

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 DE VARONES NO.**

64 JULIA YDIGORAS FUENTES COLONIA SANTA MARTA ZONA 5 DE MIXCO

JORNADA MATUTINA NIVEL PRIMARIO”

JONATÁN JONAS CONTRERAS RUCAL

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD

FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-

-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 DE VARONES NO.
64 JULIA YDIGORAS FUENTES COLONIA SANTA MARTA ZONA 5 DE MIXCO
JORNADA MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

POR

JONATAN JONAS CONTRERAS RUCAL

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 PSICOLÓGICAS

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

M. A. JUAN FERNANDO PORRES ARELLANO

REPRESENTANTE DE LOS EGRESADOS

PABLO JOSUE MORA TELLO

MARIO ESTUARDO SITAVÍ SEMAYÁ

REPRESENTANTES DE LOS ESTUDIANTES



C.c. Control Académico
 Archivo
 Reg. 186-2016
 CODIPs. 2426-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante
 Jonatán Jonás Contreras Rucal
 PADEP/DEF
 Escuela de Ciencias Psicológicas
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO OCTOGÉSIMO SÉPTIMO (187º) 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 OCTOGÉSIMO 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 de Varones No. 64 Julia Ydígoras Fuentes, Colonia Santa Marta zona 5 de Mixco jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Jonatán Jonás Contreras Rucal

CARNÉ: 201415569

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina
 SECRETARIO



PADEP/DEF No. 190-2016
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 de Varones No. 64 Julia Ydígoras Fuentes, Colonia Santa Marta zona 5 de Mixco jornada matutina nivel primario”

Realizado por el estudiante:

Jonatán Jonás Contreras Rucal

CARNÉ: 201415569

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

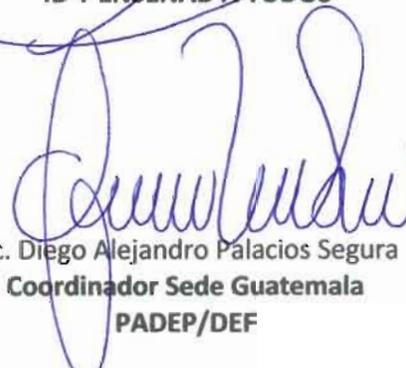
Licenciado Morales:

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 y laboral en la Escuela Oficial de Varones No. 64 Julia Ydigoras Fuentes, Colonia Santa Marta zona 5 de Mixco jornada matutina del nivel primario**. Del estudiante, Jonatán Jonás Contreras Rucal con carné 201415569 de la carrera del Profesorado de Educación Física, del Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física PADEP/DEF.

Sin otro particular y agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"


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



C.c. Control Académico
Archivo
Reg. 190-2016
CODIPs, 961-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
Jonatán Jonás Contreras Rucal
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO NONAGÉSIMO SEGUNDO (192º) 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 NONAGÉSIMO 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 de Varones No. 64 Julia Ydígoras Fuentes, Colonia Santa Marta zona 5 de Mixco jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Jonatán Jonás Contreras Rucal

CARINÉ: 201415569

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 Myra Estuardo Lemus Urdina
SECRETARIO




ESCUELA OFICIAL URBANA DE VARONES No. 64
“JULIA YDIGORAS FUENTES”

4a. Avenida y 4a. Calle, Colonia Santa Marta, Zona 5
Mixco, Guatemala, C. A.

Guatemala 01 de abril 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de sus conocimientos en mi calidad de directora de la escuela Oficial de varones No. 64 Julia Ydigoras Fuentes, colonia santa marta zona 5 de Mixco, el estudiante Jonatán Jonás Contreras Rucal, carné No. 201415569, 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 Varones No. 64 Julia Ydigoras Fuentes, Colonia Santa Marta zona 5 de Mixco jornada matutina.** 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,
Mirza Marroquín
Directora



Agradecimiento

A Dios: por regalarme la vida y por permitirme terminar el proceso de la carrera del profesorado en educación física.

A mis padres: por darme la oportunidad de estudiar y educarme con valores morales, por todo el amor y el cariño que me dieron a lo largo de mi vida y apoyarme para seguir estudiar en la universidad tanto económico y moral.

A mis hermanos: por su apoyo moral y por darme la oportunidad de ayudarme a ser una persona con éxito con sus consejos.

A mi esposa: por apoyarme incondicionalmente, por darme palabras de ánimo en los momentos difíciles, por ayudarme durante el proceso de estudio.

A mis alumnos: por la oportunidad de aprender de ellos cada día y así poder ser un mejor maestro cada día.

Dedicatoria

Se lo dedico a todas las personas que me han aconsejado para seguir adelante, en especial a una persona que en este momento ya no se encuentra con nosotros una persona que tuvo que realizar un viaje largo que algún día llegaremos a donde él se marchó, la vida es la más preciosa que Dios nos puede dar por lo tanto la tenemos que cuidar bien o mal que la estemos pasando le debemos de dar gracias a DIOS por el regalo que nos da, la persona que ya no está hoy con nosotros fue una persona que vivió cada día como si fuera el ultimo jamás en la vida se rindió hasta su lecho de muerte, se la dedico porque cuando él se fue, el camino que me faltaba era de la mitad en muchos de mis pensamientos pasaba que me tenía que retirar porque ya no tenía fuerza pero de pronto me recordaba en esa persona y decía por él tenía que terminar el camino por ello se la dedico.

Muchas veces la vida nos da golpes muy duros pero hoy en día la vida me dio uno y gracias a Dios he sabido salir del golpe por eso hoy en día le dedico el proceso a mi hermano que falleció a la mitad del camino para él la dedico con mucho amor y humildad por lo tanto es para ti Jairon Josué Contreras Rucal

Tabla de Contenido

INTRODUCCION

I. MARCO CONCEPTUAL	2
1.1 Planteamiento del problema	2
1.2 Justificación	4
II. MARCO METODOLOGICO	6
2.1 Objetivos.....	6
a. General	6
2.2 Método.....	6
a. Muestra.....	6
III. MARCO TEÓRICO	8
3.1 Rol del profesor de Educación Física	8
3.1.1 Profesor y la asignatura de educación física	9
3.1.2 La educación física en Guatemala	10
3.1.3 Realidad de la educación física en la escuela.....	12
3.2 Desarrollo integral	12
3.2.1 Definición del desarrollo integral	12
3.2.2 Desarrollo integral en la niñez.....	13
3.2.3 Problemas más frecuentes que influyen o inciten el desarrollo del niño....	13
3.2.4 Efectos del desarrollo integral del niño	15
3.3 Ámbito biológico.....	15
3.3.1 Definición.....	15
3.3.2 Importancia del desarrollo biológico, adecuado en los niños y niñas	16
3.3.3 Relación o importancia de la clase de educación física, en el desarrollo biológico.	17
3.4 Ámbito psicológico	19
3.4.1 Definición.....	19
3.4.2 Importancia del desarrollo psicológico	20
3.5 Ámbito social	22
3.5.1 Definición.....	22
3.5.2 Importancia del desarrollo social adecuado en los niños y niñas	24

3.5.3 Relación o importancia de la clase de educación física en el desarrollo social.	25
3.6 Ámbito laboral	28
3.6.1 Definición.....	28
3.6.2 Importancia del desarrollo laboral adecuado en el profesor	29
3.6.3 Relación o importancia de la clase de educación física en el desarrollo laboral.....	31
3.6.4 La recreación y su importancia	33
IV. MARCO OPERTIVO.....	35
4.1 Diseño De La Investigación	35
4.2 Equipo De Investigación	35
4.3 Presupuesto de investigación	35
4.1.3 Programación	37
V. PRESENTACION DE RESULTDOS	38
5.1 Análisis de Datos	38
5.2 Interpretación de datos	44
VI. CONCLUSIONES.....	46
VII. RECOMENDACIONES	47
VIII. BIBLIOGRAFÍA.....	48
IX. ANEXO.....	49
9.1 Glosario	49
9.2 Instrumentos	50
9.3 Programa de docencia.....	51

INTRODUCCION

En la Escuela Oficial de Varones Julia Ydigoras Fuentes que se encuentra localizada en la colonia santa marta zona 5 del municipio Mixco del departamento de Guatemala, con el fin de ayudar al población de la misma en cuanto a la alimentación ya que se observó que el alumno ingiere comida chatarra demasiado y no tiene una alimentación adecuada para tener un crecimiento del cuerpo óptimo.

La alimentación es principal para desarrollar el crecimiento del cuerpo por ello existen varios grupos de alimentos que son las carnes, los lácteos, las semillas, para el desarrollo del cuerpo y la importancia del alimento para el desarrollo.

La investigación se realizó con el fin de ayudar al alumno para que desarrolle un buen habito alimenticio ya que no los alumnos no tienen ninguna intención de mejorar su alimentación por lo tanto la investigación es de parte educativa, para que el aprenda y adquiera la responsabilidad de mejor su estado de vida si nosotros empezamos a educar a los niños se realizara el cambio de mejora la vida del guatemalteco.

La investigación abarca el ámbito biológico, ya que sin ella no se desarrolla el organismo, en la parte social el alumno no tiene la capacidad de establecer relaciones interpersonales porque habrán determinados momentos en que su ánimo, estará bajo y de esa manera no será apático a sus compañeros, en el ámbito psicológico abarcamos, la manera en que la alimentación ayuda para generar las señales neurotransmisoras para realizar los movimientos que se necesitan, teniendo estos síntomas, estará indispuesto para realizar actividades físicas y comúnmente puede presentar estados de ánimo variados La investigación abarca en los aspectos biológicos, psicológicos, sociales y laborales por lo tanto se trabajó para hacer un buen trabajo

I. MARCO CONCEPTUAL

1.1 Planteamiento del problema

Dentro de la comunidad educativa en el ámbito público, una de las características de las cuales se tiene dentro del mismo es la falta de equipo y material didáctico para las clases de educación física, tomando en cuenta que la población estudiantil es la responsable de llevar su propio material para poder participar en dicha clase.

Dentro de la realidad educativa nacional, en ámbito público se demuestran varias carencias en las cuales podemos mencionar: falta de maestros, maestros pocos preparados, ausencia de docentes en sus jornadas laborales, falta de mensualidad a los maestros, escasos de material didáctico, poca población estudiantil en las escuelas. Y dentro de la escuela para varones No. 58 la principal causa es la falta de material y equipo didáctico para que el docente pueda impartir sus clases, tomando en cuenta que dentro de la malla curricular del CNB menciona los indicadores de logros, que se deben de alcanzar con cada uno de los estudiantes sin importar el género, peso, condición física y edad. Tomando en cuenta también que dentro de la misma debe de existir por parte del docente, la creatividad y el ingenio como base para poder trabajar con lo poco que hay sin embargo dos pelotas de cada uno de los deportes no llegan a cubrir a 35 alumnos por aula del centro educativo.

Dentro de la población estudiantil de un 100% podemos mencionar, que las edades de los estudiantes son entre 8 y 12 años, su sexo es masculino, son de origen ladino, un porcentaje muy poco pertenece a los diferentes grupos mayas, la situación económica que se maneja por estudiante es baja, haciendo que una taza de los mismos se dediquen al trabajo después de su horario de estudio, por esta situación, los niños sufren de quebrantos de salud, en su mayoría estomacales. A medida que los niños dejan su estudio por aportar en el ámbito económico, la

deserción escolar surge alternativa para continuar con el apoyo económico familiar.

También la falta de atención por parte de los estudiantes, tomando en cuenta que una parte de la población estudiantil no posee suficientes recursos económicos para tomar un desayuno diario, haciendo que esto sea una de las principales características de la falta de atención. También se debe de tomar en cuenta que los recursos económicos son parte fundamental para el desarrollo de los estudiantes, ya que esto les impide el desarrollo psico-social, psicomotriz, así como el desarrollo de habilidades y destrezas.

La solicitud de material y equipo para poder impartir clases de calidad, se han generado, sin embargo la respuesta que se ha tenido es que la escuela no tiene los suficientes recursos económicos para poder comprar el material, teniendo en cuenta la problemática por la escases de los materiales esto provoca que los estudiantes no desarrollen de una manera adecuada las habilidades y destrezas. Así como los las motricidad fina y gruesa que estudiante debe de desarrollar y manejar. Sin embargo se puede mencionar que el papel como maestro de EDUCACIÓN FÍSICA es fundamental, ya que se debe de trabajar con los recursos que se le proporcionen y hacer de su clase, una clase magistral y cautivar a los estudiantes, motivándolos, impartiendo alegría para que puedan tener el deseo de regresar a una clase más.

Dentro de los paradigmas educativo se pueden observar; en el paradigma cognitivo desarrollo de procesos afectivos, paradigma conductista; conductas observables, mediables y cuantificables y los paradigmas constructivistas; aprendizaje de construcción de procesos, cognitivos y afectivos.

Por medio de la observación, lista de cotejo y la entrevista, se logró la recopilación de todos los datos antes mencionados, tomando en cuenta que los comentarios y opiniones de cada uno de los diferentes maestros de la escuela, son parte fundamental para la recopilación de datos tan importantes.

1.2 Justificación

Es importante saber y conocer la verdadera función del maestro de educación física, ya que en generalidades se menciona que únicamente se hace deporte o se enseña deporte, sin embargo el papel del maestro trasciende las barreras, enigmas y procesos de la escuela antigua. Dando a conocer que su función como facilitador, donde los estudiantes pueden desarrollar sus habilidades y destrezas, así como también el manejo de emociones. Tomando en cuenta que el maestro de educación física es un facilitador y por lo tanto debe de buscar la manera, de lograr cada uno de los objetivos y competencias trazadas desde su inicio hasta su finalización.

El desarrollo académico de cada uno de los estudiantes, únicamente depende de la adquisición correcta de conocimientos básicos, la buena aplicación de los mismos y a su vez el desempeño correcto de cada una de las áreas académicas que se trabajan durante los diferentes niveles y la formación profesional. Tomando en cuenta que así como áreas teóricas, las áreas prácticas a su vez juegan un papel importante en el desarrollo de habilidades y destrezas de cada uno de los jóvenes desde su edad pre escolar, hasta su edad madura (diversificado). Dentro de la mayor parte de los docentes activos ante la población. Una gran parte concuerda con que las áreas prácticas, educación física, productividad y desarrollo, artes plásticas, matemáticas, física fundamental y contabilidad, forman al joven estudiante en la toma de decisiones y la resolución de conflictos.

Dentro del ámbito social, es importante aportar alumnos que sean productivos, que identifiquen cada una de las áreas donde pueden laborar, así como también en cuales pueden desempeñarse con mayor facilidad. Buscando una actualización constante y también la profesionalización de una casa de estudios mayor como lo son, los estudios universitarios, los cuales en su demanda son mayores que hace diez años atrás, sin embargo solamente una población del 2% logra culminar los estudios en el tiempo establecido de la carrera y con un promedio, satisfactorio, dentro del campo académico. Tomando en cuenta que la evolución ha sido trascendental, dentro del campo académico manejando hoy en día tecnología de

primera, haciendo mención que se logra únicamente con establecimientos privados con cuotas mensuales muy altas. Y que solamente un porcentaje de la población en general puede pagar estas ya antes mencionadas. Las generaciones han cambiado y cada día se han tornado más exigentes dentro del campo profesional y laboral.

Es importante realizar investigaciones, evaluaciones y observaciones periódicas en cada uno de los centros educativos del sector público, para poder medir el avance que se ha realizado durante un tiempo determinado, cada uno de los aportes que se hacen durante la observación, son necesarios el socializarlos, para que así se pueda buscar soluciones a cada una de las carencias que se encuentre, dado que durante la observación del área de educación física y la mediación de la misma. Se considera carente de equipo y material didáctico, para la ejecución de la misma. Tomando en cuenta que no se trabajan por semana cada avance sino tiene un tiempo estipulado entre cada gestión. Y se debe de reforzar aún más con la ayuda de cada una de las autoridades respectivas autoridades de los establecimientos educativos ya que trabajando de ambas partes, se podrán realizar con mucha más rapidez cada una de las gestiones solicitudes y las necesidades de cada centro educativa serán saciadas con satisfacción.

Deben de implementarse instrumentos evaluativos, dentro del centro educativo. En donde se puedan medir los conocimientos de cada uno de los docentes, así como su constante actualización, la activación de pre-saberes en los jóvenes estudiantes, y trabajar de la mano con el constructivismo. Formando profesionales de calidad y no de cantidad. Tomando en cuenta que son el presente del país.

II. MARCO METODOLOGICO

2.1 Objetivos

a. General

Conocer los principios básicos, metodologías y técnicas que ayudan y facilitan el proceso de enseñanza aprendizaje, para el buen desempeño del docente y el desarrollo físico y psicológico de los jóvenes estudiantes, desarrollando en ellos la sicomotricidad fina y gruesa, así como también las habilidades y destrezas que deben de desarrollar según sus edades y nivel escolar.

b. Especifico

- Identifica las necesidades principales y necesarias, que ayudan al desarrollo eficaz en la enseñanza - aprendizaje.
- Organiza contenidos y actividades que corresponden a las edades y a los años escolares correspondientes.
- Desarrolla las habilidades y destrezas dentro y fuera del periodo de clases así como también en su diario vivir.
- Aplica conocimientos básicos en las diferentes metodologías y técnicas del desarrollo enseñanza – aprendizaje.

2.2 Método

a. Muestra

Título de la sistematización.

El rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en la Escuela Oficial Urbana de varones NO. 64 Julia Ydigoras Fuentes, jornada matutina del nivel primario.

Nombre y dirección de la escuela.

Escuela oficial urbana de varones No. 64 Julia Ydigoras Fuentes que esta localiza en la Colonia Santa Marta, zona 5 de Mixco, Guatemala.

Grado donde se pasara la muestra.

El grado donde se realizara la muestra será en cuarto primario.

Características generales de la población en las cuales se trabajara la encuesta.

La población donde se pasara la encuesta se encuentra en una edad de 10 años y 11 años de edad, el sexo de la población es masculino, está en la zona urbana del país, la salud de la población es aceptable para su nivel económico bajo.

Numero de nuestras.

En el grado de cuarto primaria se les pasará el muestrario a un total de 30 personas, para poder realizar un parámetro del trabajo realizado.

a. Recolección de Datos

Tipo de muestreo

Este tipo de muestreo es intencional con este tipo nos ayuda a ir en busca de un resultado que es estadístico, este nos sirve para llegar a un resultado donde nos ayuda a poder llegar a un resultado óptimo y precisó.

Técnica e instrumento de recolección de datos

Se realizara una encuesta donde nos ayudara a saber si el alumno tiene buenos hábitos de alimentación, si ingiere comida chatarra y cuantas veces lo hace durante el día y a la semana.

b. Análisis estadístico de los datos

Descripción de las técnicas e instrumentos con sus respectivos indicadores.

La técnica de investigación que se utilizara es una encuesta donde mediremos si el alumno ingiere alimentos antes de ir a estudiar, cuantas veces ingiere alimento al día y si sabe cuáles son los alimentos de importancia para el cuerpo.

Técnica de análisis e interpretación de datos.

Se utiliza la tabulación de datos para observar la interpretación de los resultados para una mejor forma de interpretación.

Estadística clasificación quienes esta en los indicadores:

El alumno

El padre de familia por falta de conocimiento.

El maestro por falta de inducción alimenticia sobre el alumno.

c. Instrumento

El instrumento realizado es la encuesta ya que por medio de ella podremos analizar y sacar un dato estadístico para ver que alumno tiene un buen habito de alimento.

III. MARCO TEÓRICO

3.1 Rol del profesor de Educación Física

El perfil del docente especialista en educación física su conducta comprende dos áreas: la de Sensibilización, representada por los logros de actitudes requeridas para su desenvolvimiento en el orden individual, social y profesional y de la formación, referida al dominio de funciones, roles o áreas de incumbencia para la actividad profesional. Considerando, que la educación en Guatemala está cambiando en los distintos niveles y modalidades, el perfil del docente de Educación Física en lo particular y de acuerdo al contexto debe ser: Creativo, Innovador, Observador, Colaborador, Comunicativo, Auténtico, Crítico, Honesto, Objetivo, Responsable, Sensible, Analítico, Lógico. Eficaz, Sistemático, Ordenado, Previsivo, Perseverante, Emprendedor, Líder, ético, humano, sensible, facilitador,

mediador, administrador, promotor, evaluador, reflexivo, practico Persuasivo que tenga la habilidad de inducir a los demás a creer o hacer algo, Dinámico, Participativo, investigador, Se documenta, interviene en tareas, trata con un colectivo en busca de soluciones a los problemas del ámbito educativo y comunitario.

Es importante resaltar que algunos docentes en educación física estamos desempeñando funciones que van desde el aula y más allá de ella; todo con la intencionalidad de hacer valer nuestro justo valor profesional. El rol o roles del docente de educación física tiene que desempeñar la misión de cambiar de un estado estático a uno dinámico instalada en el cambio y en la innovación, con exigencias de calidad total, en el marco general se puede decir que el rol del docente de educación física debe estar estructurado por un eje de vertebración que son los nuevos paradigmas de la educación.

3.1.1 Profesor y la asignatura de educación física

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 estudiante es partícipe en la construcción de estos conocimientos.

Necesita tener una formación académica, que le permita estar preparado para dirigir a sus estudiantes, mediante conocimientos actuales y claros; tener una formación valórica la cual le permita al docente tener una comunicación cercana, dar una formación íntegra y valórica, teniendo una relación efectiva y cognoscitiva, así como también tener la capacidad de dominio de grupo y la mejor disposición en las clases.

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

El profesor de Educación Física debe poseer diferentes características para ser un docente integral: capacidades pedagógicas, psicosociales, profesionales, físico y morales.

3.1.2 La educación física en Guatemala

Los primeros astibos de la Educación Física según nuestra historia, se registran durante la época precolombina, teniendo como finalidad preparar para la vida guerrera, durante la colonia, se recibía “calistenia” en las escuelas organizadas por el Obispo Francisco Marroquín. Durante largo tiempo se mantiene en grupos privilegiados hasta el gobierno de Estrada Cabrera, el cual organiza las escuelas prácticas, que con equipos gimnásticos se establece la clase de Educación Física con calistenia y gimnasia de aparatos. En el año 1929 se creó la Liga Deportiva y se hizo el primer intento por organizar y asociar a las diversas ramas deportivas que existían en el país. Con manifiesto desinterés la Educación Física fue introducida nuevamente en 1930 con el nombre de Gimnasia Escolar bajo la tutela del Negociado de Deportes del Ministerio de la Guerra, fundamentalmente denominado “Milicia Escolar”. En el año 1931 se creó el Negociado de Deportes. Al crearla, el Estado reconoció por primera vez la responsabilidad que tenía para desarrollar la Educación Física y el Deporte. En 1936 pasa a depender del Departamento de Extensión Cultural y Deportes del Ministerio de Educación Pública en el gobierno de el General Jorge Ubico que creó la Secretaría de Deportes, con el propósito de extender sus beneficios al interior del país, es decir, para desarrollar estas actividades a escala nacional; en los años de 1940 aparece el Departamento de Educación Física.

Los inicios de la DIGEF empezaron en el año 1940, cuando se creó el Departamento de Educación Física, dentro de la estructura organizativa de la oficina de extensión, cultura y deportes, del Ministerio de Educación Pública. Según el Acuerdo Gubernativo No. 368 “PALACIO NACIONAL”.- Ministerio de Educación Pública.- Guatemala, 26 de noviembre de 1947.-En la administración del entonces EL PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA, Juan José Arévalo, se creó la Dirección General de Educación Física con categoría de Dirección General.

CONSIDERANDO: Que es deber del Estado proteger el desarrollo físico de niños, adolescentes y jóvenes, y que la Constitución de la República declara de utilidad social el incremento del deporte y la cultura física.

“El 8 de octubre de 1986, por Acuerdo Gubernativo No 756-86 se modificó su nominación a Dirección de Educación Física, Recreación y Deporte Escolar, restándole la categoría de Dirección General. El 15 de enero de 1990, el Decreto No. 75-89 – Ley del Deporte, la Ecuación Física y Recreación- le reconoce nuevamente la categoría inicial denominándole Dirección General de Educación Física, Recreación y Deporte. El 28 de agosto de 1997 el Congreso de la República realiza una readecuación y emite el Decreto 76-97 Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte. El título 2, capítulo 1, artículo 32. Crea y reconoce, a través del Ministerio de Educación la Dirección General de Educación Física, con la responsabilidad de coordinar y dar cumplimiento a la filosofía, política y directrices de la Educación Física Nacional.”

61 años después ... Ahora en el año 2008 la Dirección General de Educación Física - DIGEF - como le llamamos dentro por todo el ámbito de la educación física y el deporte, ha evolucionado tanto en los aspectos administrativos como curriculares y extracurriculares, expandiéndose y ampliando su cobertura de atención a los niños y niñas guatemaltecos.

Misión

Ciudadanos formados integralmente a través de la Educación Física y actividades lúdicas, orgullosos de ser guatemaltecos con principios, valores y convicciones, dentro del marco de la cultura física.

Visión

Institucionalizar la cultura física a través del proceso formativo, mediante programas educativos de calidad y excelencia, orientados a la obtención de resultados en el marco de la competitividad, el respeto a la diversidad y la convivencia armónica; comprometidos por una Guatemala mejor. Sus áreas sustantivas son la Curricular y la Extracurricular, de las cuales se desprenden un gran número de programas que promueven la actividad física en

familia, como beneficio para una mejor calidad de vida.
Listado de algunos de sus programas:

- Escuelas Normales de Educación Física
- Juegos Deportivos Nacionales Escolares
- Orientación Metodológica
- Alto Rendimiento Deportivo Escolar
- Formación Técnica Metodológica para docentes
- Coordinación Técnica Curricular
- Escuelas de Iniciación Deportiva
- Recreación
- Campamentos Escolares
- Congresos y capacitaciones para docentes

3.1.3 Realidad de la educación física en la escuela

La realidad de la educación física es la falta de importancia, por parte de nuestras autoridades específicas, ya que la falta de material didáctico, áreas amplias de trabajo y la contratación de docentes en escuelas públicas. Hacen que la misma materia, decaiga día a día, esto afecta al sistema educativo en formación ya que no teniendo lo antes ya mencionado y agregando la falta de profesionales capacitados. Recae un bajo rendimiento tanto del estudiante como el docente.

3.2 Desarrollo integral

3.2.1 Definición del desarrollo integral

El desarrollo integral es la implementación de medidas y acciones económicas, sociales, espirituales, ambientales, culturales, materiales, entre otras, para el fortalecimiento y la creación de condiciones materiales y espirituales que faciliten y

fortalezcan el vivir bien de los pueblos y las sociedades. No es un desarrollo sinónimo de progreso ni de corte occidental.

3.2.2 Desarrollo integral en la niñez

Es importante recordar que el desarrollo integral no solamente abarca o envuelve a los adultos, tenemos diversos campos en los cuales cumplen su función, desde el desarrollo integral en el campo laboral, como también el desarrollo integral en la niñez y es importante reconocer que es este, el que cumple su mayor función, para el buen desempeño durante la vida. Un buen desarrollo integral en la niñez, abarca desde el buen funcionamiento de las habilidades motrices, como el pensamiento, desenvolvimiento en grupos sociales, habilidad para razonar y solucionar problemas. Uno de los mayores aportes dentro del desarrollo de la niñez, es la estabilidad dentro del núcleo familiar, se sabe que si un niño crece dentro de una familia estable su desarrollo será mucho más amplio y pleno, que un niño que crece dentro de una familia disfuncional (es decir: separación, madres solteras entre otros.)

3.2.3 Problemas más frecuentes que influyen o inciten el desarrollo del niño.

Podemos señalar los siguientes campos que afectan el desarrollo del niño (a):

- Pobreza extrema
- Deserción escolar
- Migración
- Paternidad y maternidad a temprana edad
- Deserción escolar
- Desnutrición
- Desintegración familiar

- Abandono
- Consumo de drogas o alcohol
- Ignorancia

Se conoce que Guatemala es uno de los países que maneja un alto índice de pobreza extrema. Obligando a muchos de los padres a tomar diversas decisiones para poder sacar adelante a sus familias. Uno de los principales problemas y del cual surgen muchos más, es la extrema pobreza y no solamente la pobreza económica sino también la intelectual. Tomemos en cuenta que una familia pobre económicamente hablando por lo general tiende a que sus hijos reciban educación en escuelas de muy escasos recursos, muchos de los niños que asisten a dichos establecimientos educativos, no terminan en su mayoría la primaria 4 primaria en adelante. Llegando al punto en el cual deben de trabajar a medida que su obligación ahora es aportar un ingreso económico a sus hogares. El desarrollo integral de la niñez debe de ser pleno y estable. Lamentablemente hoy en día la paternidad y maternidad a temprana edad surge como un nuevo efecto negativo para este desarrollo, en el cual vemos niños criando otros niños, tomando en cuenta que ahora la edad de esta paternidad surge de los 14 años en adelante. Siendo este uno de los mayores problemas dentro del campo del desarrollo, ya que en su mayoría los padres a temprana edad no tienen la madurez tanto física como psicológica para criar y educar a un nuevo ser vivo. Tomando en cuenta la diversidad de factores que inciden y perjudican el desarrollo de los niños y niñas. Tanto a nivel nacional como internacional en países con pobreza extrema, su enfoque debe de ser aún mayor en los altos niveles de educación, así como en las fundaciones y asociaciones que contribuyen al mejoramiento continuo del país, tomando en cuenta que también debe de hacerse con frecuencia la conciencia en jóvenes y en padres maduros, como en temprana edad para mejorar continuamente los diversos problemas, sabiendo y conociendo aquellos lugares que pueden ayudarles.

3.2.4 Efectos del desarrollo integral del niño

Cuando no se tiene un desarrollo integral en las principales edades, podemos observar efectos tales como:

- Dificultades al hablar
- Poca sociabilidad
- Dificultades en el desarrollo de destrezas
- Poca motricidad
- dependencia de los padres
- Hábitos higiénicos nulos.

3.3 Ámbito biológico

3.3.1 Definición

Cuando hablamos de lo biológico, nos referimos a la ciencia de los problemas generales de la vida, relativo al desarrollo de los seres, a las condiciones de existencia y a su adaptación en el ambiente, a las relaciones de organismos entre sí, a su reproducción y a las transformaciones de las especies. Por otro lado, lo social, son las condiciones de existencia y desenvolvimiento de las sociedades humanas, de las culturas entre los procesos sociales y de las personas ante ellos. Entonces surge la pregunta ¿Existe algún tipo de relación entre lo biológico y lo social? Hoy en día percibimos que el campo de la medicina, es cada día más amplio y diversificado, pero, todo esto tiene un motivo porque para que haya actualizaciones e implementaciones de nuevas tecnologías en el área de la salud específicamente, debe de haber una necesidad o demanda, y en este caso es el surgimiento continuo de nuevas enfermedades en un país o nación, pero ¿esta esto relacionado solo con lo biológico? Según Asa Cristina Laurel

El proceso salud - enfermedad guarda vínculos con la sociedad en la cual se presenta; que el mejoramiento de las condiciones de salud de la población

requiere de algo más que la siempre intervención médica y tiene que involucrar algunos cambios sociales.

“es por esto que la relación biológico social en proceso salud – enfermedad se da debido a que la manera en que vivimos, nos alimentamos, nos higienizamos, que de la manera más general, todas estas variables sociales envuelven lo que es el concepto de nuestra calidad de vida, influyen de manera directa en el ámbito biológico, que por supuesto tiene que ver en la generación de enfermedades y que en conclusión, son las vertientes que afectan nuestra salud” los procesos sociales originan una constelación específica de riesgos que desencadenan alteraciones patológicas en los procesos biológicos y psíquicos, o sea la enfermedad.

Está más que claro que la medicina debe de verse desde un punto de vista social y no solo biológico, para que así se practique la medicina preventiva mediante conferencias y charlas de orientación a la población, en zonas donde los riesgos de padecer o adquirir ciertos tipos de enfermedades son más altos.

“Es decir, no solo significa comenzar a realizar una nueva construcción teórica del objeto de consentimiento y de sus relaciones internas y externas, sino también de construir un nuevo encuentro entre las ciencias biológicas y las ciencias sociales”

3.3.2 Importancia del desarrollo biológico, adecuado en los niños y niñas

Los resultados de una vasta gama de investigaciones en los campos de la antropología, la psicología del desarrollo, la medicina, la sociología y la educación ponen al descubierto la importancia fundamental que reviste el desarrollo en la primera infancia con respecto a la formación de la inteligencia, la personalidad y el comportamiento social. En ese sentido, si los niños y niñas de corta edad no reciben en esos años formativos la atención y el cuidado que necesitan, las consecuencias son acumulativas y prolongadas.

Cuando las actividades están dirigidas exclusivamente a aspectos específicos como la salud y la nutrición y no tienen en cuenta la índole holística del desarrollo del niño en la primera infancia se corre peligro de obstaculizar el crecimiento y desarrollo pleno de los niños y niñas. Tanto los factores biológicos como el medio ambiente afectan el desarrollo cerebral y el comportamiento. Por ejemplo, los niños y niñas de corta edad que sufren presiones extremas corren mayor peligro de sufrir problemas cognoscitivos, emocionales y de comportamiento. Esos impedimentos pueden afectar a largo plazo la capacidad de los niños y niñas de iniciar sus estudios escolares y, posteriormente, su desempeño escolar. Para los niños y niñas en situación de desventaja, la falta inicial de actividades que promuevan su desarrollo tiene un efecto multiplicador, ya que los niños que crecen en la pobreza reciben educación inferior a la de los niños de la clase media, debido en parte a la disminución de su capacidad de aprender en clase. Las oportunidades más propicias para ayudar a los niños y niñas en situación de desventaja a comenzar sus estudios escolares en un plano de mayor paridad con los demás niños se producen durante la primera infancia, cuando el desarrollo cerebral de los niños es más veloz y se sientan las bases de su desarrollo cognoscitivo, social y emocional. Todo compromiso de reducción de la pobreza y de incremento de las probabilidades de éxito de los niños y niñas demanda inversiones durante la primera infancia.

3.3.3 Relación o importancia de la clase de educación física, en el desarrollo biológico.

La Educación Física constituye una asignatura que integra acciones principalmente de carácter físico. Se imparte en los centros educacionales desde edades tempranas y cumple con objetivos precisos en cada una de las etapas o períodos de enseñanza que tributan a la educación de los alumnos para enfrentar la vida.

Como forma de educación, “supone modificar en determinado sentido al sujeto, es obrar de una manera predeterminada sobre el ser vivo, a fin de llevarlo a una meta previamente fijada” (Pila, 1988: 11).

Su propia esencia plantea llevar a cabo un conjunto de acciones que tributan al desarrollo del ser humano, condicionando las bases para enfrentar la vida en diferentes esferas.

Como asignatura, “La Educación Física es un proceso pedagógico dirigido al mejoramiento del desarrollo físico y a proporcionar el alcance de un adecuado nivel de preparación física, así como a ofrecer conocimientos específicos sobre los contenidos que abarca; en su desarrollo se cumplen las múltiples y complejas tareas de la cultura física”. (Colectivo de autores, 1979: 9 y 10).

Su organización y planificación en los diferentes niveles de enseñanza está sujeta a las características de los alumnos hacia los cuales está dirigida, siempre tributando a un desarrollo íntegro de éstos. En este sentido es preciso y lógico señalar que su expresión como actividad propia de un proceso pedagógico depende en gran medida de las características generacionales de los educandos y de los requerimientos que demanda la sociedad para la formación de los ciudadanos.

Con el de cursar de los años la Educación Física ha evolucionado considerablemente, principalmente en cuanto a métodos, procedimientos, concepciones, estructura organizativa entre otros aspectos. Todo este proceso de evolución ha sido consecuencia de los aportes científicos que han tenido lugar en esta esfera. Sin embargo, su esencia lógicamente sigue siendo la misma (contribuir a la preparación del hombre para enfrentar la vida), lo que ha permitido que adquiriera cada vez más importancia dentro de los planes de estudio en los diferentes niveles de enseñanza.

3.4 Ámbito psicológico

3.4.1 Definición

Es una profesión y una disciplina académica que, en términos generales, se define como la ciencia que trata la conducta y los procesos mentales de los individuos, cuyo campo de estudio abarca todos los aspectos de la experiencia humana. Cabe destacar que existen diversas perspectivas psicológicas, cada una con sus propias teorías y metodologías, y en comparativa pueden coincidir, influirse o incluso ser contradictorias e incompatibles; esta variedad da pie a múltiples acepciones y abordajes.⁹ Asimismo, existen argumentos que ponen en duda la cientificidad de la psicología debido a limitaciones como: subjetividad, verificabilidad, dilemas éticos y filosóficos, etc. Incluso algunos enfoques como en el humanismo no consideran a la psicología como ciencia, pues rechazan el determinismo en favor del libre albedrío.

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.

3.4.2 Importancia del desarrollo psicológico

A lo largo de nuestra vida ocurren muchos sucesos que no siempre estamos preparados para asumir o no sabemos cómo hacerlo y que, en consecuencia, nos causan diversas alteraciones y un excesivo sufrimiento. En muchas ocasiones, cuando surgen las dificultades, es cuando nos damos cuenta de que algo nos está impidiendo alcanzar nuestros objetivos y metas, pero llevamos tiempo arrastrando una forma de comportamiento que nos perjudica. A veces estamos como ausentes mientras la vida pasa a nuestro alrededor y vamos sintiendo como el vacío se apodera de nuestro interior y ya no sabemos quiénes somos ..., entonces llega el cansancio, la tristeza o la ansiedad.

La psicología es el estudio de las reacciones de todo ser humano y sus causas estudia cómo todo lo que los seres humanos sienten, piensan, aprenden y conocen, y su manifestación en el exterior, está relacionado con determinados patrones que se repiten, y que normalmente tienen su origen en la infancia y en determinados hechos que tuvieron una fuerte repercusión en su vida. Estos patrones condicionan nuestra forma de desenvolvernó en el mundo, en muchos aspectos para bien, pero en aquellos casos en que no es así habrá que ver cómo nos está influyendo, de qué forma y de dónde proviene o desde cuando es así.

Todo ello sirve para ampliar el autoconocimiento y desde ahí tu repertorio de reacciones para poder afrontar tus situaciones problemáticas con mayores posibilidades de conseguir o mantener el bienestar físico, mental, emocional y social.

Existen muchas técnicas terapéuticas psicológicas, muy útiles y eficientes, para aplicarlas a diferentes problemas que todos podemos sufrir en distintos momentos de nuestras vidas. Contamos también con otras muchas formas útiles de responder para cambiar las situaciones problema... que nos alteran a todos. Relación o importancia de la clase de educación física en el desarrollo psicológico.

La Educación Física es una disciplina pedagógica que busca intervenir intencional y sistemáticamente en la formación integral de los alumnos, a través de su

incidencia específica en la constitución y desarrollo de su corporeidad y su motricidad, adecuando sus intervenciones a los diversos contextos socioculturales. Más allá de su denominación, es preciso abandonar la mirada positivista que aún limita a esta disciplina a una educación de lo físico, del organismo biológico o del comportamiento motor. En cambio, el sujeto pedagógico de la Educación Física es el ser humano en su unidad y globalidad, y su singularidad radica en que se lleva a cabo mediante la corporeidad y la motricidad del mismo. Pensar la corporeidad como una de las dimensiones humanas sobre las que intenta incidir la Educación Física, no implica, únicamente, un cambio de término para designar al 'cuerpo', sino la adhesión a una concepción filosófica y antropológica distinta a la dualista, basada en un "paradigma emergente de la totalidad humana (pensamiento, sentimiento, sociedad, naturaleza, movimiento" (Rey y Trigo, 2001). La corporeidad es "la condición de presencia, participación y significación del Hombre en el Mundo" (Sergio, Manuel; 1996) ya que el ser humano es y se vive sólo a través de su corporeidad. Reconocer a la corporeidad "como un factor esencial de la realidad social humana" (Benjumea Pérez, 2004) implica aceptar que el hombre no se agota en su ser corporal, lo excede o lo supera, vive, conoce y se experimenta a sí mismo como cuerpo vivido y en situación, de modo tal que puede disponer de su corporeidad (Gruppe, 1976:42) La persona se manifiesta a través y con su corporeidad, pero esas manifestaciones -emociones, sentimientos, pensamientos- son parte de sí mismo. "La corporeidad de la existencia humana implica hacer, saber, pensar, sentir, comunicar y querer." (Rey y Trigo, 2001) Hacer uso del vocablo motricidad, también implica un cambio de concepción filosófica y antropológica, no sólo el reemplazo del término movimiento por otro más actualizado. Mientras que, en coherencia con el paradigma cartesiano, el movimiento es definido como "el componente externo, ambiental, de la actividad humana, el cual se expresa en los cambios de posición del cuerpo humano o de sus partes, y en la interacción de las fuerzas mecánicas del organismo y el medio ambiente" (Meinel y Schnabel; 1987), desde el paradigma de la complejidad, la motricidad es la expresión misma de la corporeidad (Sergio, M.; 1986) "La motricidad es poder actuar intencionadamente para satisfacer el potencial humano

de desarrollo e interactuar, con los otros y el entorno” (Castro Carvajal, Julia; 2004) La motricidad es la dimensión que contribuye a la constitución del hombre como humano, en tanto le permite la manifestación de su condición como ser práxico, a través de la cuál puede dar cuenta de su intencionalidad. La motricidad, como vivencia de la acción, conecta al ser consigo mismo, con su ser corporeidad y con los otros. La motricidad es intencionalidad operante y es la evidencia de la interacción entre las diferentes dimensiones humanas (sensación, emoción, percepción, conocimiento, deseo, habla, acción, otras) “motricidad no sólo desde una perspectiva biológica sino también social e histórica” (Bracht, Valter; 1996) Según Castro Carvajal y Manuel Sergio, toda persona tiene el potencial y la posibilidad para sentir su propia acción de manera consciente, y de orientar su intención a partir de una atención activa, convirtiendo su corporeidad y su motricidad en acción intencionada. La adhesión a esta concepción de corporeidad y de motricidad representa un desafío importante para la educación, pues implica la superación de ideas y prácticas racionalistas, mecanicistas y utilitaristas, sustentadas y orientadas hacia un cuerpo objeto, cuerpo instrumento y hacia una representación de sujeto fragmentado, y en su lugar, acceder a un planteo pedagógico que permita integrar de modo holístico todas las dimensiones del hombre.

3.5 Ámbito social

3.5.1 Definición

Es donde un individuo humano se desarrolla en determinadas condiciones de vida, condiciones de trabajo, nivel de ingresos, nivel educativo, está determinado o relacionado a los grupos a los que pertenece. El entorno social de un individuo, también es llamado contexto social o ambiente social, es la cultura en la que el individuo fue educado y vive, y abarca a las personas e instituciones con las que el individuo interactúa en forma regular.

La interacción puede ser de persona a persona o a través de los medios de comunicación, incluso de forma anónima, y puede no implicar la igualdad de estatus social. Por lo tanto, el entorno social es un concepto más amplio que el de

la clase social o círculo social. Sin embargo, las personas con el mismo ambiente social, a menudo, no sólo desarrollan un sentido de solidaridad, sino que también tienden a confiar y ayudarse unos a otros, y se congregan en grupos sociales y urbanos

Con frecuencia se piensa en los estilos y patrones similares, aún cuando hay diferencias.

Desde que se inició la globalización, esta misma ha tenido un gran impacto sobre la sociedad. Esto implica que el aspecto social, al referirse a la globalización, es de suma importancia, ya que la idea fundamental de la globalización es la integración progresiva de las economías y de las sociedades.

Cuando se habla del ámbito social, se puede referir al impacto que este proceso tiene en la vida y el trabajo de las personas. Además, abarca los asuntos de seguridad, cultura e identidad, inclusión social, y hasta unión de familias.

Un desafío para este ámbito, es el desempleo. Muchos se pueden preguntar por qué, y la respuesta es simplemente que al tener avances tecnológicos, muchos de los trabajadores pueden ser remplazados por máquinas, y así quedar desempleados. Y esto a su vez genera pobreza, ya que estos trabajadores no se les garantiza que vuelvan a encontrar empleo acuerdo con sus condiciones de vida. Un ejemplo práctico de hoy en día son las cámaras de velocidad, las cuales son capaces de sustituir hasta 10 policías de tránsito, así dejando desempleados a muchos de ellos.

En el ámbito social se da la pobreza de muchas personas pero también se da la comunicación entre diversas naciones. Por los problemas sociales de una población muchas personas suelen migrar normalmente a la capital de los países. Se desarrolla el desempleo, la violencia y la criminalidad como consecuencia de tensiones sociales. Entra el tema de la globalización ya que en una sociedad se adoptan las costumbres de otras naciones y estas se incorporan.

Este fenómeno produce igualdad lo que lleva a una pérdida de integridad de las diferentes culturas. Se da la oportunidad de diversificar las costumbres lo cual trae beneficio ya que las personas no solo saben de su cultura y costumbres y esto trae más desarrollo.

3.5.2 Importancia del desarrollo social adecuado en los niños y niñas

Los estudios neurológicos demuestran que los primeros años desempeñan un papel clave en el desarrollo del cerebro del niño. Los bebés comienzan muy pronto a aprender cosas acerca del mundo que les rodea, incluyendo durante los periodos prenatal, perinatal (inmediatamente antes y después del nacimiento) y posnatal.

Las primeras experiencias de un niño, los vínculos que forman con sus padres y sus primeras experiencias educativas, afectan profundamente su desarrollo físico, cognitivo, emocional y social en el futuro.

Optimizar los primeros años en la vida de un niño es la mejor inversión que se puede hacer a la hora de asegurar su éxito futuro.

La familia es el lugar en el que crecemos, donde aprendemos a ser quienes somos, donde formamos nuestra personalidad y el principal pilar de nuestro entorno emocional.

Cuando nos referimos a la familia, no solo hablamos de la familia como tradicionalmente la conocemos, es decir, aquella conformada por un padre, una madre y los hijos. Hoy en día se entiende como familia al grupo de personas unidas por un parentesco que proporciona a sus integrantes protección, seguridad, afecto y apoyo emocional. Y es que está comprobado que la familia es el principal agente educador en la vida de un niño y la escuela no hace más que reforzar los valores aprendidos en casa.

Hemos comentado en innumerables ocasiones que los niños aprenden por medio de la imitación y las primeras personas que hacen de modelos serán los que conformen su familia. Es por esto, que todas las actitudes y comportamientos que

tengan los padres durante la infancia del niño determinarán el comportamiento que éste tenga en la vida adulta. Así, podemos decir que el crecimiento y desarrollo de un niño dentro de un clima de afecto, confianza y respeto dará como resultado una persona más abierta y segura en sí misma. Si por el contrario, el niño crece en un clima rígido y autoritario en el que no se le da la oportunidad de expresarse, será un adulto retraído y con problemas de autoestima.

Los valores como el respeto, la convivencia o la tolerancia se aprenden en el seno familiar. Si los niños observan que sus padres saludan cada vez que entran a un sitio, ceden el asiento a un anciano o solicitan las cosas por favor seguramente él hará lo mismo cuando se encuentre en una situación similar.

Así pues, la familia, además de cubrir las necesidades básicas de alimentación y abrigo que les harán crecer más sanos, cumple un importantísimo papel en el desarrollo social y emocional de los niños en sus primeros años de vida. Y esto es así porque durante estos años se forma su personalidad. Por eso es tan necesario que les brindemos la oportunidad de crecer en un ambiente que le permita adquirir y desarrollar las habilidades personales que queremos para ellos en su vida adulta.

3.5.3 Relación o importancia de la clase de educación física en el desarrollo social.

La Educación Física se considera como área obligatoria según lineamientos del Ministerio de Educación Nacional para la educación básica. Se ha constituido como disciplina fundamental para la educación y formación integral del ser humano, especialmente si es implementada en edad temprana, por cuanto posibilita en el niño desarrollar destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su diario vivir y como proceso para su proyecto de vida.

A través de la Educación Física, el niño expresa su espontaneidad, fomenta su creatividad y sobretodo permite conocer, respetar y valorarse a sí mismo y a los demás. Por ello, es indispensable la variedad y vivencia de las diferentes

actividades en el juego, lúdica, recreación y deporte para implementarlas continuamente, sea en clase o mediante proyectos lúdico-pedagógicos.

Por lo general, las instituciones educativas desconocen la importancia que la Educación Física representa para la básica primaria, porque ella, como otras disciplinas del conocimiento, a través del movimiento, contribuyen también con el proceso de formación integral del ser humano para beneficio personal, social y conservación de su propia cultura. Si la Educación Física se estructura como proceso pedagógico y permanente se pueden cimentar bases sólidas que le permitirán la integración y socialización que garanticen continuidad para el desarrollo y especialización deportiva en su vida futura.

A través de la clase de Educación Física los niños aprenden, ejecutan y crean nuevas formas de movimiento con la ayuda de diferentes formas jugadas, lúdicas, recreativas y deportivas. En estas clases el niño puede desenvolverse, ser creativo y mostrar su espontaneidad como un ser que quiere descubrir muchas alternativas que pueden ser aplicables en un futuro en su vida social y que no lo pueden lograr fácilmente en otras asignaturas del conocimiento.

Para hablar de una educación integral, en la que ningún aspecto del ser humano quede librado al azar, debemos considerar (y esto no es ninguna novedad) el cuerpo y la mente conformando una unidad, por lo que la educación física no debe ubicarse dentro del escalafón programático como la hermana menor de las disciplinas intelectuales, sino en un nivel de paridad, ya que una contribuirá con la otra para el desarrollo de logros cada vez más complejos. Vayamos a un ejemplo absolutamente cotidiano y de fácil observación. Basta señalar los avances que se advierten en la motricidad de los niños de tres años cuando trabajamos con ellos el espacio desde lo corporal y lo cognitivo, utilizando simultáneamente el trazo sobre la hoja de papel y el trabajo en el patio con gis, los niños van reconociendo, indicando, señalando, marcando, observando límites (adentro y afuera, arriba y abajo.), etcétera.

Seguramente, casi ninguno de nuestros futuros alumnos va a ser un deportista con un fichaje millonario, ni el deporte será su media de vida. Pero una actividad

física adecuada posibilitará desarrollar plenamente su actividad cotidiana, sin sufrir dolores de espalda mientras trabaja en la oficina, o un incesante cosquilleo en las piernas por problemas de circulación, o unas varices por estar mucho tiempo de pies.

Un tiempo adecuado de actividad física correcta, complementa de la mejor forma posible el desarrollo integral de las personas, tanto de la perspectiva mental como corporal, debiendo adecuar los minutos de estudio, con los que son necesarios para el juego o el deporte.

La inclusión de la Educación Física como un espacio respetado y asistido por la comunidad educativa necesita su acompañamiento. ¿Cómo y qué deberíamos hacer? Advertir su importancia, sus competencias y, al mismo tiempo, preparando el terreno para que la huella que deje en los niños sea perdurable y socialmente significativa. Es decir, si queremos que los niños y las familias le den importancia al área debemos comenzar por darle, nosotros como docentes, la misma jerarquía que los demás subsectores.

En definitiva la importancia de la enseñanza de la Educación Física contribuye en la formación integral de los estudiantes. Al respecto, aseguran: "Es la base para que el niño despierte su motricidad e inteligencia en la adquisición de experiencias para el desarrollo del conocimiento"; "con la educación física se logra mejorar las relaciones interpersonales y de grupo"; "porque es fundamental el ejercicio físico bien orientado que ayude a alcanzar un desarrollo armonioso, a mejorar la postura, el caminar, etc."; "mejora a través de las actividades físicas, la capacidad motora básica para el desarrollo de procesos de crecimiento físicos-conocimientos, personalidad e interacciones sociales".

3.6 Ámbito laboral

3.6.1 Definición

El ámbito laboral se refiere al espacio o ambiente en donde las personas realizan diferentes labores. Es muy importante destacar la importancia que tiene para una persona estar trabajando en un buen ámbito laboral o ambiente laboral. El ámbito laboral está compuesto por todos los aspectos que influyen en las actividades que se desarrollan dentro de la oficina, fábrica, etc. Cada día las organizaciones están tomando sus precaución es referentes a lo que es un buen ambiente de trabajo fomentando para que de esta manera sus empleados se sientan a gusto desempeñando sus labores

Es muy frecuente que se presenten ciertos conflictos entre los empleados, es por esto que los directivos deben estar atentos ante cualquier inconveniente que se presente, tratando de buscarle solución lo más pronto posible, lo que se está utilizando hoy en día es la aplicación de coaching. El coaching es una ciencia especializada en el análisis del ambiente laboral, su misión es detectar en dónde está el conflicto, determinar las causas que lo originaron y tratar de buscar las mejores soluciones para resolverlo.

Es muy frecuente que el ámbito laboral tenga cierto nexo con las relaciones humanas, si una persona lleva una relación laboral de respeto y cooperación con sus compañeros y con sus jefes, entonces su ámbito laboral va a resultar agradable, ahora si por el contrario la persona es conflictiva y se lleva mal con todo el mundo, su ambiente laboral va resultar una pesadilla.

Otro aspecto importante que hay que destacar es el estado de la infraestructura donde se labora y sus condiciones de higiene y seguridad, una oficina bien iluminada, unos baños totalmente limpios, es una buena señal de que el ambiente de trabajo es óptimo para poder realizar cómodamente sus actividades.

3.6.2 Importancia del desarrollo laboral adecuado en el profesor

Aunque el estatus funcional (en el sistema público) marque de una manera determinante las relaciones laborales y éstas no hayan variado de modo significativo en el último cuarto de siglo, no sucede del mismo modo en lo que afecta al ámbito estrictamente profesional donde cambia más rápidamente. En los últimos tiempos se han cuestionado muchos aspectos que, hasta ese momento, se consideraban inamovibles. Hemos visto cómo se ha ido cuestionando el conocimiento nocionista e inmutable de las ciencias como substrato de la educación y se ha ido abriendo a otras concepciones en las que la incertidumbre tiene un papel importante. Pero sobre todo ha ido incorporando también los aspectos éticos, colegiales, actitudinales, emocionales..., todos ellos necesarios para alcanzar una educación democrática de los futuros ciudadanos. Así pues, se ha empezado a valorar la importancia del sujeto, y la de su participación, y por tanto a la relevancia que adquiere en la educación el bagaje sociocultural (por ejemplo la comunicación, el trabajo en grupo, la elaboración conjunta de proyectos, la toma de decisiones democrática, etc.). Por supuesto que conviene estar alerta para impedir que se trate de una reconceptualización de los sistemas económicos y de regulación del mercado para introducir elementos que pueden suponer una autonomía vigilada, autorizada o una colegialidad artificial; y en todo caso para evitar ceder en autonomía (decisiones políticas educativas, gestión autónoma, currículos contextualizados...) y para seguir potenciando una verdadera participación colectiva profesional. Esta renovada institución educativa, y esta nueva forma de educar, requiere una reconceptualización importante de la profesión docente y una asunción de nuevas competencias profesionales en el marco de un conocimiento pedagógico, científico y cultural revisado. Es decir, la nueva era requiere un profesional de la educación distinto. Pero no podemos analizar los cambios de la profesión docente sin obviar que ello ha planeado durante muchos años alrededor del debate sobre la profesionalización docente, y como dice Labaree (1999:20): "existe una serie de razones para creer que el camino hacia la profesionalización de los docentes se encuentra lleno de cráteres

y arenas movedizas: los problemas propios que surgen al intentar promocionar los criterios profesionales dentro de una profesión tan masificada, la posibilidad de la devaluación de las credenciales como consecuencia del aumento de los requisitos educativos, el legado nivelador de los sindicatos de la enseñanza, la posición histórica de la enseñanza como forma de trabajo propio de las mujeres, la resistencia que ofrecen los padres, los ciudadanos y los políticos a la reivindicación del control profesional de los centros escolares, el hecho de que la enseñanza se haya incorporado tarde a un campo plagado de trabajos profesionalizados, la previa profesionalización de los administradores de los centros y el poder atrincherado de la burocracia administrativa, la prolongada tradición de llevar a cabo reformas educativas por medios burocráticos (...) y la diversidad de entornos en que tiene lugar la formación del profesorado.” Y aquí cabe preguntarse, ante tantas dificultades para asumir una profesionalización docente, ¿cuáles son las competencias necesarias para que el profesional de la docencia asuma esa profesionalización en la institución educativa y tenga una repercusión educativa y social? Históricamente, las características de la profesión docente, o sea la asunción de una cierta profesionalidad (desde el momento que la docencia es asumida como “profesión” genérica y no como oficio, ya que siempre se ha considerado como una semiprofesión en el contexto social), se caracterizaba por unos rasgos en los que predominaba el conocimiento objetivo, el saber de las disciplinas a imagen y semejanza de otras profesiones. Saber, o sea poseer un cierto conocimiento formal, era asumir la capacidad de enseñarlo. A parte de esas características de un conocimiento formal establecido de antemano (según Abbot, 1988:8, aplicación de un conocimiento abstracto a casos concretos) se aboga, si se desea ser un profesional, por una autonomía profesional; es decir, el poder tomar decisiones sobre los problemas profesionales de la práctica. En la actualidad, para la educación del futuro esas históricas características se consideran insuficientes aunque no es discutible que sean necesarias. El contexto adquiere cada vez más importancia, la capacidad de adecuarse a él metodológicamente, la visión de la enseñanza no tanto técnica, como la transmisión de un conocimiento acabado y formal, sino más bien como un

conocimiento en construcción y no inmutable, que analiza la educación como un compromiso político preñado de valores éticos y morales (y por tanto, con la dificultad de desarrollar una formación desde un proceso clínico) y el desarrollo de la persona y la colaboración entre ellas como un factor importante en el conocimiento profesional. Esto nos lleva a valorar la gran importancia que tiene para la docencia el aprendizaje de la relación, la convivencia, la cultura del contexto y el desarrollo de la capacidad de interacción de cada persona con el resto del grupo, con sus iguales y con la comunidad que enmarca la educación. Este análisis nos ayuda a acercarnos a un proceso en el que el conocimiento profesional, más allá de una taxonomía de rasgos unificadores de toda la profesión docente, será fundamental. Y en él destacará como característica primordial la capacidad reflexiva en grupo, pero no únicamente como aspecto de operativización técnica sino como proceso colectivo para regular las acciones y decisiones sobre la enseñanza ya que el mundo que nos envuelve se ha hecho cada vez más complejo y las dudas, la falta de certeza y la divergencia son aspectos consustanciales con los que debe convivir el profesional de la docencia; y de hecho cualquier profesional de no importa qué sector.

3.6.3 Relación o importancia de la clase de educación física en el desarrollo laboral

La Educación Física es un eficaz instrumento de la pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio-sico-social. Contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos interdisciplinarios apoyándose entonces en la filosofía, la psicología, la biología, etc.

Tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud en cuanto ayuda al ser humano a ajustar pertinentemente las reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior. Específicamente, en el adolescente, ayuda a sobrellevar las agresiones propias de la vida cotidiana y del medio y a afrontar el presente y el futuro con una actitud positiva.

Promueve y facilita a los individuos el alcanzar a comprender su propio cuerpo, sus posibilidades, a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas, de modo que en el futuro pueda escoger las más convenientes para su desarrollo y recreación personal, mejorando a su vez su calidad de vida por medio del enriquecimiento y disfrute personal y la relación a los demás.

Su importancia

La educación física, como lo dice su nombre, tiene que ver con el aprendizaje. El conocer la importancia que tiene el deporte en la vida del ser humano. Por medio de ella, se entiende lo apreciable que es practicar algún ejercicio, para la prevención de diversas enfermedades, que son causadas por el sedentarismo. Una de las principales y, que se ha degenerado en una pandemia, como la obesidad. Asimismo, los problemas cardíacos, ventriculares y otras funciones vitales. También atrasar la natural acción degenerativa que vivirá nuestro cuerpo. Asimismo, lo relevante que es el deporte, para mantener saludables el aspecto psíquico. Como fuente de vitalidad, ánimo y contenedor del estrés.

La educación física, también demuestra lo importante que es el trabajo en equipo. Ya que al practicar deportes de compañía, se conoce el valor de coordinar esfuerzos, para lograr una meta. Función vital en el mundo laboral, de hoy en día. Por otra parte, nos hace pensar, reaccionar rápidamente, delegar y confiar en otros, diversas decisiones que nos afectan directamente.

Por último, pero no menos importante, por medio de la educación física, se puede visualizar a aquellas personas que podrían llegar a ser campeones, en alguna disciplina. Poder pronosticar a los futuros medallistas olímpicos o seleccionados nacionales de alguna área en particular. Procesos que a gran escala, incentivan al resto de la población, a comenzar con algún plan de

ejercicio por medio de la imitación y la motivación, que significa el tener a un astro deportivo.

La Educación Física es un eficaz instrumento de la pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio-sico-social. Contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos interdisciplinarios apoyándose entonces en la filosofía, la psicología, la biología, etc. Tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud en cuanto ayuda al ser humano a ajustar pertinentemente las reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior.

Específicamente, en el adolescente, ayuda a sobrellevar las agresiones propias de la vida cotidiana y del medio y a afrontar el presente y el futuro con una actitud positiva. Promueve y facilita a los individuos el alcanzar a comprender su propio cuerpo, sus posibilidades, a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas, de modo que en el futuro pueda escoger las más convenientes para su desarrollo y recreación personal, mejorando a su vez su calidad de vida por medio del enriquecimiento y disfrute personal y la relación a los demás.

3.6.4 La recreación y su importancia

El concepto de recreación se entiende si pensamos que desde el principio, hombres y mujeres han estado sujetos a diversos tipos de presiones que con el tiempo crean cansancio y por ende, desánimo. Es por ello que las personas han buscado maneras de escapar de las presiones del diario vivir y darse espacios en los que puedan descansar y disfrutar.

Según esa definición, recrearse necesariamente debe incluir la diversión o el pasarlo bien, con el objetivo de distraerse de las exigencias, especialmente laborales y así conseguir un alivio necesario para conllevar nuevamente, otra etapa de responsabilidades, con energías renovadas que permitirán un mejor resultado de ellas. El término recreación proviene del latín "recreatio", que significa

restaurar y refrescar (la persona). De ahí que la recreación se considere una parte esencial para mantener una buena salud.

El recrearse permite al cuerpo y a la mente una "restauración" o renovación necesaria para tener una vida más prolongada y de mejor calidad. Si realizáramos nuestras actividades sin parar y sin lugar para la recreación, tanto el cuerpo como la mente llegarían a un colapso que conllevaría a una serie de enfermedades y finalmente a la muerte. Debido a eso, la recreación se considera, socialmente, un factor trascendental. Los beneficios de recrearse van más allá de una buena salud física y mental, sino un equilibrio de éstas con factores espirituales, emocionales y sociales. Una persona integralmente saludable realiza sus actividades con mucha más eficiencia que una persona enferma.

La recreación se asocia también con el factor intelectual y educativo. Investigaciones han demostrado que los niños aprenden mucho más en ambientes relajados, sin presión. Es por ello que la recreación es fundamental para el desarrollo intelectual de las personas. A la vez, el recrearse proporciona en sí, una forma de aprendizaje, a través de experiencias propias y de la relación de la persona con el exterior.

Finalmente, es importante saber que la recreación es voluntaria, ya que cada persona es diferente y por ende, se recrea como considere necesario. Por eso también se dice que las actividades recreativas son tan numerosas como los intereses de los seres humanos. Algunas de las áreas de la recreación son: la difusión, el arte, la cultura, la música, el baile, la lectura, el servicio a la comunidad, los deportes, los juegos y la vida al aire libre, entre otras.

La recreación es un factor importante en el desarrollo del ser humano, ya que el ocio no contribuirá al desarrollo humano en ausencia de una dimensión moral y ética sostenible, por lo tanto se debe tener en cuenta que el ocio y la recreación reproducen muy diversos valores, el ocio debiera ser, una vivencia integral relacionada con el sentido de la vida y los valores de cada uno y coherentes con ellos, una experiencia de recreación, que crea ámbitos de encuentros " cuando se habla de ocio no se refiere a la mera diversión,

el consumo material, el ocio pasivo o la simple utilización del tiempo libre se alude un concepto de ocio abierto a cualquier perspectiva presente y futura" pero al mismo tiempo, entendido como marco desarrollo humano y dentro de un compromiso social, sin embargo, el ocio no contribuirá al desarrollo humano en ausencia de una dimensión moral y ética sostenible; por lo tanto , se deben combinar con los valores sociales que sustenta la equidad, y contradigan aquéllos que no propician un desarrollo humano desde las identidades personales y sociales.

IV. MARCO OPERTIVO

4.1 Diseño De La Investigación

4.2 Equipo De Investigación

La presente investigación se realizó para determinar si la población desayuna antes de ir a la Escuela Oficial Urbana de Varones No. 64 Julia Ydigoras Fuentes por ello el encargado principal de la investigación es Jonatán Jonás Contreras Rucal por lo tanto el realiza las encuestas, la metodología para que la población entienda la importancia del desayuno antes de ir a estudiar y el buen habito de la alimentación, además la directora del establecimiento Mirna Marroquín quien nos colabora para la obtención de datos, la maestra Karina Venus quien nos colaboró para la aplicación de la encuesta y los alumnos de cuarto primaria quienes fueron los estudiados.

4.3 Presupuesto de investigación

Recursos y presupuestos de la investigación

- Recursos humanos: maestro de educación fisca, director, maestros, padres y alumnos
- Recursos físicos
- Recursos tecnológicos
- Recursos de transporte
- Viáticos
- Impresión del material escrito

Recursos y presupuestos de la investigación

La siguiente investigación tiene un costo económico donde abarcamos los siguientes recursos:

NO.	RECURSO	GASTO	TOTAL
1	Recursos humanos		
	Maestro de educación física		
	Director de la escuela		
	Alumnos		
2	Recurso físico	250.00	250.00
3	Recursos tecnológicos		
	Internet	150.00	
	Memoria USB	60.00	210.00
4	RECURSOS DE TRANSPORTE	365.00	365.00
	VIATICOS		
	Desayuno	250.00	
	Almuerzo	250.00	
	Refacción	200.00	700.00
5	Impresión del material escrito	276.85	276.85
	Total	1,801.85	1,801.85

4.1.3 Programación

ACTIVIDADES	MESES											
	Febrero				Marzo				Abril			
	SEMANAS											
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
FASE I												
Identificación de fuentes bibliográficas	■	■										
Acopio de información bibliográfica			■	■								
Construcción del marco teórico					■	■						
FASE II												
Selección de la muestra							■	■				
Tipo de muestreo							■	■				
Técnicas e instrumentos de recolección de datos									■			
Descripción de las técnicas con sus respectivos indicadores										■		
FASE III												
Organización jerárquica del proyecto											■	
Recursos Institucionales											■	
Presupuesto de la investigación												■
FASE IV												
Trabajo de campo												■
Aplicación de las técnicas e instrumentos de recolección de datos												■
Redacción y revisión												■
Mecanografía y presentación												■

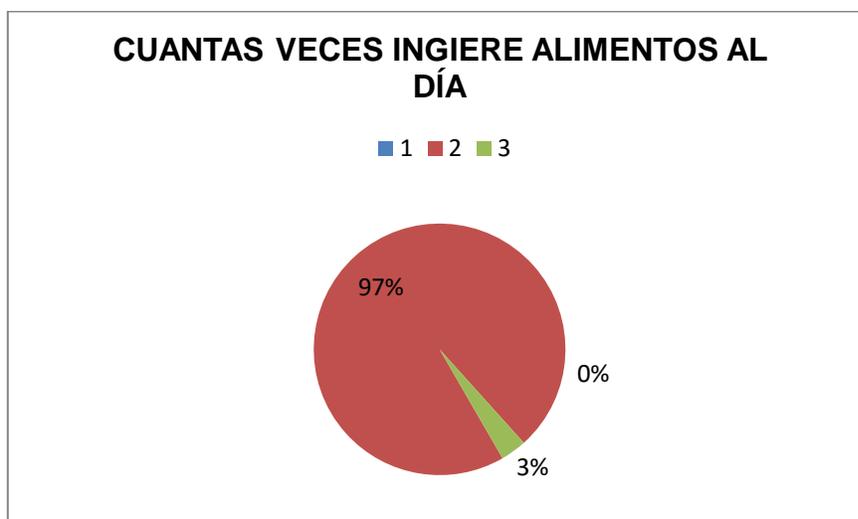
V. PRESENTACION DE RESULTDOS

5.1 Análisis de Datos

Los resultados de la encuesta se interpretarán por medio de graficas circulares ya que estas nos ayudaron a interpretarlas de una manera mejor.

Pregunta 1: ¿Cuántas veces ingiere alimentos al día?

PARÁMETROS		
1	3	5
0	29	1



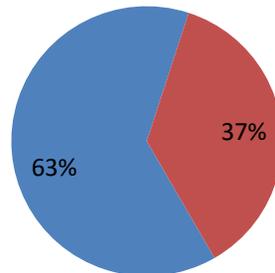
En la gráfica podemos observar que la población en la pregunta número uno, veinte y nueve personas que representan el 97% de población ingieren tres veces al día alimento y el resto de la población que es el 3% ingiere cinco veces al día alimento.

Pregunta 2: ¿Desayuna antes de ir a la escuela?

PARAMETRO	
SI	NO
19	11

Desayuna antes de ir ala escuela

■ Parametro SI ■ Parametro NO



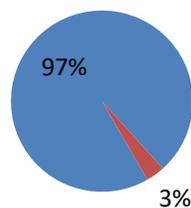
En la gráfica podemos observar que la población en la pregunta número dos, diecinueve personas que representan el 69% de población desayuna antes de ir a la escuela y el resto de la población que es el 37% no desayuna antes de ir a la escuela.

Pregunta 3: ¿En el almuerzo usted ingiere carne, arroz y ensalada?

PARAMETRO	
SI	NO
29	1

Almuerza carne, arroz y ensalada

■ Parametro SI ■ Parametro NO

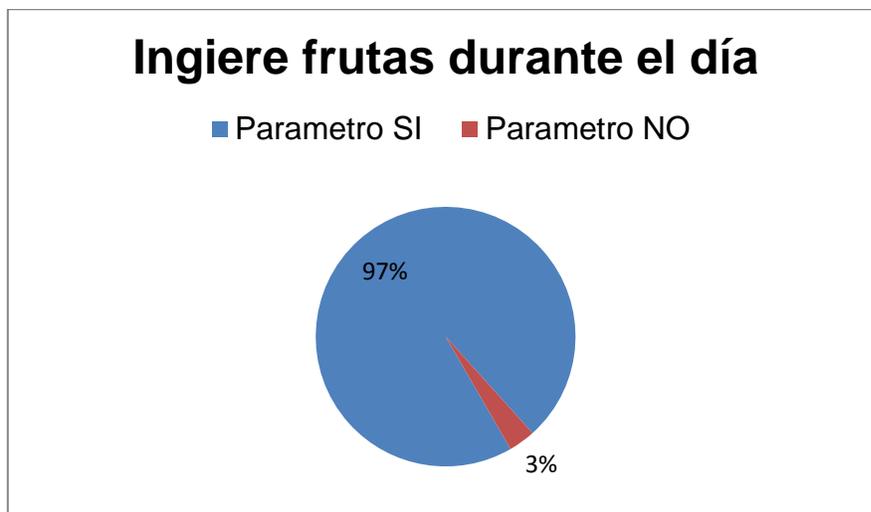


En la gráfica podemos observar que la población en la pregunta número tres, veinte nueve personas que representan el 97% de población almuerza carne,

arroz y ensalada, el resto de la población que es el 3% no almuerza carne, arroz y ensalada.

Pregunta 4: ¿Ingieres frutas durante el día?

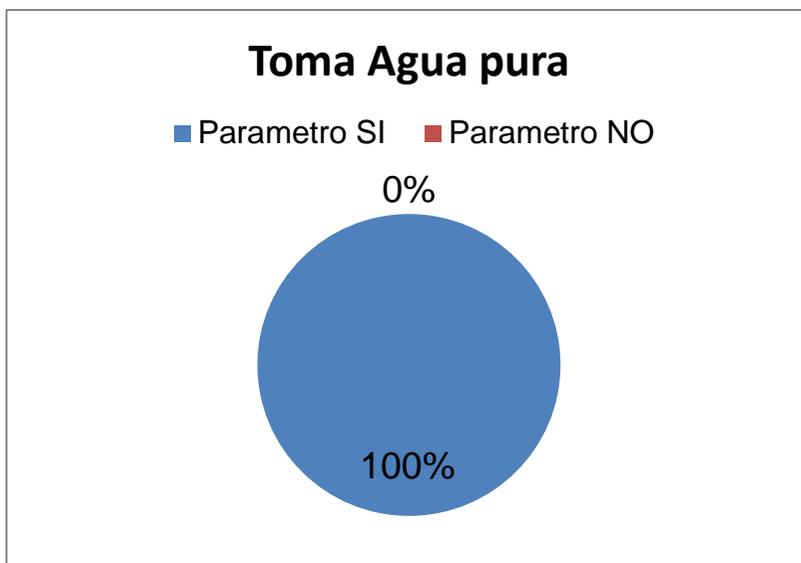
PARAMETRO	
SI	NO
29	1



En la gráfica podemos observar que la población en la pregunta número cuatro, veinte nueve personas que representan el 97% de población Ingieren frutas durante el día, el resto de la población que es el 3% no ingiere frutas durante el día.

Pregunta 5: ¿Durante el día toma agua pura?

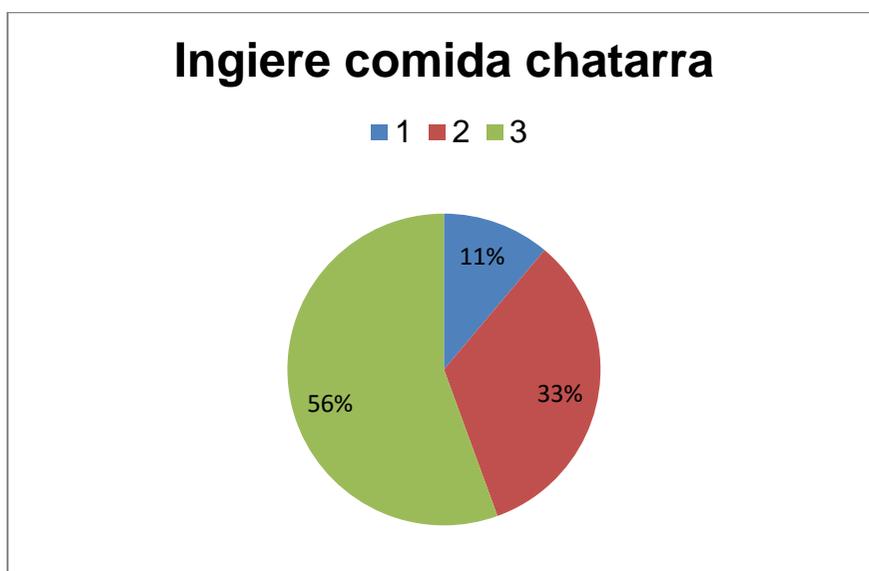
PARAMETRO	
SI	NO
30	0



En la gráfica podemos observar que la población en la pregunta número cinco, treinta personas que representan el 100% toman agua pura durante el día.

Pregunta 6: ¿Cuántas veces ingiere comida chatarra (pollo campero, Burger King, etc...)?

PARAMETROS		
1	3	5
16	10	4

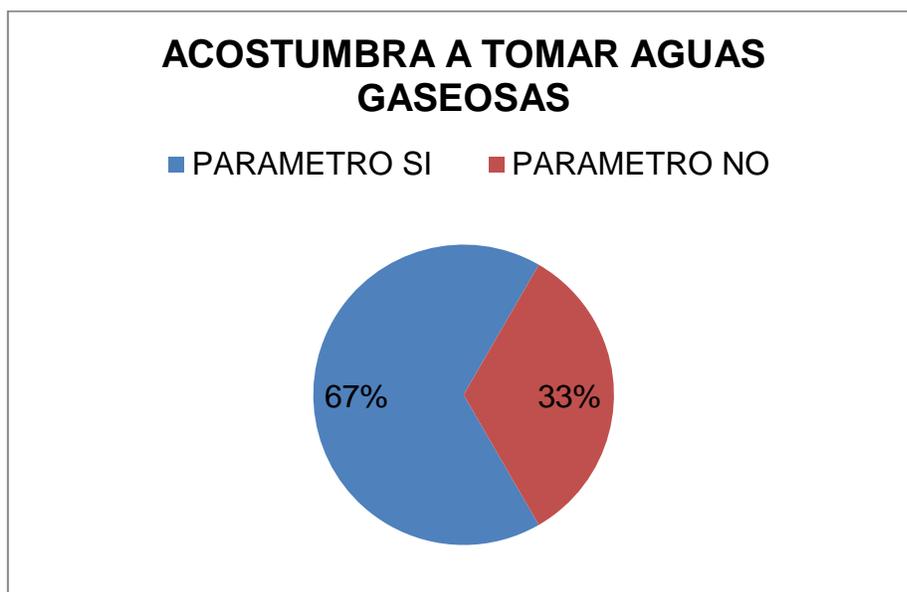


En la gráfica podemos observar que la población en la pregunta número seis, dieciséis personas que representan el 56% de población ingieren comida chatarra.

chatarra una vez durante la semana, el resto de la población que son diez personas que representan el 33% ingiere comida chatarra tres veces a la semana y el resto de la población que son cuatro ingieren comida chatarra cinco veces a la semana esto representa el 11%.

Pregunta 7: ¿En casa acostumbran a tomar aguas gaseosas?

PARAMETRO	
SI	NO
20	10



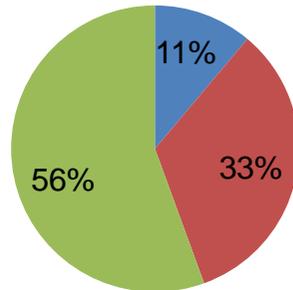
En la gráfica podemos observar que la población en la pregunta número siete, veinte personas que representan el 67% de población en su casa acostumbran tomar agua gaseosa, el resto de la población que equivale a diez personas y esto representa el 33% ya que en su casa no acostumbran tomar agua gaseosa.

Pregunta 8: Cuántas veces toma aguas gaseosas durante el día?

PARAMETRO		
1	3	5
14	11	5

CUANTAS VECES TOMA AGUAS GASEOSAS DURANTE EL DÍA

■ 1 ■ 2 ■ 3



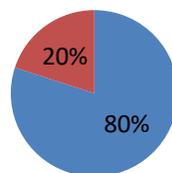
En la gráfica podemos observar que la población en la pregunta número ocho, catorce personas que representan el 56% de población de la población toma agua gaseosa una vez al día, el resto de la población que son once personas que representan el 33% toma agua gaseosa tres veces al día y el resto de la población que son cinco toma agua gaseosa cinco veces al día esto representa el 11%.

Pregunta 9: ¿Come golosinas durante el día?

PARAMETRO	
SI	NO
24	6

INGIERE GOLOSINAS DURANTE EL DÍA

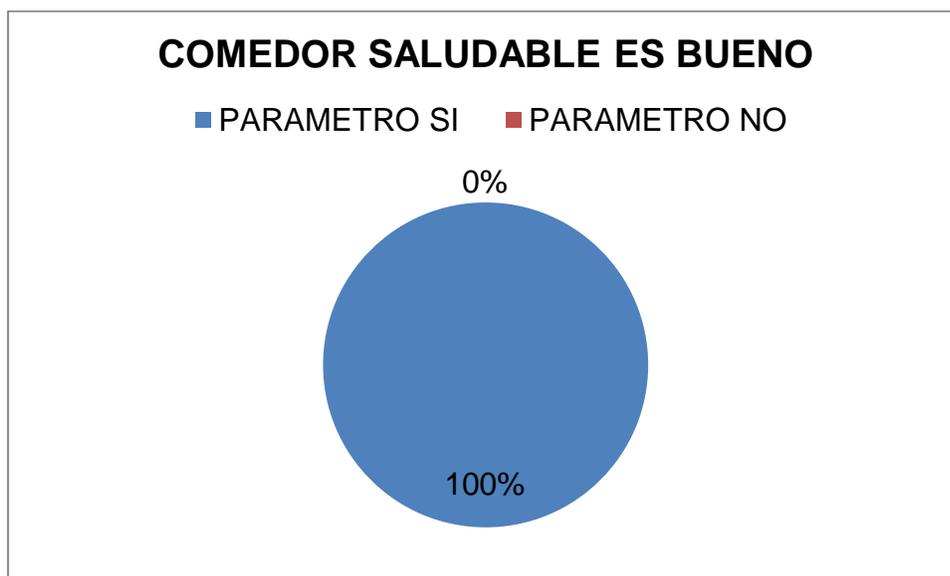
■ PARAMETRO SI ■ PARAMETRO NO



En la gráfica podemos observar que la población en la pregunta número nueve, veinte y cuatro personas que representan el 80% de la población ingieren golosinas durante el día, el resto de la población que equivale a seis personas y esto representa el 33% no ingieren golosinas durante el día.

Pregunta 10: ¿Cree usted que comer sanamente es bueno para nuestro cuerpo?

PARAMETRO	
SI	NO
30	0



En la gráfica podemos observar que la población en la pregunta número diez, la población en su totalidad acepto y cree que come saludable es bueno para su crecimiento y salud, la población que representa el 100% equivale a un total de 30 personas.

5.2 Interpretación de datos

Los resultados se obtuvieron por medio de la encuesta realizándola a 36 alumnos, la interpretación de datos e utilizo la tabulación, en la gráfica uno, dos y tres se demuestra que la población tiene el hábito de alimentación común porque la mayoría de personas se alimenta las tres veces al día sin una alimentación planificada. En la gráfica cuatro, cinco demuestra que la población muy pocas veces ingiere agua pura e una fruta durante el día por lo tanto la población no tiene la costumbre de ingerirlas. La grafica seis demuestra que la población ingiere muy pocas veces comida chatarra durante la semana. La grafica siete y ocho demuestra que la población toma aguas gaseosas durante la semana más que el agua pura. Además la población no tiene el hábito de alimentación ya que

come muchas golosinas durante el día y la semana, por lo tanto ellos saben que la alimentación adecuada debe de ser un hábito y planificada para poder desarrollar un cuerpo sano y sus órganos conformados de una forma óptima.

VI. CONCLUSIONES

- 6.1 El rol del maestro de educación física, cumple con la función de facilitador, dentro del entorno educativo, buscando desarrollar las habilidades y destrezas de cada estudiante por medio de actividades lúdicas y recreativas.

- 6.2 El rol del maestro de educación física, abarca el área biológica ya que por medio de la clase, se desarrollan actividades motrices. Además facilita el crecimiento del sistema inmunológico.

- 6.3 Una de las funciones principales del maestro de educación física, es desarrollar la autoestima de cada uno de los estudiantes así como también superar cada uno de los obstáculos físicos que se le presentes.

- 6.4 La clase de educación física permite que el alumno se integre, a la sociedad por medio de las actividades, que se desarrollan dentro de la misma.

- 6.5 Por medio de la clase de educación física, podemos desarrollar el hábito el alimenticio de una manera óptima, concreta para el desarrollo físico e interno del cuerpo.

VII. RECOMENDACIONES

- 7.1 Que el maestro de educación física, se actualice constantemente de las diferentes herramientas de enseñanza aprendizaje, para que pueda desarrollar en los alumnos sus diferentes habilidades y destrezas.
- 7.2 Que la clase de educación física sea una herramienta de aprendizaje para el alumno pueda aplicar los conocimientos adquiridos a un futuro.
- 7.3 La clase de educación física sea herramienta de motivación para adquirir un buen hábito de la alimentación.
- 7.4 Uno de los roles más importantes del maestro de educación física, es motivar a los jóvenes estudiantes para tomar el hábito de la hidratación dentro y fuera de la clase.

VIII. BIBLIOGRAFÍA

<http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=957>

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

<http://juancamef.blogspot.com/2008/10/el-perfil-profesional-del-profesora-de.html>

<https://sites.google.com/site/socialesglobalizacion/ambito-social-2>

https://es.wikipedia.org/wiki/Entorno_social

<http://es.scribd.com/doc/50258292/Los-tres-ambitos-psicologicos#scribd>

<https://sites.google.com/site/yesicapelaez/ambito-psicologico>

<http://www.sardinagolfodecalifornia.org/ambito-biologico/>

<https://sites.google.com/site/portafolionaty/ambito-biologico-1>

IX. ANEXO

9.1 Glosario

Autoestima baja: autoevaluación negativa prolongada y sentimientos negativos sobre uno mismo y sobre las propias capacidades caracterizada por expresión verbal negativa sobre uno mismo, expresión de vergüenza o de culpa, evaluación de uno mismo como alguien incapaz de enfrentarse a los acontecimientos, rechazo

Comida chatarra: altos niveles de grasas, sal, condimentos o azúcares y numerosos aditivos alimentarios, como el glutamato monosódico o la tartracina

Dieta: Una dieta es la cantidad de alimento que se le proporciona a un organismo en un periodo de 24 horas

Habito: es cualquier comportamiento repetido regularmente.

Hidratación: Acción de hidratar.

Motivación: La motivación es un estado interno que activa, dirige y mantiene la conducta.

Nutrición: La nutrición es el proceso biológico en el que los organismos asimilan los alimentos y los líquidos necesarios para el funcionamiento, el crecimiento y el mantenimiento de sus funciones vitales.

9.2 Instrumentos

Encuesta para el alumno

Escuela Oficial Urbana de Varones No. 64 Julia Ydigoras Fuentes

Grado: Cuarto Primaria

Sexo: Masculino

Instrucciones: Marque con una X el enunciado que considere correcto

1. ¿Cuántas veces ingiere alimentos al día?

1 3 5

2. ¿Desayuna antes de ir a la escuela?

SI NO

3. ¿En el almuerzo usted ingiere carne, arroz y ensalada?

SI NO

4. ¿Ingiere frutas durante el día?

SI NO

5. ¿Durante el día toma agua pura?

SI NO

6. ¿Cuántas veces ingiere comida chatarra (pollo campero, Burger King, etc...)?

1 3 5

7. ¿En casa acostumbran a tomar aguas gaseosas?

SI NO

8. ¿Cuántas veces toma aguas gaseosas durante el día?

1 3 5

9. ¿Come golosinas durante el día?

SI NO

10. ¿Cree usted que comer sanamente es bueno para nuestro cuerpo?

SI NO

F.: _____

Mirza Marroquín
Directora

Sello

9.3 Programa de docencia

Taller sobre la importancia de la buena alimentación

La propuesta es educativa para que el alumno haga conciencia de la alimentación que ingiere a la hora de sus horarios de los mismos.

La alimentación es la parte fundamental para el crecimiento del cuerpo, para desarrollar la clase de educación física se necesita tener una buena alimentación a través de ella se desarrolla la energía para realizarla.

Justificación

La propuesta es educativa para el desarrollo del tema a través de la conferencia que nos ayudara a darle un enfoque sobre que es el alimento la importancia a través de la clase de educación física.

Objetivos generales: para el aprendizaje del alumno sobre la alimentación.

Objetivo específico: que el alumno adquiriera el conocimiento de la importancia de la alimentación dentro de la clase de educación física y el beneficio en su cuerpo.

Lugar y fecha de la realización:

La capacitación se realizará en la escuela oficial Julia Ydigoras Fuentes que se encuentra localizada en la colonia Santa Marta zona 5 del municipio de Mixco del departamento de Guatemala en la fecha del día lunes 07 de marzo del año en curso.

Población objetivo:

El objetivo es para la población del estudiantado de la escuela para que el adquiera el conocimiento sobre la alimentación adecuada para el desarrollo de su cuerpo y la importancia para la clase de educación física.

Participantes:

La participación será de los alumnos de cuarto grado que es un total de 30 alumnos.

Metodología: se realizara grupo de treinta durante la exposición, luego se realiza grupos de cinco para realizar una dramatización sobre los alimentos adecuados y alimentos no adecuados.

Desarrollo temático:

¿Qué es la alimentación?

¿Para qué nos sirve la alimentación?

¿Cuáles son los alimentos más importantes que debemos ingerir?

Hidratación

Recursos:

- una computadora
- una cañonera.
- Una presentación de power pointe
- Hojas de apuntes.

Producto esperado: que el alumno adquiriera conocimiento para su alimentación.

Cobertura: para la población del grado de cuarto grado que es un total de 30 alumnos.

Impacto: que el alumno tome conciencia dentro de su alimentación.

Evaluación de los participantes: se realizaran preguntas durante la capacitación.

Evidencia del logro: se dará varias opciones para que el realice la escogencia de sus alimentos.





¿Qué es la alimentación?

Es la acción de ingerir un alimento



Prezi



¿Para qué nos sirve la alimentación?

Fundamentalmente para conseguir energía y desarrollarse.



Prezi

¿Cuáles son los alimentos más importantes que debemos de ingerir?

*sirve la
ión?*

ra
sarrrollarse.

Prezi

AZÚCAR Y GRASAS

Para lo menos una vez por semana

CARNES

LECHES

Para lo menos dos veces por semana

FRUTAS

Todos los días

GRANOS, CEREALES Y PAPA

HERBAS VERDURAS

Todos los días

Prezi

HIDRATACIÓN

Cuando haces actividad física durante un tiempo determinado, tu cuerpo se deshidrata y si no tomas agua pura sera malo para tu cuerpo.

HIDRATACIÓN

Cuando haces actividad física durante un tiempo determinado, tu cuerpo se deshidrata y si no tomas agua pura sera malo para tu cuerpo.

GRACIAS POR SU ATENCIÓN

FOTOS

