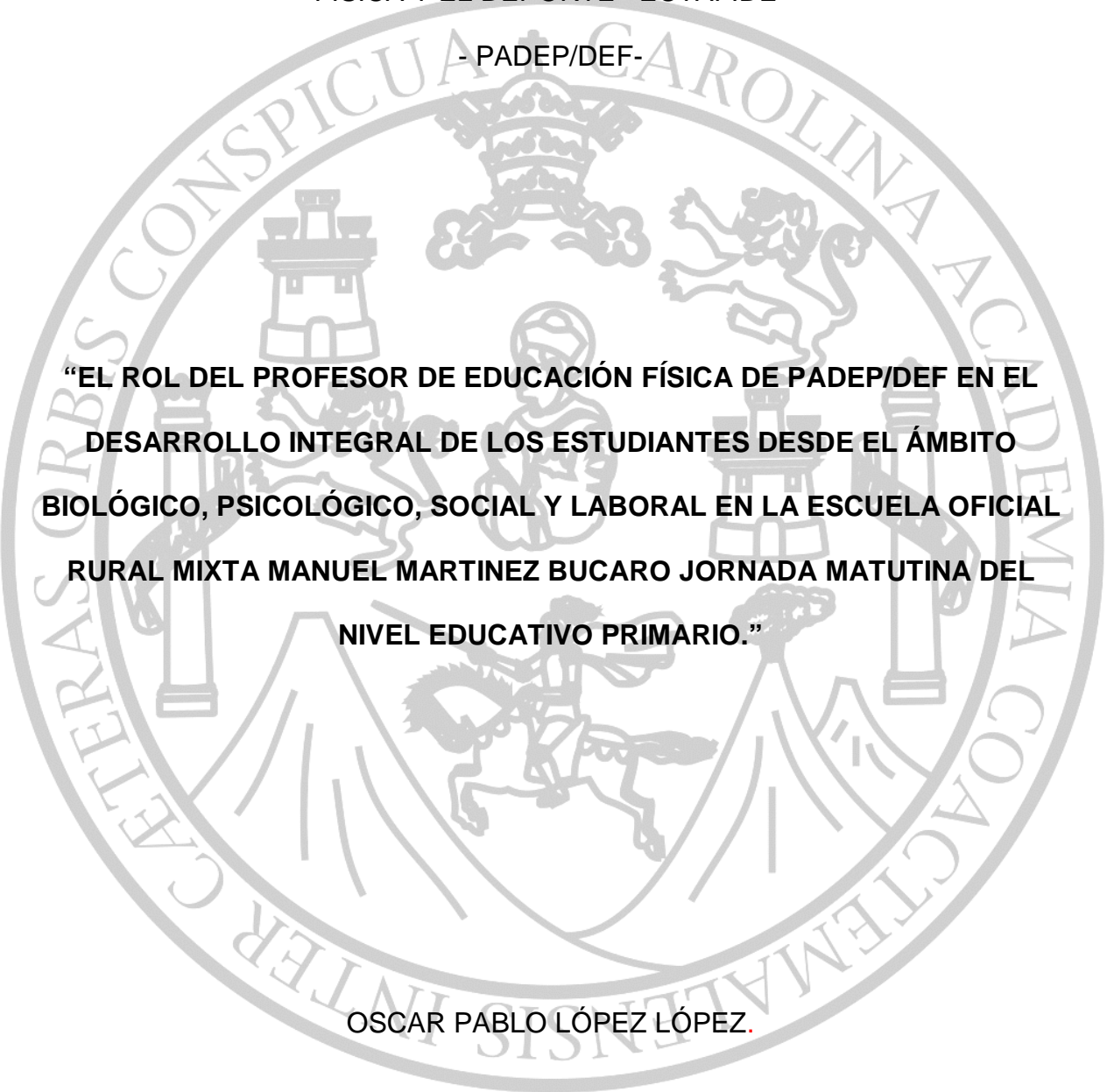


UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y EL DEPORTE –ECTAFIDE-
- PADEP/DEF-

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a large, circular emblem in the background. It features a central shield with a crown on top, a lion on the right, and a figure on horseback at the bottom. The shield is flanked by two towers. The text "UNIVERSITAS CAROLINA ACADÉMICA COACTEMALENSIS" is written around the perimeter of the seal.

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DE PADEP/DEF EN EL
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA OFICIAL
RURAL MIXTA MANUEL MARTINEZ BUCARO JORNADA MATUTINA DEL
NIVEL EDUCATIVO PRIMARIO.”**

OSCAR PABLO LÓPEZ LÓPEZ.

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 DE PADEP/DEF EN EL
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA OFICIAL
RURAL MIXTA MANUEL MARTINEZ BUCARO, ALDEA LA CIÉNEGA, SAN
RAYMUNDO GUATEMALA JORNADA MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

POR

OSCAR PABLO LÓPEZ LÓPEZ

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

LICENCIADO 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. 199-2016
CODIPs. 2439-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante
Oscar Pablo López López
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DUCENTÉSIMO (200º) 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:

“DUCENTÉSIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Manuel Martínez Búcaro, Aldea la Ciénega, San Raymundo Guatemala jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Oscar Pablo López López

CARNÉ: 201415613

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/Sindy



PADEP/DEF No. 205-2016
28 de Julio de 2016

Señores
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano

Estimados Señores:

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

“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Manuel Martínez Búcaro, Aldea la Ciénega, San Raymundo Guatemala jornada matutina nivel primario”

Realizado por el estudiante:

Oscar Pablo López López

CARNÉ: 201415613

Carrera: Profesorado de Educación Física

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General PADEP/DEF





Guatemala 28 de abril 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulado **El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico Social, Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta, Manuel Martínez Búcaro, San Raymundo, Guatemala, jornada matutina, nivel primario.** Del estudiante Oscar Pablo López López, con carne 201415613 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. 205-2016
CODIPs. 976-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
Oscar Pablo López López
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DUCENTÉSIMO SEPTIMO (207º) 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:

“DUCENTÉSIMO SEPTIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Manuel Martínez Búcaro, Aldea la Ciénega, San Raymundo Guatemala jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Oscar Pablo López López

CARNÉ: 201415613

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/Sindy

Escuela Oficial Rural Mixta Manuel Martínez Búcaro
Aldea La Cienaga, San Raymundo, Guatemala

Guatemala 01 de Abril 2016

Licenciado
RONAL GIOVANNI MORALES SANCHEZ
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de director de la Escuela Oficial Rural Mixta Manuel Martínez Búcaro, en el municipio de San Raymundo, el estudiante OSCAR PABLO LOPEZ LOPEZ, carne No. 201415613 desarrollo su sistematización con el tema "El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de Los Estudiantes Desde el Ámbito Biológico, Psicológico, Social y laboral en la Escuela Oficial Rural Martínez Búcaro Jornada Matutina del Nivel Primario". Durante todo el tiempo demostró puntualidad, responsabilidad y dedicación en las labores desempeñadas, concluyendo satisfactoriamente su sistematización.

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

Atentamente,


Director
José Ismael Quiñonez Beteta

Escuela Oficial Rural Mixta Manuel Martínez Búcaro



Agradecimientos

- A DIOS: porque me ha brindado la oportunidad de seguir adquiriendo conocimientos nuevos y cumplir uno de mis deseos que era de retomar mis estudios por que me dije que ya nunca iba a seguir el en su infinita misericordia me respondió y me regalo la oportunidad de continuar con mis estudios por que EL y solo el es que me permitió seguir profesionalizando gracias DIOS por tu infinito amor por mi.
- A MI ESPOSA: por su apoyo y amor incondicional durante todo mi estudio.
- A MI HIJA: porque es mi princesa hermosa que me alegra todos los días y me inspira a seguir adelante.
- A MIS PADRES: por que sin ellos no estuviera en este momento culminado una etapa más en mi vida y siempre dándome sus consejos sabios buscando mi bien.
- A MIS HERMANOS: por que son parte de mi vida y siendo yo el mayor siempre dando en buen ejemplo para no decepcionarlo.
- MI FAMILIA: siempre estuvo a mi lado dándome un hombro en donde apoyarme cuando me sentía desanimado a ya no seguir me levantaron el animo y me dijeron que nunca me rindieran.
- MIS COMPAÑEROS: los de adelante que juntos íbamos derribando obstáculos y en mis momentos de flaqueza nunca me dejaron a tras me levantaban y seguimos juntos hasta el final.
- A MI AMIGA: Taylor García por su apoyo en el transcurso de nuestros estudios ya que siempre me brindó su apoyo a pesar de mis errores me ayudo a corregirlos.

MI ESCUELA: que permitió realizar mi investigación sin poner ningún pero ni obstáculo brindando el apoyo necesario.

A TODOS: los que me apoyaron y me es difícil numerar pero que lo hicieron por verme triunfar gracias por su apoyo.

Dedicatoria

A Dios a por su guía a lo largo de toda mi vida su amor y comprensión.

A mi esposa Jessica Pérez por su amor y compañía incondicional a lo largo de nuestros años juntos.

A mi hija amada Shelomi Abigail López Pérez por ser esa luz que brilla en nuestras vidas.

A mis padres Silvia Leal y Pablo López por su amor y apoyo en todo.

A mis hermanos Jorge López y José López que son parte importante en mi vida.

A todas Aquellas personas que no podría enumerar por su apoyo indirecto y directo en mi profesionalización.

Tabla de contenidos

Introducción

| | | |
|--------|---|----|
| I. | MARCO CONCEPTUAL..... | 2 |
| 1.1. | Planeamiento del problema | 2 |
| 1.2. | Justificación | 3 |
| II. | MARCO METODOLOGICO..... | 4 |
| 2.1. | Objetivos..... | 4 |
| a. | General..... | 4 |
| b. | Específicos: | 4 |
| 2.2. | Método..... | 4 |
| c. | Muestra..... | 4 |
| d. | Recolección de datos..... | 5 |
| e. | Análisis estadístico de los datos | 6 |
| f. | Instrumentos | 6 |
| III. | MARCO TEÓRICO | 7 |
| 3.1. | Historia de la educación física | 7 |
| 3.1.1. | General..... | 7 |
| 3.2. | El maestro de educación física..... | 10 |
| 3.2.1. | Perfil | 10 |
| 3.3. | El Rol Del Maestro de Educación Física..... | 11 |
| 3.4. | Ámbito Biológico | 12 |
| 3.5. | Ámbito Psicológico | 16 |
| 3.5.1. | Produce químicos de la felicidad | 17 |
| 3.5.2. | Reduce el estrés..... | 17 |
| 3.5.3. | Mejora la autoestima | 17 |
| 3.5.4. | Mejora tus relaciones sociales..... | 17 |
| 3.5.5. | Alivia la ansiedad..... | 18 |
| 3.5.6. | Previene el deterioro cognitivo..... | 18 |
| 3.5.7. | Mejora tu memoria..... | 18 |

| | | |
|---------|---|----|
| 3.5.8. | Aumenta tu capacidad cerebral | 19 |
| 3.5.9. | Te ayuda a ser más productivo..... | 19 |
| 3.5.10. | Ayuda a controlar la adicción..... | 19 |
| 3.6. | Ámbito Social..... | 20 |
| 3.7. | Ámbito Laboral..... | 22 |
| 3.8. | LEY NACIONAL PARA EL DESARROLLO DE LA CULTURA FISICA Y EL DEPORTE DECRETO No. 76-97 | 23 |
| 3.9. | Educación física..... | 25 |
| IV. | MARCO OPERATIVO | 28 |
| 4.1. | Diseño de la investigación | 28 |
| 4.1.1. | Equipo de investigación..... | 28 |
| 4.1.2. | Presupuesto..... | 29 |
| 4.1.3. | Programación | 31 |
| V. | PRESENTACION DE RESULTADOS | 32 |
| 5.1. | Análisis de los datos | 32 |
| 5.2. | Interpretación de Resultados..... | 36 |
| VI. | CONCLUSIONES..... | 37 |
| VII. | RECOMENDACIONES | 38 |
| VIII. | BIBLIOGRAFIA | 39 |
| IX. | ANEXOS | 41 |
| 9.1. | Glosario | 41 |
| 9.2. | Instrumentos..... | 43 |
| 9.3. | Programa de docencia..... | 45 |

Introducción

En siguiente trabajo de investigación se evidencia la importancia a nivel integral de la impartición de la clase de educación física enfocados desde los ámbitos biológicos, psicológicos, social y laboral en la realidad de la escuela oficial rural mixta Manuel Martínez Búcaro del nivel primario planteado el siguiente título “EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DE PADEP/DEF EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA OFICIAL RURAL MIXTA MANUEL MARTINEZ BUCARO JORNADA MATUTINA DEL NIVEL EDUCATIVO PRIMARIO.” enfocado especialmente en la buena planificación tomando en cuenta la realidad educativa de dicho establecimiento al referirnos a realidad podemos mencionar que al momento de planificar se debe tomar en cuenta la situación económica, social, de salud y condición física del estudiantado para realizar una planificación acorde a su ritmo de vida y así poder dosificar la carga de trabajo y de esta manera en lugar de perjudicarlo sea gratificante. El proyecto que se realizó en la escuela se llamó la mejora de la calidad educativa en el cual se realizó charlas motivacionales, exposiciones y actividades recreativas con los maestros de dicha escuela y se evidencio en la mayoría una respuesta positiva hacia la actividad dejando en claro que solo con tener el deseo de cambiar ya se ha hecho un setenta por ciento del trabajo y el otro treinta por ciento en ponernos a activar en ese cambio para la mejora de la calidad educativa de nuestro país nuestra bella Guatemala.

I. MARCO CONCEPTUAL

1.1. Planeamiento del problema

El profesor de educación física tiene un papel de suma importancia en el ámbito sicomotriz, de los estudiantes siendo de esta manera una parte fundamental en el desarrollo de los estudiantes ya que la clase de educación física abarca todas las partes del desarrollo del ser humano en este caso en los estudiantes, por esta razón se ve la importancia de desarrollar una clase de calidad que se vea reflejado en el desarrollo integral de los estudiantes por lo que surgió la necesidad de realizar temas acordes a la maduración mental y fisiológica de cada alumno para no truncar el desarrollo sistemático de cada individuo y contribuir a que este desarrollo sea de la manera correcta y de lo más preciso posible.

Según la teoría de AUSUBEL a cada ser humano aprende mejor si lo que esta percibiendo en su entorno tiene un impacto sobre su vida esto nos indica que fue significativo por lo cual no será olvidado y es importante mencionar que es de suma importancia ver la teoría de Lev Vigotsky que el entorno cultural puede influir sobre el desarrollo del niño no es lo mismo alguien urbano que alguien de lo rural por lo mismo se ve la necesidad de crear contenidos acordes a la realidad de la escuela.

La realidad en la que se observo el problema es en un establecimiento del área rural del municipio de San Raymundo departamento de Guatemala ubicado en la aldea la Ciénaga en la Escuela Oficial rural Mixta Manuel Martínez Búcaro durante la clase de educación física y en los entornos donde se realizan actividades físicas en el campo de futbol y las áreas verdes de la aldea.

La población es a nivel primario con estudiantes en los grados de primero 7 años hasta el grado de sexto de 16 años de género masculino y femenino, el lugar de procedencia de los alumnos es de las comunidades aledañas al establecimiento donde se observa que son de área rural. La situación económica se evidencia que la mayoría son de clase baja y con una economía inestable que se basa en el diario vivir y en salir a vender productos para sustentar sus gastos. Las

condiciones de salud que se evidencia en la población estudiantil en general presentan salud inestable, con presencia de alumnos, con déficit de atención, problemas de aprendizaje.

1.2. Justificación

Se necesita que en nuestro país se le dé la importancia que merece la clase de educación física y poder darle solución a este problema a través de desarrollar una correcta planificación y sistematización de la clase tomando en cuenta los factores culturales , geográfico y socioeconómicos de la población en particular en este caso la escuela Manuel Martínez Búcaro por lo consiguiente atreves de esta investigación se hará una propuesta que responda a las necesidades de los estudiantes y que logre cumplirlas a cabalidad sin perder la visión de la clase de educación física donde se busca una ***Mens s̄ana in corpore s̄anō*** (mente sana en un cuerpo sano)¹.

Desde el punto biológico es desarrollar y fortalecer el cuerpo humano propiciar la manifestación de habilidades motrices estimular, desarrollar y conservar la condición física.

Desde lo psicológico propiciar en el educando la confianza y seguridad fomentar la manifestación de actitudes positivas y sentirse seguro ante la realidad en su diario vivir.

En la social promover el trabajo en equipo fomentar el respeto a su entorno y a los seres humanos que están a su alrededor fortalecer la identidad nacional.

Laboral inculcar valores que servirán en la formación de personas responsables, honestas, solidarias, etc.

Preguntas:

1. ¿se está haciendo una planificación tomando en cuenta todos los aspectos del ser humano?
2. ¿Es suficiente los periodos que reciben de educación física anual para que se haga notar un cambio biológico en los estudiantes?

¹ (Juvenal, 2016)

3. ¿Se está integrando valores para una mejor calidad de vida en la planificación?
4. ¿De qué manera puede influir el maestro a través de su planificación que se tome conciencia en hacer actividad física programada cuando estén en sus hogares?

II. MARCO METODOLOGICO

2.1. Objetivos

a. General

El proyecto propone es darle solución a la falta de atención que se le ha dado a la clase de educación física a nivel nacional a través de la buena planificación de la clase de educación física.

Que el docente se apropie de su planificación en todo aspecto al momento de realizarla.

b. Específicos:

- Adecuar y re direccionar contenidos acordes la necesidad de la población.
- Ser sensibles a las necesidades integrales de los estudiantes al momento de ejecutar la planificación.
- Crear en el estudiante el hábito de ejercitarse por su salud integral.
- Darle la importancia ante las demás cátedras que la educación física es integral y fundamental para la vida del ser humano.

2.2. Método

c. Muestra

Escuela Oficial Rural Mixta Manuel Martínez Búcaro del nivel primario ubicada en la Aldea La Ciénega del Municipio de San Raymundo del Departamento de Guatemala.

Los maestros de los siguientes Grados que se seleccionaron son de Primero, Segundo, Tercer, Cuarto, Quinto, Sexto y Dirección y padres y madres de familia de la comunidad educativa.

1. Edad: de 20 a 48 años
2. Sexo: quince masculinos y quince femeninos.
3. Procedencia : son del área Rural
4. Condiciones de Salud: Con una salud estable
5. Situación Económica: clase Media

El número Total de muestra que se tomo es de treinta divididos en 15 del sexo masculino y 15 del sexo femenino.

Según los investigadores lo denominan una herramienta científica y su función es determinar que parte de una realidad de estudio debe examinarse sacar una muestra y entre estas hay intencional y aleatoria y por motivos de esta investigación fue intencional ya que se seleccionó un grupo que llene el perfil que debe ser examinado.

Muestra: en todas las ocasiones en que no es posible o conveniente realizar un censo, lo que hacemos es trabajar con una muestra, entendiendo por tal parte representativa de la población

d. Recolección de datos

Entre las técnicas de recolección de datos a realizar se emplearan encuestas y entrevistas para mayor descripción de cada una a continuación se hará un listado de sus características:

Encuestas:

Una encuesta es un procedimiento dentro de los diseños de investigación descriptivos en el que el investigador busca recopilar datos por medio de un cuestionario previamente diseñado.

El tipo de encuesta que se tomo son las descriptiva y de preguntas cerradas. En la descriptiva nos dice que intentan describir en qué situación se encuentra una determinada población en el momento en que se realiza la encuesta y de preguntas cerradas por que se elige una de las opciones que se representan en un listado que se formuló por el investigador.

e. Análisis estadístico de los datos

Forma de interpretar los resultados

Aspectos Éticos: la importancia de llevar a cabo las diferentes técnicas de recolección de datos es porque a través de las mismas se encontró información que sirve como antecedentes de la problemática escolar. Por lo tanto se tomo en cuenta que los datos recolectados deben ser anónimos y por ética deben ser utilizados de la forma correcta para beneficiar en si la necesidad de erradicar dicha problemática y no difundir ninguna información que pueda perjudicar la integridad física, emocional y académica de las personas que colaboraron para llevarlas a cabo.

f. Instrumentos

Rubrica: este instrumento se utilizo en la técnica de recolección de datos como la observación de los estudiantes en las diferentes actividades que realizaron en el establecimiento.

Cuestionarios: estos se utilizaron en la técnica de recolección de datos como la encuesta donde se recopilaron datos, como los criterios personales de la comunidad educativa del establecimiento.

Fotografías: para evidenciar las actividades que se realizaron con la comunidad educativa del establecimiento.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Historia de la educación física

3.1.1. General

A través de los años la educación física ha evolucionado por los constantes avances de la humanidad, como dice Darwin en su libro que **Todo evoluciona conforme a las necesidades de adaptarse para sobrevivir**² de esta misma manera la educación física fue evolucionando desde su forma primitiva que tenía por nombre **actividad física** con el fin concreto de supervivencia en toda su expresión ya que si no se tenía una estructura física atlética o digámoslo de otra forma una estructura adaptada a la necesidad que en esa época no había posibilidad de sobrevivir, era obligatorio veámoslo desde ese punto para sobrellevar cada una de las tareas de ese tiempo para comer había que cazar y esto conllevaba a correr por la presa o por el contrario correr para no ser casado y de esta manera era los primeros indicios de actividad física en el mundo primitivo o prehistoria. Luego nos encontramos la edad antigua donde hubo un salto a actividades ya enfocadas a la salud, preparación bélica y en la formación de un ser integral este último fue desarrollado en Grecia donde era de gran importancia el cuerpo y era de suma importancia ya que era la carta de presentación de esa época en ese lugar. Luego nos encontramos con la edad media en este tiempo da un retroceso la actividad física ya que lo religioso cobra un gran valor y se desestima la actividad física y cobra valor lo espiritual y la actividad solo se enfoca al ámbito militar y en cierto aspectos para mantener la salud y ocupar el tiempo de ocio. En el renacimiento como su nombre lo indica todo da un giro es cuando se orienta por primera vez la actividad física se le da un enfoque educativo con sus contenidos programados se da la gimnasia, natación, esgrima enfocado a lo militar y atletismo. Hasta el día de hoy donde la actividad física nunca deja de ser pero dentro del sistema educativo toma el nombre de Educación Física que su objetivo principal es la preparación de un ser integral cuerpo y mente preparándolo para

² (Charles, 2015)

los desafíos de un diario vivir según las necesidades de la época y situación del contexto social económico.

3.1.2. Nacional

En nuestro país la educación física es relativamente joven al igual que nosotros que somos catalogados como nuevos es decir somos el nuevo continente pero no por eso desconocemos los avances que ha llevado la educación física ahora retrocederemos para conocer nuestros inicios y como se ha llevado el proceso de la clase de educación física. Tomaremos de referencia una recopilación de historia que la Dirección General de Educación Física DIGEF ha tomado de los inicios de la educación física nacional que se concentra a continuación: “Los primeros atisbos 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. ”³

Es hasta aquí nuestra clase sufrió bastantes altibajos

“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 Educación 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.”

³ (DIGEF, 2008)

3.2. El maestro de educación física

3.2.1. Perfil

Se ven en todas las lecturas que abordan el perfil del maestro tiene algo en común que todo maestro y en este caso el de educación física debe por deber actualizarse en todo momento por que como hemos visto en estos últimos tiempos todas las ciencias han aumentado considerablemente sus descubrimientos y por consiguiente la tecnología aumenta por estos avances y quedarnos todavía en el modelo de clase de dos años atrás estaríamos ya desactualizados por el ritmo que ahora se maneja en el mundo no digamos un profesor que sigue usando su planificación de diez o más años atrás prácticamente son contenidos no aptos para los individuos de este tiempo, lo importante es capacitarse pero acompañado de ponerlo en práctica y adaptarlo a mi entorno repitiendo porque es muy muy importante adaptarlo a mi entorno esta situación es uno de los factores más importantes donde se desenvolverá la clase de educación física.

A continuación se presenta un perfil detallado según la didáctica de educación física:

1. "Planifica: formula su planeamiento anual, bimestral y de clase, como la primera y más importante acción que define y guía todas las demás.
2. Estructura: desarrolla la actividad de la clase en su parte inicial, principal y final.
3. Organiza selecciona de acuerdo al objetivo y la actividad la forma organizativa, el procedimiento y las formas de ordenamiento para el aprovechamiento óptimo del tiempo de clase.
4. Dirige aplica el proceso atendiendo a sus momentos de explicación, demostración, formulación, ensayo, repetición y retroalimentación de la tarea educativa.
5. Dosifica regula la carga de trabajo equilibrado la relación volumen-intensidad-pausa.

6. Diferencia distingue las exigencias de las tareas de clase de acuerdo a la individualización del alumno.
7. Evalúa verifica el alcance del objetivo trazado.”⁴



3.3. El Rol Del Maestro de Educación Física

Lo primero que veremos es la definición de rol: “Un rol es un papel que un individuo o cosa determinada juega en un determinado contexto. Por ejemplo, una persona puede asumir el rol de padre dentro del ámbito de una familia y a su vez asumir el rol de empleado en una empresa. El rol tiene que ver con la función que se ejerce, con el sentido de las actividades que se desarrollan. Es por lo expuesto es que el concepto siempre aludirá a las relaciones establecidas con otras personas u otros elementos, relaciones que serán decisivas para establecer un determinado papel a desempeñar, para establecer un marco de acción.”⁵

Esta nos lleva a la pregunta que es un maestro y buscando por la web encontré la siguiente definición que dice a si un maestro (del lat. *magister*) es alguien que ha estudiado magisterio y se encarga de la educación formal e institucionalizada de

⁴ (Zamora, 2012)

⁵ (Definiciones)

los niños de Educación Infantil, Primaria o Especial en escuelas o colegios. Y esto nos lleva a preguntarnos qué es la cátedra o clase de educación física para tener un mejor panorama y como experto en educación física según mi concepto se puede decir que la clase de educación física se enfoca en el ser humano en movimiento y de esta forma su desarrollo motriz a través de la enseñanza aprendizaje y así la adquisición de habilidades motrices

Después de esto podemos darnos una idea de cuál es el rol del maestro de educación física es el desempeñar una función pedagógica guiar al alumno llevarlo a una formación integral a través del desarrollo de su cuerpo físico y su mente así mejorar su calidad de vida y proporcionarle esa herramienta que le servirá a lo largo de su vida.

Segun lo descrito anteriormente vemos la importancia de llenar un perfil tan estricto y cumplir un rol , por la importancia que tiene el ser un maestro la magnitud que esto conyeva no es cualquier profesion no tratamos con objetos o elementos inertes, es una de las profesiones mas importantes a todo nivel ya que tratamos con seres racionales con un alma y un sin fin de caracteres inimaginables y esto solo hablando de un individuo pero a lo largo de nuestra vidas son miles de miles seres raciosinios que estan en nuestra manos una considerable parte de su vida y que nuestro deber es formarlos para ser eficientes y eficases en todas las ares en las que en su diario vivir se puedan enfrentar y tener ese conocimiento para superar esos obstaculos que tendran que enfrentar, por eso no solo es ser maestro enseñar contenidos si no enseñar situaciones reales de acuerdo a su entorno como ser logicoal enfrentar una abversidad.

3.4. Ámbito Biológico

La clase de educación física desde el ámbito biológico:

Que es la biología

Las ciencias biológicas son aquellas que se dedican a estudiar la vida y sus procesos. Se trata de una rama de las ciencias naturales que investiga el origen, la evolución y las propiedades de los seres vivos. Estas ciencias, que también se

agrupan bajo la denominación de biología, analizan las características de los organismos individuales y de las especies en conjunto, estudiando las interacciones entre ellos y con el entorno.⁶

Realizar de forma regular y sistemática una actividad física ha demostrado ser una práctica muy beneficiosa en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, a la vez que ayuda al carácter, la disciplina y a la toma de decisiones en la vida cotidiana.

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

Todas las actividades encaminadas a mejorar la forma física (por ejemplo, tras un período largo de inactividad), deben realizarse de manera progresiva. Cada deportista debe analizar las demandas de su deporte de elección antes de decidir su plan de entrenamiento.

La intensidad y la carga deben ser determinadas de forma individual, ya que dependen del nivel técnico y de la condición física de cada persona.

Beneficios biológicos

- Mejora la forma y resistencia física.
- Regula las cifras de presión arterial.
- Incrementa o mantiene la densidad ósea.
- Mejora la resistencia a la insulina.
- Ayuda a mantener el peso corporal.
- Aumenta el tono y la fuerza muscular.
- Mejora la flexibilidad y la movilidad de las articulaciones.
- Reduce la sensación de fatiga.⁷

⁶ (Definiciones, 2008)

⁷ (webconsultas, 2009)

Beneficios

Desarrollo de la motricidad de los 7 a 10 años

El instinto lúdico fuertemente desarrollado y el gran afán de movimiento son también característicos de esta edad. El niño juega por el placer de jugar; este gusto por el movimiento debe ser guiado por métodos, juegos y ejercicios propios de su edad.

Los niños ya no se mantienen en actividad permanente, pero mantienen su preferencia por el juego que involucre el movimiento; la coordinación de movimientos y la capacidad de concentración y de atención todavía están poco desarrollados.

Tiene una mejor armonía corporal y una mejor proporción en cuanto a tamaño entre cráneo y cuerpo; posee un mejor tono muscular y efectúa de manera más fácil tareas que requieren de la utilización de la fuerza; el sistema nervioso se está acercando al punto crítico de madurez, lo que admite un ajuste cada vez mayor de los movimientos finos.

Muestra un desarrollo considerable y sus movimientos corporales mejoran en especial en lo que tiene que ver con el equilibrio.

A los 9 años comienzan a surgir los primeros rasgos del adolescente, los niños tienden a moverse más que las niñas, lo que los hace ver más fuertes y generalmente hacen más ejercicio que ellas. Entre los 9 y 10 años el sistema nervioso central y periférico alcanza alrededor del 95 % de su madurez, lo que favorece los procesos de aprendizaje y desarrollo motriz; el niño en esta edad empieza a mostrar gran destreza y una mejor coordinación de sus movimientos, siente gusto por la competencia con sus amigos y compañeros de juego, su grado de socialización ha aumentado y disfruta en mayor medida de los juegos de conjunto.

A los 10 años sigue progresando en su desarrollo motriz, hasta el punto de ser capaz de enfrentarse a tareas con un mayor grado de dificultad. ." Para esta edad es recomendable la danza contemporánea, ya que esta hace énfasis en la creatividad y la autoexpresión.

El niño entre los 10 y 11 años se caracteriza por su afección por el juego y disfruta del movimiento libre. La coordinación motriz, la armonía muscular y las cualidades físicas empiezan a desarrollarse rápidamente. Se considera ésta como la mejor edad para el aprendizaje motor; las extremidades, en especial las piernas, crecen, su masa y fuerza muscular aumenta gradualmente. Los niños a esta edad buscan el reconocimiento, quieren mostrar su habilidad y su destreza a través del movimiento, lo que favorece el refinamiento de los gestos motores.

A los 11 años se da una aceleración en la velocidad de crecimiento, que es más notorio en las niñas. Para este periodo es común que muchos niños se lamenten de dolor articular en especial a nivel de la rodilla, todo como producto del incremento en crecimiento corporal.

Para los 11–12 años el niño debe tener una elaboración definitiva del esquema corporal, disponiendo ahora de más argumentos que lo hace un ser más independiente y autónomo para su relación con el medio y los objetos.

Para este periodo los niños ya están aptos para adquirir habilidades específicas y en general se identifican ya con un solo deporte; el refinamiento o pulimiento de habilidades es propio de este periodo, permitiéndole alcanzar un mejor desempeño en la práctica deportiva de su elección, iniciando la etapa de la especialización deportiva.⁸

Esto es un breve resumen muy breve de algunos factores que la educación física contribuye en el ámbito biológico de los alumnos.

Todo este contenido se nos fue desarrollando a través de la profesionalización gracias a las cátedras de anatomía, fisiología y biología que fueron de bastante aporte a nuevos conocimientos y así saber dosificar e intensificar no a buen ojo de cubero si no que con las bases científicas para poder desempeñar con eficiencia una clase de educación física no improvisar sino que planificar según la condición anatómica, fisiológica y en algunos casos con ciertos trastornos o deformaciones a nivel óseo o muscular y no temer al planificar con estos retos si no que al contrario poner en práctica lo que aprendimos y así mejorar la calidad educativa de nuestra comunidad.

⁸ (Vidal)

3.5. Ámbito Psicológico

Que es psicología

Es muy importante tener claro que es cada una de las partes del desarrollo integral de los niños por eso es necesario ahondar en las terminologías para ampliar nuestra visión de lo que se quiere llegar a entender por lo cual se cita a continuación definiciones de la psicología:

La psicología¹ o sicología² (literalmente «estudio o tratado del alma»; del griego clásico ψυχή, transliterado psykhé, «psique», «alma», «actividad mental», y λογία, logía, «tratado» o «estudio») es una profesión y una disciplina académica³ que 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.⁷ Existen diversas perspectivas psicológicas, cada una con sus propias teorías y metodologías, y en comparativa pueden coincidir, influirse, solaparse o incluso ser contradictorias e incompatibles;⁸ esta variedad da pie a múltiples acepciones y abordajes.⁹ Algunos enfoques como en el humanismo consideran que el método científico no es adecuado para investigar la conducta; otros tales como el conductismo lo emplean para comportamientos observables que pueden ser objetivamente medidos.⁹

La Psicología es la ciencia que estudia la conducta y los procesos mentales. Trata de describir y explicar todos los aspectos del pensamiento, de los sentimientos, de las percepciones y de las acciones humanas. Por ser una ciencia, la Psicología se basa en el método científico para encontrar respuestas"¹⁰

Beneficios en su desarrollo

Y que beneficios tendrá la educación física hacia él niño a nivel psicológico aquí se les presentan algunos:

⁹ (wikipedia, 2016)

¹⁰ (psicoaraujo)

3.5.1. Produce químicos de la felicidad

Correr unos cuantos kilómetros puede ser duro, ¡pero merece la pena! El ejercicio favorece la liberación de endorfinas, unas sustancias químicas que producen sensación de felicidad y euforia. Los estudios han demostrado que incluso pueden aliviar síntomas de una depresión. Por este motivo, los psicólogos recomiendan que las personas que sufren depresión o ansiedad mejoren su calidad de vida incluyendo el ejercicio en sus vidas. Si no eres una de esas personas que practica actividad física a diario, con practicar ejercicio 3 días a la semana durante media hora puedes mejorar tu humor instantáneamente.

3.5.2. Reduce el estrés

Después de un duro día de trabajo, no hay nada mejor que ir a desconectar jugando al pádel, pisando el gimnasio o corriendo por la playa. Uno de los beneficios psicológicos de la práctica de actividad física es que reduce el estrés. Además, el ejercicio también incrementa la producción de norepinefrina (noradrenalina), un químico que puede moderar la respuesta del cerebro al estrés. Así que ponte la ropa de deporte y a sudar un poquito, que el ejercicio mejora la habilidad de nuestro cuerpo a la hora de tratar con la tensión que el estrés produce después de tanta oficina y tantas preocupaciones del día a día.

3.5.3. Mejora la autoestima

Verte mejor físicamente te hará sentir bien. El ejercicio continuo mejorará la imagen de ti mismo y mejorará tu autoestima. Independientemente del peso, la edad o el sexo, el ejercicio físico puede elevar la percepción positiva del atractivo de uno mismo, y en consecuencia, hacer que te valores más.

3.5.4. Mejora tus relaciones sociales

A medida que la percepción de ti mismo y tu salud emocional mejoran, tus relaciones sociales también pueden mejorar. Debido a tu aumento de autoconfianza tendrás más posibilidades de llegar a los demás, y si participas

en clases dirigidas o realizas deporte en grupo, es de esperar que conozcas gente nueva.

3.5.5. Alivia la ansiedad

Lo neurotransmisores liberados durante y después de practicar ejercicio pueden ayudar a la gente que sufre ansiedad a calmarse. Un paseo en bicicleta o algún ejercicio aeróbico de media o alta intensidad, pueden reducir los síntomas que la ansiedad produce. El deporte y el ejercicio, por tanto, no solo sirven para quemar grasa o ganar músculo.

3.5.6. Previene el deterioro cognitivo

A medida que nos hacemos mayores se incrementa el riesgo de sufrir enfermedades degenerativas como el Alzheimer, especialmente a partir de los 45 años. Realizando actividad física principalmente entre los 25 y los 45 años se consigue aumentar las sustancias químicas del cerebro que previenen la degeneración de las neuronas del hipocampo. Además, practicar ejercicio físico de forma regular y adaptando la exigencia para mayores, está asociado con un menor riesgo de mortalidad. Principalmente, como consecuencia de un efecto protector cardiovascular, la actividad física disminuye el riesgo de sufrir un infarto cerebral y mejora la función cognitiva reduciendo el riesgo de padecer demencia y Alzheimer.

3.5.7. Mejora tu memoria

Practicar ejercicio regularmente mejora tu memoria y la habilidad de aprender cosas nuevas, pues incrementa la producción de células del hipocampo que son responsables de la memoria y el aprendizaje. La investigación en este campo relaciona positivamente el desarrollo cerebral de los niños con la condición física de los mismos. Esto no solamente sucede en el caso de los menores, los mayores también pueden mejorar su memoria entrenando. Un estudio de Winter y Breitenstein (2007), demostró que realizar *sprints* mejora la adquisición y retención del vocabulario en los adultos.

3.5.8. Aumenta tu capacidad cerebral

Al hacer ejercicio tu cerebro produce más neuronas y más conexiones entre ellas, fenómeno que se conoce como neurogénesis. Por lo tanto, tu cerebro ganará forma y aumentará su capacidad de aprendizaje. En una investigación de Vaynman, Ying y Gómez-Pinilla, se demostró que un entrenamiento intenso aumenta los niveles de una proteína conocida como BDNF (Brain Derived Neurotrophic Factor) que se encuentra en el cerebro, y que se cree que influye positivamente en la toma de decisiones, en el pensamiento y el aprendizaje.

3.5.9. Te ayuda a ser más productivo

Una investigación de Schwarz y Hasson (2011) concluyó que los trabajadores que practican ejercicio o deporte regularmente son más productivos y tienen más energía que sus compañeros sedentarios. Además, si acudimos a practicar deporte al mediodía, en la pausa de la comida, o antes de ir a trabajar, la actividad nos ayudará a mantenernos más activos a lo largo de la jornada, evitando momentos de bajón o de falta de atención en el trabajo.

3.5.10. Ayuda a controlar la adicción

El cerebro libera dopamina (el neurotransmisor de la recompensa) en respuesta a un estímulo placentero como el sexo, las drogas o los alimentos. Desafortunadamente, hay gente que se vuelve adicta y dependiente a las sustancias que producen su liberación en grandes cantidades. La práctica de ejercicio puede ayudar en la recuperación del adicto, pues las sesiones cortas de ejercicio tienen un efecto positivo en los adictos al alcohol o las drogas al postergar el “carving” (al menos a corto plazo). El abuso de alcohol, además, impide la normalidad en la vida del adicto. Una consecuencia negativa del consumo excesivo de esta sustancia es que interrumpe los ritmos circadianos, y como resultado, los alcohólicos tienen dificultades para dormir o permanecer dormidos si no consumen alcohol. Practicar ejercicio puede ayudar a reiniciar el reloj biológico y ayuda a conciliar el sueño.¹¹

¹¹ (psicologiyamente, 2016)

Viendo esto nos podemos dar cuenta que la educación física es una parte fundamental en el desarrollo del ser humano y es de suma importancia para la sociedad ya que al realizarla se activan infinidad de procesos fisiológicos que dan como resultado procesos psicológicos como una buena autoimagen autoestima estados de felicidad aumento de la memoria y combate y previene enfermedades degenerativas a nivel neural pero todavía no hemos terminado ya que nos quedan dos puntos por indagar a continuación.

3.6. Ámbito Social

Que es la sociología según esta página web nos dice "sociología es una ciencia social que estudia, describe y analiza los procesos de la vida en la sociedad; busca comprender las relaciones de los hechos sociales por medio de la historia; mediante el empleo de métodos de investigación, quiere saber dónde están los problemas en la sociedad y sus relaciones con los individuos. Compara a la sociedad con la cultura y la política. Es una ciencia nueva que se hizo a la mitad del siglo XIX. " ¹²

Según lo leído veo que la educación física ayuda a sociabilizarnos como seres sociables que somos ayuda a crear un vínculo con las personas con las que se ejercita y sobre todo nos hace sentir bien con nosotros mismos y de esta manera somos más sociables para profundizar veremos el próximo estudio:

" Al igual que a nivel físico, son muchos los beneficios a nivel social que tiene la práctica de la educación física, pero como ya comenté anteriormente en esta entrada, no siempre tienen por qué ser valores positivos los que se transmitan con la educación física, sino que éstos dependerán del cómo se enfoque y cómo se trate para que tenga los valores deseados. Es decir, no vale hacer educación física por hacerla y de cualquier manera, sino que será la educación física de calidad la que transmita esos valores que se le predisponen positivos a la práctica de la actividad física.

¹² (presentaciosociologi.galeon.com)

- Los niños deben tener tiempo libre para desarrollar su imaginación y su autonomía personal, y bajo este prisma la educación física le aporta una serie de recursos que favorecen la práctica de actividad física, para abogar por un estilo de vida saludable, como alternativa de ocupación del tiempo de ocio. Ciertamente, que entre todas las actividades planificadas que tienen los niños el tiempo de ocio de éstos es cada vez menor.
- El desarrollo de las habilidades sociales, es otro pilar fundamental que se trabaja desde una educación física bien enfocada. Las actividades físicas y en especial las que se realizan colectivamente son un medio eficaz para facilitar la relación, la integración y el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación y la solidaridad.
- Una educación física de calidad ayuda a aprender a convivir, fundamentalmente en lo que se refiere a la elaboración y aceptación de reglas para el funcionamiento colectivo, desde el respeto, a la autonomía personal, la participación y la valoración de la diversidad.
- Otro de los beneficios de la educación física, y repito, bien enfocada, es dotar a los niños de recursos de cooperación.
- El cumplimiento de las normas que rigen los juegos, contribuye a la aceptación de códigos de conducta para la convivencia.
- Las actividades físicas competitivas pueden generar conflictos en los que es necesaria la negociación, basada en el diálogo, como medio para su resolución.
- La Educación física ayuda a la consecución de la autonomía e iniciativa personal en la medida en que aunque sea el maestro el que asigne la tarea o el juego a realizar, serán los propios alumnos los que deban desenvolverse, por sí solos, en las condiciones cambiantes que se van produciendo en las situaciones de juego. También lo hace, si se le da protagonismo al niño, en aspectos de organización individual y colectiva de diferentes actividades físicas o expresivas.
- La educación física de calidad, y la práctica de una variabilidad de actividades, ayudan a comprender que cada cuerpo tiene unas

características diferentes, lo que hace que se acepte la diversidad de una manera más natural, y tratar de evitar las comparaciones que no siempre son acertadas.

- Otra aportación de la educación física es la transmisión, a través del juego, de diferentes tradiciones, contribuyendo a conocer la riqueza cultural de su entorno.
- Una educación física de calidad ayuda a romper estereotipos a nivel social referentes al sexo. Algunos claros ejemplos los tenemos en el baile o en determinados juegos y deportes.
- Por último quería mencionar que la educación física, ayuda a canalizar y encauzar de forma positiva la energía de los niños.

Como vemos son múltiples los beneficios a nivel social que puede tener una práctica de la educación física de calidad para los más pequeños. También para la edad adulta, son diferentes los estudios científicos que muestran como la práctica de la actividad física en adultos mejora la calidad de vida en diferentes dimensiones como la social, el medio ambiente y el funcionamiento psicológico."¹³

Es un compromiso grande ver que nosotros somos maestros y nos toca impartir esta clase tan completa y fundamental para el ser humano, y a la misma vez tener nuestras barbas en remojo ya que tenemos que sentarnos y preparar esa planificación de manera tan detallada para que se logre cumplir cada uno de los aspectos que hasta ahora hemos visto ya que no es de solo improvisar es más que eso es plasmar ese conocimiento en nuestro plan para que se vea reflejado en nuestros alumnos y alumnas.

3.7. Ámbito Laboral

Empecemos por definir laboral para poder pasar a realizar un análisis Se entiende por laboral a todas aquellas situaciones o elementos vinculados de una u otra forma con el trabajo, entendido este último como cualquier actividad física o

¹³ (Ramos, elvalordelaeducacionfisica)

intelectual que recibe algún tipo de respaldo o remuneración en el marco de una actividad o institución de índole social.

Lo laboral tiene hoy en día diversas acepciones. Puede referirse, como mencionamos, a una situación integrada por individuos que contribuyen con su esfuerzo a la consecución de un mismo fin institucional, en un entorno con reglas, obligaciones y derechos. Pero también el término puede tener relación con el aspecto legal del trabajo, que incluye aquellas consideraciones, leyes y normativas regidas a nivel político para cualquier situación de trabajo.

Este ámbito lo podemos enfocar de dos maneras la primera desde el punto de mi trabajo como maestro que es crear competencias aptas para los alumnos según su capacidad y fomentar un ambiente agradable para que su participación en la clase de educación física sea grata. La segunda manera de enfocarlo es desde el trabajo el niño al realizar su clase de educación física la forma de accionar durante la clase y si logra cumplir sus competencias.

3.8. LEY NACIONAL PARA EL DESARROLLO DE LA CULTURA FISICA Y EL DEPORTE DECRETO No. 76-97

A continuación se citaran principales artículos de esta ley para tener una visión más amplia sobre el marco legal que rige a la educación física y sus fundamentos que fueron aprobados por el congreso de la Republica de Guatemala:

TITULO I

DE LA INTERINSTITUCIONALIDAD DE LA EDUCACION FISICA

LA CREACION Y EL DEPORTE

CAPITULO I QUITAR

OBJETIVO, CREACION Y PRINCIPIOS

ARTÍCULO 1. OBJETO. La presente Ley tiene como objeto, regular lo relativo a la coordinación, articulación e interrelación de los sectores institucionales de la educación física, el deporte no federado, la recreación física y el deporte federado dentro del marco de la Cultura Física y el Deporte, así como garantizar la práctica de tales actividades físicas como un derecho de todo guatemalteco, en el territorio

de la República, de acuerdo con las disposiciones internacionales aceptadas por Guatemala.

ARTÍCULO 2. CREACIÓN. Se crea el Sistema Nacional de Cultura Física como el órgano interinstitucional que integra, coordina y articula en función de unidad de acción a los sistemas de educación física, la recreación, el deporte no federado y el deporte federado, respetando la autonomía de este último.

ARTÍCULO 3. PRINCIPIOS. Son principios de la presente Ley:

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

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

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

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

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

ARTÍCULO 6. OBJETIVOS. Son objetivos de la presente ley:

a. Promover, practicar y difundir las actividades relacionadas con la educación física, la recreación física y el deporte en todas sus modalidades.

b. Fomentar la participación del mayor número de personas a efecto de coadyuvar en el mejoramiento de la calidad de vida de los habitantes, la confianza en si mismos y el sentido de compañerismo, el orgullo e identidad nacionales.

c. Difundir entre las personas los beneficios y bondades que generan la práctica de la educación física, la recreación física, el deporte y los principios olímpicos.

- d. Organizar programas de la educación física, la recreación física y el deporte, protegiendo y estimulando a la persona, respetándola, y haciendo que se respeten sus derechos, sin que exista en la práctica de estas actividades discriminación alguna por motivo de raza, sexo, etnia, religión, filiación política o posición social o económica.
- e. Promover eventos deportivos nacionales, la celebración de competencias, internacionales en el país y la participación fuera de él.
- f. Impulsar la construcción de campos e instalaciones para la práctica de la educación física, la recreación física y el deporte en todo el territorio nacional, y el fomento de hábitos para su buen uso y conservación; estableciendo la descentralización total del deporte en su infraestructura física y administrativa como lo establece la Constitución Política de la República de Guatemala.
- g. Impulsar la descentralización institucional y programática de la actividad física.
- h. Formar a nivel nacional el recurso humano necesario para atender en forma eficiente los programas de educación física la recreación física y el deporte en el país.
- i. Producir y distribuir información y documentación referente a la educación física, la recreación física y el deporte.

En este breve abstracto de la ley podemos observar que tienen el derecho de recibir educación física y que es el deber del estado proporcionarla a cada uno de los ciudadanos y solo debe ser limitada por nosotros.

3.9. Educación física

¿Qué es educación física?

La educación física es la disciplina que abarca todo lo relacionado con el uso del cuerpo humano. Desde un punto de vista pedagógico, ayuda a la formación integral del ser humano. Esto es, que con su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior. De igual manera, se promueve el disfrute de la movilización corporal y se fomenta la participación en actividades caracterizadas por cometidos motores. De la misma manera se procura la

convivencia, la amistad y el disfrute, así como el aprecio de las actividades propias de la comunidad.¹

Para el logro de estas metas se vale de ciertas fuentes y medios que, dependiendo de su enfoque, ha variado su concepción y énfasis con el tiempo. Sin embargo, lo que es incuestionable, son las aportaciones que la práctica de la educación física ofrece a la sociedad: contribuye al cuidado y preservación de la salud,² al fomento de la tolerancia y el respeto de los derechos humanos, la ocupación del tiempo libre, impulsa una vida activa en contra del sedentarismo, etc. Los medios utilizados son el juego motor, la iniciación deportiva, el deporte educativo, la recreación, etc. La tendencia actual en educación física es el desarrollo de Competencia que permita la mejor adaptabilidad posible a situaciones cambiantes en el medio y la realidad.

De esta forma, la educación física pretende desarrollar las competencias siguientes: la integración de la corporeidad, la expresión y realización de desempeños motores sencillos y complejos, el dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.

Objeto de estudio de la teoría y método de la educación física y los deportes como materia de científica de instrucción.

La Educación física es difícil de definir pues abarca muchos aspectos y existe una amplia gama de conceptualizaciones, con autores como González (1993) que afirman que educación física es un término polisémico , que admite diversas interpretaciones, en función del contenido que se le asigne, del contexto en que se utilice o de la concepción filosófica de la persona. Existen múltiples intentos de otorgarle otras definiciones: educación corporal, educación del movimiento (Arnold 1991) , educación psicomotriz (Picq y Vayer 1969), ciencias de la educación física dentro de las ciencias de las actividades físicas, etc. La educación física es una disciplina pedagógica que basa su intervención en el movimiento corporal, para estructurar primero y desarrollar después, de forma integral y armónica, las capacidades físicas, afectivas y cognitivas de la persona, con la finalidad de mejorar la calidad de la participación humana en los distintos ámbitos de la vida, como son el familiar, el social y el productivo.

Actualmente pues, la educación física es una necesidad individual pero también social. Sin embargo otros autores como Lagardera afirman que el término educación física se ha consolidado internacionalmente. Hay autores que definen el concepto de educación física desde un punto de vista global, es decir, que lo abarca todo: “La única diferencia entre la educación física y otras formas de educación es que la educación física tiene que ver principalmente con situaciones de aprendizaje y respuestas de los estudiantes que se caracterizan por los movimientos abiertos/públicos, tales como deportes acuáticos, baile y ejercicios”. Nixon & Jewllet (1980). Sin embargo otros autores apuestan más por definiciones que sean específicas del currículo tales como: “La educación física es parte del currículo escolar cuya finalidad es el desarrollo de los jóvenes física, social, mental y moralmente, de modo que se conviertan en ciudadanos bien balanceados, inteligentes, saludables, responsables y felices”. Vannier & Fait.

Como podemos ver la educación física es tan fascinante que se pueden escribir miles y miles de libros con contenidos diferentes para la explicación en cada una de las áreas en que la educación física contribuye al desarrollo del ser humano.

IV. MARCO OPERATIVO

4.1. Diseño de la investigación

4.1.1. Equipo de investigación

Para el desarrollo de la presente investigación que se llevo a cabo en el establecimiento Escuela Oficial Rural Mixta Manuel Martínez Búcaro el investigador principal es el maestro de Educación Oscar pablo López López quien tiene a cargo el desarrollo del trabajo teórico del proyecto de investigación **EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DE PADEP/DEF EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA OFICIAL RURAL MIXTA MANUEL MARTINEZ BUCARO JORNADA MATUTINA DEL NIVEL EDUCATIVO PRIMARIO.**

Se conto con la colaboración del Director del establecimiento ya que es la persona que autorizara la realización del proyecto de investigación, reviso los instrumentos para la recolección de datos, también facilitara acceso para la realización de sesiones o charlas que se realizaron con la comunidad educativa y al mismo tiempo se brindo asesoría para mejorar las condiciones de convivencia en el establecimiento.

Personal Docente:

| NOMBRE DE LA MAESTROS(AS) | GRADO |
|---------------------------|-------------|
| Floralma García | Primero "A" |
| Karina Santos | Primero "B" |
| Lucia Solís | Segundo "A" |
| Carolina García | Segundo "B" |
| Edna Curup | Tercero A" |
| Juan Curup | Tercero "B" |
| Gabriela García | Cuarto |
| José Cruz | Quinto |
| Dora López | Sexto |
| Ismael Quiñones | Directo |

Personal Externo

| NOMBRE | CARGO |
|-----------------|----------|
| Shenny de Tinti | Limpieza |

A quienes se les presento el proyecto de investigación y solicitara información de aspectos relacionados con la problemática ya que siendo un bien común el bienestar de los estudiantes del establecimiento.

4.1.2. Presupuesto

Recurso Humano:

- Todo el personal docente, administrativo y operativo del establecimiento
- Alumnos y alumnas del establecimiento.

Recurso Físico:

- Establecimiento en general.
- Salón de audio visual.

Recurso Tecnológico:

- Servicio de cómputo
- Impresora
- Tablet
- Cañonera
- Teléfono
- USB
- Dispositivos bluetooth
- Audios
-

Transporte:

Moto

Carro

Recursos y presupuesto de la investigación

| TECNOLÓGICO | TRANSPORTE | ALIMENTACIÓN |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Servicio de cómputo • Q.100.00 • Internet • Q.400.00 • Impresora • Q.200.00 • Tablet • Proyector • Teléfono • Q.300.00 • USB | <ul style="list-style-type: none"> • Moto Q.300.00 | <ul style="list-style-type: none"> • Desayuno Q100.00 • Almuerzo Q.300.00 |

4.1.3. Programación

| ACTIVIDADES | SEMANAS | | | | | | | | | | | |
|---|---------|---|---|---|-------|---|---|---|-------|---|---|---|
| | FEBRERO | | | | MARZO | | | | ABRIL | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Fase I Elaboración de la Prueba | | | | | | | | | | | | |
| Identificación de fuentes bibliográficas. | | | | | | | | | | | | |
| Construcción del marco teórico. | | | | | | | | | | | | |
| Acopio de información bibliográfica. | | | | | | | | | | | | |
| Fase II Diseño de la Prueba | | | | | | | | | | | | |
| Selección de la muestra. | | | | | | | | | | | | |
| Tipo de muestreo. | | | | | | | | | | | | |
| Técnicas e instrumentos de recolección de datos. | | | | | | | | | | | | |
| Descripción de las técnicas e instrumentos con sus respectivos indicadores. | | | | | | | | | | | | |
| Fase III Administración del Proyecto | | | | | | | | | | | | |
| 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. | | | | | | | | | | | | |
| Fase V Programación de Evaluación | | | | | | | | | | | | |
| Revisión de sistematización | | | | | | | | | | | | |
| Evaluación sobre la sistematización | | | | | | | | | | | | |
| Elaboración de Informe. | | | | | | | | | | | | |
| Corrección de informe final | | | | | | | | | | | | |
| Entrega de Informe. | | | | | | | | | | | | |

V. PRESENTACION DE RESULTADOS

5.1. Análisis de los datos

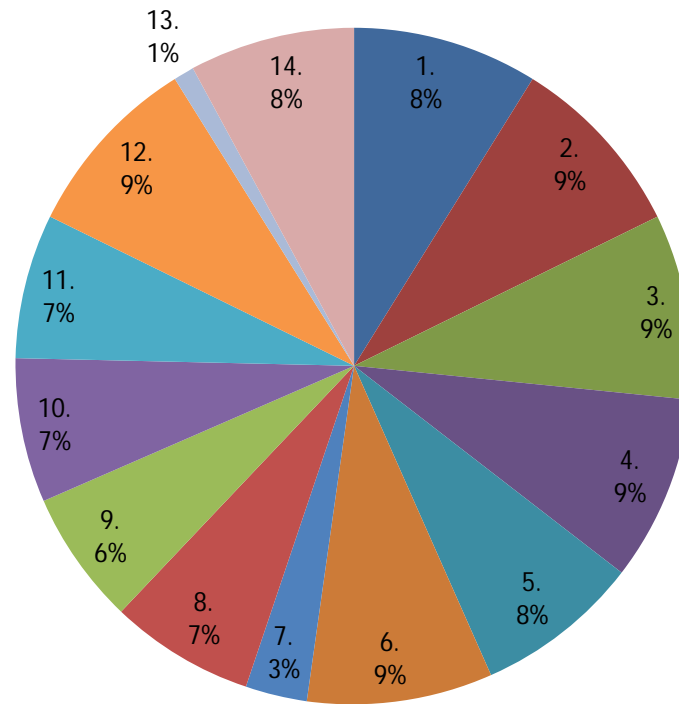
A continuación se tabularon los datos de las encuestas pasadas y entrevistas realizadas a convertirlas en gráficos para poder ver el resultado final si fue satisfactorio el muestreo y que refleja en su codificación.

En la encuesta se plantearon las siguientes preguntas tratando de evidenciar si había un déficit en los maestros al momento de planificar sus clases o en dado caso si planificaban o no con las posibles respuestas sí, no conozco muy poco, no es necesario y no en todos los casos:

Tabulación

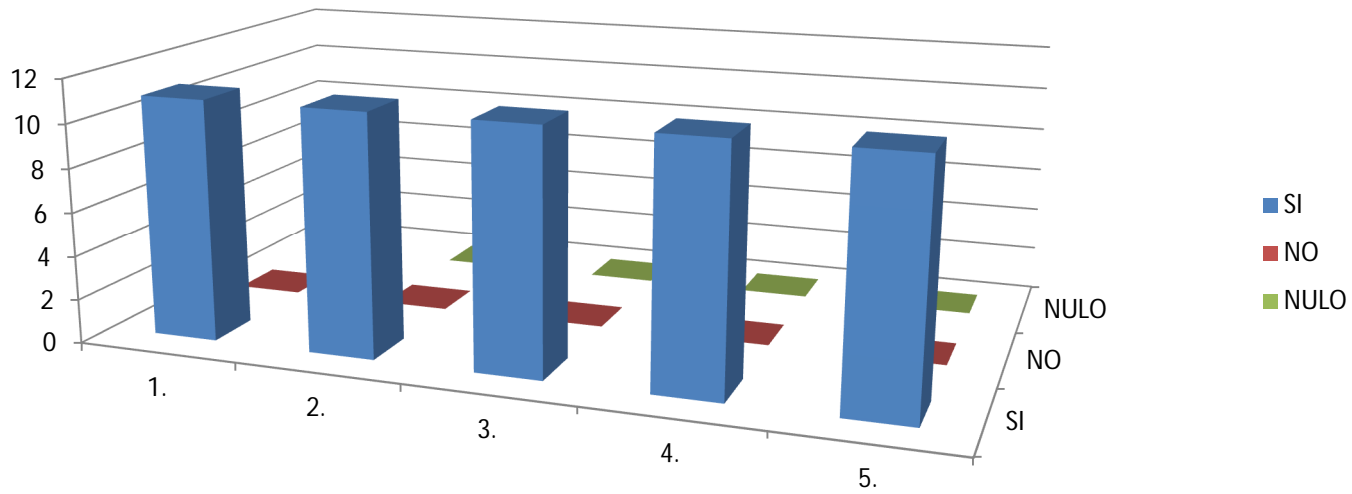
| ENCUESTA | | | | | | |
|---------------------|-----------|-----------|-------------------------|--------------------------------|--------------------------------------|-------------|
| PREGUNTA No. | SI | NO | CONOZCO POCO | NO ES MUY NECESARIO | NO EN TODOS LOS CASOS | NULO |
| 1. | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 2. | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 3. | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 4. | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 5. | 16 | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 |
| 6. | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 7. | 6 | 11 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| 8. | 14 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 9. | 13 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 10. | 14 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 11. | 14 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 12. | 18 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 13. | 2 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 14. | 16 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 |

Encuesta



Observación

| PREGUNTA No. | SI | NO | NULO |
|--------------|----|----|------|
| 1. | 11 | 0 | 0 |
| 2. | 11 | 0 | 0 |
| 3. | 11 | 0 | 0 |
| 4. | 11 | 0 | 0 |
| 5. | 11 | 0 | 0 |



5.2. Interpretación de Resultados

Observación de los maestros:

- Del 100% de los profesores si planifica presento un comportamiento adecuado en las diferentes áreas académicas.
- Del 100% de los profesores su planificación si la utiliza.
- Del 100% de los profesores lleva coherencia en sus temas.
- Del 100% de los profesores utilizan temas acordes a la edad.
- Del 100% de los profesores si cumple sus objetivos.

Encuesta a Docentes y Padres Familia:

- El 8% de los encuestados si conoce que es la Educación Física.
- El 9% Cree que es bueno recibir educación Física
- El 9% Será necesario recibir educación física a lo largo de su vida
- El 9% Cree que es de suma importancia que los alumnos reciban educación física
- El 8% Cree que la educación física es planificada y dosificada
- El 9% dice que Es necesario llevar la clase de educación física
- El 3% Cree que la educación física se podrá sustituir por otra clase
- El 7% de Los maestros (as) planifican
- El 6% de Los maestros (as) de primaria planifican
- El 7% de Los maestros (as) de pre primaria planifican
- El 7% dice que El maestro (a) de educación física Planifica
- El 9% dice que será fundamental que los maestros planifiquen sus clases
- El 1% dice que Será mejor una clase improvisada
- El 8% Llego a concluir que Será mejor impartida una clase planificada

VI. CONCLUSIONES

- 6.1 El programa PADEP/DEF fue de mucha importancia para la realización del trabajo realizado de sistematización por sus aportes teóricos prácticos para una mejor comprensión de la problemática planteada.
- 6.2. La importancia de conocer y desenvolverse en su comunidad para poder identificar las necesidades reales de la población estudiantil y así darle la importancia a esas necesidades y cumplirlas de la mejor manera posible.
- 6.3. Es necesario ser más meticulosos a la hora de planificar y ver en que realidad se desenvuelve el estudiante para proporcionarles las adecuadas cargas de trabajo y no llevarlo a la fatiga o lesiones.
- 6.4. Como maestros es nuestro deber y compromiso de dar lo mejor para nuestra niñez no solo al impartir la clase si no de ser un facilitador de llegar a dar más que solo contenidos a sensibilizarnos como seres humanos que somos y dar el ejemplo hacia esa niñez.
- 6.5. Destacar la clase de educación física es nuestro compromiso como maestros debemos dar lo mejor para que de una vez por todas se le de la importancia que tiene la clase de educación física en todos los ámbitos del ser humano biológico, psicológico, social y laboral.

VII. RECOMENDACIONES

- 7.1. Es de suma importancia que se tenga en cuenta estar siempre actualizándose acerca de las nuevas herramientas en educación y técnicas para las imparticiones de los contenidos educativos.
- 7.2. Se sugiere sumergirse empaparse de los acontecimientos que pasan en nuestra comunidad educativa para estar más cerca de nuestra niñez y así comprender del porqué de algunos comportamientos fuera de lo común.
- 7.3. Se recomienda tener a la mano el conocimiento de la situación social, económica y de la población estudiantil al momento de planificar para saber que contenidos se acoplan a su realidad a su verdadera realidad.
- 7.4. Es recomendable motivarse entre compañeros maestros para subir esa autoestima y despertar aquello que un día nos inspiró a ser educadores ya que teniendo una amplia selección de carreras a seguir decidimos seguir con la profesión más noble y menos remunerada pero que llena de satisfacciones y alegrías.
- 7.5. Solo con la toma de decisión de cambiar tenemos un setenta por ciento hecho y nos queda un treinta para actuar y sacar de esa obscuridad la clase de educación física y ponerla en alto que es el lugar donde pertenece.

VIII. BIBLIOGRAFIA

- Definiciones. (2008). *definicion*. Retrieved 2016, from <http://definicion.com>:
<http://definicion.de/ciencias-biologicas/>
- Juvenal. (2016, 3 3). <https://es.wikipedia.org>. Retrieved 3 1, 2016, from
https://es.wikipedia.org/wiki/Mens_sana_in_corpore_sano.
- presentaciosociologi.galeon.com. (n.d.). *presentaciosociologi.galeon*. Retrieved
from <http://presentaciosociologi.galeon.com/productos2268705.html>:
<http://presentaciosociologi.galeon.com/productos2268705.html>
- psicoaraujo. (n.d.). *psicoaraujo.wikispaces*. Retrieved from
<https://psicoaraujo.wikispaces.com>:
<https://psicoaraujo.wikispaces.com/file/view/Unidad+1+LA+PSICOLOG%C3%8DA+COMO+CIENCIA.pdf>
- psicologiamente. (2016). <https://psicologiamente.net>. Retrieved from
<https://psicologiamente.net>: <https://psicologiamente.net/deporte/10-beneficios-psicologicos-practicar-ejercicio#!>
- Ramos, F. J. (2016). *elvalordelaeducacionfisica*. Retrieved from
<http://www.elvalordelaeducacionfisica.com/blog/3-beneficios-de-la-educacion-fisica/>:
<http://www.elvalordelaeducacionfisica.com/blog/3-beneficios-de-la-educacion-fisica/>
- Ramos, F. J. (n.d.). *elvalordelaeducacionfisica*. Retrieved from
www.elvalordelaeducacionfisica.com:
<http://www.elvalordelaeducacionfisica.com/blog/3-beneficios-de-la-educacion-fisica/>
- Vidal, M. (n.d.). *monografias*. Retrieved 2016, from <http://www.monografias.com>:
<http://www.monografias.com/trabajos97/ninez-intermedia/ninez-intermedia.shtml#ixzz422BUS4ot>
- webconsultas. (2009). *webconsultas*. Retrieved 2016, from
www.webconsultas.com: <http://www.webconsultas.com/ejercicio-y-deporte/vida-activa/beneficios-del-ejercicio-fisico-869>
- wikipedia. (2016, 2 12). <https://es.wikipedia.org>. Retrieved 2 1, 2016, from
<https://es.wikipedia.org/>: <https://es.wikipedia.org/wiki/Maestro>

Zamora, J. (2012). Didactica de la Educacion Fisica. In J. Zamora, *Didactica de la Educacion Fisica* (p. 100). Guatemala: Artemis Edinter.


IX. ANEXOS


9.1. Glosario


- **Calistenia:** es una metodología de entrenamiento en el cual el interés está en los movimientos de grupos musculares, más que en la potencia y o la ganancia de fuerza o de masa muscular. El objetivo es la adquisición de gracia y belleza en el ejercicio.
- **Carga:** se entiende como carga una medida determinada de la influencia de los ejercicios físicos en el organismo de los practicantes, es el resultado del volumen y la intensidad de los ejercicios físicos.
- **Endorfinas:** son neuro-péptidos (pequeñas cadenas proteicas) que se liberan a través de la medula espinal y del torrente sanguíneo. Son opiáceos naturales del organismo que puede ser hasta 20 veces más potentes que los medicamentos contra el dolor que se venden en las farmacias.
- **Intensidad:** La intensidad es la calidad del esfuerzo, o el estímulo que estás realizando al organismo, se le puede conocer cómo, baja, media, alta, máxima, y supra máxima. Y todo depende de cada individuo, recuerda que hay principios de entrenamiento deportivo, los cuales dicen que la individualidad del deportista es diferente en la calidad del esfuerzo de cada organismo. Pádel Norepinefrina (noradrenalina)
- **Milicia Escolar:** puede referirse al arte de hacer la guerra y de disciplinar a los soldados para ella, al servicio o profesión militar o a un conjunto de tropa o gente de guerra.
- **Morfogénesis:** es el proceso biológico que lleva a que un organismo desarrolle su forma.

- Patogenia: es la secuencia de sucesos celulares y tisulares que tienen lugar desde el momento del contacto inicial con un agente etiológico hasta la expresión final de la enfermedad.
- Reproducción: es un proceso biológico que permite la creación de nuevos organismos, siendo una característica común de todas las formas de vida conocidas.

9.2. Instrumentos

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




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

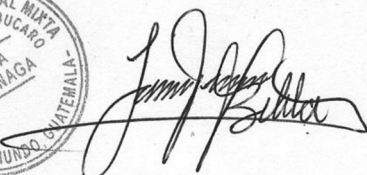
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Psicología
Escuela de Ciencia Y tecnología de la Actividad Física y el Deporte-ECTAFIDE
PADEP/DEF

Observación

Grado: _____ Total Alumnos: _____

1. Planificación: Si ____ No ____
2. La utiliza: Si ____ No ____
3. Lleva coherencia su clase Sí ____ No ____
4. Los temas son acordes a la edad y nivel académico del niño Sí ____ No ____
5. Si cumple sus objetivos por competencia de la clase que impartió
Si ____ No ____

 ESCUELA OFICIAL RURAL MITYA
MANUEL MARTINEZ BUCARO
ALDEA
LA CIENAGA
-SAN RAYMUNDO, GUATEMALA-



Encuesta

1. ¿Conoce que es la Educación Física?
a) Si b) no c) conozco muy poco
2. ¿Cree que es bueno recibir educación Física?
a) Si b) no c) no es muy necesario
3. ¿Será necesario recibir educación física a lo largo de su vida?
a) Si b) no c) no es muy necesario
4. ¿ Cree que es de suma importancia que los alumnos reciban educación física?
a) Si b) no c) no es muy necesario
5. ¿Cree que la educación física es planificada y dosificada?
a) Si b) no c) no en todos los casos
6. ¿Es necesario llevar la clase de educación física?
a) Si b) no c) no en todos los casos
7. ¿Cree que la educación física se podrá sustituir por otra clase?
a) Si b) no c) no en todos los casos
8. ¿Los maestros (as) planifican?
a) Si b) no
9. ¿ Los maestros (as) de primaria planifican?
a) Si b) no
10. ¿Los maestros (as) de pre primaria planifican?
a) Si b) no
11. ¿El maestro (a) de educación física Planifica?
a) Si b) no
12. ¿será fundamental que los maestros planifiquen sus clases?
a) Si b) no
13. ¿Será mejor una clase improvisada?
a) Si b) no
14. ¿Será mejor impartida una clase planificada?



A handwritten signature in black ink, appearing to be "J. J. Buita".

9.3. Programa de docencia

Propuesta

Mejora de la calidad educativa

Justificación

El siguiente proyecto se realizó con el fin de mejorar la calidad educativa por medio de una correcta planificación por parte de los maestros y así logra levantar el estándar en la educación nacional y motivar a los maestros a dar lo mejor de ellos, también recordarles la importancia de la clase de educación física en nuestro sistema educativo y en la formación integral de los niños y niñas de nuestro país.

Objetivo general

Crear una conciencia laboral y profesional en los maestros a través de diferentes charlas y exposiciones.

Participantes

Maestros de párvulos, primaria y padres de familia un total de treinta integrantes.

Metodología

Se realizó una conferencia con los participantes dándoles temas acordes a la buena planificación y a trabajar con conciencia entregando a su trabajo

Serán reproducidos videos motivacionales que despierten ese interés de ser mejores en sus trabajos.

Se hizo una clase modelo de educación física tratando de enfocarse en lo recreativo para que vean lo interesante de la clase

Desarrollo temático

1. La planificación
2. Importancia de planificar
3. El impacto de ser maestro a la sociedad
4. Como ser un líder positivo
5. La clase de educación física
6. Como influye la clase en los alumnos
7. La educación física y su impacto en lo integral de la educación.

Recursos

Los recursos a utilizar son:

1. Cañonera
2. Audio
3. Computadora
4. Videos
5. Cuestionarios
6. Conos
7. Aros
8. Cuerdas
9. Costales
10. Pelotas

Producto esperado

Que los maestros tomen conciencia de su labor e importancia que tienen a nivel nacional como docentes en la formación del futuro de nuestro país, que logren dimensionar esa ardua tarea pero noble y que lo realicen de forma correcta.

Que tomen conciencia de la importancia a nivel integral de la clase de educación física para el desarrollo de nuestros alumnos que sin ella no sería completa la formación de nuestros estudiantes no sería una educación integral.

Cobertura

Es a nivel de la población escolar enfocado principalmente a los maestros de primaria para la mejora de su impartición de la clase cuantos maestro y estudiantes

Impacto

Mejora de la calidad educativa

Evaluación

- | | |
|--|----|
| 1. Se analizó el interés en la actividad | si |
| no | |
| 2. Propuestas que surgen de acuerdo a lo planteado | si |
| no | |
| 3. Tipos de comportamiento hacia la actividad | si |
| no | |
| 4. Análisis sobre los problemas planteados | si |
| no | si |

Evidencias de logro

