

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
URBANA MIXTA AMPARO I No. 901, 33 AVENIDAD 36-60 ZONA 7, COLONIA
KAKERTY II, GUATEMALA JORNADA MATUTINA DE NIVEL PRIMARIO”**

POR

SANDRA ELIZABETH DÁVILA LÓPEZ

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE:

PROFESORA DE EDUCACIÓN FÍSICA

EN EL GRADO DE:

PROFESORADO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a large circular emblem in the background. It features a central figure of a woman with a halo, surrounded by various symbols including a castle, a lion, and a column. The Latin motto "CETERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACADEMIA COACTEMALTE NSIS INTER" is inscribed around the perimeter.

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

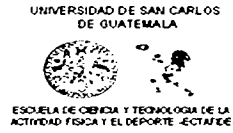
Licenciado Abraham Cortez Mejía
DIRECTOR

M.A Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO

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

Pablo Josue Mora Tello
Mario Estuardo Sitaví Semeyá
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES

M.A Juan Fernando Porres Arellano
REPRESENTANTE DE EGRESADOS



C.c. Control Académico
 Archivo
 Reg. 190-2016
 CODIPs. 2430-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante
 Sandra Elizabeth Dávila López
 PADEP/DEF
 Escuela de Ciencias Psicológicas
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO NONAGÉSIMO PRIMERO (191º) 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 NONAGÉSIMO PRIMERO: 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 Urbana Mixta Amparo I No. 901, 33 Avenida 36-60 zona 7, Colonia Zakerty II, Guatemala jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de profesorado de Educación Física realizado por:

Sandra Elizabeth Dávila López

CARNÉ: 201415625

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”

[Handwritten signature]
 M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina
 SECRETARIO



/Sindy

PADEP/DEF No. 195-2016
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 Urbana Mixta Amparo I No. 901, 33 Avenida 36-60 zona 7, Colonia Zakerty II, Guatemala jornada matutina nivel primario”

Realizado por el estudiante:

Sandra Elizabeth Dávila López

CARNÉ: 201415625

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 de 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

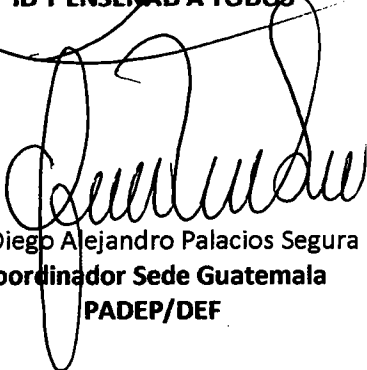
Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó 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 Urbana Mixta, Amparo I No. 901 Jornada matutina, nivel primario"** De la estudiante Sandra Elizabeth Dávila López, con carne 201415625 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. 195-2016
CODIPs. 966-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
Sandra Elizabeth Dávila López
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO NONAGÉSIMO SEPTIMO (197º) 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 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 Urbana Mixta Amparo I No. 901, 33 Avenida 36-60 zona 7, Colonia Zakerty II, Guatemala jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de profesorado de Educación Física realizado por:

Sandra Elizabeth Dávila López

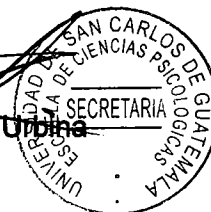
CARNÉ: 201415625

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 URBANA MIXTA AMPARO I No. 901. GUATEMALA, C.A.



Guatemala 01 de abril de 2016

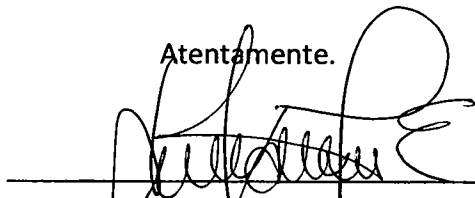
Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Estimado Licenciado Morales :

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Directora de la Escuela Oficial Urbana Mixta Amparo I No. 901. Ubicada en 33 avenida 36-60 Sakerti II zona 07, Guatemala. La Estudiante. **Sandra Elizabeth Dávila López, carné No. 201415625** 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 Urbana Mixta Amparo I No. 901. Guatemala, jornada matutina nivel primario”**. Durante todo el tiempo demostró puntualidad, responsabilidad y dedicación en las labores desempeñadas, concluyendo satisfactoriamente su sistematización.

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

Atentamente.


Nancy Walkiria de León Enriquez
Escuela Oficial Urbana Mixta Amparo I No. 901
Guatemala, Guatemala



Agradecimientos

A DIOS	Por su infinito amor y misericordia; “Oirá el sabio, y Aumentará el saber, y el entendido adquirirá consejo porque Jehová da la sabiduría, y de su boca viene conocimiento y la inteligencia.
A MIS PADRES	Abel Irán Dávila, María Inés López de Dávila (Q.E.P.D.)
A MI ESPOSO E HIJAS	Por su comprensión y apoyo incondicional
A MIS SOBRINOS	Por su amor y ayuda que siempre me brindaron
A MI PATRIA	Por ser parte del desarrollo del país
A MIS CENTROS DE ESTUDIO	E.O.U. de Niñas N° 69 Abraham Orantes y Orantes I.N.E.B. Mixto Miguel García Granados Escuela Normal de Educación Física (E.N.E.F) Universidad de San Carlos de Guatemala Facultad de Ciencias Psicológicas
A MIS COMPAÑEROS	Éxito en su vida profesional
A UN AMIGO (en especial)	Profa. Mayra Lisette Bravo y Prof. Wilder Emanuel Cardona. Mis más sinceros deseos de éxito y prosperidad en su vida profesional.

Dedicatoria

A DIOS	Por su infinito amor y misericordia; “Mejor es adquirir sabiduría que oro preciado; y adquirir inteligencia vale más que la plata”
A MIS PADRES	Por sus cuidados y haberme guiado siempre con valores
A MI ESPOSO E HIJAS	Por su comprensión y apoyo incondicional
A MIS SOBRINOS	Por su amor y ayuda que siempre me brindaron
A UN AMIGO EN ESPECIAL	Profesora Mayra Lisette Bravo Profesor Wilder Emanuel Cardona Mis sinceros deseos de éxito y prosperidad en su vida profesional
A MIS AMIGOS	Por su apoyo y motivación

Tabla de contenido

I. MARCO CONCEPTUAL	2
1.2 Justificación	3
II. MARCO METODOLÓGICO	5
2.1 Objetivos:	5
a) General:	5
b) Específicos:	5
III. MARCO TEÓRICO	8
3.1 El Rol del MEF PADEP/ DEF	8
3.1.1 Definición:	8
3.1.2 Asignatura de educación física:	8
3.1.3 El profesor de educación física:	9
3.1.4 La educación física en Guatemala:	10
3.1.5 Realidad de la educación física en los centros educativos de la capital:	11
3.2 Desarrollo integral de los estudiantes.	12
3.2.1 Definición:	12
3.2.2 Desarrollo integral en la niñez	12
3.2.3 La familia como influencia educativa en el desarrollo del niño.	13
3.2.4 Efectos negativos del desarrollo integral en los niños:	16
3.3 Ámbito biológico	18
3.3.1 Etapas del desarrollo y crecimiento infantil	18
3.3.2 Importancia del desarrollo biológico adecuado en los estudiantes:	18
3.3.3 Derechos fundamentales sobre salud:	19
3.4 Ámbito psicológico:	20
3.4.1 Etapas del desarrollo psicológico del niño teoría cognitiva (Jean Piaget)	21
3.5 Ámbito social:	22
3.6 Ámbito laboral:	23
3.6.1 Desarrollo de programas para los estudiantes de acuerdo a sus necesidades:	24
3.6.2 Ser consciente de la labor educativa:	24

IV.MARCO OPERATIVO	25
4.1Diseño de la investigación	25
4.1.1Equipo de investigación:.....	25
4.1.2 Presupuesto:	25
4.1.3 PROGRAMACION	28
V. PRESENTACION DE RESULTADOS	29
5.1 Análisis de datos.....	29
5.2 Interpretación de resultados	32
VI. CONCLUSIONES	35
VII. RECOMENDACIONES:.....	36
VIII. BIBLIOGRAFIA.....	37
IX. ANEXOS.....	38
9.1 Glosario	38
9.3 Programa de Docencia	39
JUSTIFICACIÓN:	39
PARTICIPANTES	40
9.4 Fotografías.....	42

Introducción

La Universidad de San Carlos de Guatemala, como un aporte al desarrollo del país y principalmente al de la comunidad urbana, ha implementado el programa PADEP / DEF de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y del Deporte ECTAFIDE. A través de la Facultad de Ciencias Psicológicas, con el objeto de servir de método de evaluación final, en la carrera que se imparte en esta casa de estudios que es el profesorado de segunda enseñanza, el objetivo del PADEP/ DEF es que los docentes en funciones conozcan la realidad nacional y de los centros educativos de su comunidad y pueda poner en práctica los conocimientos adquiridos durante la carrera, para que proponga alternativas de solución a un problema investigado.

El tema investigado se denomina “El rol del profesor de educación física PADEP/ DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta Amparo I No. 901 jornada Matutina”. El estudio se realizó en el área urbana de la capital específicamente en la zona 7 colonia Sakerty II de la península Bethania departamento de Guatemala, en el período comprendido del 06 al 26 de febrero del año 2016.

En la investigación se utilizó la metodología siguiente, se realizó un tipo de muestreo intencional en el cual se utilizaron diferentes tipos de herramientas para la evaluación del problema que se presenta en la E.O.U.M. amparo I Jornada Matutina, utilizando entonces lista de cotejo, y un cuestionario que sirvió para entrevistar a los niños que se tomaron como muestra, que son los que representaron a la comunidad educativa. Y el trabajo de campo utilizando una propuesta de extensión educación física de calidad.

I. MARCO CONCEPTUAL

1.1 Planteamiento del problema

La función docente es aquella de carácter profesional involucra la realización directa de los procesos sistemáticos de enseñanza aprendizaje. Lo cual encierra el diagnóstico, la planificación la ejecución y la evaluación de los mismos procesos y sus resultados. Las actividades de actualización y desarrollo pedagógico (profesionalización docente) en el PADEP de la Universidad San Carlos De Guatemala ayudan en lo siguiente. El rol como profesores de educación física, en el desarrollo integral de los niños y niñas en el ámbito biológico, psicológico, social y laboral dentro del establecimiento educativo, conlleva una responsabilidad la cual debe ser asumida con profesionalismo, requiere sensibilidad, comprensión, tolerancia y paciencia; para poder entender las necesidades de aprendizaje de los alumnos (as) demandadas por el entorno social y cultural en el que se encuentren. El problema que se ha encontrado dentro del establecimiento de la E.O.U.M. Amparo I No. 901 jornada matutina es el siguiente: La mala alimentación y los problemas familiares, divorcio de los padres, entre otros. Se presentan dentro del establecimiento educativo, esto no le permite: ni asimilar la información que se le proporcione, ni la realización de actividades físicas que se le solicite al estudiante. Los estudiantes de dicho establecimiento son de ambos sexos entre las edades cronológicas de 10 a 14 años, provenientes de colonias y asentamientos cercanos al centro educativo. De escolaridad de quinto y sexto grado de primaria sección "A" y "B", situación económica de escasos recursos, condición de salud en mal estado. En estas edades no se ve padecimiento de discapacidad física, pero en otras edades si existen niños con ese padecimiento.

- ¿Cómo detectar a un niño que presenta mala alimentación?
- ¿Cómo dar la clase de educación física a niños que presentan debilidad muscular, sueño y fatiga?
- ¿Que ocasiona que los alumnos no realicen su primera comida del día?
- ¿Cómo influye el maestro de educación física en los niños durante la clase?

1.2 Justificación

En el proceso Enseñanza – aprendizaje de la educación física el objetivo primordial es fomentar en el estudiante el hábito de la práctica de la actividad física. Pero cómo se encuentra el problema de la mala alimentación que se cree que estén padeciendo algunos estudiantes del establecimiento educativo Amparo I No. 901 jornada matutina.

Se solicitara a la directora que este en funciones el permiso para iniciar un trabajo de investigación enfocándose en el problema que es la mala alimentación de algunos alumnos de los grados de quinto y sexto grado de primaria de las secciones A y B. Tomando en cuenta que el rol del maestro de educación física es importante porque gracias a su labor educativa él puede participar en el desarrollo integral de los alumnos, en el aspecto biológico, psicológico y social dentro de la clase de educación física.

Se ha observado que el problema afecta al niño biológicamente trayéndole problemas de salud, físicamente hablando puede presentar debilidad muscular, náusea, mareo, etc. Por la falta de alimento en su organismo, puede impedir que el niño se desarrolle integralmente, afectando en el aspecto académico lógico como en sus actividades diarias. Los padres en su afán diario olvidan su labor educativa y formativa de sus hijos dejando por un lado las necesidades primordiales de ellos descuidándolos en su alimentación.

En el programa del PADEP de la Universidad de San Carlos de Guatemala están formando docentes capaces de enfrentar cualquier reto que se presente en los centros educativos. El programa instruye al docente de educación física sobre los fundamentos de la sociología, que no es más que el estudio de la vida social del ser humano y enseña a conocer la conducta humana.

Por lo tanto, vemos en qué condiciones se desarrolla la educación física en la actualidad. Los cambios que se van produciendo a través de los siglos, el docente aprende a resolver situaciones de acuerdo a lo que ha aprendido durante el curso.

Entonces el rol del docente de educación física es enseñar a los estudiantes de la comunidad educativa de la escuela Amparo I la importancia de la alimentación adecuada además introducirlo hacia una cultura de actividad física, pero se observa que la mala alimentación y la poca actividad física se debe a que los padres son los responsables en inculcarle a sus propios hijos y no lo hacen.

Es allí donde surge la participación del docente de educación física, para enseñar los buenos hábitos alimenticios a los niños y por qué deben practicar actividad física. Así mismo que lo puedan transmitir a sus padres los cuales son los encargados de la alimentación de ellos, y con eso poder evitar los malos hábitos alimenticios los cuales se dan en la mayoría de los hogares.

Se pretende buscar estrategias de inclusión a los niños que presenten cuadro de mala alimentación, además realizar actividades de convivencia en la cual los niños intercambien alimentos de su refacción antes de iniciar la clase de educación física, ayudando con esto a suplir la falta de alimento en el organismo de los niños, obteniendo con esto un desarrollo físico y mental.

Con estos cambios que se pretenden realizar, se lograría desarrollar las capacidades físicas de la comunidad estudiantil con los procesos energéticos adecuados, llevar un estilo de vida más sano evitando el sedentarismo y obteniendo con ello una cultura de actividad física en los estudiantes que serán el futuro del país.

Como profesores de educación física es necesario investigar que se puede hacer para proporcionar a los alumnos de la Escuela Amparo I Jornada Matutina, un estilo de vida saludable en todo aspecto, debe importarle la situación que estén atravesando y que pueden hacer para mejorar su situación. Gracias al programa PADEP que es la profesionalización de los docentes de Educación Física, hay una oportunidad para cambiar esa situación en la comunidad educativa de dicho establecimiento.

II. MARCO METODOLÓGICO

2.1 Objetivos:

a) General:

Identificar la relación causa y efecto del problema, analizando las características que presentan los estudiantes en cuanto a las limitaciones en su desarrollo biológico, psicológico y social de los estudiantes de la escuela Oficial Urbana Mixta Amparo I jornada Matutina.

b) Específicos:

- Diagnosticar las posibles causas que afectan a los estudiantes en el desarrollo biológico.
- Clasificar las áreas del problema tomando en cuenta el nivel socioeconómico de la población.
- Plantear propuestas de solución a los problemas de la población educativa.

2.2 Método

c) Para la siguiente investigación se utilizó la siguiente muestra

El presente estudio de investigación se realizará con niñas y niños de quinto y sexto grado del nivel primario sección A y B. Los estudiantes del establecimiento educativo E.O.U.M. Amparo I jornada matutina serán objeto de estudio, son estudiantes de ambos sexos entre las edades de 10 a 14 años. Procedentes del área urbana, de familias de escasos recursos económicos, provenientes de colonias y asentamientos cercanos al centro educativo, condición de salud presentan algunos problemas. Los estudiantes presentan algunos problemas en el organismo, como por ejemplo debilidad muscular, dolor abdominal, problemas en la piel, entre otros.

d) Recolección de datos

El total de estudiantes que asisten al centro educativo es de 127 estudiantes de los grados de quinto y sexto primario de las secciones A y B. Pero se tomarán 30 estudiantes de diferentes edades, grados y secciones para objeto de estudio. Entre los cuales serán 16 niñas y 14 niños, se realizará este estudio para verificar cuantos estudiantes tienen problemas de mala alimentación, y eso les impida su desarrollo dentro de la clase de educación física.

e) Tipo de muestreo:

Para este estudio se realizará un tipo de muestreo intencional, en el cual se utilizarán diferentes tipos de herramientas para la evaluación del problema que se presenta en la E.O.U.M Amparo I jornada matutina.

Seleccionando un grupo de estudiantes que representen a la comunidad educativa de dicha escuela, con la finalidad de obtener la información que se necesita para la investigación del problema de la mala alimentación que se cree estén padeciendo algunos estudiantes de dicho establecimiento.

A si mismo se realizará un tipo de observación la cual permitirá que a través de esta, se evalúe cómo es el actuar de los estudiantes dentro de la clase de educación física, observando las

Fortalezas y debilidades de los estudiantes. El docente evalúa una ejecución o un producto elaborado por el estudiante de una forma objetiva.

f) Descripción de las técnicas:

La técnica de observación hace posible evaluar en forma integral, es decir valorar conocimientos, habilidades, actitudes y valores. Se usará la herramienta de una lista de cotejo con seis aspectos a evaluar, para observar si el estudiante muestra, evidencia o presenta algún problema durante la clase de educación física.

También se utilizará la técnica de la entrevista: esta es desde el punto de vista general, es una forma específica de interacción social en la cual el Investigador

formula preguntas al investigado, la cual será la otra persona situada al frente del entrevistador y que a partir de las respuestas del entrevistado habrán de surgir los datos de interés.

Se establece un diálogo donde una de las partes busca recoger información y la otra parte se presenta como fuente de información. El entrevistador ara una serie de preguntas a la otra persona (entrevistado) con el fin de conocer mejor sus ideas, sus sentimientos y lo que necesite saber.

Se utilizará un cuestionario de siete preguntas para enfocar el tema que desea saber el entrevistador, con esto se llevará a cabo un diálogo en el cual interactúan ambas partes, (entrevistador y entrevistado) con esta técnica de entrevista se pretende recabar información de los estudiantes en cuanto al tema que tipo de alimento obtienen en sus hogares por medio de los padres de familia.

A continuación, se muestran las herramientas que se utilizarán para la realización de la investigación y la recolección de datos a los niños los cuales serán objeto de estudio en el establecimiento educativo E.O.U.M. Amparo I No. 901 jornada matutina, el cual consiste en una lista de cotejo con los aspectos a evaluar y el cuestionario de siete preguntas para realizar la entrevista que se llevará a cabo dentro de la escuela.

III. MARCO TEÓRICO

3.1 El Rol del MEF PADEP/ DEF

3.1.1 Definición:

El rol del docente ha tenido múltiples cambios y su función está determinada por lo que la sociedad requiere en la actualidad (Ibarra, 2006).¹ El docente pasó de ser protagonista que entrega conocimiento, a ser el mediador, que facilita el aprendizaje a través de herramientas en donde el estudiante es participe en la construcción de estos conocimientos.

Se necesita tener una información académica, que le permita estar preparado para dirigir a sus estudiantes, mediante conocimientos actuales claros (Vergara, 2011)²; tener una formación vocacional la cual le permita al docente tener una comunicación cercana, dar una información íntegra y valorice, 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 la convivencia y relaciones interpersonales en diferentes situaciones, ya que involucra y promueve el trabajo en equipo, la participación y cooperación entre los estudiantes. Ya que con esto se pretende dar una clase de Educación Física para que el estudiante sociabilice con sus compañeros.

3.1.2 Asignatura de educación física:

La educación física siempre ha sido tratada como una asignatura fácil de superar y en la que la mayoría de los estudiantes dedica su tiempo a charlar con los amigos de clase de cosas personales. Como su nombre indica, esta materia se refiere a la enseñanza del cuerpo humano y su físico, su entrenamiento, cuidado, higiene y hábitos para llevar una vida lo más saludable posible.

¹Ibarra, 2006

²Aguirre de Vergara, 2011

Esta asignatura trata temas como: capacidades físicas básicas, los hábitos alimenticios saludables, evitar las drogas y el alcohol como unos de los temas más importantes que esta asignatura trata durante toda la etapa escolar y que no mucha gente reconoce la labor del maestro- profesor. Esta signatura a nivel de la vida es la que mayores aportes otorgan a los estudiantes.

La educación física y la concienciación escolar es el mejor de los remedios médicos más importantes. Los niños /as deben saber lo relevante que será para ellos tomarse en serio las clases de educación física en su etapa primaria, y más tarde, secundaria.

La educación física debería ocupar un lugar preferentemente en la etapa de aprendizaje de todo niño / a, obteniendo hasta cuatro horas semanales, porque si bien es cierto aprender otras materias es esencial, estar sano y aprender los valores que la educación física otorga, lo son también(Importancia - Educacion Física, 2013).³

3.1.3 El profesor de educación física:

Las características que debe tener el profesor de educación física puede ser que debe poseer capacidad pedagógica, actitudes profesionales. La formación cognitiva, de contenidos a enseñar, debe ser potencializado de aptitudes y actitudes de los educandos, tener la capacidad de comprender a sus alumnos y de realizar clases entretenidas, tener apariencia agradable y presentable.

³Sportadictos.com, 2013/01, Importancia – educación física

3.1.4 La educación física en Guatemala:

La constitución política de la república de Guatemala promulga y establece como fin primordial de la educación “el desarrollo integral de la persona humana, el conocimiento de la realidad y cultura nacional y Universal”.⁴

Los principios son derecho a la educación y a la obligatoriedad de la educación. Proporcionar el servicio educativo sin discriminación, la libertad de enseñanza, así como la libertad de la familia para elegir el tipo de educación de sus hijos. La ley de Educación Nacional Vigente ratifica que los fines de la educación en Guatemala son los siguientes:

- a) Proporcionar una educación basada en principios humanos, científicos, técnicos, culturales y espirituales que forman integralmente al educando, lo preparan para la vida, para la convivencia social y les permitan el acceso a otros niveles de vida.
- b) Cultivar y fomentar las cualidades físicas, intelectuales, morales, espirituales y cívicas de la población basado en el proceso de respeto a la naturaleza y la persona humana.
- c) Fortalecer en el educando la importancia de la familia como núcleo básico social, y como primera instancia educativa.
- d) Formar ciudadanos con conciencia y que participen en los procesos educativos responsablemente.
- e) Desarrollar en el educando aptitudes y actitudes favorables para actividades de carácter físico, deportivo y estético.
- f) La equidad en el acceso a los servicios educativos.
- g) La inclusión de conceptos, valores de las culturas en el currículo para favorecer la interculturalidad.
- h) La participación de los padres de familia y las comunidades en la toma de decisiones educativas.

⁴Artículo. 72, Constitución Política de La Republica de Guatemala, pág. 21

3.1.5 Realidad de la educación física en los centros educativos de la capital:
Cuando fue creada 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. Se emite el decreto 76-97 ley Nacional para el desarrollo de la cultura física y el deporte, entonces a través del Ministerio de Educación, la Dirección General de Educación Física, es la responsable de coordinar y dar cumplimiento a la filosofía, política y directrices de la Educación Física Nacional.

En el área curricular falta la coordinación de la capacitación a maestros en servicio de los centros educativos de la ciudad capital, ya que es muy escaso y si hay capacitaciones lo realizan con personas privilegiadas dejando fuera a maestros que desean ser capacitados. Entonces se da el problema que el docente no puede actualizar sus conocimientos.

La Dirección General de Educación Física debería crear programas en los que los centros educativos de la capital participen en actividades dentro de su jornada de estudio, proporcionando la ayuda necesaria a los directores para que con esto los estudiantes puedan participar como lo hacen los estudiantes de los centros educativos privados ya que ellos si cuentan con el apoyo necesario y son estos los que participan en los JUEGOS INTERESCOLARES y no los alumnos de los centros educativos del estado.

Los niños/as de los centros educativos del estado no participan en actividades extracurriculares que la Dirección General de Educación Física coordina, por la sencilla razón que son niños de escasos recursos, por lo tanto, no pueden beneficiarse de estos programas y obtener una mejor calidad de vida. Si estos niños lograran obtener esos beneficios tendrían un desarrollo integral adecuado.

3.2 Desarrollo integral de los estudiantes.

3.2.1 Definición:

Son capacidades de los estudiantes de edad escolar nivel primario, para una educación física integral. El concepto-acción del desarrollo integral del estudiante es y será una apuesta ambiciosa, en el marco de la educación de calidad que demanda el siglo XXI para todas aquellas instituciones de este nivel. Un factor clave que influye en el desarrollo integral del estudiante, es sin duda el de la intervención Psicopedagógica, que implica el re significación y manejo de emociones, pues estas le dan sentido al conocimiento y, por ende, contribuyen a que los estudiantes logren aprendizajes significativos. Palabras clave educación de calidad, Desarrollo integral del alumno, intervención Psicopedagógica.

3.2.2 Desarrollo integral en la niñez

Hoy las instituciones de educación ante los constantes cambios económicos, sociales y políticos impulsados cada día más por los avances tecnológicos están obligadas a modificar su filosofía y dejar atrás paradigmas educativos que ya ni responden a las exigencias actuales. Tienen, por consiguiente, el gran reto de ofrecer una educación de calidad que tenga como razón principal el ser íntegro del estudiante.

Entonces una necesidad de rediseño y actualización de planes y programas de estudio para así formar personas competentes e integras, que exige principalmente el sector productivo. Particularmente partir de dos conceptos claves: el espacio educativo y el estudiante.

El espacio educativo es como el diálogo con la persona y la sociedad cobra sentido. La escuela se considera como centro de innovación educativa, el currículo como catalizador la orientación como función esencial; la autonomía como necesidad y la calidad como propósito, asumiendo los desafíos y las oportunidades en función de la voluntad de cambio y transformador social.

Es justamente a partir de la orientación como función esencial que diariamente se contribuye al desarrollo integral de nuestros niños. Considerando al estudiante como lo que justamente es: una persona con potencialidades ilimitadas.

Como lograr el desarrollo integral en la niñez, pues mediante el concepto acción del día en su formación enseñanza-aprendizaje, proceso de construcción de conocimientos, diversas estrategias de enseñanza.

Por todo lo anterior promover en los educandos, actuar y transformar la sociedad a la cual se encuentran inmersos.

Los hábitos saludables de actividad física en la formación integral del niño/a. Las formaciones de hábitos sobre actividad física van dirigidos al desarrollo integral de los estudiantes, se presenta hoy como un reto ante las necesidades que plantea la sociedad y, por lo tanto, fundamental en los distintos esfuerzos de las instituciones educativas. Palabras clave: formación integral, hábitos de actividad física saludables.

Entonces el desarrollo integral del niño/a se define como el proceso continuo permanente y participativo que busca desarrollar armónica y coherentemente todas y cada una de las dimensiones del ser humano (ética, espiritual, corporal y sociopolítica) a fin de lograr su realización plena en la sociedad(Rodríguez).⁵

3.2.3 La familia como influencia educativa en el desarrollo del niño.

La familia, la escuela y la comunidad son factores importantes para la formación de niños con necesidades educativas. La aplicación de un adecuado Método de enseñanza-aprendizaje que permita potencializar el aprendizaje significativamente pedagógico de los niños nos dará mejores resultados.

La familia, es el lugar por excelencia en donde se recibe el don de la vida como tal y se reconoce qué papel tiene el niño como miembro activo de la familia. Esta fundamentalmente desempeña un papel formativo, pues los padres educan a sus hijos de acuerdo con sus propios patrones morales, los estímulos que los niños puedan recibir tendrán una influencia muy importante en la formación de hábitos, actitudes y en su conducta fuera del hogar, es en la familia donde se propicia el ambiente, donde el niño se manifiesta tal y como es.

⁵Lic. Hernández Rodríguez, (UTNG).

Es necesario que la familia esté preparada para la llegada de un nuevo miembro (el niño), con vistas a contribuir al desarrollo y felicidad del pequeño, pues todo niño puede desarrollarse y crecer mejor si se le guía y estimula, por cuanto han de ser los padres los primeros educadores de hábitos, costumbres y actitudes correctas ya que es aquí donde empieza el desarrollo del niño.

Empieza a desarrollarse el respeto para con los semejantes y donde se crean los intereses culturales y cognitivos estables en los niños. De aquí deviene la relación que deben tener la escuela y el hogar en cuanto a todo lo relacionado con el niño. El padre debe interesarse y preocuparse con el aprendizaje de su hijo, pues, aunque la escuela instruye forma el papel formativo fundamental tiene que realizarse en el hogar.

La escuela y el hogar (la familia), son básicamente los encargados de transmitirles a los infantes desde edades tempranas los valores humanos, es por ello que es necesaria la máxima coordinación entre ambos contextos, con el objetivo de lograr una adecuada formación en los educandos.

Toda vez que el niño alcanza la edad escolar y comienza sus estudios, la familia debe tener conciencia de que la escuela no crea los elementos primarios del mundo interior del niño, sino que la familia es la que mediante su influencia educativa es la columna vertebral de la sociedad. Entonces como instrumento principal la labor conjunta que debe llevar a cabo la dirección de la escuela, los maestros y la familia, de manera tal que los criterios educativos, tanto en el hogar como en la escuela marchen a la par.

La influencia de la familia comienza desde los primeros años de vida y trasciende de ese marco inicial, manifestándose con mayor o menor fuerza a lo largo de toda la vida.

La familia es la que influye educativamente en el niño, que puede ser de manera positiva o negativa. Es en el interior de la familia donde el niño va a recibir una serie de patrones formativos que van a ser la base de su comportamiento diario.

La familia es considerada como el conjunto de personas unidas por lazos de parentesco, cuyas funciones y roles son proporcionar a sus miembros protección, compañía, seguridad, socialización y principalmente ser fuente de afecto y apoyo emocional especialmente para los niños quienes se encuentran en pleno proceso de desarrollo. Hoy en día se sabe que el tipo de relación que exista entre los padres y el niño va a influenciar en el comportamiento y en la personalidad del menor. Por ejemplo, si los padres demuestran actitudes autoritarias y violentas entonces los niños se mostrarán tímidos, rebeldes o agresivos, en un ambiente en donde se perciba violencia se convertirá en un factor que desencadene problemas de conducta, de rendimiento académico como en el desarrollo emocional y social de los niños.

Por el contrario, las personas seguras, espontáneas son aquellas que se les ha brindado la oportunidad de expresarse, de decidir y desarrollarse en un clima de afecto, confianza y armonía. Los valores son patrones de conducta que se aprenden en el hogar, desde edades muy tempranas en la escuela, esto solo se refuerza puesto que la familia es y siempre ha sido el principal agente educativo en la vida del niño.

La familia cumple diversas funciones: brinda seguridad y los recursos necesarios que el niño necesita para desarrollarse biológicamente, el cuidado que le brindan sus padres, como la alimentación y su vestuario le permitirán gozar de salud, desarrollarse y aprender habilidades básicas necesarias para su supervivencia. En la actualidad muchas familias guatemaltecas han sido afectadas por la crisis económica por la que atraviesa nuestro país, teniendo como resultado una alimentación pobre en vitaminas y minerales.

Teniendo en consideración la influencia que tiene la familia en el desarrollo integral del niño, es fundamental propiciar un ambiente libre de tensión y violencia que permitan a los niños actuar adecuadamente, desarrollar las habilidades personales y sociales que perdurarán a lo largo de su vida y que se reflejen en ellos cuando formen sus propios hogares.

Tomando en cuenta que es la familia la que influencia en el desarrollo del niño si no lo hace adecuadamente esto traerá efectos negativos en su desarrollo(Ferreyra, 2000).⁶

3.2.4 Efectos negativos del desarrollo integral en los niños:

El desempeño del escolar se puede ver afectado en función si se ha logrado o no las tareas del desarrollo de las etapas de habilidades y destrezas ya que este período puede hacer evidente algunos problemas que son el resultado de dificultades en los métodos educativos de la escuela. Efectos negativos pueden ser algunos de los que se mencionan, por ejemplo:

- a) Puede ser un niño con necesidades educativas especiales, debe ser comprendido y aceptado por sus padres y personas que le rodean, pues en ello inicia la educación. Es la que da el marco propicio para su desarrollo personal, especialmente porque es el más frágil y limitado en sus necesidades y por tanto más necesitado de ternura y comunicación, no solo verbal sino un ambiente inmediato sin embargo el niño no debe sentirse más débil que los demás o más incapacitado, los padres y el maestro deben lograr que se sienta igual que los demás. Es por esto que los padres juegan un papel fundamental en la educación de sus hijos porque todo niño es reflejo de sus padres.
- b) Existencia de problemas familiares: si hubiera estos afectan al escolar, el conocimiento de dichos problemas por el maestro, le permite elaborar estrategias individualizadas que compensen en lo posible su proceso de enseñanza-aprendizaje dentro del establecimiento educativo.
- c) Falta de comunicación y colaboración entre los padres y la escuela, para apoyar el aprendizaje de los niños, por ello tiende a ser menos exitosos, no sólo en los estudios sino en actividades cotidianas. El trabajo con los padres resulta primordial para poder establecer la estimulación del aprendizaje del niño.

⁶Ferreyra; Horacio y Gabriela Piretti; 2006; Hacia una educación con sentido Autentico.

Para el éxito del aprendizaje pedagógico en los niños es necesario una disposición efectiva favorable, tanto de los padres como del maestro, ambos influyen provechosamente sobre la necesidad para aprender y conducen a un saber duradero en el niño, para que esto se logre debe haber una atmósfera de alegría en el aprendizaje tanto en la escuela como en el hogar. “Aprender es tener experiencia, adquirir experiencia”, por medio de lo que el niño vive en la escuela y en su hogar.(Gomez, 2000)⁷

Los problemas de aprendizaje afectan a 1 de cada 10 niños en edad escolar esto preocupa a los padres ya que afecta el rendimiento escolar. El niño se esfuerza por seguir instrucciones, concentrarse, pero su dificultad está en captar y procesar la información que se le da. Estos problemas pueden ser:

- a) Dificultad para entender.
- b) Problemas para recordar.
- c) Dificultad para realizar destrezas básicas.
- d) Falta de coordinación.
- e) Tendencia a la irritación.
- f) Problemas de visión en los niños: le corresponde a los padres y maestros detectar en los niños problemas de astigmatismo o miopía, porque puede afectar el rendimiento escolar del niño.
- g) La influencia de la televisión: los niños están expuestos a la influencia de la televisión, se encuentra en una fase de sus vidas en la que se adquieren hábitos, actitudes y comportamientos que contribuyen a formar (o deformar) su persona en desarrollo. Por ello, los padres deben vigilar y guiar a sus hijos
- h) en su contacto casi cotidiano con ese medio de comunicación(Reyes, 1999).

Todos estos aspectos pueden repercutir en el desarrollo del niño tanto en el ámbito biológico, psicológico y social en sus diferentes etapas de desarrollo integral durante el crecimiento podemos ver lo siguiente:

⁷Pereira, María; 2000; Educación en Valores, México.

3.3 Ámbito biológico.

El desarrollo del niño se inscribe dentro del concepto más amplio de desarrollo humano. Este es un proceso continuo, el desarrollo se inscribe como parte integral de la salud. El desarrollo del niño/a ha sido y es una preocupación permanente. En ese sentido, toda acción a favor de los derechos del niño/a contribuye a procurar su desarrollo adecuado. La Organización Panamericana de la Salud incorpora al concepto de desarrollo dentro de la visión de salud integral del niño/a.

3.3.1 Etapas del desarrollo y crecimiento infantil

Se entiende al desarrollo humano, como producto continuo de procesos biológicos, psicológicos y sociales, se resume un todo que se construye en el niño/a. El niño es un sujeto activo de su desarrollo. Pero el crecimiento es la parte más evidente, del complejo proceso de desarrollo humano. Ese proceso transforma una célula, el óvulo fecundado, en una persona con increíbles capacidades y complejidad funcional. Ese proceso tiene su punto culminante cuando se alcanza la madurez biológica.

Primera etapa: a la edad de un mes el niño es capaz de girar la cabeza hacia la mano que le acaricia la mejilla o la boca, llevarse las manos a la boca, girar en dirección de voces y sonidos familiares, mamar el pecho y tocarlo.

Segunda etapa: en esta etapa los niños comienzan a caminar después del primer año de haber nacido. Esta es una etapa en el desarrollo de los niños y no llega a una edad específica. Es el período entre la infancia y la niñez cuando un niño crece y se desarrolla de varias maneras. Cualquier evento en esta etapa de su vida es importante. A medida que el niño domina cada etapa y sus respectivas habilidades. Pasa a una nueva etapa en su desarrollo. Este crecimiento es único para cada niño. Los niños crecen a su propio ritmo.

3.3.2 Importancia del desarrollo biológico adecuado en los estudiantes:

Entre las edades de 16 y los 20 años, antes de esa edad, es raro que las personas hayan terminado de crecer, y también lo es que sigan creciendo en la tercera década

de la vida. En cuanto al proceso de desarrollo humano adecuado en los estudiantes, vemos dos fenómenos:

- a) Cuantitativos: dados por el aumento del tamaño corporal, debido al proceso de reproducción celular, que incrementa el número de células que forman los diferentes tejidos del organismo.
- b) Cualitativos: los cuales podemos definir como de complejizarían; al ir apareciendo funciones que antes no existían. Ejemplo la reproducción en el plano neurológico, estos procesos se refieren al desarrollo de capacidades, que se irán despertando y ajustando a su debido tiempo. Aquí entran muchos factores, pero con una alimentación adecuada esto forma parte importante del desarrollo adecuado en los niños.

La importancia del desarrollo biológico adecuado en los estudiantes es que la habilidad que van adquiriendo, para mover armoniosamente los músculos de su cuerpo, y mantener el equilibrio, además de adquirir agilidad, fuerza y velocidad en sus movimientos. El ritmo de evolución varía de un sujeto a otro, de acuerdo con la madurez del sistema nervioso. El niño como constructor del conocimiento, este es el resultado de la maduración biológica.

3.3.3 Derechos fundamentales sobre salud:

Todo niño tiene derecho a informarse sobre la adecuada forma de mantener un cuerpo saludable. Las vitaminas y los minerales son elementos importantes para la salud del niño/a. Debido a que el cuerpo humano es incapaz de producir por sí mismo cantidades adecuadas de vitaminas, estas deben obtenerse de los alimentos.

El cuerpo necesita vitaminas en pequeñas cantidades y en una dieta balanceada están presentes en cantidades mínimas en los alimentos que consume el niño/a.

En edad escolar es necesario que el niño obtenga una alimentación balanceada ya que está en proceso de crecimiento. Los padres deben proveer a sus hijos una alimentación balanceada la cual tenga las vitaminas necesarias, para promover el crecimiento adecuado y normal en el cuerpo de sus hijos, estas vitaminas se

encuentran en algunas fuentes ricas incluyen verduras, productos lácteos, carnes, pescado, granos integrales, cereales, panes enriquecidos, frutas, grasas, etc.

A medida que el niño madura, el calcio es necesario para el desarrollo de huesos sanos. Obteniendo hábitos saludables en la alimentación, el niño podría desarrollarse integralmente y permitirá tener un nivel de vida saludable.

La alimentación debe proveer los grupos de nutrientes esenciales; proteínas, los carbohidratos, fibras, ácidos grasos esenciales y las vitaminas antioxidantes. Los músculos, la piel, los órganos, los huesos necesitan vitaminas es por ello, diariamente hay que ingerir una ración de estas proteínas, carbohidratos, grasas buenas, fibra, además beber suficiente agua pura.

Hacer 30 minutos de ejercicio al día como mínimo ayudarán al buen desarrollo en el niño, debe dormir bien, y que en todo plan de alimentación están prohibidas los alimentos chatarra y repletos de grasa, esto perjudica al desarrollo nutricional en el niño/a.

Lo importante es concientizar a los padres de familia sobre la adecuada forma de alimentar a sus hijos, y al niño explicarle la importancia de una alimentación balanceada. Un adecuado desarrollo biológico del organismo humano requiere un cuidado, un esmero, una dieta balanceada evitará enfermedades de diferente índole en el niño en edad escolar. No puede haber o esperarse una población sana y vigorosa allí donde reina una pobreza alimenticia extrema. Más bien, veremos que abundarán enfermedades. Si una dieta rica y bien balanceada podemos añadir, aunque sea en menor proporción, cierto nivel de salubridad y comodidad habitacional, estaremos en el camino correcto para asegurar un adecuado y sano desarrollo físico químico y biológico en el ser humano(Uribe, s.f.).⁸

3.4 Ámbito psicológico:

No solo crecen en estatura, sino también interiormente. El niño pasa por varias etapas durante su desarrollo psicológico hacia la edad adulta por eso es necesario

⁸Uribe Martha, Monografías de Salud, www.abnutricion.com/

conocer del tema para ayudarlos en su educación. De hecho, los niños progresan gradualmente en el ámbito cognitivo, afectivo, sexual y social.

3.4.1 Etapas del desarrollo psicológico del niño teoría cognitiva (Jean Piaget)
Pasa de lo sensorial y motriz a lo concreto hacia lo abstracto y complejo del pensamiento. Etapas o fases del desarrollo:

De 0 a 2 años primera infancia etapa de descubrimientos, tiene ante sí un mundo totalmente nuevo. La figura materna durante esta etapa, el recién nacido considera a la madre como una prolongación de su cuerpo. Sonrisas: aparecen como una expresión de alegría del bebé en relación a un objeto externo.

De 2 a 5 años segunda infancia etapa de pequeños exploradores. Diferencias sexuales anatómicas: su interés por lo que le distingue de los niños del sexo opuesto. Relaciones afectivas: el niño ya se relaciona con sus hermanos y otras personas de la familia. Creatividad: la lectura de cuentos, contribuye al desarrollo de su pensamiento. Socialización: la etapa preescolar facilita las relaciones sociales. Control de necesidades fisiológicas: este es un avance en la autonomía del niño.

De 5 a 11 años (tercera infancia o niñez): voy a la escuela... maestros y compañeros. La vida como una aventura: el pensamiento del niño es cada vez más flexible, y ya es capaz de relacionar ideas y conceptos nuevos. La entrada a la escuela: se trata de un contexto más estructurado, con normas sociales necesarias para que todos los estudiantes aprendan. El profesor se convierte en una nueva figura de adulto significativo para el niño, haciendo uso de:

- El tiempo libre: los niños necesitan jugar con sus amigos y correr al aire libre.
- Juego en equipo: en esta etapa aprenden a tener empatía y a cambiar su perspectiva para ponerse en el lugar de otra persona.

De 11 a 16 años, la primera adolescencia “yo, mis amigos y el mundo”.

Transformación: se vuelve cada vez más independiente, a la vez que se desarrolla físicamente.

Interés por el otro sexo: la atracción, la curiosidad y los enamoramientos los descolocan.

Cambio de mentalidad: desarrolla la lógica por deducción y la creación de hipótesis.

Responsabilidad: en la transición hacia la edad adulta busca un camino propio.

3.5 Ámbito social:

En este ámbito el niño en etapa de edad preescolar dependerá menos de los padres, será menos egoísta, su sentido de identidad es más fuerte y más seguro, jugará con otros niños, interactuando en lugar de jugar cada quien por su lado. En el proceso, reconocerá que no todos piensan igual a él. Empieza a desarrollar amistad, descubrirá que tiene cualidades especiales que lo hacen agradable, una revelación fundamental que estimula su autoestima.

Esta área socio afectiva empieza a desarrollarse desde la vida intrauterina del niño, abarca dos partes social y afectiva. El desarrollo social se define como la adquisición de la capacidad para comportarse ante la sociedad. A esto le podemos llamar proceso de socialización por medio del cual, el niño aprende reglas que le permiten la adaptación al medio social.

Por otra parte, el desarrollo emocional es el estudio de las emociones de los niños, esto va a depender del conocimiento que va adquiriendo sobre su persona, sobre su cuerpo y sus facultades". El afecto que el niño va adquiriendo determinará su capacidad para adaptarse a la vida. La sonrisa social en el niño marca el inicio de la vida socio-afectiva desde temprana edad.

A partir de los 3 años de edad se presenta el juego asociativo o en conjunto (pero no tiene una secuencia clara). A partir de los 5 años de edad aparece el juego corporativo en el que cada niño asume un rol determinado (el juego tiene un sentido y un orden).

Al considerar el juego como una actividad social, por la manera como juegan los niños se considera al juego como el alcance de la interacción social con otros niños(Escuela de Padres, s.f.).⁹

3.6 Ámbito laboral:

El papel del docente es crear una educación física con valores educativos, los valores constituyen una parte importante de la vida espiritual e ideológica de la sociedad, por eso se precisa de ellos para el desarrollo de los pueblos. Desde el siglo XIX los pedagogos se dedicaron al proceso de formación de la conciencia, la sociedad actual exige nuevos retos pues existe una crisis de valores

El docente de educación física la finalidad de éste es que a través del currículo usar el conocimiento formativo de la disciplina para promover el desarrollo integral del niño. Esto porque se considera al estudiante (el niño), como el centro del proceso enseñanza y aprendizaje. Como ser humano con la capacidad para construir o reconstruir el conocimiento.

El maestro de educación física debe trabajar el desarrollo individual en sus alumnos, el manejo del ambiente y las relaciones interpersonales. Además, estar físicamente capacitado para lograr sus propósitos, presentarle información al estudiante en cuanto a la asignatura de educación física y sus beneficios, esto será procesado por el niño, para transformarlo en conocimiento de su propia interpretación.

El maestro utilizará las actividades físicas y de movimientos como medios para facilitar el aprendizaje de los estudiantes, lograr evidenciar a corto plazo el logro de los objetivos de las lecciones y a largo plazo el logro de los estándares educativos. Se espera formar a una persona educada integralmente, esto significa que será una persona que poseerá las destrezas necesarias en una variedad de formas y manera de movimientos; que participará regularmente de actividades como parte de su vida diaria, conocerá sobre el movimiento y los beneficios de participar de estas

⁹Escuela de Padres; www.educapeques.com

actividades; y que valorará la actividad física y su relación con un estilo de vida saludable y significativo.

3.6.1 Desarrollo de programas para los estudiantes de acuerdo a sus necesidades: Después de numerosas iniciativas de investigación, paneles de discusión ha quedado en evidencia la urgente necesidad de desarrollar un nuevo tipo de programa para niños, de acuerdo a las necesidades que cada cual tenga como ser individual en etapa de formación dentro del sistema educativo.

Alentar la participación activa de los estudiantes para promover la salud a largo plazo. Cualquier estrategia de actividad debe tomar en cuenta las características agradables que mejor motiven a los niños.

3.6.2 Ser consciente de la labor educativa:

Como profesores de educación física promover el desarrollo de valores, la ética, y el juego limpio en los estudiantes, promover la salud física y mental en los niños, promover la interacción social en los estudiantes y aprovechar al máximo a la educación física como socialización entre los estudiantes. Debido a la carencia de material didáctico, construir material a partir de objetos reciclables. Utilizar adecuaciones curriculares en la clase de Educación Física si fuera necesario.

IV.MARCO OPERATIVO

4.1Diseño de la investigación

4.1.1Equipo de investigación:

El presente trabajo de investigación lo realiza el docente del centro educativo. La profesora de Educación Física Sandra Elizabeth Dávila López de Samayoa, quien es la persona que ha identificado el problema que se da en la E.O.U.M. Amparo I No. 901 jornada matutina del sector de la zona 7 del área urbana de esta capital.

Con el apoyo de la directora del plantel educativo la profesora- directora Nancy de León de Díaz, la cual será la persona que a solicitud de la profesora de educación física Sandra Dávila, otorgará los permisos para realizar el proyecto de investigación sobre el tema la mala alimentación que padecen algunos niños dentro del establecimiento educativo.

Esto también con el apoyo de los profesores de grado, los cuales permitirán que los alumnos realicen unas pruebas, que se estarán llevando a cabo para recolectar la información necesaria. Siendo profesores de los grados de quinto y sexto primaria sección A y B los siguientes:

- 5 ° sección A Profesor Ernesto Gúdiel.
- 5 ° sección B Profesora Brenda Lucrecia de Sandoval.
- 6 ° sección A Profesora Nancy Aguilar.
- 6 ° sección B Profesora María José Parras.

4.1.2 Presupuesto:

- Recurso humano: en este apartado se mencionan los participantes como recurso humano el número total de participantes para la investigación será de 36 personas entre las cuales se encuentran en orden de jerarquía.
- La directora del plantel educativo.
- La Maestra de educación física que es la persona encargada de la investigación.
- Los cuatro maestros de grado, un profesor y tres maestras.

14 niños y 16 niñas de 5º y 6º grado de primaria sección A y B de diferentes edades los cuales serán la muestra tomada de entre los demás alumnos y los que ayudarán en la recolección de datos para el proceso de investigación.

Para el proceso de investigación se utilizó recurso de tecnología como por ejemplo computadora, una tableta, un teléfono celular, internet en casa, una memoria USB todo esto sirvió para poder realizar la investigación sobre los temas detallados en el marco teórico, además para tomar las fotografías y así poder dejar evidencia del trabajo que se realizó.

Se hicieron gastos por ejemplo pagar fotocopidora para reproducir las herramientas que se utilizan en la entrevista para cada uno de los niños, transporte que utilizará el docente para la realización de la sistematización la cual se llevara a cabo en el centro de estudio del docente que es la universidad San Carlos de Guatemala Escuela de Psicología CUM Central, su alimentación durante este estudiando el docente, a continuación, se detalla mejor la información con nombres y cifras.

Presupuesto de gastos en la realización del proyecto de investigación en la Escuela Oficial Urbana Mixta Amparo I N° 901 Jornada Matutina.

RECURSOS	COSTOS
1) Una tableta	Q600.00
2) Un teléfono móvil total	Q500.00
3) Internet	Q450.00
4) Alimentación	Q300.00
5) Transporte	Q200.00
6) Impresiones	Q150.00
7) Memoria USB	Q100.00
8) Fotocopias	Q 75.00
total	Q 2,375.00l

4.1.3 PROGRAMACION

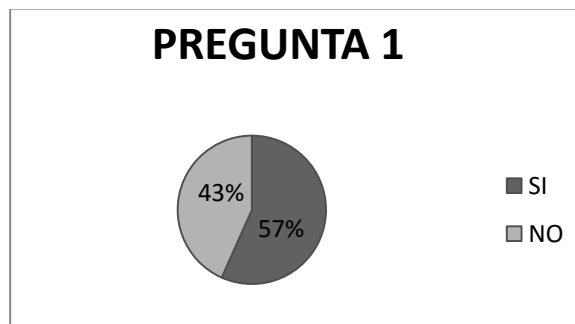
ACTIVIDADES	MESES															
	ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL			
	SEMANAS															
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
FASE I																
Identificación de fuentes bibliográficas																
Acopio de información bibliográfica																
Construcción del marco teórico																
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 RESULTADOS

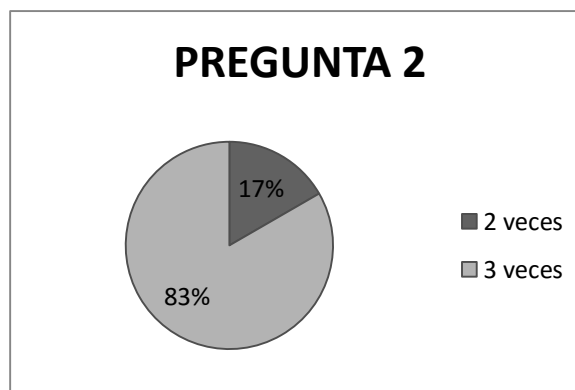
5.1 Análisis de datos.

De acuerdo a la investigación hecha, se realizaron 7 preguntas en cuanto a la alimentación que obtienen los estudiantes de la E.O.U.M. Amparo I No. 901, donde se tomó la muestra de 30 estudiantes; tanto hombres como mujeres, con edades entre 10 -14 años, que en su mayoría cursa el grado de 5to. Y 6to. Primaria, el cual fue objeto de estudio para esta investigación, dando como respuesta los siguientes resultados.

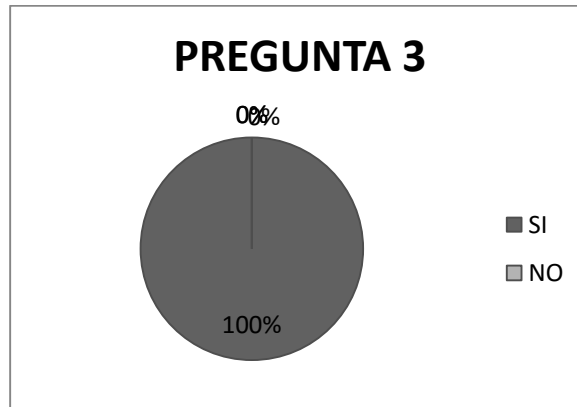
Pregunta: 1. ¿Desayunas antes de venir a la escuela?



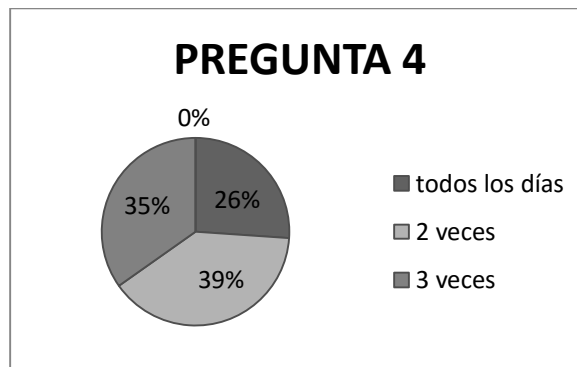
Pregunta 2: ¿Cuántas veces al día ingieres alimentos?



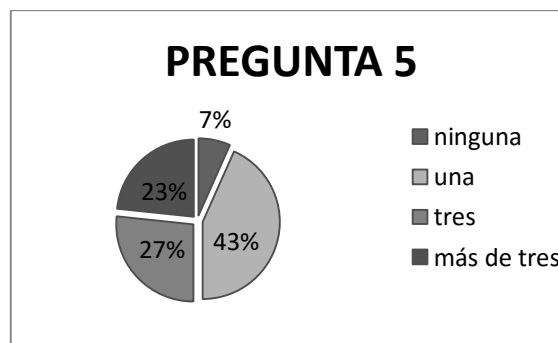
Pregunta 3: ¿crees que es necesario ingerir alimento saludable (frutas y verduras)?



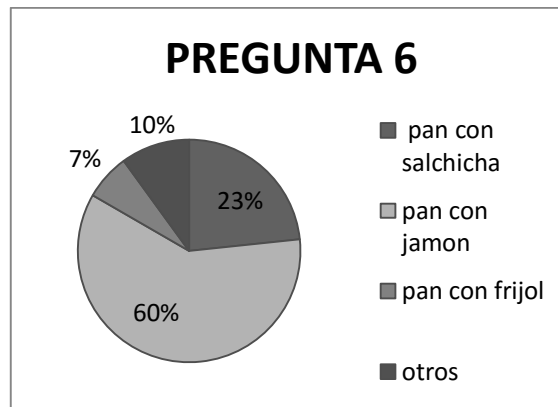
Pregunta 4: ¿Con que frecuencia te alimentas con frutas y verduras?



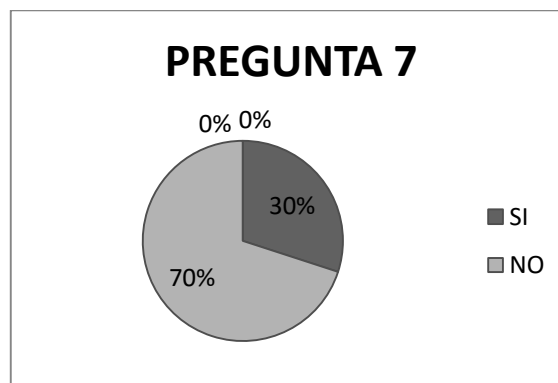
Pregunta 5: ¿Cuántas golosinas consumes al día?



Pregunta 6 ¿Qué alimento llevas a la escuela para tu refacción?



Pregunta 7 ¿Sabes que pasaría en tu cuerpo si consumes muchas golosinas?



5.2 Interpretación de resultados

Análisis: 1

El resultado obtenido de la muestra de 30 estudiantes entre hombre y mujeres nos dice que 17 niños SI desayunan antes de llegar a la escuela con un porcentaje del 57% de la muestra y donde 13 niños dijeron que NO desayunan antes de llegar a la escuela dando un porcentaje del 43% de la muestra. Con esto nos damos cuenta que en su mayor porcentaje los estudiantes si desayunan, pero la diferencia entre los que si desayunan y no desayunan es muy corta

Análisis: 2

En el resultado obtenido de la muestra de 30 estudiantes entre hombres y mujeres nos dice que 5 niños ingieren alimento dos veces al día dándonos un porcentaje del 17 % de la muestra y por el contrario 25 niños ingieren alimento 3 veces al día dando un porcentaje del 83 % de la muestra. Con esto nos damos cuenta que en su mayoría los estudiantes si logran alimentarse lo necesario, pero en la minoría no tienen las posibilidades necesarias para su alimentación diaria.

Análisis: 3

En el resultado obtenido de la muestra de 30 estudiantes entre hombres y mujeres nos dice que los 30 niños coinciden en la misma respuesta y creen que si es necesario ingerir alimento saludable de frutas y verduras, dándonos un porcentaje del 100 % total de la muestra. Con esto nos damos cuenta que en su totalidad de los estudiantes saben que es necesaria una alimentación saludable.

Análisis: 4

En el resultado obtenido de la muestra de 30 estudiantes entre hombres y mujeres nos dice que 6 niños se alimentan con frutas y verduras todos los días dándonos un porcentaje del 26 % de la muestra y 9 niños lo hacen 2 veces por semana dando un porcentaje del 39 % de la muestra y 15 niños lo hacen 3 veces por semana. Con esto nos damos cuenta que de la muestra que se tomó la minoría de los niños consume frutas y verduras toda la semana y que los demás niños no consumen estos alimentos como debe de ser.

Análisis: 5

En el resultado obtenido de la muestra de 30 estudiantes entre hombres y mujeres nos dice que 2 niños no consumen ninguna golosina, dándonos un porcentaje del 7 % de la muestra y en donde 13 niños consumen una golosina al día dando un porcentaje del 43 % de la muestra, además tenemos que 8 niños consumen 3 golosinas al día dando un porcentaje del 27 % de la muestra, y que 7 niños consumen más de tres golosinas al día dando un porcentaje del 23 % de la muestra. Con esto nos damos cuenta que es bajo el porcentaje de niños que no consumen golosinas contribuyendo con esto a tener un organismo saludable. Por el contrario, se ve alto el porcentaje de los niños que consumen demasiadas golosinas al día perjudicando con esto su organismo.

Análisis: 6

En el resultado obtenido de la muestra de 30 estudiantes entre hombres y mujeres nos dice que 7 niños llevan para su refacción pan con salchicha dándonos un porcentaje del 23 % de la muestra y que 18 niños llevan pan con jamón dando un porcentaje del 60 % de la muestra y que 2 niños llevan pan con frijol dando un porcentaje del 7 % de la muestra además 3 niños llevan pan con otro tipo de alimento entre los cuales se mencionan por ejemplo pollo, crema o paté dando un porcentaje del 10 % de la muestra. Con esto nos damos cuenta que la mayoría de estudiantes consume a diario pan y jamón en la refacción olvidando las frutas diarias como complemento a esta. Vemos que no hay una lonchera saludable

Análisis: 7

En el resultado obtenido de la muestra de 30 estudiantes entre hombres y mujeres nos dice que 9 niños si saben que pasaría con su cuerpo al consumir muchas golosinas dándonos un porcentaje del 30 % de la muestra y en donde 21 niños no saben qué pasaría con su cuerpo al consumir mucha golosina dando un porcentaje del 70 % de la muestra. Con esto nos damos cuenta que muy pocos niños tienen información sobre que alimento puede o debe consumir para poder nutrir mejor su cuerpo, por el otro lado vemos que la mayoría de niños ignora el daño que ocasiona a su cuerpo al consumir mucha golosina y que con esto está mal nutriéndose

VI. CONCLUSIONES

- De acuerdo a la investigación realizada con los estudiantes de la escuela oficial urbana mixta No. 901 Amparo I jornada matutina, se pudo observar que algunos estudiantes tienen problemas en su desarrollo integral debido a que no consumen los nutrientes necesarios en su alimentación diaria.
- Se comprobó que los niños y niñas del establecimiento educativo en su mayoría son de escasos recursos y esto no les permite ingerir alimento adecuado en su proceso de desarrollo impidiendo desarrollar sus capacidades físicas e intelectuales.
- Tomando en cuenta el nivel socioeconómico de los padres de familia de estos niños y que, por no tener una buena alimentación, de acuerdo a las características individuales y condiciones biológicas de cada persona, se observó niños y niñas con baja estatura comparados con los compañeros de su misma edad. Además, con problemas de obesidad por el consumo de alimento no adecuado como grasas saturadas, también problemas de salud por ejemplo debilidad muscular, dolor abdominal, dolor de cabeza, entre otros.
- Se pudo investigar que de cinco tiempos de comida que todo ser humano debe consumir al día, en estos hogares de la escuela Amparo I No. 901 jornada matutina los niños de esa comunidad educativa sus padres les pueden otorgar dos o tres tiempos de comida y en mínimas raciones.
- El estudio que se realizó nos indica que por no tener los nutrientes necesarios en su alimentación diaria algunos alumnos exceden la edad cronológica que deberían tener para encontrarse en el área de primaria, siendo ya unos jóvenes que deberían estar en el área del nivel básico y es por ello que no se sienten bien con sus compañeros y molestan a los más pequeños, muestran desgano y su aprendizaje es muy pobre corriendo el riesgo de perder el ciclo escolar

VII. RECOMENDACIONES:

- Se recomienda que los estudiantes comiencen a practicar hábitos alimenticios de acuerdo al presupuesto de sus padres ingiriendo verduras y legumbres dentro de sus hogares.
- Se recomienda a la directora del plantel educativo que, por medio de una reunión de padres de familia, se pueda orientar a los padres de familia como deben alimentar a sus hijos sin gastar mucho dinero proporcionando los nutrientes necesarios y con esto mejorar los hábitos alimenticios de sus niños.
- Se recomienda a los niños llevar al centro educativo una lonchera saludable que contenga alimento como frutas, verduras, en vez de jugos enlatados llevar un pachón de atol y evitar consumir bolsas de golosinas, con esto evitarán el sobrepeso, dolor abdominal y otros problemas de salud.
- Como se ve la falta económica dentro de los hogares de esta comunidad educativa se recomienda hacer tres tiempos de comida y dos refacciones de un vaso de atol uno por la mañana y el otro por la tarde para suplir los nutrientes faltantes de una dieta balanceada.
- Se recomienda a la directora del establecimiento educativo emplear una refacción adecuada a las necesidades de la población educativa ya que en su mayoría son de escasos recursos y tratar de hacerlo lo más frecuente posible si su presupuesto se lo permitiera.

VIII. BIBLIOGRAFIA

Armando G. Agallo Barrios Dinámica de grupos Didáctica Contemporánea.

Constitución Política de la República de Guatemala.

Ferreira, Horacio y Gabriela Pietri (2006) hacia una educación con sentido autentico
Buenos Aires Noveduc.

Guía Práctica Para Organizadores de Festivales Mini Atletismo Edición (2013)
Federación Nacional de Atletismo Guatemala.

Ley Nacional Para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte (2010) Guatemala.

Lic. María Elena Hernández Rodríguez Universidad Tecnológica de Norte de
Guanajuato (UTNG).

Manuel Rueda Alarcón (1983) Teoría y Práctica Recreativa Ciudad de Quito
Ecuador.

Pereira de Gómez María Nieves (2000) Educación en Valores. México Trillas.

Reyes González Alejandro (1999) Técnicas y Modelos de calidad en el salón de
clase. México Trillas ITEMS.

IX. ANEXOS

9.1 Glosario

- **Constructivismo:** es un enfoque que sostiene que el individuo tanto en los aspectos cognoscitivos y sociales del comportamiento como en los afectivos – no es un mero producto del ambiente ni un simple resultado de sus disposiciones internas, sino una construcción propia que se va produciendo día a día como resultado de la interacción entre esos dos factores.
- **Fundamentación:** es el procedimiento mediante el cual se recopila la información que se requiere para sustentar, teórica y conceptualmente una investigación.
- **Inclusión:** se denomina inclusión a toda actitud, política o tendencia que busque integrar a las personas dentro de la sociedad, buscando que estas contribuyan con sus talentos y a la vez se vean correspondidas con los beneficios que la sociedad pueda ofrecer. Este tipo de integración debe llevarse a cabo tanto desde el punto de vista económico, educativo, político, etc.
- **Justificar:** alinear o justificar texto. La alineación del texto es un atributo de formato de párrafo que determina la apariencia del texto de un párrafo completo. Por ejemplo, en un párrafo que se alinea a la izquierda (la alineación más común), el texto se alinea con el margen izquierdo.
- **Planteamiento:** acción de plantear, hay que aplicar la lógica para el correcto planteamiento de la ecuación, la acción y efecto de plantear se conoce como planteamiento. El verbo plantear refiere a proponer, exponer o suscitar un tema una duda o un problema: poner en ejecución una reforma o un sistema o enfocar la solución de un problema, aunque no se llegue a obtenerla.
- **Proceso energético:** son las vías metabólicas por las que el organismo se nutre de energía para su funcionamiento.

9.3 Programa de Docencia

Esta propuesta se realizará dirigida a los niños objeto de estudio de la muestra que se tomó para la investigación sobre la alimentación que recibe en sus hogares del centro educativo de la E.O.U.M. Amparo I No. 901 Jornada matutina. Ubicada en la 33 avenida 36-60 colonia Sakerty II zona 7 ciudad capital Guatemala. Será una convivencia entre los alumnos de los diferentes grados de quinto y sexto grado de primaria ambos sexos.

JUSTIFICACIÓN:

El presente trabajo se desea realizar con el objetivo de concientizar a los alumnos de la importancia de una alimentación balanceada, lograr que ellos comprendan lo importante que es para el proceso de crecimiento normal, durante las etapas de crecimiento durante la edad escolar. Lo fundamental que es para un desarrollo integral del ser humano y de sus capacidades físicas e intelectuales, por lo que se hace necesaria una dieta en la que estén presentes todos los grupos básicos de alimento, que proporcionen: Minerales, Vitaminas y Antioxidantes necesarios de acuerdo a las características individuales y condiciones biológicas de cada persona.

El maestro de educación física es el mediador, que facilita el aprendizaje a través de herramientas en donde el alumno es participe en la construcción de estos conocimientos. El docente también juega un papel socializador, facilitando la convivencia y relaciones interpersonales en diferentes situaciones, ya que involucra y promueve el trabajo en equipo, la participación y cooperación entre los estudiantes. Con esto se pretende dar una clase de educación física de calidad y consiguiendo con esto que los alumnos sociabilicen entre ellos por medio de la convivencia.

El maestro observa que hay deficiencia al realizar actividades motrices, se puede deber a que en muchas ocasiones algunos niños llegan a la escuela con el mínimo de alimento para el consumo energético necesario, para realizar actividades en la clase de educación física y es por esto que se presenta esta propuesta de convivencia entre los estudiantes.

Dando a conocer a los estudiantes los beneficios de asistir a la clase de educación física, y lo importante de practicar hábitos saludables, en cuanto a una alimentación balanceada y la práctica activa de los ejercicios.

OBJETIVO GENERAL:

El alumno muestra capacidad para relacionarse con otras personas de forma positiva en diversas situaciones.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- El alumno reconoce la importancia y los beneficios de desarrollar las habilidades para relacionarse con otras personas.
- El alumno muestra disposición para aplicar virtudes humanas en situaciones relacionadas con la actividad física y de convivencia.

LUGAR Y FECHA DE REALIZACIÓN:

Se realizará en la E.O.U.M. Amparo I No. 901 Jornada Matutina del nivel primario. Ubicada en la 33 avenida 36-60 colonia Sakerty II zona 7 ciudad capital Guatemala, el día viernes 11 de marzo del 2016.

POBLACION OBJETIVO:

Dirigida a alumnos que fueron la muestra que se tomó para objeto de estudio de la sistematización.

PARTICIPANTES:

Serán un número de 30 alumnos de los diferentes grados de quinto y sexto grado de primaria sección A y B ambos sexos y la maestra de educación física.

METODOLOGÍA A UTILIZAR:

Primero se realiza la solicitud a la directora de la escuela el permiso respectivo para la realización de la actividad, luego se informa a los alumnos de la actividad y que deberán llevar para la misma, ya planificada la actividad se procede a trabajar el día, hora y lugar programado realizando un desayuno como convivencia entre los alumnos y la maestra explicando la importancia y lo fundamental que es el primer alimento del día en el desarrollo integral del ser humano.

Luego se procede a realizar un juego de convivencia entre los alumnos logrando con esto que interactúen entre ellos. A si mismo enseñar a los alumnos la práctica de hábitos saludables en cuanto a que primero se debe ingerir alimento y luego de debe realizar actividad física para que no tengan ninguna complicación en su organismo y puedan desarrollar sus capacidades físicas e intelectuales y obtener con esto un estilo de vida saludable.

DESARROLLO TEMATICO:

Importancia de la alimentación en el desarrollo integral del ser humano.

RECURSOS:

- Humano, la directora del plantel educativo, la maestra de educación física los alumnos de los grados de quinto y sexto primaria sección A y B.
- Espacio físico cancha deportivo de la escuela.
- Alimentos proporcionados por los mismos alumnos y por la maestra de Educación Física

INDICADOR DE LOGRO:

Lograr que los alumnos participantes en la actividad de convivencia logren interactuar sin dificultad, y a la vez puedan practicar las virtudes humanas aprendidas en el hogar y reforzarlas en la escuela durante la actividad.

TIEMPO DE LA ACTIVIDAD:

Tendrá una duración de una hora aproximadamente.

EVIDENCIA DELA ACTIVIDAD:

Se presentarán fotografías de la realización de la actividad dentro del establecimiento educativo.

9.4 Fotografías

