar la fiesta de la comunidad, sus inicios lo celebraban con una misa el uno de mayo de cada año, con el único fin de pedir por la lluvia. En el año de 1,994 los habitantes trajeron a la comunidad una imagen de San Felipe Apóstol, de la cual poco a poco fue tomando el nombre de Cantón San Felipe Xejuyup, la población fue en aumento y actualmente se conoce como “ALDEA SAN FELIPE XEJUYUP”. Es muy rica en fuentes naturales, por su territorio pasa el rio Xequijel, un mudo testigo de las grandes batallas entre K’iches y Españoles adquiriendo así su nombre que significa bañado en sangre, esta aldea es la más cercana a la segunda ciudad más importante del país, Quetzaltenango. (Tonoc, año 2011, pag. 84)*

a. **Clima:**

*“Es frio por las faldas de los cerros cubiertos de cantidades de árboles como lo son los pinos, los cipreses y otras clases de plantaciones existentes”.*

b. **Actividad económica:**

*“Es la tejeduría de cortes típicos, la agricultura, albañilería, panadería”.*

c. **Educación:**

*“El establecimiento educativo, empezó a funcionar en el año de 1,944, cuando el Diputado Profesor Pablo Pastor Hernández, fundo la escuela en la comunidad, al principio se estableció con dos aulas construidas con adobe y techo de lámina, contaba con un corredor, y era atendido por un docente”. El lugar donde actualmente se encuentra funcionando el establecimiento fue donado por los señores; Juan Álvarez Gonzales, Baltazar CuxBalcарcel y Juan CuxSantay, fue hasta en el año de 1,983, se construyó el edificio escolar ubicado en el centro de la comunidad, fue a través de OBRAS PUBLICAS, de igual manera CONACE, construyó, un aula y un*

*módulo de servicios sanitarios, a los pocos años la IGLESIA METODISTA, de la Ciudad de Quetzaltenango, también contribuyeron a la construcción de dos aulas más para el centro educativo, esto Gracias a la colaboración del comité del establecimiento, que presidía el Profesor Marcos Álvarez Chan. En el año 2,000 con la sobre población escolar, se vieron en la necesidad de ampliar el establecimiento, se logra la compra de un terreno ubicado en el lugar denominado el Crucero, esto con el apoyo del Señor Alcalde Municipal, Clemente Ramos Xec, que bajo la presión de algunos padres de familia, alumnos y docentes, se logró la gestión inmediata a través de PRODETOTO, la construcción de seis aulas, cocina, dirección y un módulo de sanitarios lavables, la institución INTERVIDA, circula el establecimiento, pavimenta el patio construye una cancha polideportiva. El año de 2004, logra la certificación de escuela saludable, gracias al apoyo de LOS VOLUNTARIOS DEL CUERPO DE PAZ, de Los Estados Unidos, fue un trabajo en Conjunto, Padres de Familia, Municipalidad, Personal Docente, y en especial la Voluntaria del Cuerpo de Paz, Dra. En el año 2009, otro logro importante, para el desarrollo educativo de toda la población escolar y es la implementación de un Laboratorio de Computación, esto gracias a los señores “EMPRESARIOS POR LA EDUCACION Y FUNDACION PAIZ” la donación de 16 computadoras para que los educandos puedan ser orientados al uso y manejo de la PC. En la actualidad la Escuela cuenta con 12 secciones de los ciclos I y II del nivel Primario, 2 secciones del nivel II y 1 del nivel III de preprimaria. Teniendo una población de 380 niños inscritos. (Tonoc, año 2011, pag. 84-86)*

### 3.3 El Rol De La Maestra De Educación Física.

“Educación Física para toda la vida en Familia” ese es el eslogan de Educación Física, pero ¿cuál es el mensaje que quiere transmitir? Empezaremos analizándolo por partes: Primero Educación Física: es la ciencia a través del movimiento, busca que el ser humano aprenda a través de la práctica es decir de una manera vivencial, que conozca sus fortalezas y debilidades, que asuma retos y responsabilidades. Para toda la vida: que este aprendizaje forme parte de sus hábitos y en familia: unión y convivencia con los seres queridos. La Educación Física es importante para la formación integral del ser humano y es mi responsabilidad como Maestra de Educación Física transmitir esa importancia al alumnado de los establecimientos educativos, desde el año 2011 he laborado en varios

establecimientos educativos, primero bajo el renglón 022 y en la actualidad bajo el renglón 011, a través de todos estos años he transmitido mis conocimientos a centenares de niños y niñas del departamento de Totonicapán, usando como base de mi enseñanza la planificación en sus tres dimensiones: macrociclo, mesociclo, microciclo. Sin dejar atrás los principios didácticos los cuales son: Individualización: Principio fundamental ya que cada estudiante es único el cual debe ser atendido de acuerdo a sus destrezas y debilidades, La asequibilidad y la accesibilidad también forman parte de los principios didácticos el primero se refiere a la labor del maestro para hacer comprender a sus alumnos, es decir transmitir los conocimientos de manera simple, y el segundo término se refiere a la posibilidad que tenga el alumno de asimilar ese conocimiento. La asequibilidad y la accesibilidad actúan al unisonoro y de manera recíproca. Pero como se hace posible la asequibilidad? Esta se realiza a través de los métodos que se utiliza al momento de impartir la clase, entre ellos podemos mencionar: inductivo, deductivo, descubrimiento guiado, mando directo, libre exploración y más. Al trabajar con tantos niños he observado algunos problemas como la falta de importancia que algunos docentes le prestan a la clase de Educación Física, tomándola como un receso más, falta de recurso económico, poco material para trabajar, instalaciones en mal estado en algunos casos escuelas sin instalaciones para el área de Educación Física, Problemas, motrices, baja autoestima, bulling, entre otros. A pesar de todos esos obstáculos he llegado a las los establecimientos educativos para empezar a mejorar e eliminar todos esos Problemas, los niños y las niñas aman este curso y no se deja de escuchar el coro “física, física, física” el cual me motiva para seguir aprendiendo de este bella profesión, sabiendo que el nivel superior es indispensable para adquirir nuevos conocimientos, decidí inscribirme el Programa Académico de Desarrollo Profesional Docente De Educación Física PADEP/DEF, y ha sido una experiencia importante y enriquecedora pues los conocimientos que he adquirido en el proceso del programa me han ayudado a salir del enfoque tradicionalista y el enfoque constructivista está tomando parte en la clase de Educación Física.

- a. Influencia de la Educación Física en el desarrollo corporal del estudiante.

*El Sistema Nervioso y los órganos internos garantizan a los músculos la posibilidad de ejecutar trabajo. Durante la actividad los músculos se abastecen intensamente de oxígeno y sustancias alimenticias, mientras que los productos de la descomposición se eliminan del organismo. Para su supervivencia como especie el hombre se vio obligado a lo largo de la historia, a producir un enorme volumen de trabajo. La posibilidad de ejecutar un trabajo muscular de manera prolongada, se consolidó en ese proceso, y se convirtió en necesidad para el normal funcionamiento de su Sistema Nervioso y sus órganos internos; y consolidó una estructura de comportamiento acorde con esa necesidad por añadidura. Por eso en la actualidad los ejercicios físicos adquieren enorme importancia preventiva y terapéutica, y se han convertido en un vector esencial de la lucha por mantener y mejorar la Salud. (Gonzales 2010. Pag. 173).*

La actividad física favorece al desarrollo corporal del estudiante, ya que a través de ella se logra una mayor oxigenación de su sistema nervioso central, el corazón bombea mayor cantidad de sangre, se fortalece el sistema musculoesquelético, mejora el estado de ánimo eliminando el estrés, el cuerpo elimina desechos y lo más importante el niño y la niña crecen físicamente.

### 3.4 Educación Física y Ciencia De La Motricidad Humana

En el siglo XX comienza una reflexión teórica que busca ampliar las posibilidades de la educación corporal, teniendo como base nuevas miradas del cuerpo y del movimiento. Es así como aparecen otras formas de concebir la educación motriz. Dentro de esta evolución.

Educación físico-deportiva, basada en la adquisición de técnicas corporales bajo la concepción de un cuerpo sometido a leyes anatómicas, fisiológicas y biomecánicas. Educación psicomotriz, en la que el cuerpo es concebido como una entidad psicosomática con estructuras motrices que se desarrollan con la maduración, la motivación y la elaboración mental de los procesos motrices. Sostienen sus seguidores que el movimiento está relacionado con el entorno social y cultural del sujeto, convirtiéndose así en expresión de significados. Expresión corporal, en la que se consideran las actividades relacionadas con la danza y la gimnasia rítmica, como formas de comunicación creativa a través del cuerpo, pero liberadas de los mensajes de disciplina, fuerza y orden impuestas por el deporte. (Gonzales 2010. Pag. 175).

En este caso nos enfocaremos en la Educación psicomotriz y este empieza en el sistema nervioso central pues es ahí donde parten todas las acciones que realiza el ser humano.

### 3.5 Desarrollo Integral Del Niño De 9 A 13 Años.

#### a. Definición de Biología:

*Biología es la ciencia que estudia a los seres vivos y, más específicamente, su origen, su evolución y sus propiedades: nutrición, morfogénesis, reproducción. Se ocupa tanto de la descripción de las características y los comportamientos de los organismos individuales, como de las especies en su conjunto, así como de la reproducción de los seres vivos y de las interacciones entre ellos y el entorno. De este modo, trata de estudiar la estructura y la dinámica funcional comunes a todos los seres vivos, con el fin de establecer las leyes generales que rigen la vida orgánica y los principios explicativos fundamentales de ésta. (libre, 1995)*

Cuando decimos que la biología es una ciencia que estudia a los seres vivos nos referimos a todo ser vivo que exista en el planeta tierra no solo a los seres humanos. Otras ramas de esta ciencia que estudian específicamente a un grupo de seres vivos, como la botánica, zoología, parasitología entre otros. Como nuestro estudio está centrado en los seres humanos aremos mención que una de las ramas de la biología que estudia a los humanos es la embriología, genética, anatomía y fisiología.

#### b. Concepto de desarrollo:

*El desarrollo proviene de factores genéticos, considerados con frecuencia los responsables últimos del potencial biológico, así como de factores del medio ambiente, es decir, factores sociales, emocionales y culturales que interactúan entre sí de forma dinámica y modifican de forma significativa el potencial del crecimiento y desarrollo.*

*Es importante hacer mención de la implicación del CEREBRO en dicho desarrollo:*

*El cerebro tiene tres partes principales: el tronco cerebral, responsable del equilibrio y la coordinación; el cerebro medio, que controla la respiración y la deglución; y el cerebro propiamente dicho que incluye los dos hemisferios y el haz de nervios que los conecta. Los dos hemisferios están recubiertos por la corteza cerebral. No toda la corteza cerebral madura*

*uniformemente, sino que diferentes regiones de la corteza maduran a ritmos diferentes. La primera área en madurar es el área motora, seguida por el área sensorial y finalizando con las áreas asociativas. En este progresivo desarrollo se sabe que a los 6 meses, las áreas motoras primarias de la corteza cerebral se han desarrollado lo suficiente como para dirigir la mayor parte de los movimientos. (Cruz 1970)*

### c. Desarrollo físico

*Se refiere a los cambios corporales que experimenta el ser humano, especialmente en peso y altura, y en los que están implicados el desarrollo cerebral, como ya se ha indicado, el desarrollo óseo y muscular. El crecimiento es continuo a lo largo de la infancia y adolescencia. El desarrollo físico está condicionado por el desarrollo muscular, siguiendo las leyes céfalocaudal y próximodistal previamente citadas, de tal forma que los músculos de cabeza y cuello maduran antes que los del tronco y las extremidades. La maduración del tejido muscular es muy gradual durante la niñez y se acelera al inicio de la adolescencia, cambiando asimismo la proporción de músculo/grasa.*

*En el desarrollo motor pueden establecerse dos grandes categorías:*

- 1) Motricidad gruesa (locomoción y desarrollo postural), y 2) motricidad fina (prensión).(Cruz, 1970)*

### d. Desarrollo psicomotor

#### Motricidad gruesa Y fina

*El desarrollo motor grueso se refiere al control sobre acciones musculares más globales, como gatear, levantarse y andar. Las habilidades motoras finas implican a los músculos más pequeños del cuerpo utilizados para alcanzar, asir, manipular, hacer movimientos de tenazas, aplaudir, virar, abrir, torcer, garabatear. Por lo que las habilidades motoras finas incluyen un mayor grado de coordinación de músculos pequeños y entre ojo y mano. Al ir desarrollando el control de los músculos pequeños, los niños ganan en competencia e independencia porque pueden hacer muchas cosas por sí mismos.(Cruz, 1970)*

#### Movimiento y motricidad



*La literatura actual reconoce una diferenciación entre movimiento y motricidad. El primero es concebido como el cambio de posición o de lugar del cuerpo, como un acto físico-biológico que le permite al individuo desplazarse. La motricidad es concebida como la forma de expresión del ser humano, como un acto intencionado y consiente, que además de las características físicas, incluye factores subjetivos, dentro de un proceso de complejidad humana. En esta perspectiva el cuerpo no es objeto, sino conciencia de sí como sujeto. Los nuevos paradigmas consideran el movimiento como una de las manifestaciones de la motricidad, la cual se centra en un ser humano multidimensional. (Cruz, 1970)*

La motricidad es también creación, espontaneidad, intuición; es manifestación de intencionalidades y personalidades. Cada persona construye su propio movimiento como manifestación de su personalidad. Esta construcción de la identidad motriz resulta de procesos afectivos, cognitivos, estéticos y expresivos que se han adquirido a través de la vida. De esta forma, nuestro cuerpo incorpora una técnica determinada que implica también una nueva manera de visualizar el mundo real.

Algunas veces se confunden estos dos conceptos pero en realidad tiene un significado muy distinto. El movimiento viene a ser parte de la motricidad pues esta última es compleja y cada ser la expresa de forma distinta, puesto que todos los seres humanos somos diferentes. A través de la motricidad, vivimos a diario expresamos lo que sentimos, realizamos todo tipo de acciones.

#### e. Movimiento y crecimiento.

*Existen muy estrechas relaciones entre crecimiento y movimiento en los animales superiores, como lo demuestra la menor talla de los animales criados en cautiverio, en espacios sensiblemente inferiores a los de su habitat natural. Pero esta relación es mucho más evidente aún en el ser humano.*

*La maduración del sistema nervioso se ve potenciada por el ejercicio motor; y lo mismo sucede con las grandes estructuras responsables de las funciones vitales (miles de trabajos científicos hablan de la necesaria influencia de la motricidad en el desarrollo*

cardio/pulmonar). Pero es obvio también que la producción de movimientos cada vez más amplios y coordinados dependerá a su vez del crecimiento óseo, del desarrollo muscular y ligamentario, y de la maduración del sistema nervioso; mientras que la posibilidad de realizarlos continuamente en el tiempo soportando la fatiga, va a estar determinada por el desarrollo pulmonar y cardíaco. (plata 1994)

Ya no es necesario demostrar que la actividad física sistemática influye favorablemente sobre el crecimiento humano; el crecimiento del sistema muscular esquelético precisa del movimiento para alcanzar su máximo crecimiento.

f. Esquema corporal:

*Se puede definir como la representación que tenemos de nuestro cuerpo, de los diferentes segmentos, de sus posibilidades de movimiento y de acción, así como de sus diversas limitaciones. Es un proceso complejo ligado a procesos perceptivos, cognitivos y prácticos, que comienza a partir del nacimiento y finaliza en la pubertad, interviniendo en el mismo la maduración neurológica y sensitiva, la interacción social y el desarrollo del lenguaje.(Cruz 1970)*

g.Lateralidad:

*El cuerpo humano aunque a nivel anatómico es simétrico, a nivel funcional es asimétrico. El término lateralidad se refiere a la preferencia de utilización de una de las partes simétricas del cuerpo humano, mano, ojo, oído y pie. El proceso por el cual se desarrolla recibe el nombre de lateralización y depende de la dominancia hemisférica. Así, si la dominancia hemisférica es izquierda se presenta una dominancia lateral derecha, y viceversa. El que una persona sea diestra o zurda depende del proceso de lateralización. Se considera que un niño está homogéneamente lateralizado si usa de forma consistente los elementos de un determinado lado, sea éste el derecho (diestro) o el izquierdo (zurdo). Cuando la ejecución de un sujeto con una mano sea tan buena como con la otra se le denomina ambidextro. Por lo que se convierte en un proceso largo que se va configurando desde los planos más sencillos (arriba, abajo, delante, atrás...) a los más complejos (derecha-izquierda), dándose primero en la acción y pasando posteriormente a ser representados en uno mismo, en el otro y en el espacio con los objetos.(Cruz 1970)*

#### h. Estructuración espacio-temporal:

*La evolución de la comprensión del orden y la duración tiene lugar de los 2 a los 12 años. Los niños de 2 a 6 años tienen dificultades para establecer seriaciones cronológicas y lógicas de los acontecimientos, pero cuando tienen de 7 a 12 años pueden realizar tareas lógicas que impliquen la conservación, la reversibilidad y los ordenamientos, lo que va a ayudar a que las nociones temporales se adquieran completamente.*

*La íntima relación entre ritmo y motricidad se pone de manifiesto en el movimiento. Los sujetos dispráxicos presentan grandes dificultades para reproducir estructuras rítmicas. (Cruz 1970)*

#### i. Educación psicomotriz: actividades y programas:

*Se define como el conjunto de actividades y ejercicios encaminados a promover un desarrollo adecuado y armónico de la psicomotricidad del niño en cada periodo evolutivo. La maduración psicomotriz es la base del aprendizaje, generando programas psicomotrices encaminados a la prevención de las alteraciones, a la identificación temprana de retrasos psicomotores, y a la recuperación de los mismos. (Cruz 1970)*

#### j. Factores que determinan el desarrollo.

“Desde hace décadas ha habido disputas entre los que piensan que se nace predeterminado (se nace con todo) y los que creen que el ambiente es fundamental para el desarrollo” (Moms s.f. 1972)

- Ambiente
- Medio: conjunto de elementos con los que se puede entrar en contacto (todos los de la sociedad y materiales).

Existen periodos críticos donde gracias a la práctica se obtendrán los mejores resultados y habrá otros momentos en los que será más fácil aprender, y la práctica no tendrá la importancia que tenía en el caso anterior. (Moms s.f. 1972)

- Periodo crítico: periodo en el que si no se lleva a cabo el aprendizaje será muy difícil que se manifieste luego.

- Periodo sensible: momentos del desarrollo en los que organismo es especialmente susceptible a las influencias del ambiente, se tiene mayor facilidad para aprender o adquirir nuevas conductas en relación con el aprendizaje. Todos los periodos sensibles no son críticos, pero sí todos los críticos son sensibles. (Moms s.f. 1972)

Hay que tomar muy en cuenta el periodo crítico puesto que muchos no saben la importancia que tiene y por esa razón no se le da la atención que se merece. Si no hay estimulación temprana de movimientos muy precisos con dificultad se lograrán cuando el niño o la niña crezca he ahí la respuesta a los movimientos toscos o gruesos que una persona realiza cuando no recibe la estimulación temprana o una educación motriz a tiempo.

- Hábitat

- No es un agente, pero depende del “nivel social” en el que el niño se encuentre. Los pisos pequeños y poblados (muebles) retrasan el desarrollo motor por falta de exploración motriz sobre todo en el primer año de vida.

- Los niños de clase social baja presentan un desarrollo psicomotor más acelerado, sin embargo se observa en ellos cierta falta de precaución motriz porque nadie les ha advertido. (Moms s.f. 1972)

Las personas de escasos recursos se ven afectadas en todos los ámbitos de sus vidas sin dejar atrás su psicomotricidad.

- Influencias del género

Varios estudios biológicos y sociales han demostrado las diferencias sexuales en el aspecto de motricidad, somos distintos tanto genética como socialmente.

- Escuela

- En la actualidad se piensa que el desarrollo motor puede llevarse a cabo de forma espontánea y al azar (dicen que no hace falta que exista la Educación Física).

- Desde una perspectiva de la educación por el movimiento se entiende que cuanto más joven sea el niño más necesidad de oportunidades diversas y variadas debe recibir (Principio de lo global a específico). (Moms s.f. 1972)

El niño recibe a través de los medios de información modelos muy concretos y los héroes deportivos se convierten en modelos a imitar y seguir por el niño.

#### k. Definición de psicología

*Se define como la ciencia aplicada que trata la conducta y los procesos mentales de los individuos cuyo campo de estudio abarca todos los aspectos de la experiencia humana.<sup>7</sup> Existen diversas perspectivas psicológicas, cada una con sus propias teorías y metodologías, y en comparativa pueden coincidir, influirse, solaparse o incluso ser contradictorias e incompatibles; esta variedad da pie a múltiples acepciones y abordajes. Algunos enfoques —como en el humanismo— consideran que el método científico no es adecuado para investigar la conducta; otros tales como el conductismo lo emplean para comportamientos observables que pueden ser objetivamente medidos. (Libre 1995-1996)*

*Por medio de sus diversos enfoques, la psicología explora conceptos como la percepción, la atención, la motivación, la emoción, el funcionamiento del cerebro, la inteligencia, el pensamiento, la personalidad, las relaciones personales, la conciencia y la inconsciencia. La psicología emplea métodos empíricos cuantitativos y cualitativos de investigación para analizar el comportamiento. También se pueden encontrar, especialmente en el ámbito clínico o de consultoría, otro tipo de métodos cualitativos y mixtos. Mientras que el conocimiento psicológico es empleado frecuentemente en la evaluación o tratamiento de las psicopatologías, en las últimas décadas los psicólogos también están siendo empleados en los departamentos de recursos humanos de las organizaciones, en áreas relacionadas con el desarrollo infantil y del envejecimiento, los deportes, los medios de comunicación, el mundo del derecho y las ciencias forenses. Aunque la mayor parte de los psicólogos están involucrados profesionalmente en actividades terapéuticas (clínica, consultoría, educación), una parte también se dedica a la investigación, desde las universidades, sobre un amplio rango de temas relacionados con el comportamiento y el pensamiento humano. (Océanos 2004)*

Desde sus orígenes, la psicología ha sido una ciencia preocupada por el concepto de aprendizaje, el cual ha sido abordado desde diferentes perspectivas teóricas. Para

poder de qué manera se aprende se debe tener en cuenta estos tres aspectos principales.

1. La condición primera para que se establezca el aprendizaje.
2. Procedimientos básicos para que este se desarrolle.
3. La finalidad u objetivo del proceso de aprendizaje.

La psicología de la actividad física aplica las técnicas derivadas de la psicología científica a la adquisición, el mantenimiento y la mejora de las habilidades deportivas. Se trata de una disciplina todavía joven. Tiene como objetivo el estudio del comportamiento y la adaptación individual y colectiva a la actividad física y el deporte.

#### Comportamiento Psicofísico:

*Describe la adaptación del individuo a universo, comportamental físico; es decir, a las condiciones físicas en las que el sujeto se encuentra en su vida. El aprendizaje de las diferentes habilidades motrices, como lanzar o driblar, o la realización de distintos movimientos gimnásticos se incluye en este tipo de comportamiento. El comportamiento fundamental para esta adaptación comportamiento físico es la percepción. Es importante diferenciar entre lo que es la sensación, que describe la reactividad de los sentidos a los cambios de energía, aspecto estudiado por la biología, y la percepción que describe la condicionalidad reactiva en función de la historia individual de estimulación, objeto de estudio por parte de la psicología.*

*Los estados afectivos y emocionales pueden variar considerablemente en función de nivel de agrado – desagrado ante una situación determinada. Probablemente una experiencia desagradable vivida por el alumno provoca en él un elevado nivel de ansiedad. Para disminuirlo se ha desarrollado numerosas técnicas de neutralización. (Océanos 2004)*

#### I. Educación Física como agente de cambio en la formación del estudiante.

*Existe amplio conocimiento de los efectos beneficiosos producidos por la actividad física regular y el ejercicio, tanto desde el punto de vista físico como psicológico.*

*Los beneficios psicológicos no solo son evidentes para la población normal, sino también para el tratamiento de los trastornos psicológicos, tales como la depresión, la ansiedad, el estrés, el abuso de alcohol y sustancias, etc. De igual forma la práctica habitual del ejercicio físico puede resultar en utilidad de la prevención de trastornos psicológicos. Con este fin se ha elaborado y puesto en marcha distintos programas de actividad física con fines terapéutico y de salud, contemplando la necesidad de evitar el abandono y facilitar la iniciación y la adherencia a los mismos; tareas que incumben al ámbito profesional y de psicología. (Juárez 2010)*

m. Importancia de la educación Física en la sociedad.

Hoy en día, en nuestra sociedad nos encontramos ante una realidad preocupante, no solo por los problemas de salud que acechan a la población en general sino porque los niños y niñas en edad escolar están cambiando sus hábitos, encaminándose hacia prácticas poco saludables; las cuales, en un futuro muy cercano pueden hacer aumentar de forma alarmante las enfermedades provocadas por estos nuevos hábitos.

Los hábitos alimentarios y comportamientos sedentarios se desarrollan en la infancia y se consolidan durante la adolescencia, siendo luego muy difíciles de modificar. Por eso, la mejor edad para intervenir sobre ambos es durante la enseñanza Primaria. La escuela ofrece innumerables oportunidades para formarse sobre hábitos alimentarios saludables y fomentar la práctica regular de actividad física y deporte, constituyendo, por eso, uno de los lugares más eficaces para modificar los estilos de vida de los niños y adolescentes. Sin embargo, la experiencia demuestra que los resultados son escasos cuando se actúa únicamente sobre los escolares, sin implicar a sus familias y sin actuar simultáneamente sobre el entorno en el que viven.

La Educación Física y el Deporte como base de una sociedad saludable del futuro.

Un gran número de expertos e investigadores en la materia coinciden en afirmar que el problema de la obesidad tiene su origen en la mala alimentación y en

la reducción en el tiempo de actividad física y deporte que realizan nuestros escolares.

La asignatura y el profesorado de Educación Física pueden ser los motores del cambio de tendencia; pero, para ello sería necesario un aumento del número de horas de esta asignatura en el programa escolar y el impulso de las actividades extraescolares que impliquen movimiento. Las cuales, hoy día, encuentran además una importante competencia con otras actividades no menos importantes y, en ocasiones, más valoradas por los padres.

Los niños no comen más, sino que se mueven menos, a lo que podríamos añadir que comen peor. Eso sí, estamos muy de acuerdo con este informe en el sentido de que "los niños deportistas son la mejor inversión para tener adultos sanos"; aunque, diferimos un poco en la afirmación de que "la educación física es la única asignatura escolar dirigida a inculcar en los niños un estilo de vida saludable", puesto que a pesar de su importancia, la labor debe ser conjunta por parte de todos los maestros y familias, si queremos alcanzar resultados positivos.

Para respaldar aún más los efectos beneficiosos de la educación física y el deporte, podemos afirmar que la práctica regular de actividad física también tiene efectos positivos sobre el bienestar psicológico de los niños, ya que aumenta su autoestima y desarrolla su capacidad de integración a la vez que fomenta valores como la solidaridad o el espíritu de equipo. El deporte es asimismo una vía eficaz de lucha contra el tabaquismo, el sedentarismo y, como venimos comentando, la obesidad.

### 3.6 Problemas identificados por la Maestra de Educación Física:

#### a. Problemas de motricidad.

*En los niños los problemas de motricidad pueden ser un problema grave, pues pueden no solamente afectar su condición física sino también el desarrollo psicológico y social. La actividad motora, o sea la capacidad de movernos, influye en la mayoría de las actividades humanas. Cualquier movimiento, por sencillo que sea, se basa en procesos*



*complejos en el cerebro que controlan la interacción y el ajusta con precisión de ciertos músculos. Cuando un niño presenta cierto deterioro en este desarrollo, es cuando se habla de problemas de motricidad (Moms 1972)*

*Tanto las habilidades motoras gruesas como las habilidades motoras finas pueden verse afectadas por los problemas de motricidad. La motricidad gruesa es todo lo que tiene que ver con los grandes movimientos como el saltar, brincar, correr, etc, mientras que por las habilidades de motricidad fina se refiere a las actividades que requieren un movimiento pequeño, casi de filigrana, de precisión, donde el encontró de la fuerza es importante, como por ejemplo escribir o pintar.(Moms 1972)*

Los problemas de motricidad pueden comportar consecuencias graves en el niño, porque un niño que no se está desarrollando de manera apropiada a su edad, puede que fácilmente, en la escuela, padezca las burlas de los otros niños y sentirse ridiculizado e incómodo. Su confianza puede verse afectada y también su autoestima. Esto puede conducir a más estrés emocional, que puede manifestarse, por ejemplo, con un comportamiento especialmente agresivo o trastornos del aprendizaje. Debido a sus habilidades motoras débiles, los niños con problemas de motricidad tienden a evitar problemas o tareas complejas de movimiento. Tienen miedo a no hacerlo bien o a quedar en ridículo. La falta de este esfuerzo y de este ejercicio, hace que los trastornos motores puedan crecer. Para salir de este círculo vicioso es necesario el apoyo y la ayuda de expertos.

#### b. Autoestima

*Es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser y de comportarnos, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter. En resumen, es la percepción evaluativa de nosotros mismos. La importancia de la autoestima estriba en que concierne a nuestro ser, a nuestra manera de ser y al sentido de nuestra valía personal. Por lo tanto, puede afectar a nuestra manera de estar, de actuar en el mundo y de relacionarnos con los demás. Nada en nuestra manera de pensar, de sentir, de decidir y de actuar escapa a la influencia de la autoestima. Todos tenemos una imagen mental de quiénes somos, qué aspecto tenemos, en qué somos buenos y cuáles son nuestros puntos*

débiles. Nos formamos esa imagen a lo largo del tiempo, empezando en nuestra infancia. El término *autoimagen* se utiliza para referirse a la imagen mental que una persona tiene de sí misma. Gran parte de nuestra *autoimagen* se basa en nuestras interacciones con otras personas y nuestras experiencias vitales (Libre 1995-1996)

### c. Grados de Autoestima

La autoestima es un concepto gradual. En virtud de ello, las personas pueden presentar en esencia uno de tres estados:

- *Tener una autoestima alta equivale a sentirse confiadamente apto para la vida, o, usando los términos de la definición inicial, sentirse capaz y valioso; o sentirse aceptado como persona.*
- *Tener una autoestima baja es cuando la persona no se siente en disposición para la vida; sentirse equivocado como persona.*
- *Tener un término medio de autoestima es oscilar entre los dos estados anteriores, es decir, sentirse apto e inútil, acertado y equivocado como persona, y manifestar estas incongruencias en la conducta—actuar, unas veces, con sensatez, otras, con irreflexión—, reforzando, así, la inseguridad.*

En la práctica, y según la experiencia de Nathaniel Branden, todas las personas son capaces de desarrollar la autoestima positiva, al tiempo que nadie presenta una autoestima totalmente sin desarrollar. Cuanto más flexible es la persona, tanto mejor resiste todo aquello que, de otra forma, la haría caer en la derrota o la desesperación.

*Escalera de la autoestima:*

*Auto reconocimiento: Es reconocerse a sí mismo, reconocer las necesidades, habilidades, potencialidades y debilidades, cualidades corporales o psicológicas, observar sus acciones, como actúa, por qué actúa y qué siente.*

*Auto aceptación: Es la capacidad que tiene el ser humano de aceptarse como realmente es, en lo físico, psicológico y social; aceptar cómo es su conducta consigo mismo y con los otros. Es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como un hecho, como forma de ser y sentir.*

d. *Por auto aceptación se entiende:*

1. *El reconocimiento responsable, ecuánime y sereno de aquellos rasgos físicos y psíquicos que nos limitan y empobrecen, así como de aquellas conductas inapropiadas y/o erróneas de las que somos autores.*
2. *La consciencia de nuestra dignidad innata como personas que, por muchos errores o maldades que perpetraremos, nunca dejaremos de ser nada más y nada menos que seres humanos falibles.*
3. *Auto valoración: Refleja la capacidad de evaluar y valorar las cosas que son buenas de uno mismo, aquellas que le satisfacen y son enriquecedoras, le hacen sentir bien, le permiten crecer y aprender. Es buscar y valorar todo aquello que le haga sentirse orgulloso de sí mismo.*
4. *Auto respeto: Expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. El respeto por sí mismo es la sensación de considerarse merecedor de la felicidad, es tratarse de la mejor forma posible, no permitir que los demás lo traten mal; es el convencimiento real de que los deseos y las necesidades de cada uno son derechos naturales, lo que permitirá poder respetar a los otros con sus propias individualidades.*
5. *Auto superación: Si la persona se conoce es consciente de sus cambios, crea su propia escala de valores, desarrolla y fortalece sus capacidades y potencialidades, se acepta y se respeta; está siempre en constante superación, por lo tanto, tendrá un buen nivel de autoestima, generando la capacidad para pensar y entender, para generar, elegir y tomar decisiones y resolver asuntos de la vida cotidiana, escuela, amigos, familia, etc. Es una suma de pequeños logros diarios.*
6. *Auto eficacia y auto dignidad*
7. *La autoestima tiene dos aspectos interrelacionados:*
8. *1. Un sentido de ganador y de poder salir adelante (auto eficacia).*
9. *2. Un sentido de mérito personal (auto dignidad).*
10. *Auto eficacia: confiar en el funcionamiento de mi mente, capacidad de pensar, en los procesos por los cuales juzgo, elijo, decido; confianza en la capacidad de comprender los hechos de la realidad que entran en la esfera de mis intereses y necesidades; confianza concedora en uno mismo.*

11. *Auto dignidad: seguridad de mi valor; una actitud afirmativa hacía mi derecho de vivir y felicidad.*

12. *Auto eficacia y auto dignidad son los pilares duales de la autoestima. La falta de alguno de ellos afecta enormemente; representan la esencia dela autoestima.*

e. *Baja autoestima*

*Cuando una persona tiene problemas de autoestima, o una baja autoestima, esto se traduce en una gran cantidad de problemas en diversos ámbitos de su vida. Una persona con baja autoestima suele sentirse más infeliz y mucho más limitada en cuanto a lo que puede o debe hacer.*

*Las características de una persona con autoestima baja son diversas:*

- *Las personas con baja autoestima tienen una mayor tendencia a la depresión y a sufrir ante las adversidades.*
- *Las personas con baja autoestima no se sienten seguras de sí mismas.*
- *Tienen miedo de expresar sus gustos u opiniones. Prefieren quedarse callados antes que opinar ya que consideran que “no tienen derecho” o que los demás consideraran que no lo tienen.*
- *Las personas con baja autoestima son mucho más vulnerables y suelen tomarse a mal cualquier crítica o queja hacia su persona, debido a que siempre tienen miedo sobre si serán o no aceptados por los demás.*
- *Las personas con baja autoestima tienen mayor dificultad para relacionarse con los demás. Siempre suelen estar pensando cómo se interpretará aquello que dicen o hacen y si caerán bien o mal a los demás.*
- *Las personas con baja autoestima sienten una gran necesidad de ser aceptados por los demás ya que no se aceptan a sí mismas. Por este mismo motivo, suelen sentirse muy presionados cuando están con otras personas.*
- *Las personas con baja autoestima, tienen miedo de arriesgarse por miedo a fracasar.*
- *Tienen menos probabilidad de lograr lo que se proponen porque siempre están pensando de antemano que no lo lograrán.*
- *Las personas con baja autoestima suelen dejarse atropellar por los demás o ser maltratados por miedo a resistirse y quedarse solos.*
- *Les cuesta expresar sus sentimientos.*

- *Suelen creer que siempre los demás están por encima de uno, son superiores, valen más y por lo tanto sus problemas también son más importantes.*
- *Tienen mayor dificultad para enfadarse con las demás personas por miedo a que la otra persona “no acepte el enfado”.*
- *Pueden ser muy autoexigentes y nunca valorar sus propios logros.*
- *No tienen confianza en sí mismos ni creen que puedan lograr lo que se proponen.*
- *Suelen excusarse y justificarse por todo. Siempre tienen miedo de estar molestando o quitándole tiempo a los demás.*
- *Cuando una persona tiene problemas de autoestima, o una baja autoestima, esto se traduce en una gran cantidad de problemas en diversos ámbitos de su vida. Una persona con baja autoestima suele sentirse más infeliz y mucho más limitada en cuanto a lo que puede o debe hacer. (Libre 1995-1996)*

## **IV Marco Operativo**

4.1 Diseño de la investigación.

4.1.2 Equipo de investigación:

Investigadora Principal: Antonia Noemí García García.

Investigador secundario: Miguel Yobani Can Tonoc.

4.1.3 Recursos:

- Humanos:

Alumnos de cuarto, quinto y sexto primaria.

Docentes de tercero cuarto quinto y sexto primaria

Director del establecimiento.

- Materiales:

Hojas de papel bond.

Computadora.

Impresora.

Lapiceros

Fotocopias.

Libros.

- Tecnológicos:

Sitios web.

Libros en línea.

Actividades	Programación																Año 2016																
	Año 2015																Año 2016																
	Agosto				Septiembre				Octubre				Noviembre				Diciembre				Enero				Febrero				Marzo				
	Semanas				Semanas				Semanas				Semanas				Semanas				Semanas				Semanas								
1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
Elaboración de planteamiento y justificación	■	■	■	■																													
Revisión de planteamiento y justificación					■	■																											
Corrección de planteamiento y justificación ya revisados anteriormente							■																										
Entrega a revisión de planteamiento, justificación y objetivos segunda revisión									■	■	■	■																					
Elaboración del esquema del marco teórico													■	■	■																		
Entrega a revisión del esquema del marco teórico															■	■	■																
Elaboración del marco teórico																	■	■	■	■	■												
Revisión y corrección del marco teórico																					■	■	■										
Metodología de la investigación. Instrumentos de copulación de datos.																									■								
Recopilación de datos																													■				
Tabulación de datos																															■		
Recursos de la investigación y anexos																																■	

## V Presentación de Resultados

### 5.1 AnálisisDe Datos.

Universidad de San Carlos de Guatemala

Escuelas de Ciencias Psicológicas

Programa Académico de Desarrollo Profesional docente

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 EORM Aldea San Felipe Xejuyup, Jornada Matutina Nivel Primario del municipio de San Andrés Xecul y departamento de Totonicapán

Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea San Felipe Xejuyup, San Andrés Xecul Totonicapán, En la actualidad la Escuela cuenta con 12 secciones de los ciclos I y II del nivel Primario, 2 secciones del nivel II y 1 del nivel III del nivel pre-primario. Teniendo una población de 380 niños y niñas inscritos en el ciclo escolar 2016. Comprendidos entre las edades de 5 a 13 años de edad. Provenientes de familias de escasos recursos económicos, a pesar de que colinda con el departamento de Quetzaltenango no se cuenta con centro de salud.

Muestra utilizada; Intencional o de juicio.

Total de personas a encuestar: 24

Recolección de datos:

Nombre de la técnica a utilizar: Encuesta

Definición de la técnica: (DEFINICION)

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

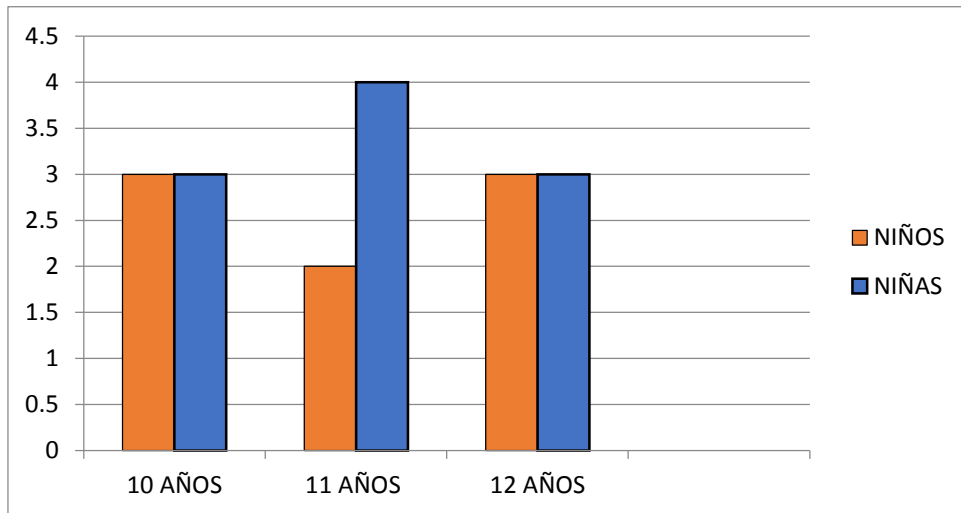
Descripción:

En la presente investigación se desea obtener información referente a la labor de la maestra de Educación Física de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Felipe Xejuyup, Jornada Matutina Nivel Primario del municipio de San Andrés Xecul y departamento de Totonicapán. Se pretende identificar los beneficios o aportes que

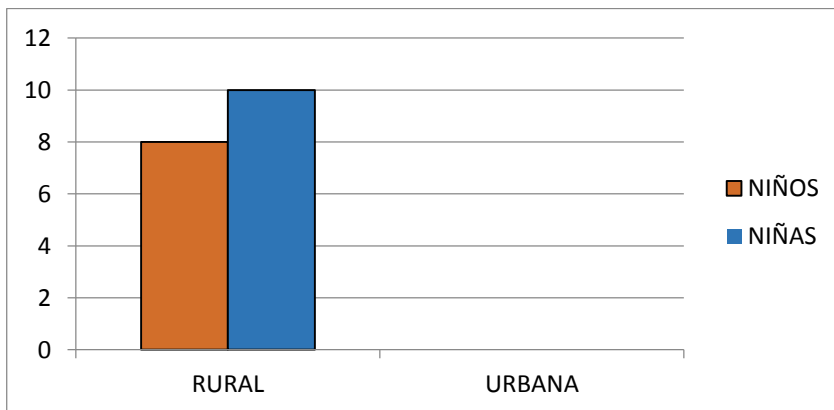


ha hecho la clase de Educación física en el aspecto biológico, psicológico y social del educando.

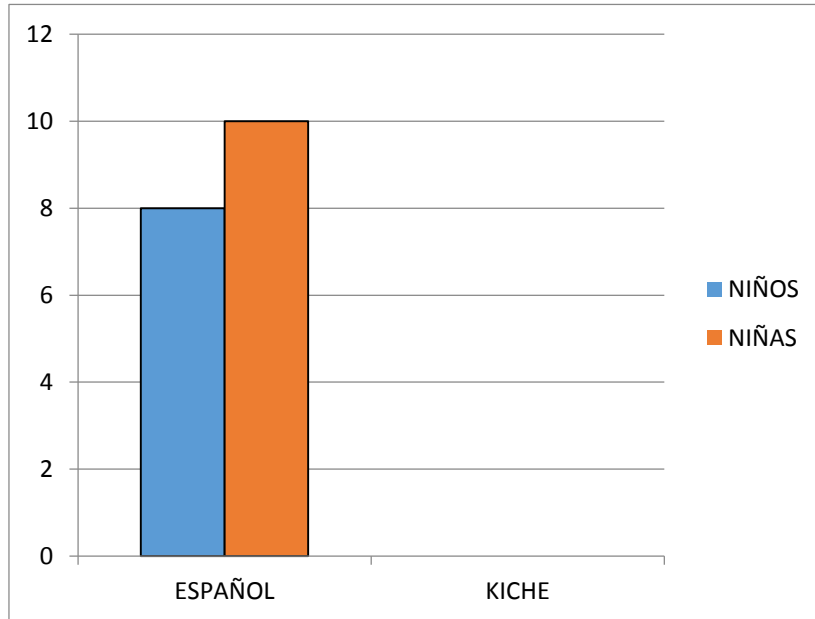
Edades de los encuestados.



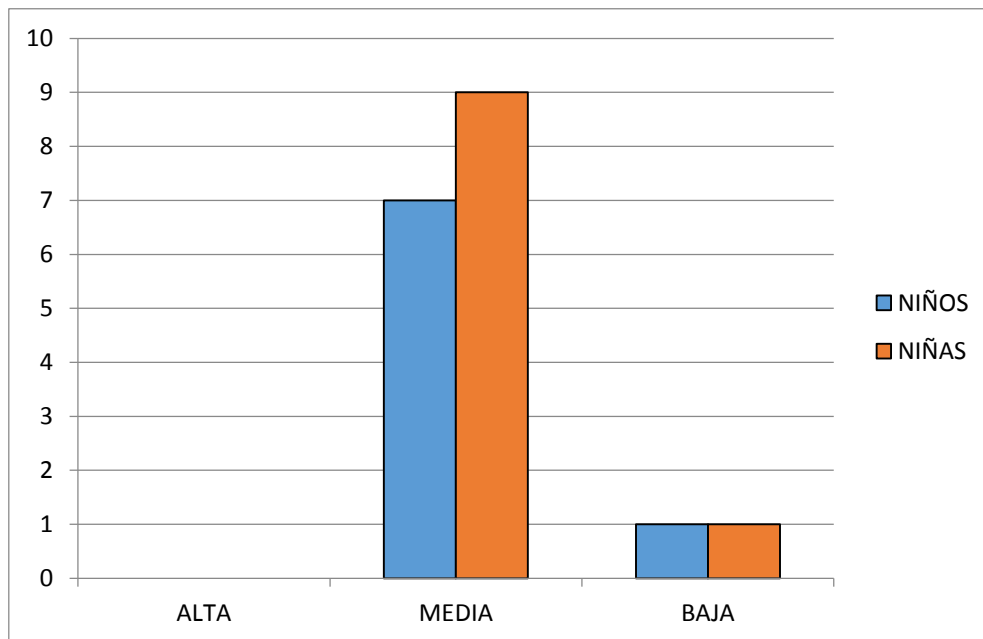
Lugar de procedencia de los encuestados.



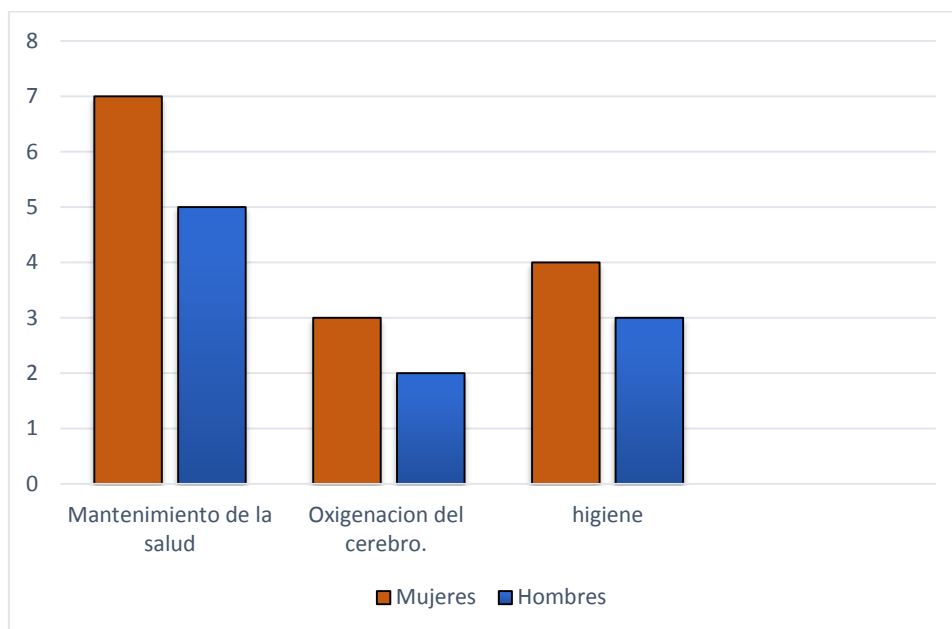
### Idioma de los encuestados



### Condición económica de los encuestados.



## Aporte de la Maestra de Educación Física desde el ámbito biológico.



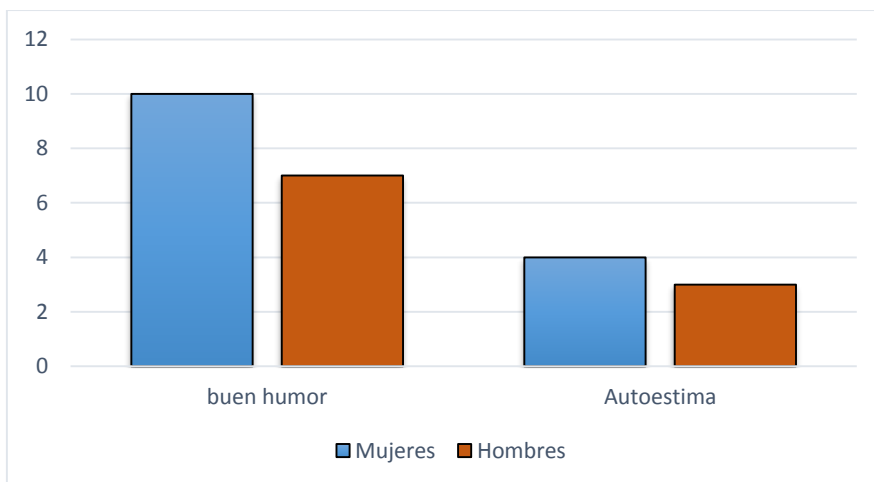
### 5.2 Interpretación De Resultados

#### Ámbito biológico:

En cuanto a la interrogante de que si les gustaba el curso de Educación Física todos los niños y niñas respondieron que si les gusta la clase de educación física, porque contribuye a mantener una buena salud física y aprenden nuevas formas de ejercitarse, los docentes por otro lado respondieron que Educación Física contribuye a la obtención de una mejor calidad de vida, es amena, y es integral. Dando a conocer que esta área contribuye a su a su salud porque ayuda a oxigenar su cerebro, contribuye a la buena circulación de la sangre y fortalece su sistema musculoesquelético, en general contribuye al buen funcionamiento de todos sus sistemas, además que al realizar sus actividades les permite alegrarse y regresar a sus salones de con entusiasmo para seguir con sus clases, es parte de la formación académica del estudiante porque tiene relación con otros cursos, ayuda a aprender

al niño y la niña de forma divertida Por otro lado la clase de educación física ayuda a mejorar su higiene personal no de manera directa pero si de forma indirecta como el lavarse las manos para ingresar de nuevo al aula, bañarse después de recibir educación física y llevar implementos deportivos limpios en la clase de educación física. Por ultimo al realizar actividad física el niño y la niña disminuyen el riesgo de padecer problemas de sobrepeso, problemas de hipertensión y otras enfermedades en el futuro. Por esta razón muchos niños que comprenden la importancia que la clase de Educación Física tiene solicitan más frecuencias a la semana. El ochenta por ciento de los docentes encuestados opinan que el tiempo asignado para educación física es el correcto. El otro veinte por ciento opina que es un tiempo muy corto para poder lograr el desarrollo psicomotriz del estudiante.

Aporte de la Maestra de Educación Física desde el ámbito biológico.

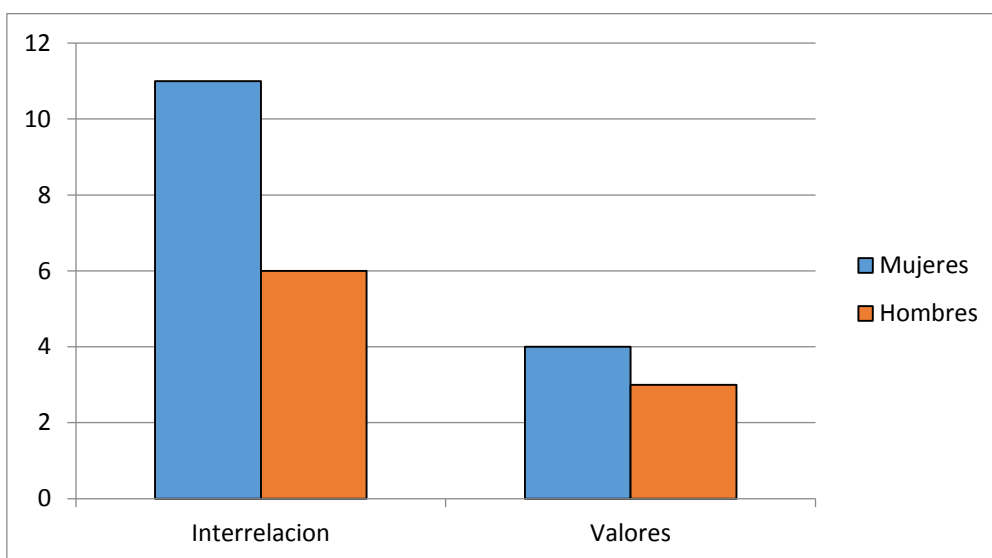


### Ámbito Psicológico

Los niños y las niñas de la EORM Aldea San Felipe Xejuyup, Jornada Matutina Nivel Primario del municipio de San Andrés Xecul y departamento de Totonicapán son motivados por la Maestra de Educación Física para realizar todas las actividades de las tres partes de la clase como lo son la parte inicial (calentamiento) parte principal (contenido a desarrollar) parte final (relajación o vuelta a la calma, o recreativa), a través de palabras de ánimo, acompañamiento y felicitación. Por otra parte los docentes expusieron que la Maestra de Educación física motiva a sus estudiantes a

través de nuevas actividades y dinámicas, tomando en cuenta a todos. Dentro de los principios didácticos de la Educación Física existe el principio de individualización que versa que todo maestro debe atender las características individuales de los alumnos, porque aunque los objetivos son comunes no todos los educandos tiene el mismo ritmo de desarrollo, algunos niños y niñas se sienten frustrados o tristes cuando no pueden realizar un ejercicio a la primera oportunidad, pero con la motivación y su perseverancia poco a poco van alcanzando la confianza y realizan todos los ejercicios solo que a su ritmo de desarrollo.

Aporte de la Maestra de Educación Física desde el ámbito Social.



Los resultados de las encuestas realizadas fueron las siguientes:

Ámbito social.

El escritorio es un mueble utilizado para que el niño y la niña realicen sus tareas pero también es un limitante para su desplazamiento por esta razón dentro del aula no existe una relación e interacción entre los estudiantes como en Educación Física. La mayoría del tiempo los niños y las niñas hacen actividades en grupo y juegan en forma conjunta y no individualmente, comparten materiales, y sobre todo aprenden y ponen en práctica valores como la solidaridad, el compañerismo, la fraternidad, el respeto, entre otros. El movimiento es una necesidad social ya que si todos lo

realizan tendrán una vida saludable, familias alegres, comunidades productivas en fin una sociedad con buena salud.

## VI Conclusiones:

- La educación psicomotriz Se define como el conjunto de actividades y ejercicios encaminados a promover un desarrollo adecuado y armónico de la psicomotricidad del niño en cada periodo evolutivo.
- La Educación Física es importante para la formación integral del ser humano.
- El profesor de educación física tienen un rol importante en la vida del niño y la niña dentro del centro Educativo ya que sin darse cuenta influye de manera directa en distintos ámbitos de la vida del estudiante.
- La escuela ofrece innumerables oportunidades para formarse sobre hábitos alimentarios saludables y fomentar la práctica regular de actividad física y deporte, constituyendo, por eso, uno de los lugares más eficaces para modificar los estilos de vida de los niños y adolescentes.
- Los problemas de motricidad pueden comportar consecuencias graves en el niño, porque un niño que no se está desarrollando de manera apropiada a su edad, puede que fácilmente, en el colegio, padezca las burlas de los otros niños y sentirse ridiculizado e incómodo.
- Auto eficacia y auto dignidad son los pilares duales de la autoestima. La falta de alguno de ellos afecta enormemente; representan la esencia de la autoestima.

## **VII Recomendaciones:**

- Explicar los lineamientos y proceso de sistematización desde sus inicios a través de un asesor físico como se hizo a principios del trimestre.
- Respetar los calendarios que se elaboran y establecer fechas y actividades específicas al iniciar los trimestres.
- Dar el tiempo necesario para la planificación de los talleres.
- Incluir cursos prácticos dentro de la profesionalización.
- Realizar actividades de convivencia con todas las sedes una vez por trimestre.



### VIII. Bibliografía y e-grafía.

Aída María González Correa, C. H. ( 2010). EDUCACIÓN FÍSICA DESDE LA. Hacia la Promoción de la Salud, Volumen 15, No.2, , 173 - 187 .

autoestima, M. (s.f.). consejos para mejorar la autoestima . Obtenido de <http://www.miautoestima.com/baja-autoestima/>

Cruz, C. M. (1970). Desarrollo físico y psicomotor en la primera infanci.

INEFC. ( 2016 ). La teoría en la psicología aplicada a la educación física y el deporte. Revista científica multidisciplinar de refencia en España y Latinoamerica .

Javier Antonio Tamayo Fajardo, o. P. (2007). La educación física y el deporte como . Obtenido de <http://www.efdeportes.com/efd119/la-educacion-fisica-y-el-deporte.htm>

Juarez, A. (2010).

LEMDO, 1. (1963). Por qué fracasan los profesores.

libre, W. e. (1995-1996.). Wikipedia enciclopedia libre . Obtenido de <https://es.wikipedia.org/wiki/Biolog%C3%ADa>.

Moms, N. (s.f.). Desarrollo infantil. Obtenido de <http://www.netmoms.es/revista/ninos/desarrollo-infantil/problemas-de-motricidad/>

Plata, C. d. (.1994). ACERCA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA. Obtenido de [http://www.portalfitness.com/articulos/educacion\\_fisica/fundamentos\\_biologicos.htm#](http://www.portalfitness.com/articulos/educacion_fisica/fundamentos_biologicos.htm#)

Tonoc, M. Y. (2011). Sistematización de las Experiencias en la Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea San Felipe Xejuyup, Municipio de San Andrés Xecul, Departamento de Totonicapán. Totonicapán.

Vago, E. r. (1998). Aprendizaje y desarrollo motor. Obtenido de [http://html.rincondelvago.com/aprendizaje-y-desarrollo-motor\\_1.html](http://html.rincondelvago.com/aprendizaje-y-desarrollo-motor_1.html)

## **IX. Anexos**

### 9.1. Glosario:

Ámbito: espacio comprendido entre límites reales o imaginarios. Espacio comprendido entre límites reales o imaginarios

Anatómico: Se aplica al objeto construido para que se adapte perfectamente al cuerpo humano

Autoimagen: es la imagen o representación mental que se obtiene de uno mismo. Es esa fotografía interna (y con frecuencia falsa), que tenemos de nosotros mismos y que está presente, cada vez que decimos o pensamos “yo soy” o “yo no soy” y es la responsable de decir “yo puedo” o “yo no puedo”.

Antecedentes: Hecho, comentario o circunstancia del pasado que influye en hechos posteriores y sirve para juzgarlos, entenderlos o preverlos

Céfalo-caudal: es la medida de la longitud de embriones y fetos humanos entre la coronilla y la rabadilla. Normalmente se determina mediante ecografía.

Cognitivo: facultad de un ser vivo para procesar información a partir de la percepción, el conocimiento adquirido (experiencia) y características subjetivas que permiten valorar la información.

Connatural: Propio de la naturaleza de un ser viviente o conforme con ella.

Espontaneidad: se define como el conjunto de acciones irrazonadas presentes en el comportamiento humano. Así, ésta resulta de la manifestación de los instintos como opuesta a la razón y por lo tanto es un concepto aplicable únicamente a los humanos, puesto que en comportamientos no humanos no existe el antagonismo entre razón y pasión.

Feed-back: Retroalimentación, conjunto de reacciones o respuestas que manifiesta un receptor respecto a la actuación del emisor, lo que es tenido en cuenta por este para cambiar o modificar su mensaje

Hipótesis: suposición de algo posible o imposible para sacar de ello una consecuencia. Es una idea que puede no ser verdadera, basada en información previa.

Lateralidad: es la preferencia que muestran la mayoría de los seres humanos por un lado de su propio cuerpo

Método: Se refiere al medio utilizado para llegar a un fin determinado.

Monografía: Es un documento que trata un tema en particular porque está dedicado a utilizar diversas fuentes compiladas y procesadas por uno o por varios autores

Morfogénesis: es el proceso biológico que lleva a que un organismo desarrolle su forma. Este es uno de los tres aspectos fundamentales del desarrollo biológico junto con el control del crecimiento celular y la diferenciación celular

Neurológica: es la especialidad médica que trata los trastornos del sistema nervioso.

Paradigma: se utiliza en la vida cotidiana como sinónimo de “ejemplo” o para hacer referencia en caso de algo que se toma como “modelo digno de seguir”. En principio se tenía en cuenta a nivel gramatical.

## 9.2 Instrumentos

Universidad de San Carlos de Guatemala  
Escuelas de Ciencias Psicológicas  
Programa Académico de Desarrollo Profesional docente

Establecimiento: EORM Aldea San Felipe Xejuyup, Jornada Matutina Nivel Primario del municipio de San Andrés Xecul y departamento de Totonicapán.

Dirección: Aldea San Felipe Xejuyup, Jornada Matutina Nivel Primario del municipio de San Andrés Xecul, Totonicapán

Grado: \_\_\_\_\_

Sección: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_

No. de encuesta. \_\_\_\_\_

A continuación se le presentan una serie de preguntas para los cuales se le solicita responder de acuerdo a sus experiencias en la EORM Aldea San Felipe Xejuyup, Jornada Matutina Nivel Primario del municipio de San Andrés Xecul Dichas preguntas se relacionan a la función de la maestra de Educación Física.

1. ¿Le gusta la clase de Educación Física?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

¿Porqué?

---

---

2. ¿Considera usted que la clase de Educación física contribuye a su salud?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

¿De qué manera?

---

---

3. ¿El Maestro de Educación Física le motiva a realizar las actividades?  
(calentamiento, juegos, dinámicas y más)

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

¿De qué manera?

---

---

¿Por qué cree lo ha hecho?

---

---

4. ¿Considera usted que en la clase de Educación física al realizar sus actividades les permite alegrarse y regresar a sus salones de con entusiasmo para seguir con sus clases?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

¿Porqué?

---

---

5. ¿Considera que la clase de educación física ayuda a mejorar su higiene personal?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

¿Por qué?

---

---

6. ¿Qué significa la Clase de Educación Física para usted?

---

---

---

7. ¿Cómo te sientes cuando no puedes realizar un ejercicio en la clase de educación física?

---

---

---

8. ¿Con que frecuencia considera que debe de recibir la clase de Educación Física?

---

---

---

9. ¿En la clase de educación Física se relaciona con sus compañeros?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

¿De qué manera?

---

---

---

Universidad de San Carlos de Guatemala  
Escuelas de Ciencias Psicológicas  
Programa Académico de Desarrollo Profesional docente

Establecimiento: EORM Aldea San Felipe Xejuyup, Jornada Matutina Nivel Primario del municipio de San Andrés Xecul y departamento de Totonicapán.

Dirección: Aldea San Felipe Xejuyup, Jornada Matutina Nivel Primario del municipio de San Andrés Xecul, Totonicapán.

OBJETIVO: Obtener información referente a la labor de la Maestra de Educación Física de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Felipe Xejuyup, Jornada Matutina Nivel Primario del municipio de San Andrés Xecul y departamento de Totonicapán. Se pretende identificar los beneficios o aportes que ha hecho la clase de Educación física en el aspecto biológico, psicológico y social del educando.

Grado que imparte: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ No.

INTRUCCIONES A continuación se le presentan una serie de preguntas para las cuales se le solicita responder de acuerdo a sus experiencias en la EORM Aldea San Felipe Xejuyup, Jornada Matutina Nivel Primario del municipio de San Andrés Xecul. Dichas preguntas se relacionan a la función de la maestra de Educación Física.

1. ¿Le gusta la clase de Educación física?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

¿Por qué?

---

---

---

2. ¿Cree que la clase de Educación Física ayuda en la formación académica del estudiante?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

¿Por qué?

---

---

---

3. ¿Cuáles podrían ser las limitantes por la cual el niño no realizaría educación física?

---

---

---

4. ¿La Maestra de Educación Física Motiva a sus estudiantes a recibir su clase?

Sí\_\_\_\_ No\_\_\_\_

¿Cómo?\_\_\_\_\_

---

---

5. ¿Tiene importancia la clase de educación física?

Si\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_

¿Por qué?

---

---

---

6. ¿Ha observado algún cambio de actitud en el niño después de recibir la clase de Educación Física?

Sí\_\_\_\_ No\_\_\_\_

Explique

---

---

---



7. ¿Considera usted que Educación Física influye en el desarrollo físico del estudiante?

Sí \_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

¿Por qué?

---

---

---

8. ¿Cree que el tiempo asignado para la clase de Educación Física es suficiente para lograr el desarrollo psicomotriz en el niño?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

¿Por qué?

---

---

---

9. ¿En la clase de educación Física sus estudiantes se relacionan entre sí?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

¿De qué manera?

---

---

---

10. ¿Considera que la clase de educación física ayuda a mejorar la higiene personal de sus estudiantes?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

¿Por qué?

---

---

11. ¿Qué actividades sugiere al maestro de educación física para mejorar su labor profesional?

---

---

---

---

---

### 9.3 Programa de Docencia.

#### Resumen ejecutivo:

La propuesta de docencia de educación física de calidad fue desarrollada con la comunidad educativa de la EORM Aldea San Felipe Xejuyup, San Andrés Xecul, departamento de Totonicapán. Esta actividad se llevó a cabo en las instalaciones del establecimiento, con 15 docentes del mismo centro educativo. La actividad se realizó en una hora con veinte minutos. El evento dio inicio con la bienvenida de la actividad luego el objetivo del mismo, una breve oración, Seguidamente se les proporciono u test a los docentes con preguntas generales del tema, los cuales respondieron de acuerdo a sus conocimientos previos. Después se inició la conferencia con el tema: “La importancia de la Educación Física”, al culminar la conferencia se le pasó de nuevo el test a los docentes con las mismas preguntas del principio y respondieron de acuerdo a lo que percibieron y aprendieron durante la conferencia. Se finalizó con juegos recreativos de aproximadamente media hora.

#### Justificación:

La Educación Física y el Deporte es un derecho de la población guatemalteca, por ello el decreto 76-97 y la CPRG establecen este derecho, es por esa razón que el MINEDUC A través de DIGEF ha empleado a Maestros de Educación Física para que hagan valer este derecho a los niños y niñas de Guatemala, algunos docentes de grado no comprenden o no conocen la importancia que la Educación Física tiene en el desarrollo del estuante por lo que a través de este taller se dará a conocer a los a los Docentes dicha importancia y que de esta manera se deje de ver la clase de Educación Física como un recreo o pérdida de tiempo para los estudiantes.

## Objetivos:

### General.

- Dar a conocer la importancia que tiene la Clase de Educación Física, como parte del pensum de estudios del nivel primario. Y el rol de la Maestra de Educación Física.

### Específicos:

- Transmitir al docente la importancia de la clase de Educación Física
- Promover la Integración del docente en la clase de Educación Física.
- Fortalecer la labor del maestro de Educación Física.
- Contribuir a una educación integral, a través de la actividad física.

## PARTE INFORMATIVA:

Nombre del Lugar de Realización: Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea San Felipe Xejuyup, San Andrés Xecul Totonicapán.

Número de participantes: 15 Docentes.

Fecha: 02 de marzo del 2016.

RESPONSABLE: MEF. Antonia Noemí García García.

### Metodología a utilizar:

Para el taller teórico práctico sobre “La importancia de la Educación Física” se procedió a pasar un pre-test en donde los docentes daban a conocer sus conocimientos acerca del tema. Luego de recibir las pruebas se procedió a la presentación de las diapositivas con los contenidos programados en relación tema. Al finalizar la presentación se volvió a pasar a cada docente el post test con el mismo contenido del cual se evidencio la adquisición de nuevos conocimientos o el reforzamiento de los mismos.

Temática:

1. Que es Educación Física
2. Diferencia entre educación física y deporte
3. Beneficios de la práctica continúa de la actividad física.
4. El juego como método de enseñanza de educación física.
5. Limitantes del estudiante en la clase de educación Física.

### 1. CRONOGRAMA

No.	Fechas	Actividad	Lugar	Responsable
1	29-02-2016	Entrega de solicitud de cañonera a CTA.	Coordinación	Noemí García
2	02-03-2016	Realización de taller	EORM Aldea San Felipe Xejuyup, San Andrés Xecul Totonicapán.	Noemí García
3	02-03-2016	Evaluación del taller	EORM Aldea San Felipe Xejuyup, San Andrés Xecul Totonicapán.	Noemí García

Recursos:

Humanos: personal docente, administrativo y operativo

Económicos: Refrigerio hidratación

Tecnológicos: Cañonera, impresiones

Producto esperado:

Para el evento se contó con la participación del 100 por ciento del personal, el cual dentro de su asistencia se observó el interés por conocer la importancia de la

Educación física. A consecuencia de ello se evidencia el aprendizaje de cada uno a través de los post -test.

#### Cobertura:

La actividad desarrollada cubrió al 100 % del total alumnado del centro educativo en el que en la convocatoria previamente girada, se solicitó la presencia con la indumentaria adecuada, sin embargo todos los asistentes participaron del evento aunque no contara con el mismo.

#### Impacto:

La actividad fue bien recibida por el personal docente prueba de ello asistieron al evento un promedio del 100 % del total convocado. La mayoría de los docentes se mostraron satisfechos por la intención de hacer actividad física. A consecuencia del evento sugieren algunos docentes que el evento se vuelva a desarrollar en otra oportunidad ya que se logró concientizar de los beneficios de la educación física y su impacto en el desarrollo tanto físico, emocional y social.

#### Evidencias de logro

Primeramente se obtuvo la asistencia de un 100 % de docente lo que hace ver que en asistencia la convocatoria sufrió el efecto esperado. En relación al contenido fue de importancia en interés en la actividad aunque algunos sin portar la indumentaria adecuada, todos se involucraron a la práctica y esto sirvió de base para la explicación de la importancia de la práctica de la actividad física con la indumentaria adecuada.

#### 9.4 Programa de extensión.

Parte informativa:

Establecimiento: EORM Aldea San Felipe Xejuyup, san Andrés Xecul, Totoncapán”

Dirección: Aldea San Felipe Xejuyup, san Andrés Xecul, Totoncapán.

Participantes: Docentes y Padres de familia del establecimiento

Directora: Prof. Miguel Yobani Can Tonoc.

Responsable: Antonia Noemí García García.

Nombre de la actividad. “el Juego tradicional como medio de la Educación Física”

Fecha de aplicación: miércoles 2 de marzo de 2016

Cantidad de participantes: 30 padres de familia y 15 docentes.

Definición TEMA GENERADOR:

“El Juego tradicional como medio de la Educación Física”

El juego es una actividad inherente al ser humano, puesto que todos alguna vez hemos realizado algún juego y al momento de realizarlo nos relacionamos a través de él, en este caso el juego tradicional es una división del juego que ha pasado de generación en generación como parte de la cultura de un lugar y también como parte de la identidad, en la actualidad se ha ido perdiendo la práctica de este tipo de juegos es por esa razón que se requiere la fomentación para que no quede en el olvido y al mismo tiempo utilizarlo como un medio para la enseñanza de la motricidad y la cultura física.

Tipo de actividad a desarrollar: “juegos tradicionales”

**OBJETIVO GENERAL.**

Promover en el docente la importancia que tiene el juego tradicional y la integración del triángulo educativo en actividades lúdicas y recreativas orientadas a fortalecer y desarrollar habilidades motoras en el estudiante. Siendo el padre de familia un enlace de confianza entre las actividades a desarrollarse.

## OBJETIVOS ESPECIFICOS.

- ❖ Integrar al triangulo educativo en actividades socio recreativas.
- ❖ Promover la práctica de juegos tradicionales en el estudiante.
- ❖ Fortalecer la labor del maestro de Educación Física.
- ❖ Desarrollar confianza entre padre e hijo.

## Competencias a desarrollar

- Practica las actividades programadas para evidenciar los aportes en el organismo
- Realiza juegos tradicionales y al mismo tiempo ejercita su cuerpo y mente.

## Estrategias a desarrollar

- Permitir la ejecución de los juegos con la indumentaria que tengan para la valoración del indicado
- Desarrollar los juegos a través de estaciones

Justificación de la actividad, desde su aprendizaje:

Es importante recordar a los padres de familia y maestros que existen juegos bonitos que ayudan a aprender a los niños y niñas y que con el tiempo ha perdido su valor, concientizando de esa manera a ponerlos de nuevo en práctica.







