

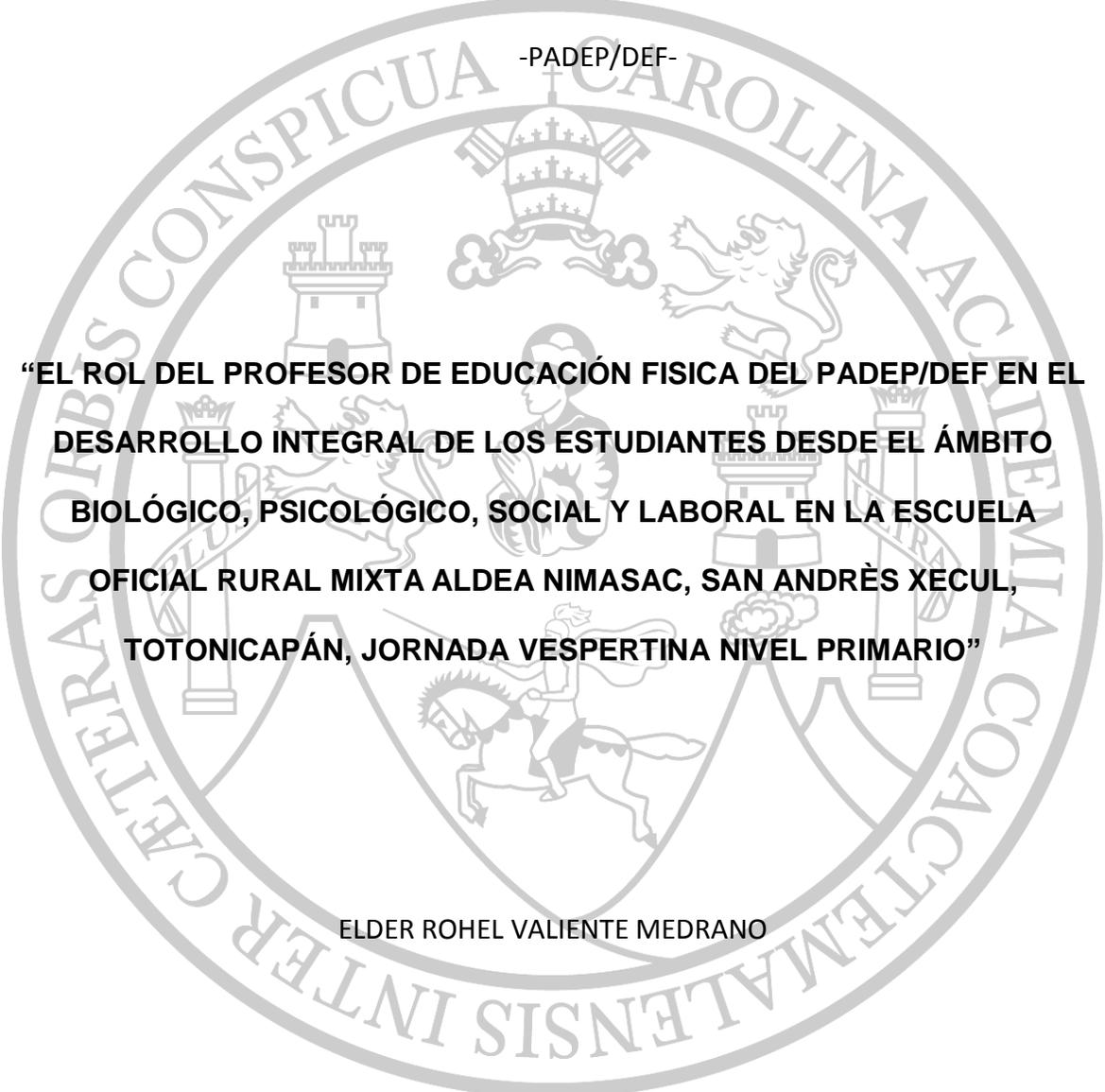
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD

FÍSICA Y EL DEPORTE –ECTAFIDE-

-PADEP/DEF-



**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP/DEF EN EL  
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO  
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA  
OFICIAL RURAL MIXTA ALDEA NIMASAC, SAN ANDRÈS XECUL,  
TOTONICAPÁN, JORNADA VESPERTINA NIVEL PRIMARIO”**

ELDER ROHEL VALIENTE MEDRANO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD

FÍSICA Y EL DEPORTE –ECTAFIDE-

-PADEP/DEF-

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP/DEF EN EL  
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO  
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA  
OFICIAL RURAL MIXTA ALDEA NIMASAC, SAN ANDRÉS XECUL,  
TOTONICAPÁN, JORNADA VESPERTINA NIVEL PRIMARIO”**

POR

ELDER ROHEL VALIENTE MEDRANO

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 LÓPEZ AVENDAÑO

LICENCIADO RONALD GIOVANNI MORALES SÁNCHEZ

**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. 29-2016  
CODIPs. 2269-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante  
Elder Rohel Valiente Medrano  
PADEP/DEF  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto TRIGÉSIMO (30°) 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:

**“TRIGÉSIMO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac, San Andrés Xecul, Totonicapán, jornada vespertina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

**Elder Rohel Valiente Medrano**

**CARNÉ: 201415621**

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

  
M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
SECRETARIO





**PADEP/DEF No. 029-2016**  
28 de Julio de 2016

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

Estimados Señores:

Me dirijo a ustedes para informarles que la **Licenciada Dora Virginia Tobías Calderón** ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE SISTEMATIZACIÓN** titulado:

**“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac, San Andrés Xecul, Totonicapán, jornada vespertina nivel primario”**

Realizado por el estudiante:

**Elder Rohel Valiente Medrano**

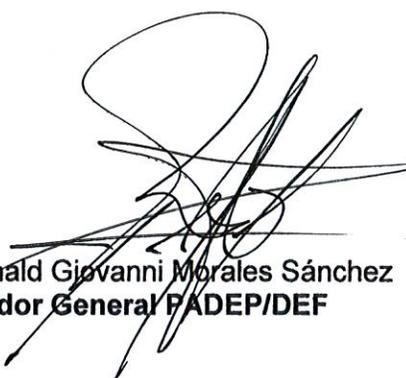
**CARNÉ: 201415621**

Carrera: **Profesorado de Educación Física**

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

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

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



/Sindy



Guatemala 06 mayo 2016

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

Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulado **El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea Nimasac, San Andrés Xecul, Totonicapán, jornada vespertina, nivel primario**. Del estudiante Elder Rohel Valiente Medrano, con carne 201415621 de la carrera del Profesorado de Educación Física, del Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física PADEP/DEF.

Sin otro particular y agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

**"ID Y ENSEÑAD A TODOS"**

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





C.c. Control Académico  
 Archivo  
 Reg. 029-2016  
 CODIPs. 800-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante  
 Elder Rohel Valiente Medrano  
 PADEP/DEF  
 Escuela de Ciencias Psicológicas  
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto TRIGÉSIMO (30º) 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:

**“TRIGÉSIMO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac, San Andrés Xecul, Totonicapán, jornada vespertina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

**Elder Rohel Valiente Medrano**

**CARNÉ: 201415621**

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

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

  
 Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina  
 SECRETARIO



/Sindy

Guatemala 01 abril 2016

Licenciado  
Ronald Giovanni Morales Sánchez  
Coordinador General  
PADEP/DEF  
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Director de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac Jornada Vespertina de San Andrés Xecul Totonicapán, el estudiante **Elder Rohel Valiente Medrano**, carné No. **201415621**, desarrollo su Sistematización con el tema **"El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac, San Andrés Xecul, jornada vespertina nivel primario"**. Durante todo el tiempo demostró puntualidad, responsabilidad y dedicación en las labores desempeñadas, concluyendo satisfactoriamente su Sistematización.

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

Atentamente,

  
Prof. Diego Noé Xilol Chan  
Director

Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac J.V.  
San Andrés Xecul Totonicapán



## DEDICATORIA

Al Dador de la Vida y del Conocimiento: por iluminarme en mi formación académica

A mis Padres Ramiro Valiente y Otilia Medrano: por el apoyo incondicional, motivación, entusiasmo, amor en mi formación académica

A mis Hermanos: por el apoyo que me brindaron a lo largo de mi formación académica.

A mi novia: Por su amistad, cariño, comprensión, motivación y amor que me motivan a seguir adelante día a día.

## ÍNDICE

	<b>Pág.</b>
I. MARCO CONCEPTUAL.....	1
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
1.2 JUSTIFICACIÓN.....	5
II. MARCO METODOLÓGICO.....	7
2.1 OBJETIVOS.....	7
2.1 MÉTODO.....	7
III. MARCO TEÒRICO.....	10
3.1.1 El rol del profesor de educación física.....	10
3.1.2 Educación física.....	10
3.1.3 El juego en los niños.....	10
3.1.4 Deporte recreativo.....	10
3.1.5 Actividad física.....	11
3.2 Desarrollo integral de los estudiantes.....	11
3.2.1 La integración en el aula de educación física.....	12
3.2.2 Integración.....	12
3.2.3 Escala de desarrollo motriz en el niño.....	13
3.2.4 Desarrollo motriz.....	13
3.2.5 Desarrollo psicomotor.....	13
3.3 Ámbito Biológico.....	13
3.3.1 Biología.....	13
3.3.2 Beneficios de la educación física.....	13
3.3.3 Nutrición deportiva.....	15
3.3.4 Macronutrientes.....	15
3.3.5 Micronutrientes.....	16
3.3.6 Alimentación inadecuada.....	16

3.3.7 Dieta.....	16
3.3.8 Dieta balanceada.....	17
3.3.9 Bajo rendimiento.....	17
3.3.10 Cansancio.....	17
3.3.11 Peso.....	18
3.3.12 Talla.....	18
3.3.13 Índice de masa corporal.....	18
3.3.14 Deshidratación.....	18
3.4 Ámbito psicológico.....	19
3.4.1 Psicología deportiva.....	19
3.4.2 Estabilidad emocional.....	19
3.4.3 Desconcentración y Concentración.....	19
3.4.5 Maltrato infantil.....	20
3.4.6 Desintegración familiar.....	20
3.4.7 Problemas de la desintegración familiar.....	20
3.5 Ámbito social.....	22
3.5.1 Sociología.....	22
3.5.2 Construcciónismo social.....	22
3.5.3 Conductismo.....	22
3.5.4 Métodos y técnicas de enseñanza.....	23
3.5.5 Área de educación física.....	23
3.5.6 Conocimiento previo.....	23
3.5.7 Aprendizaje significativo.....	24
3.5.8 El nuevo paradigma educativo.....	24
3.5.9 Problemas.....	24
3.5 Ámbito laboral.....	25
3.5.1 Educación física como profesión.....	25
3.5.2 Profesión, oficio y arte de los padres de familia.....	25
3.5.3 Amas de casa.....	26
3.5.4 Economía.....	26
3.5.5 Necesidades.....	28

IV.	MARCO OPERATIVO.....	31
4.1	DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....	31
4.1.1	EQUIPO DE INVESTIGACIÓN.....	31
4.1.2	PRESUPUESTO.....	33
4.1.3	PROGRAMACIÓN.....	34
V.	PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.....	35
5.1	ANÁLISIS DE DATOS.....	35
5.2	INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	35
VI.	CONCLUSIONES.....	53
VII.	RECOMENDACIONES.....	55
VIII.	BIBLIOGRAFÍA.....	57
XI.	ANEXOS.....	62
9.1	GLOSARIO.....	62
9.2	INSTRUMENTOS.....	67
9.3	PROGRAMA DE DOCENCIA.....	74
9.4	PROGRAMA DE EXTENSIÓN.....	78
9.5	FOTOGRAFÍAS.....	83

## INTRODUCCIÓN

A continuación se presenta un estudio con una muestra seleccionada de quince estudiantes comprendidos entre las edades de 7 a trece años de ambos géneros de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac, San Andrés Xecul, Jornada Vespertina nivel primario, a los cuales se les pasaron entrevistas sobre aspectos biológicos, psicológicos, sociológicos y laborales con el objetivo de apoyarlos en alguna deficiencia o problema que tengan.

Además de ello se brindó un taller a cien padres de familia, diecisiete docentes y 1 director sobre temas importantes para mejorar la formación educativa y la implementación de actividad física en algún momento de la vida.

También se presentan los objetivos de la sistematización siendo el general comprobar los beneficios que obtienen y los específicos Identificar los problemas que afectan el desarrollo integral de la clase de educación física, aplicar estrategias de mejora y determinar el rol del profesor de educación física, hipótesis alterna y nula sobre lo planteado ya sea que se haya logrado o no, esquema del marco teórico el cual es un esqueleto del desarrollo del marco teórico, marco teórico que es el desenvolvimiento de los temas indicadores de los ámbitos mencionados, la metodología de la prueba que es la justificación de las entrevistas, interpretación de resultados que es la manipulación de los datos obtenidos de las entrevistas y la respuesta de los participantes en los talleres de capacitación, administración del diseño de la investigación, conclusiones y recomendaciones de la sistematización según lo observado y ejecutado, bibliografía de primera mano de libros empleada y anexos que incluye glosario, plan del taller, fotografías de los talleres y entrevista

## I. MARCO CONCEPTUAL

### 1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimsac Jornada Vespertina del municipio de San Andrés Xecul y departamento de Totonicapán se atienden a alumnos de preprimaria y primaria, siendo la población total de trecientos cincuenta alumnos de preprimaria a sexto primaria, el total de docentes es de 18. En esta oportunidad se eligieron a estudiantes del nivel primario comprendidos entre las edades de 7 a trece años para realizar un estudio de investigación dentro del curso de educación física. Los estudiantes del establecimiento elegidos son de ambos géneros, legalmente inscritos en el establecimiento educativo en su jornada vespertina, residentes en la aldea Nimasac de San Andrés Xecul Totonicapán, que asistan regularmente al establecimiento educativo y que tuvieran algún problema o dificultad en el ámbito biológico, psicológico, social y laboral.

Es vital mencionar que el rol que juega el maestro de educación física es indispensable para generar aprendizajes significativos en los educandos implementando métodos innovadores como el constructivismo.

Son varios los problemas y deficiencias que se cuentan en las escuelas, pero en esta oportunidad se puntualizó en las mencionadas con anterioridad. Para que se obtenga un desarrollo integral en los estudiantes es vital puntualizar que biológicamente deben de rendir adecuadamente en el curso de educación física y en el resto de asignaturas, pero esto es difícil ya que hay varios alumnos que son de escasos recursos económicos, esto hace que la alimentación sea inadecuada y que en el curso de educación física se observe un bajo rendimiento, pesadez, problemas de talla y peso, deshidratación, problemas en la piel, falta de indumentaria adecuada como el uso de zapatos formales, sandalias y botas de hule en vez de tenis, sin olvidar las creencias religiosas y de la comunidad diciendo que las mujeres solo tienen que usar traje típico, corte y blusa y no pants o pantaloneta; aparte de ello al haber un aumento de la exigencia en la clase de educación física se consumen algunos macronutrientes afectando al estudiante

desnutrido en vez de ayudarlo biológicamente. Es importante también que psicológicamente el estudiante este estable emocionalmente para que se pueda concentrar en clase y rendir adecuadamente, pero esto es difícil si asiste a la escuela pensando en que no desayuno o almorcó y tiene hambre, o que padece de maltrato infantil en casa, desintegración familiar, problemas de alcoholismo con alguno de sus padres, abusos físicos, sexuales y emocionales, problemas de discapacidad, entre otros. El ámbito social es importante dentro del constructivismo para formar el conocimiento dentro del área de educación física interactuando los unos con los otros, socializando el conocimiento previo, aprendiendo el nuevo conocimiento con el facilitador, vinculando el conocimiento y por consiguiente aprendizaje significativo. A costado cambiar el paradigma del educando de esta comunidad ya que está acostumbrado a que lo que dice el docente es y que el alumno solo obedece, a la hora de pedirle que opine o de una idea o aporte no lo hacen por vergüenza, burla de sus compañeros al equivocación, se llega al extremo de que al formar un círculo no importando el grado los hombres se separan de las mujeres formando dos grupos por creencias, falta de costumbre, paradigmas, vergüenza y poca socialización entre ellos.

Si el estudiante tiene algún problema físico, biológico, social, emocional, cognitivo, entre otros es difícil que pueda socializar y aprender, al contrario se aísla, no participa, no quiere comunicarse o expresarse, no trabaja en equipo, no emplea lo social como un potencial para aplicar constructivismo y hay un déficit notable en la clase de educación física llegando al extremo de aislarse de la clase de educación física o al extremo de retirarse de la escuela. Es vital también el apoyo de los padres de familia para sostener y satisfacer las necesidades de sus hijos, que en este caso son alumnos de la escuela; entonces se puede decir que lo laboral es importante de parte de los papas para sustentar las necesidades de sus hijos y que estos se puedan formar para la vida, la realidad es que los papas no generan ingresos económicos elevados y les dan lo necesario a uno o dos hijos que estén estudiando, pero se ve el caso que hay familias constituidas por 5 o 6 niños que estudian unos en primaria, otros básico o preprimaria generando gastos mayores que los ingresos, esto significa que no cubren las necesidades de material,

indumentaria, transporte, refacción, entre otros, cabe mencionar que las fuentes de sobrevivencia son la agricultura de las tierras, la crianza de animales como pollos, marranos, terneros y las artesanías.

Se observan también niños con problemas de discapacidad en donde uno de los padres de familia se tiene que dedicar a cuidar a su hijo y apoyarlo a su formación académica, mientras el otro progenitor va a trabajar generando una entrada en la economía; estos son algunos problemas de base laboral de los padres de familia que perjudican la educación de los estudiantes de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac Jornada Vespertina de San Andrés Xecul Totonicapán.

Por tal razón se sugieren corregir algunos problemas palpables y alcanzables por medio del maestro de educación física dentro del establecimiento generando algunas propuestas de mejora, entre ellas se menciona que en el ámbito biológico se tendrá una charla o capacitación sobre educación nutricional con los padres de familia mencionado en que consiste una dieta balanceada, los tiempos de comida que no deben de faltar para sus hijos, que la refacción en la escuela debe ser a base de frutas, verduras, atoles entre otros, la importancia de la hidratación en el curso de educación física, entre otros temas relevantes; además se hará hincapié en los beneficios de la clase de educación física.

Dentro de la clase de educación física se concientizara aún más de lo que se ha hecho hasta la fecha al trabajar en equipo, la aplicación de todos los valores que no hay que olvidar y aplicarlos día a día y en las actividades de educación física, en que no se debe de discriminar a nadie por ningún motivo; además se realizara una charla motivacional con los estudiantes con el tema valores y antivalores en la clase de educación física, se hablara con los estudiantes que tengan problemas psicológicos que el docente de educación física tenga la capacidad de resolver y los que estén fuera de su alcance se pedirá ayuda de un psicólogo para que puede brindar el abordaje, seguimiento y solución de los mismos hasta donde estén sus posibilidades, esto se trabajará con el apoyo del personal de la dirección departamental de Totonicapán en el área de psicología y educación especial. El abordaje social consistirá en ejecutar diferentes actividades recreativas, juegos de equipo, juegos con valores, actividades constructivistas con el apoyo de lo social

trabajando por grupos, entre otros con el fin de concientizar a los estudiantes que son un equipo y que los unos necesitan de los otros, y que vivimos en una sociedad en donde se tienen que comportar adecuadamente. Lo laboral es un tema complejo ya que no se le puede proporcionar un trabajo a los padres de familia en donde generen ingresos económicos más elevados, obligar a la mamá a trabajar y descuidar a los otros hijos, pero si se les puede capacitar para que ellos puedan generar ingresos económicos en un trabajo de medio tiempo para apoyar al esposo, o trabajar en casa en algún oficio o arte para generar un poco más de ingresos económicos y que de esta forma se le puedan dar a sus hijos lo necesario dentro de la educación, esto pueden ser cuadernos, una alimentación adecuada, los materiales y uniforme de educación física, entre otros.

Por lo mencionado con anterioridad se promueve implementar un taller de capacitación a docentes y padres de familia abarcando 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 Aldea Nimasac Jornada Vespertina del nivel primario de San Andrés Xecul Totoncapán.

## 1.2 JUSTIFICACIÓN

En la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac Jornada Vespertina del municipio de San Andes Xecul y departamento de Totonicapán se realiza un estudio con alumnos de ambos géneros del nivel primario comprendidos entre las edades de 7 a trece años que tengan dificultades o problemas vistos desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral.

Son varios los problemas y deficiencias que se cuentan en la escuela, pero por medio de la implementación de un taller de capacitación a maestros y padres de familia del nivel primario del establecimiento mencionado se pretende mejorar el rendimiento escolar. Entre los problemas se menciona bajo rendimiento en el curso de educación física ya que hay varios alumnos que son de escasos recursos económicos con problemas de desnutrición, problemas psicológicos con desconcentración, déficit de atención, problemas de socialización como la relación y participación entre hombres y mujeres en la clase de educación física, tabús, paradigmas culturales y religiosos, nivel económico bajo que no satisface las necesidades de sus hijos.

Por tal razón se sugieren corregir problemas palpables y alcanzables por medio del maestro de educación física dentro del establecimiento generando propuestas de mejora, entre ellas se menciona capacitación sobre educación nutricional a padres de familia haciendo hincapié en los beneficios de la clase de educación física, charla motivacional con los estudiantes con el tema valores y antivalores en la clase de educación física, solucionar problemas psicológicos por medio el docente de educación física y psicólogo para que puede brindar el abordaje, seguimiento y solución de los mismos hasta donde estén sus posibilidades, actividades recreativas, juegos de quipo, juegos con valores, actividades constructivistas con el apoyo de los social trabajando en grupos, capacitación a padres de familia para genere ingresos económicos más elevados, madres de familia que pueden tener un trabajo de medio tiempo para apoyar al esposo y trabajar en casa en algún oficio o arte para generar un poco más de ingresos

económicos y que de esta forma se le puedan dar a sus hijos lo necesario dentro de la educación.

De esta manera fueron beneficiados los alumnos de primaria de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac Jornada Vespertina del municipio de San Andrés Xecul y departamento de Totonicapán, a los padres de familia de los estudiantes que pertenecieran al estudio teniendo niños capacitados científicamente, al municipio de San Andrés Xecul Totonicapán, a la Aldea Nimasac de San Andrés Xecul con el aporte científico que se deja, a la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac Jornada Vespertina del municipio de San Andrés Xecul con el aporte que se brinda al establecimiento, a la persona que realizara el estudio respectivo viviendo la realidad educativa y a la Universidad de San Carlos de Guatemala sede Quetzaltenango programa PADEP/DEF dando a conocer la calidad de profesionales que forma.

Por lo mencionado con anterioridad se dice que 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 Aldea Nimasac Jornada Vespertina del nivel Primario será beneficioso enfocado desde el punto de vista constructivista.

## II. MARCO METODOLÓGICO

### 2.1 OBJETIVOS

#### a) General

Comprobar los beneficios que obtienen los alumnos de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac Jornada Vespertina del nivel primario en relación al rol que juega el profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes en el ámbito biológico, psicológico, social y laboral

#### b) Específicos

- Identificar los problemas biológicos, psicológicos, sociales y laborales que afectan el desarrollo integral de la clase de educación física de los alumnos de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac Jornada Vespertina del nivel primario
- Aplicar estrategias de mejora por medio del profesor de educación física de PADEP/DEF a los alumnos, padres de familia y docentes de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac Jornada Vespertina del nivel primario
- Determinar 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 Aldea Nimasac Jornada Vespertina del nivel primario

### 2.2 MÉTODO

#### c) Muestra

- 15 Alumnos de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac Jornada Vespertina de primero a sexto primara de ambos sexos
- 18 maestros de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac Jornada Vespertina de ambos sexos del nivel primario

- 1 director de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac Jornada Vespertina
- 100 padres de familia de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac Jornada Vespertina de ambos sexos

d) Recolección de datos

Procedimiento de la elaboración de la entrevista

- Elaboración de entrevista por grupos
- Revisión y corrección de entrevista
- Elaboración de entrevista personal
- Presentación de entrevista al director del centro educativo
- Visto bueno con firma y sello en la entrevista de parte del director del centro educativo
- Reproducción de las entrevistas

Procedimiento de entrevistar a los estudiantes seleccionados

- Citar a los estudiantes a la dirección o bien en la cancha deportiva
- Explicarles en qué consistía la entrevista y los beneficios de la misma
- Entrevistar a los estudiantes seleccionados

Tabulación de resultados de la entrevista

- Recolección de datos
- Tabulación de datos
- Análisis e interpretación de datos
- Mecanografía y presentación de datos

e) Técnicas o análisis estadístico de los datos

La entrevista fue diseñada con el afán de recopilar datos necesarios en el ámbito biológico, psicológico, sociológico y laboral en aspectos de los estudiantes, padres de familia, docentes y contexto para saber las deficiencias y carencias en los ámbitos mencionados.

Al tener la información pertinente no queda nada más en arrojar información a una base de datos o a un escrito si no va más allá de eso, consistiendo en capacitar a padres de familia y docentes del centro educativo sobre el rol que juega el maestro de educación física en los centros educativos, el aporte que debe brindar a la comunidad educativa velando por el bienestar del educando, su familia y la trascendencia que tiene la misma a todo nivel.

Con lo anterior se pretende apoyar al estudiante, concientizar al padre de familia en el apoyo integral de su hijo y en que el docente de grado pueda apoyar el curso de educación física y ejercitarse a la vez en determinado tiempo.

f) Instrumentos

- Tema: Entrevista sobre el rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral
- Nombre del investigador: Elder Rohel Valiente Medrano
- Nombre del lugar de la escuela donde se realizara la entrevista a alumnos seleccionados del establecimiento educativo: Dirección de la EORM Aldea Nimasac JV y cancha deportiva del establecimiento educativo
- Fecha de aplicación de la entrevista: Veintinueve de febrero, 1 y 2 de marzo de dos mil dieciséis
- Tiempo total de la entrevista: 4 horas
- Recursos: Entrevistas en físico Impresas, tablero de formica y lapiceros
- Alumnos encuetados: Quince

### III. MARCO TEÒRICO

#### 3.1.1 El rol del profesor de educación física

*El rol del profesor o profesora de educación física ha de ir evolucionando y adaptándose a los cambios que se producen en la sociedad, a los intereses y necesidades de los alumnos o alumnas, a la vez debe aplicar nuevas formas de enseñanza de contenidos del área de educación física. Contreras (2006) Pag: 97*

#### 3.1.2 Educación física

*“La educación física se debate en la actualidad por lograr su legítimo puesto, en tanto que objeto de reflexión científica obtiene en el marco de las ciencias de la educación”. Sánchez. (2000) Pag: 30*

“Educación física se define como la educación que utiliza de una manera sistemática las actividades físicas”. (Idem)

“La finalidad de esta disciplina es la educación, el medio empleado es el movimiento y la influencia del medio físico”. (Idem)

(Valiente, 2016) indica que “La educación física es una rama de la educación que se encarga de educar los movimientos del cuerpo humano y al ser humano”

#### 3.1.3 El juego en los niños

“El juego es la forma más natural de expresión del ser humano, a través de él se regulan los sentidos y se empiezan a manifestar los sentimientos de la persona. Es también la primera revelación de la inteligencia de un ser al demostrar sus cualidades”. Alcoba (2012) Pag:15

“Con el juego se desarrollan características innatas”. (Idem)

“El juego no es cosa exclusiva del cuerpo, si no que ocupa una parte muy importante en la formación del intelecto”. (Idem)

#### 3.1.4 Deporte recreativo

“La diversión mediante la actitud activa y participativa, de ella se derivan otros resultados o consecuencias apreciables como la participar en un grupo de pintura

o de mantenimiento físico recreativo en la asociación de vecinos de un lugar”. Foguet (2000) Pag: 16

“Recreación se define como la disposición particular, positiva y favorable de cambios mediante la mejora y progreso que se expresa en el tiempo libre mediante actividades recreativas que se pueden diferenciar según si son espontáneas o dirigidas”. (Idem)

### **3.1.5 Actividad física**

“La actividad física comprende un conjunto de movimientos del cuerpo obteniendo como resultado un gasto energético del metabolismo basal. A veces se utiliza como sinónimo de ejercicio físico, que es una forma de actividad física planificada y repetitiva con la finalidad de mejorar o mantener uno o varios aspectos de la condición física”. Foguet (2000) Pag. 42

(Valiente, 2016) comparte que “El deporte, juego, recreación y actividad física son medios para el desarrollo de la educación física en todos los niveles”

## **3.2 Desarrollo integral de los estudiantes**

“La educación física es un eficaz instrumento de la pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre biopsicosocial”. Ramírez (2005) Pág: 4

“Además contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos interdisciplinarios apoyándose en la filosofía, la psicología, la biología, entre otras ciencias”. (Idem)

“Tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud en cuanto ayuda al ser humano a ajustar pertinentemente las reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior”. (Idem)

*La educación física tiene que ver con el aprendizaje, pues por medio de ella, se entiende lo apreciable que es practicar algún ejercicio para la prevención de diversas enfermedades que son causadas por el sedentarismo. Una de las principales es la obesidad, problemas cardíacos, ventriculares y otras funciones*

*vitales. De igual forma el practicar alguna actividad física o deporte de forma regular atrasa la natural acción degenerativa que vivirá nuestro cuerpo. Además, lo relevante que es el deporte y la actividad física ayudan a mantener saludable el aspecto psíquico, como fuente de vitalidad, ánimo y contenedor del estrés. (Idem)*

“La educación física, también demuestra lo importante que es el trabajo en equipo, ya que al practicar deportes de conjunto, se conoce el valor de coordinar esfuerzos, para lograr una meta. Función vital en el mundo laboral, de hoy en día. Por otra parte, nos hace pensar, reaccionar rápidamente, delegar y confiar en otros”. (Idem)

(Valiente, 2016) aporta que “El desarrollo integral de los estudiante se logra al alcanzar las competencias planteadas, es cuando asimila contenidos conceptuales en saber que es, contenidos procedimentales en saber hacer lo requerido, y en contenidos actitudinales logrando ser una persona con valores y principios al realizar la actividad física requerida, pero que no solo queda ahí, si no que la aplica dentro y fuera del establecimiento trascendiendo en su vida”

### **3.2.1** La integración en el aula de educación física

*Las relaciones interpersonales constituyen un tema básico en la integración educativa de los niños con discapacidad física. En ocasiones nos encontramos con que estos niños carecen de estrategias, habilidades y competencias para establecer relaciones sociales con sus compañeros, por tanto es preciso poner en práctica una serie de estrategias que permitan potenciar unas relaciones interpersonales satisfactorias entre niños con y sin discapacidad y que a su vez prevengan problemas posteriores relacionados con esa falta de habilidades. Perez (2004) Pag: 93*

### **3.2.2** Integración

“El término integración es una palabra viva en la sociedad, que va madurando y avanzando en sus diferentes ámbitos”. Cobacho (1999) Pag: 13

### **3.2.3** Escala de desarrollo motriz en el niño

*La acción motriz participa multisensorialmente integrando las percepciones visuales, auditivas, táctiles y propioceptivas, lo cual proporciona una base más rica y amplia en la formación de los conceptos de espacio, tiempo y energía, entre otros, dicha integración se traduce en los niños en la interacción y la coordinación de dos o más funciones para incrementar la adaptación de la respuesta. Rigal (2006) Pag: 24*

### **3.2.4** Desarrollo motriz

“Los primeros dos años de vida del niño es evidente el crecimiento rápido en lo psíquico, físico y social”. Villalba (2010) Pag: 91

“El desarrollo desde el nacimiento a los dos años el niño aprende a rodar, sentarse, pararse, caminar, correr, alcanzar, mirar y todo se convierte en algo que hay que explorar con todos los sentidos, cada miembro y órgano”. (Idem)

### **3.2.5** Desarrollo psicomotor

*Psicomotricidad es la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello como disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, entre otras. Rigal (2006) Pag: 51*

## **3.3** Ámbito Biológico

Se describe de la siguiente manera.

### **3.3.1** Biología

“Es la ciencia que estudia a los seres vivos”. Nájera (2002) Pag. 37

### **3.3.2** Beneficios de la educación física

“Informa sobre los beneficios de la educación física” Pablo. (2002). Pag 45

a) Control de peso

“La educación física es fundamental para controlar el peso”. (Idem)

“Cuando se queman menos calorías que las ingeridas se está subiendo de peso”.  
(Idem)

b) Reducción de riesgos de enfermedades cardiovasculares

“Las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte en todo el mundo, pero con hacer 2 horas y 30 minutos a la semana de ejercicio físico moderado, disminuyen mucho las probabilidades de padecerlas”. (Idem)

“Además el ejercicio disminuye los niveles de colesterol y la hipertensión”. (Idem)

c) Reducción de riesgo de diabetes tipo 2

“La actividad física regular puede reducir el riesgo de contraer diabetes tipo 2 y el síndrome metabólico”. (Idem)

“Tasas más bajas de estas condiciones se ven al hacer 2 horas y 30 minutos de ejercicio semanales a una intensidad moderada. Por su puesto, cuanto más actividad menor riesgo”. (Idem)

d) Fortalecimiento de huesos y músculos

“La investigación ha demostrado que hacer ejercicio aeróbico puede reducir la pérdida de densidad en los huesos con la edad”. (Idem)

“También se ha demostrado que el ejercicio de moderada intensidad durante 2 horas y media semanales puede mejorar los síntomas de la artritis”. (Idem)

e) Reducción de riesgos de algunos cánceres

“Ser activo físicamente disminuye el riesgo de contraer cáncer de mama y colon. Otras investigaciones sugieren que también reduce el riesgo de cáncer endometrial y del pulmón”. (Idem)

f) Beneficios psicológicos

“Mejora los síntomas de depresión, ansiedad y aumenta la autoestima”. (Idem)

### **3.3.3 Nutrición deportiva**

*La nutrición deportiva es una rama especializada de la nutrición humana aplicada a las personas que practican deportes intensos como pueden ser la halterofilia, el culturismo o fitness. En aquellos atletas que requieren esfuerzos prolongados se denominan deportes de resistencia, como por ejemplo los corredores de maratón, ciclismo o triatlón. Dependiendo de los objetivos finales del deporte realizado y de sus entrenamientos, la nutrición hace hincapié en unos u otros alimentos. Williams (2002) Pag: 19*

*En el culturismo son más importantes los alimentos proteicos que favorecen la hipertrofia muscular, la cual es el incremento de la masa muscular, en cambio en los deportes aeróbicos, como puede ser el ciclismo son importantes aquellos alimentos que favorezcan el esfuerzo energético prolongado como la ingesta de alimento con glúcidos. (Idem)*

“Otro deporte que requiere de la nutrición deportiva es el Rugby, deporte de contacto y desgaste físico que tiene desgastes físicos más de tres veces a la semana, por lo cual debe tomar más de 3 litros de agua por día para tener ventajas en el deporte”. (Idem)

### **3.3.4 Macronutrientes**

“Los macronutrientes son fuente de energía intercambiable entre sí, por lo que una ingesta calórica concreta, al aumentar la proporción de un macronutriente se reduce el otro. Normalmente el reparto energético por macronutriente suele ser del 55 al 75% de carbohidratos, del 15 al 30% de grasa y del 10 al 15% de proteínas”. Rivera (2008) Pag 388

### **3.3.5 Micronutrientes**

“Los micronutrientes son nutrientes que el cuerpo necesita en una cantidad más pequeña. Cada uno de estos nutrientes desempeña una o varias funciones específicas en el cuerpo”. Pablo (2002) Pag 192

“Se conocen como micronutrientes a las sustancias que el organismo de los seres vivos necesita en pequeñas dosis, es decir lo que al cuerpo le falta, lo que no hay demasiado”. (Idem)

“Son indispensables para los diferentes procesos metabólicos de los organismos vivos y sin ellos morirían”. (Idem)

### **3.3.6 Alimentación inadecuada**

“En la mayoría de personas subsiste una extraordinaria preferencia por los alimentos concentrados en calorías, como las grasas, productos dulces y salados los cuales repercuten negativamente en la salud, su consumo constituye un grave problema nutricional. Esto solo satisface el hambre y sobrecargan en estómago”. Peralta (1999) Pág. 143

### **3.3.7 Dieta**

“Una dieta es la cantidad de alimento que se le proporciona a un organismo en un periodo de 24 horas, sin importar si cubre o no sus necesidades de mantenimiento, en resumen es el conjunto de nutrientes que se absorben luego del consumo habitual de alimentos”. Moreno (2002) Pag: 44

“En el caso de los humanos la dieta se asocia erróneamente a la práctica de restringir la ingesta de comida para obtener solo los nutrientes y la energía necesaria, y así conseguir o mantener cierto peso corporal”. (Idem)

(Valiente, 2016) indica que “La dieta balanceada es aquella que tiene un equilibrio en las porciones adecuadas de cada macronutriente y micronutriente, y que a su vez tienen que ver con la actividad física o trabajo que realiza la persona, y por consiguiente son consumidos luego de ser sintetizados y degradados en el cuerpo; en comparación de una dieta no balanceada que es la ingesta de

alimentos en exceso, especialmente de carbohidratos y grasas que son alojadas en ciertos lugares del cuerpo provocando aumento del peso corporal y predisposición a enfermedades, es vital mencionara que para un deportista de alto rendimiento que practica actividad física aeróbica no hay tanto problema en la ingesta exagerada de carbohidratos y grasas, ya que estas son consumidas por medio de la actividad aeróbica por medio del sistema energético oxidativo”

### **3.3.8 Dieta balanceada**

“Una dieta balanceada significa comer de tal manera que el cuerpo sea capaz de obtener todos los nutrientes que necesita, entre ellos se menciona” Benito (2014)  
Pag: 377

- a) “Llevar a cabo las tareas más básicas como respirar”
- b) “Mantener y renovar el tejido celular”
- c) “Hacer crecer más células”
- d) “Pensar, moverse, trabajar, entre otras”. (Idem)

### **3.3.9 Bajo rendimiento**

“El síndrome de bajo rendimiento se manifiesta en el rendimiento esperado en relación a su potencial intelectual y creativo, esto puede tener múltiples causas, entre ellas se mencionan problemas de personalidad, presión familiar, influencia de los compañeros o el clima escolar en el que se desenvuelve”. Masdevall (2011)  
Pag: 37

### **3.3.10 Cansancio**

“El cansancio es la capacidad de resistir psíquica y físicamente una carga durante largo tiempo produciendo cansancio y pérdida de rendimiento”. Perello (2003)  
Pag. 28

### **3.3.11** Peso

“Comparte que un indicador global de la masa corporal, fácil de obtener y reproducirse. Es la valoración del porcentaje de peso para la edad”. Rodríguez (2001) Pag: 88

### **3.3.12** Talla

“Es el parámetro fundamental para enjuiciar el crecimiento en longitud, pero es menos sensible que el peso a las diferencias nutricionales, en nuestro medio la talla tiene muy poco valor para evaluar el estado nutricional y es muy útil combinada con otros datos antropométricos, especialmente con el peso”. Rodríguez (2001) Pag: 88

### **3.3.13** Índice de masa corporal

“El índice de masa corporal, que sus siglas son IMC es una medida de asociación entre la masa y la talla de un individuo ideada por el estadístico belga Adolphe Quetelet, por lo que también se conoce como índice de Quetelet”. Cabrerizo (2008) Pag 104

(Valiente, 2016) aporta “El índice de masa corporal es el peso que debe de tener el ser humano según su estatura y género, lo ideal es el 22%, cuando la persona está por debajo del 22% significa que tiene que aumentar su masa corporal, y cuando está por arriba del 22% significa que tiene algunas libras de mas que no son musculo y son grasa, este indicio significa que debe de bajar de peso. Este dato se corrobora con el peso y el índice de masa corporal”

### **3.3.14** Deshidratación

*La deshidratación reduce la capacidad física y mental, los signos iniciales incluyen dolor de cabeza, fatiga, sequedad de la boca, orina concentrada con color amarillo intenso y de olor fuerte, este último hecho es importante como guía para aumentar el consumo de agua, dado que la orina es casi sin color cuando se toma suficiente líquido. Velásquez (2006) Pag 168*

### **3.4** **Ámbito psicológico**

Se da a conocer de la siguiente manera

#### **3.4.1** **Psicología deportiva**

“La psicología del deporte es la rama de la psicología que estudia los procesos psíquicos y la conducta del hombre durante la actividad deportiva. Esta ciencia aplicada busca conocer y optimizar las condiciones internas del deportista para lograr la expresión del potencial físico, técnico y táctico adquirido en el proceso de preparación”. Weinberg (2010) Pag: 6

(Valiente, 2016) indica que “la psicología general estudia la conducta y temperamento del ser humano; la psicología deportiva se compara con la psicología del niño dentro de la clase de educación física con cierta semejanza”

#### **3.4.2** **Estabilidad emocional**

“La estabilidad emocional implica saber cómo vivir de manera equilibrada, tratar de qué hacer con lo que sucede, priorización, importancia y asimilación sin perder la cordura”. Javier (2003) Pag 164

#### **3.4.3** **Desconcentración y Concentración**

“La concentración es una de las herramientas mentales de gran alcance y disposición, pero pocas personas saben realmente utilizarla a su capacidad máxima”. Mur (1998) Pag: 445

*“Esencialmente, la concentración es la capacidad de centrar la atención en una tarea actual, mientras que bloquea otra distracción o estímulos sin relación. Esto incluye los sonidos insignificantes, entrada visual, y más importante, los pensamientos inaplicables. Cuando esta capacidad está alterada o mal utilizada se produce la desconcentración. (Idem)*

“La desconcentración es uno de los síntomas más importantes del Trastorno por déficit de atención e hiperactividad que es la alteración mental que causa falta de atención, hiperactividad y comportamiento impulsivo en niños y adultos”. (Idem)

### **3.4.5 Maltrato infantil**

“El maltrato infantil o abuso infantil a cualquier acción física, sexual o emocional en el trato hacia un menor por parte de sus padres o cuidadores al ocasionarle daño físico o psicológico y que amenaza su desarrollo tanto físico como psicológico”.

Feranoe (2000) Pag: 47

### **3.4.6 Desintegración familiar**

“La separación de uno o de varios miembros del núcleo familiar, creando así una desestabilización en su funcionamiento y propiciando una educación disfuncional de los hijos”. Raul (2002) Pag: 90

### **3.4.7 Problemas de la desintegración familiar**

*Los elementos que obstaculizan el correcto o normal desempeño de los procesos, situaciones y fenómenos. Estos problemas pueden ser alteraciones generadas accidental o voluntariamente por agentes externos y su resolución se convierte entonces en algo de suma importancia para restituir las condiciones de normalidad antes existentes. Casal (2002) Pag: 46*

“La palabra problema significa que hay algo que se ha hecho presente y es por esto que siempre la existencia de un problema da la sensación de inmediatez o de algo repentino generado por diversas causas y que requiere solución”. (Idem)

#### **a) Alcoholismo**

*El alcoholismo es un padecimiento que genera una fuerte necesidad de ingerir alcohol de forma que existe una dependencia física del mismo, manifestándose a través de varios síntomas de abstinencia cuando no es posible su ingesta. El alcohólico no tiene control sobre los límites de su consumo que va en aumento a medida que se desarrolla tolerancia a esta droga. Se considera como una enfermedad incurable, progresiva y mortal por la Asociación de Médicos de los Estados Unidos de América. North (1995) Pag: 11*

b) Abuso físico

“El abuso físico es una forma de violencia intrafamiliar y puede empezar con un empujón o un pellizco”. Amador (2010) Pag: 27

“Nunca se puede justificar, ni se debe tolerar”. (Idem)

“La persona que usa la agresión física para lograr sus objetivos puede acabar destruyendo a su pareja o a sus hijos”. (Idem)

c) Abuso sexual

“Abuso sexual como cualquier actividad sexual entre dos o más personas sin consentimiento”. Intevi (2008) Pag: 37

“El abuso sexual puede producirse entre adultos, de un adulto a un menor llamado abuso sexual infantil o incluso entre menores”. (Idem)

d) Maltrato emocional

“El maltrato emocional o psicológico se da en aquellas situaciones en las que los individuos de quienes depende el sujeto lo descalifican, humillan, discriminan, ignoran sus sentimientos, someten su voluntad o lo subordinan en distintos aspectos de su existencia que inciden en su dignidad, autoestima e integridad psíquica y moral”. Casado (1997) Pag: 133

e) Discapacidad

“La discapacidad es aquella condición bajo la cual ciertas personas presentan alguna deficiencia física, mental, intelectual o sensorial que a largo plazo afectan la forma de participar plenamente en la sociedad”. Torres (2009). Pag: 370

(Valiente, 2016) “comparte que existen las adecuaciones curriculares en el área de educación física adecuando el curriculum al estudiante con discapacidad de algún tipo”

### **3.5** **Ámbito social**

“El ámbito social se refiere al impacto que este proceso tiene en la vida y el trabajo de las personas. Además abarca los asuntos de seguridad, cultura, identidad, inclusión social y unión de familias”. Pérez (2010) Pag: 100

#### **3.5.1** **Sociología**

“La sociología es la ciencia social que estudia los fenómenos colectivos producidos por la actividad social de los seres humanos, dentro del contexto histórico cultural en el que se encuentran inmersos”. Dunning (1999) Pag: 23

(Valiente, 2016) da a conocer que “en la educación física se aplica la sociología en su desarrollo metodológico, agregando que la construcción del conocimiento social va de la mano con el constructivismo”

#### **3.5.2** **Construccionismo social**

“El construccionismo social, socioconstruccionismo o más recientemente construccionismo relacional es una teoría sociológica y psicológica del conocimiento que considera cómo el fenómeno social que se desarrolla particularmente desde contextos sociales”. Cloninger (2003) Pag: 401

(Valiente, 2016) indica que “el construccionismo social tiene íntima relación con el constructivismo, el mencionado de segundo consiste en crear el conocimiento por medio del conocimiento previo, conocimiento nuevo y la vinculación de los dos de forma social obteniendo como resultado aprendizaje significativo”

#### **3.5.3** **Conductismo**

*El conductismo psicológico se caracteriza por utilizar el vínculo estímulo respuesta para la descripción del comportamiento individual, el conductismo social se caracteriza por utilizarlo a través del concepto de actitud, mientras que el vínculo estímulo respuesta en el primer caso se aplica al campo de las respuestas de tipo emocional o fisiológico, en el segundo caso se lo aplica a la respuesta completa*

*de un individuo contemplando tanto la interacción social como el aspecto cultural asociado. Cloninger (2003) Pag: 84*

#### **3.5.4 Métodos y técnicas de enseñanza**

“Refiere que los recursos necesarios de la enseñanza”. Campos (2005) Pag: 191

“Son los vehículos de realización ordenada, metódica y adecuada de la misma”.  
(Idem)

“Los métodos y técnicas tienen por objeto hacer más eficiente la dirección del aprendizaje, gracias a ellos pueden ser elaborados los conocimientos, adquiridas las habilidades e incorporados con menor esfuerzo los ideales y actitudes que la escuela pretende proporcionar a sus alumnos”. (Idem)

(Valiente, 2016) indica que “Los métodos son directrices a ejecutar en forma de patrón y las técnicas de enseñanza son las herramientas o medios para llegar a un fin, el cual es que el alumno aprenda, comprenda y aplique”

#### **3.5.5 Área de educación física**

“El área de educación física es parte del proceso educativo que utiliza la actividad física para el logro de un hombre sano y apto físicamente, con gran equilibrio psicológico y adaptado a la sociedad donde se desenvuelve”. Gonzales (1999)  
Pag: 14

(Valiente, 2016) comparte que “el área de educación física tiene subáreas en cada nivel educativo; además el área de educación física se divide en curricular y extracurricular”

#### **3.5.6 Conocimiento previo**

“La información que el individuo tiene almacenada en su memoria, debido a sus experiencias pasadas”. Richard (2002) Pag: 71

“Es un concepto que viene desde la teoría de aprendizaje significativo postulada por David Ausubel, por ende también se relaciona con la psicología cognitiva”.  
(Idem)

“Es muy utilizado en la pedagogía, puesto que ayuda mucho en el proceso de enseñanza aprendizaje”. (Idem)

“El tener estos conocimientos previos ayuda al individuo a la adquisición de nuevos aprendizajes, llamándolos Ausubel a éstos ideas anclajes”. (Idem)

### **3.5.7 Aprendizaje significativo**

“Es necesario un aprendizaje significativo, vivencial e integrador que tengan como punto de partida la vida de los estudiantes, para modelar en el aula de clases los problemas que existen en la sociedad y simular los procesos que rodean su conducta cotidiana”. Ortiz (2010) Pág. 3

(Valiente, 2016) indica que “el aprendizaje significativo es aquel que tiene razón de ser en la vida del estudiante”

### **3.5.8 El nuevo paradigma educativo**

“Los cambios en la escuela proporcionan la innovación educativa, versus quienes se oponen a su transformación por creencias”. Torres (2003) Pág. 181

(Valiente, 2016) comparte que “el nuevo paradigma educativo consiste en introducir una nueva manera de pensar, la cual emplea el constructivismo para que el alumno valla creando el conocimiento de forma activa y social, el docente es llamado facilitador y moderador actuando de forma pasiva. Anteriormente el docente decía que hacer en todo el sentido de la palabra siendo activo y el alumno recibía órdenes y actuaba siendo pasivo empleado el conductismo” Socialización

### **3.5.9 Problemas**

“Lo relacionado con el empleo, vivienda, condiciones socioeconómicas, exclusión y rechazo social y situaciones de riesgo”. Armas (2007) Pág. 101

(Valiente, 2016) da a conocer que “hay distintos problemas en los centros educativos con los niños, comunidades y familias, entre ellos se mencionan problemas físicos, biológicos, sociales y emocionales”

### **3.5** *Ámbito laboral*

“El ámbito laboral se refiere al espacio o ambiente en donde las personas realizan diferentes labores”. Gutiérrez (1999) Pag. 67

“Es muy importante destacar la importancia que tiene para una persona estar trabajando en un buen ámbito laboral o ambiente laboral”. (Idem)

*El ámbito laboral está compuesto por todos los aspectos que influyen en las actividades que se desarrollan dentro de la oficina, fabrica, entre otros trabajos. Cada día las organizaciones están tomando sus precauciones referentes a lo que es un buen ambiente de trabajo fomentando para que de esta manera sus empleados se sientan a gusto desempeñando sus labores. (Idem)*

#### **3.5.1** *Educación física como profesión*

“Los profesores de educación física enseñan una gran variedad de deportes de interior y al aire libre con jóvenes de distintas capacidades; organizan, supervisan y animan a los jóvenes a participar en actividades. También pueden enseñar alguna otra materia”. Contreras (1992) Pag. 110

(Valiente, 2016) aporta que “la educación física es una profesión digna que educa el movimiento del cuerpo humano, y por consiguiente al mismo. Se enseñan contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales”

#### **3.5.2** *Profesión, oficio y arte de los padres de familia*

“El oficio viene del latín officium que significa ocupación habitual o la profesión de algún arte”. Gonzales (2013) Pag. 115

“El término suele utilizarse para hacer referencia a aquella actividad laboral que no requiere de estudios formales. Por ejemplo el pintor”. (Idem)

### **3.5.3 Amas de casa**

*Una ama de casa es la mujer que tiene como ocupación principal el trabajo en el hogar con quehaceres domésticos tales como el cuidado de los hijos, la limpieza de la casa, la compra de víveres, la preparación de los alimentos, la administración parcial o total del presupuesto familiar, la supervisión de trabajos y de tareas en el ámbito del hogar. Dicha ocupación se la considera hoy día uno de los trabajos más demandantes. Gonzales (2013) Pag. 58*

“En la mayor parte de los casos este lugar lo ocupa la mujer o esposa en un matrimonio convencional formado por el hombre, la mujer y los hijos e hijas”.  
(Idem)

### **3.5.4 Economía**

“La economía puede enmarcarse dentro del grupo de ciencias sociales ya que se dedica al estudio de los procedimientos productivos y de intercambio, y al análisis del consumo de bienes, productos y servicios”. Ávila (2003) Pag. 8

“El vocablo proviene del griego que significa administración de una casa o familia”. (Idem)

#### **a) Egresos**

“Egresos viene del latín egressus; los egresos son las salidas o las partidas de descargo. El verbo egresar hace referencia a salir de alguna parte”. Ayala (2005) Pag. 178

#### **b) Egresos económicos mayores que los ingresos**

“En muchos hogares los ingresos mensuales son relativamente estables, pero los gastos varían. Otros meses los gastos son mayores que los ingresos. Rubí (2003) Pag. 158

“Los problemas surgen cuando hay varios meses seguidos en los que los gastos superan a los ingresos. Entonces se agotan los ahorros y no hay más remedio que pedir dinero prestado para atender a los pagos”. (Idem)

*En realidad, es aconsejable que los gastos no superen el 90% de los ingresos, para poder ahorrar, como mínimo, el 10% restante cada mes, éste 10% se puede destinar a reducir las deudas, a crear un fondo para emergencias y a lograr los objetivos financieros a medio y largo plazo, como acumular capital para una adquisición importante y preparar la jubilación. Sin ahorro, nada de esto es posible. Sin ahorro nunca tendremos el control sobre la situación. (Idem)*

“Evidentemente, cuanto más ahorre, antes logrará sus objetivos, contará con más opciones de inversión y dispondrá de más control sobre su vida y su futuro”.  
(Idem)

(Valiente, 2016) indica que “los ingresos de los padres de familia de los niños que estudian en las escuelas, en su mayoría no sustenta las necesidades de cada uno de sus hijos por diferentes factores, uno de los mas grande de ellos es que los papás tienen una gran cantidad de hijos dándoles lo necesario e innecesario para sacarlos adelante, llegando al extremo de solo cursar sexto primaria, o bien meter a estudiar a la mitad de hijos por la falta de recursos económicos”

c) Canasta básica

*La Canasta Básica Alimentaria se define como el conjunto de alimentos, expresados en cantidades suficientes para satisfacer las necesidades de calorías de un hogar promedio, sin embargo debe quedar claro que representa un mínimo alimentario a partir de un patrón de consumo de un grupo de hogares de referencia y no una dieta suficiente en todos los nutrientes. Rubí (2007) Pag. 152*

d) Deuda

“Deuda deriva de una voz proveniente del latín y cuyo significado hace referencia a la obligación que una persona u organismo tiene de pagar, reintegrar o satisfacer algo, generalmente dinero”. Rubí (199) Pag. 187

#### e) Ahorros

“Es la acción de separar una parte del ingreso mensual que obtiene una persona o empresa con el fin de guardarlo para un futuro, se puede utilizar para algún gasto importante que se tenga o algún imprevisto o emergencia”. Puga (2004) Pag. 103

### 3.5.5 Necesidades

*Una necesidad es aquello que resulta indispensable para vivir en un estado de salud plena. Las necesidades se diferencian de los deseos en que el hecho de no satisfacerlas produce unos resultados negativos evidentes, como puede ser una disfunción o incluso el fallecimiento del individuo. Pueden ser de carácter fisiológico, como respirar, hidratarse o nutrirse; o de carácter psicológico, como la autoestima, el amor o la aceptación. Brazelton (2005) Pag. 11*

*En función de su disponibilidad, se puede distinguir entre necesidades libres y necesidades económicas. Las necesidades libres son aquellas que se cubren sin esfuerzo dado su gran abundancia la luz solar, el aire, entre otras, mientras que las necesidades económicas se satisfacen a partir de una serie de esfuerzos como sembrar, cosechar o construir. En economía, las necesidades se consideran infinitas e insaciables abarcando todo aquello que hace falta para vivir en condiciones óptimas. (Idem)*

#### a) Materiales

“La palabra material adquiere diferentes significados según el contexto en el que se encuentre. En economía material se refiere a un recurso utilizado en la alimentación de un proceso productivo”. Matía (2009) Pag. 73

“Material puede referirse también a un conjunto de utensilios empleados para realizar un servicio o una profesión, como materiales de construcción, material didáctico, materiales de escritura, material de laboratorio, material de oficina o material rodante”. (Idem)

(Valiente, 2016) comparte que “en educación física materiales son los implementos deportivos empleados en la clase de educación física, entre ellos se

mencionan conos, balones, aros, cuerdas, entre otros. Los anteriores son indispensables para ejecutar una clase de educación física”

b) Indumentaria

“La indumentaria es la ropa, vestimenta o atuendo utilizado”. Javier (2004) Pag. 141

“Es el conjunto de prendas generalmente textiles fabricadas con diversos materiales y usadas para vestirse”. (Idem)

(Valiente, 2016) da a conocer que “la indumentaria para practicar la clase de educación física es indispensable para realizar todas las actividades de la mejor manera”

c) Refacción

“La alimentación de los niños durante su crecimiento y el proceso educativo es muy importante, ya que por medio de la alimentación se desarrollan tanto física como mentalmente”. Rodríguez (2000) Pag. 26

“La refacción de los niños es un alimento que no puede pasar desapercibido ya que es una necesidad diaria”. (Idem)

“Particularmente los niños tienen una hora específica para salir a refaccionar o bien, al salir del colegio también tengan la necesidad de comer algo ligero y lo primero a que acuden es a la lonchera escolar”. (Idem)

“Un niño que no consuma su refacción o que no desayune afecta en la capacidad de atención y memoria, tienen sueño, no tienen energías y tiene como consecuencia el bajo rendimiento académico”. (Idem)

*La refacción en el período escolar debe incluir alimentos energéticos como fuente de carbohidratos como pan, galletas, avena, incaparina, tortilla, granola o cereales. Los alimentos constructores como fuente de proteínas como quesos, yogur, huevo, leche, jamón y diferentes tipos de carnes. Los alimentos protectores como fuente de vitaminas y minerales como verduras, frutas o hierbas. (Idem)*

“Para que la lonchera escolar sea saludable es necesario incluir diferentes comidas de los diferentes grupos alimenticios y evitar los excesos”. (Idem)

“También se debe tomar precauciones como, asegurarse que los recipientes sean resistentes para no derramar jugo o liquido de las frutas dentro de las loncheras”.  
(Idem)

## IV. MARCO OPERATIVO

### 4.1 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Nombre del investigador principal: Elder Rohel Valiente Medrano

Nombre de la persona que tendrá injerencia en el trabajo de investigación: Director del centro educativo Diego Noé Xiloj Chan

Funciones del investigador principal: Elder Rohel Valiente Medrano

- a) Realizar adecuadamente la sistematización
- b) Presentar con anticipación entrevistas a pasar con un grupo de alumnos determinados según los factores biológicos, psicológicos, sociológicos y labores
- c) Con el visto bueno del director reproducir y pasar la entrevista en el grupo selecto de alumnos.
- d) Presentar plan de taller teórico practico sobre el rol del profesor de educación física para el desarrollo integral del estudiante
- e) Ejecutar taller teórico practico sobre el rol del profesor de educación física para el desarrollo integral del estudiante

#### 4.1.1 EQUIPO DE INVESTIGACIÓN

Funciones de la persona que tendrán injerencia en trabajo de investigación: Director del centro educativo Diego Noé Xiloj Chan

- a) Revisar entrevista a aplicar con el grupo selecto de estudiantes
- b) Dar el visto bueno de la entrevista a aplicar con el grupo selecto de estudiantes
- c) Monitorear adecuadamente la aplicación de la entrevista a aplicar con el grupo selecto de estudiantes
- d) Revisar planificación del taller del rol del profesor de educación física a aplicar con el docentes y padres de familia
- e) Dar visto bueno de la planificación del taller del rol del profesor de educación física a aplicar con el docentes y padres de familia

- f) Monitorear e intervenir en la ejecución del taller del rol del profesor de educación física a aplicar con el docentes y padres de familia

Recursos y presupuesto de la Investigación.

Equipo humano:

- a) 17 docentes del centro educativo
- b) 1 director del centro educativo
- c) 100 Padres de familia

Recursos físicos

- a) Mobiliario: Catedra, silla de catedra, salón de reunión, pizarrón, sillas, mesas y cancha deportiva
- b) Transporte: Automóvil
- c) Equipo de oficina: Computadora, impresora, engrapadora, hojas de papel bond y lapicero
- d) Recurso humano: Padres de familia, alumnos del establecimiento, docentes del establecimiento y director del establecimiento
- e) Físico: Hulas, conos, palos, papel periódico y pelotas de tenis
- f) Tecnológico: Computadora, cañonera, regleta, extensión eléctrica, bocinas, cabezal de sonido y micrófono
- g) Transporte: Carro toyota echo
- h) Viáticos: Q.100.00 de gasolina
- i) Alimentación: Agua pura, una naranja y un banano
- j) Compra de instrumentos de recolección de datos (test): Q.60.00
- k) Impresión del informe final de la investigación: Q.100.00
- l) Reproducción de material escrito, compra de libros, etc: Q.1000.00

#### 4.1.2 PRESUPUESTO

Recursos financieros para establecer el costo de la investigación.

Recursos	Cantidad	Costo
Computadora	1	Q. 5000.00
Impresora	1	Q. 500.00
Engrapadora	1	Q. 30.00
Hojas de papel bond	1 resma	Q. 100.00
Lapicero	5	Q. 20.00
Hulas de Q.20.00 cada una	100	Q. 2000.00
Conos de Q.25.00 cada uno	10	Q. 250.00
Palos de Q.10.00 cada uno	5	Q. 50.00
Pelotas de tenis de Q.10.00 cada una	5	Q. 50.00
Cañonera	1	Q. 3000.00
Regleta	1	Q. 50.00
Extensión eléctrica	1	Q. 100.00
Bocinas	2	Q. 5000.00
Cabezal de sonido	1	Q. 5000.00
Micrófono	1	Q. 500.00
Gasolina par automóvil	1	Q. 100.00
4 Bolsas de agua pura de 25 unidades	100	Q. 32.00
Naranjas	100	Q. 50.00
Bananos	100	Q. 50.00
Compra de instrumentos de recolección de datos (test)	15	Q. 60.00
Impresión del informe final de la investigación:	1	Q. 100.00
Libros en físico y en vista previa	2	Q. 1000.00
Total		Q.22042.00

### 4.1.3 PROGRAMACIÓN

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																
Recolección de información	■	■														
Redacción y revisión			■	■	■	■										
Mecanografía y revisión							■	■								
FASE II																
Elaboración de instrumentos											■					
Recolección de datos											■					
Tabulación de datos													■	■		
Análisis e interpretación de datos													■	■	■	
Mecanografía y presentación													■	■		
FASE III																
Elaboración de documento															■	■
Redacción y revisión															■	■
Mecanografía y presentación																■

Gráfica de Gantt.

## V. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

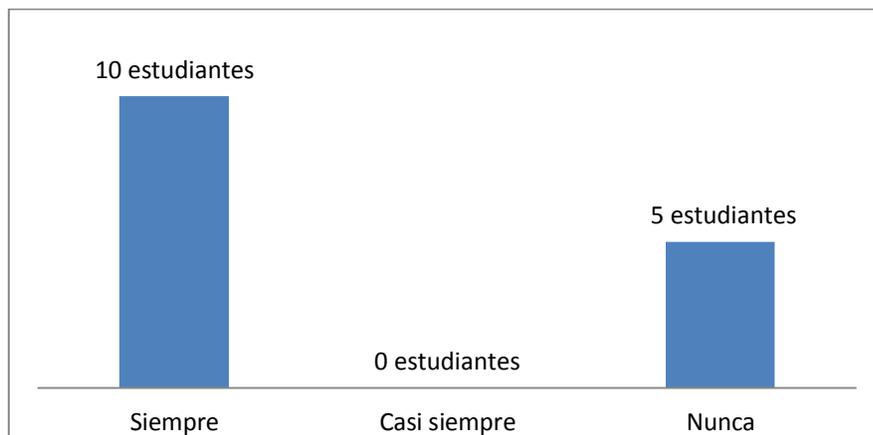
### 5.1 ANÁLISIS DE DATOS

Se pasó una entrevista a 15 estudiantes con diferentes dificultades en el ámbito biológico, psicológico, social y laboral de la EORM Aldea Nimasac de San Andrés Xecul Totonicapán, con los grados de primero a sexto primaria en ambos sexos.

### 5.2 INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Indicador biológico

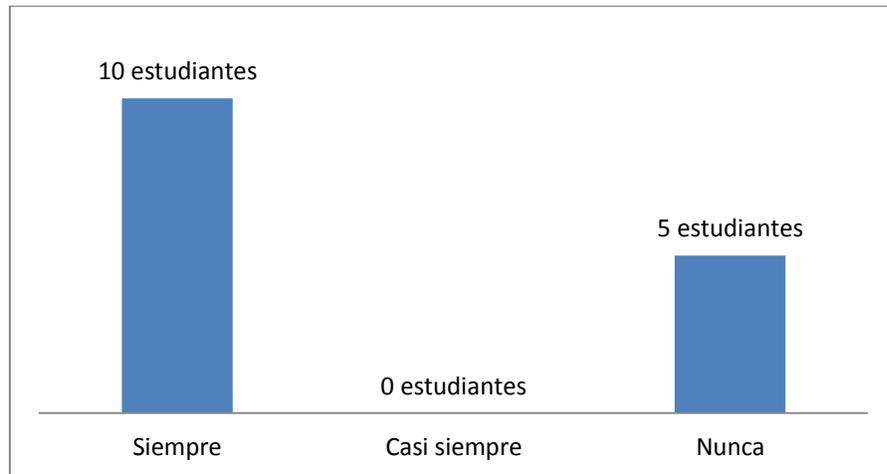
1. Peso ideal según edad cronológica.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: 10 alumnos presentaron disminución de peso según su edad cronológica, esto significa que en casa no les están proporcionando los 3 tiempos de comida produciendo un déficit en el rendimiento en la clase de educación física, por tal razón se capacito a los padres de familia sobre la importancia de la alimentación adecuada en cada tiempo de comida para rendir adecuadamente en la escuela.

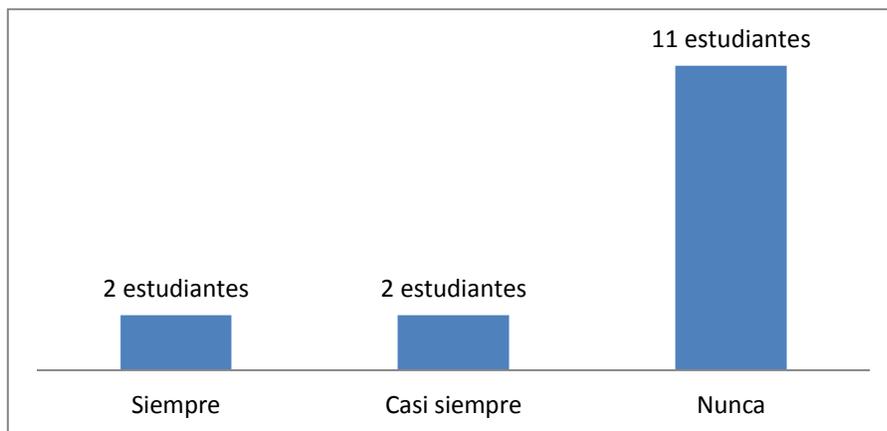
## 2. Estándar de la altura ideal según edad cronológica.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: 10 alumnos presentaron disminución de altura según su edad cronológica, esto significa que en casa no les están proporcionando los 3 tiempos de comida produciendo un déficit en el rendimiento en la clase de educación física, esto se ve reflejado en comparación de otros alumnos de la misma edad que ejecutan el mismo ejercicio, por tal razón se capacito a los padres de familia sobre la importancia de la alimentación adecuada en cada tiempo de comida para rendir adecuadamente en la escuela, y que si se sigue alimentando bien el niño puede corregir bastante la falta de altura

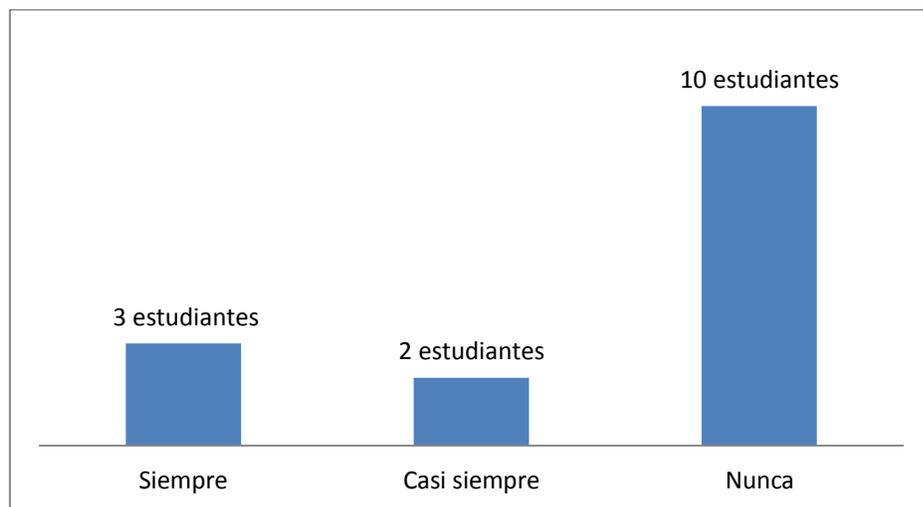
## 3. Síntomas o enfermedades a causa del ambiente escolar



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: Hay alumnos que presentan síntomas de enfermedad como resequead en la garganta, cierto ahogamiento y malestar a causa de que en el centro educativo se tiene la costumbre de quemar la basura en un tonel de metal en una esquina de la cancha deportiva; esto afecta al alumno ya que inhala el aire con monóxido de carbono y la actividad ya no tiene los beneficios esperados. Por tal razón se habló con director, docentes y padres de familia que esto no es sano y que se deben de implementar botes de basura orgánica e inorgánica y que de esta manera se siga practicando la clase de educación física adecuadamente en el ambiente.

#### 4. Presenta agotamiento físico antes, durante y después de la clase de Educación Física.

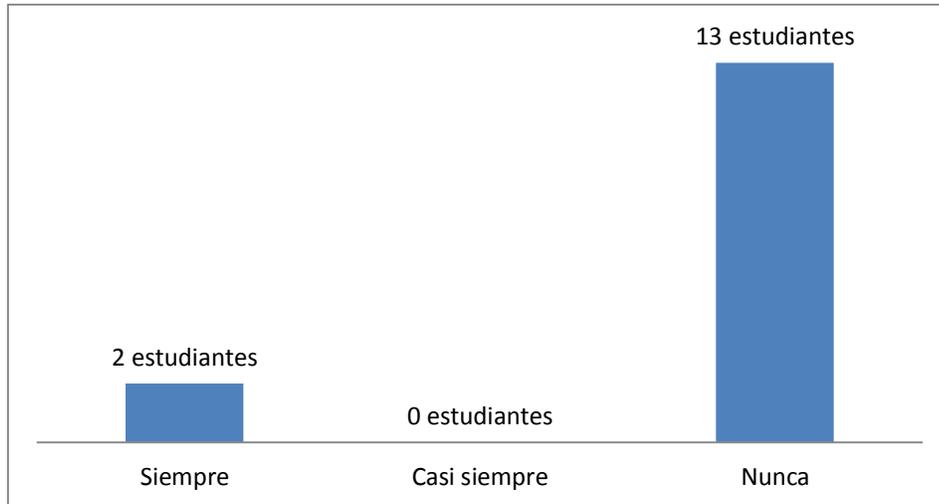


Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: Algunos alumnos presentan agotamiento físico antes de recibir la clase de educación física a causa del trabajo de media jornada al que se dedican por las mañanas antes de asistir a clases por la tarde, un porcentaje menor presentan agotamiento físico en la clase de adecuación física por enfermedad, signos, síntomas o disminución de las capacidades condicionantes físicas. En virtud de lo anterior se les pidió a los niños y padres de familia que cada uno de los que recibiera la clase de educación física deben de realizar sus tareas escolares por las mañanas, apoyar en el trabajo al que se dedican no tiempo

completo, almorzar adecuadamente e ir a recibir la clase de educación física con gorra y una botella de agua pura.

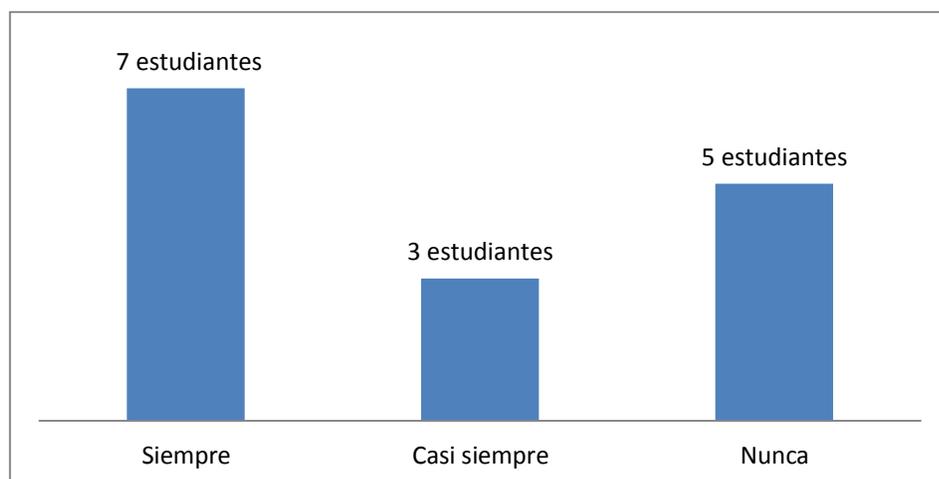
5. Presenta algún tipo de discapacidad adquirida o congénita.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: Una niña de primero primaria presenta ceguera total izquierda a la cual se le coloca adelante de sus compañeros para tener un mejor campo visual a la hora de recibir la clase de educación física, también un niño de primero primaria presenta retraso psicomotor leve al cual se le han hecho adecuaciones curriculares para tener un mejor desenvolvimiento en la clase de educación física.

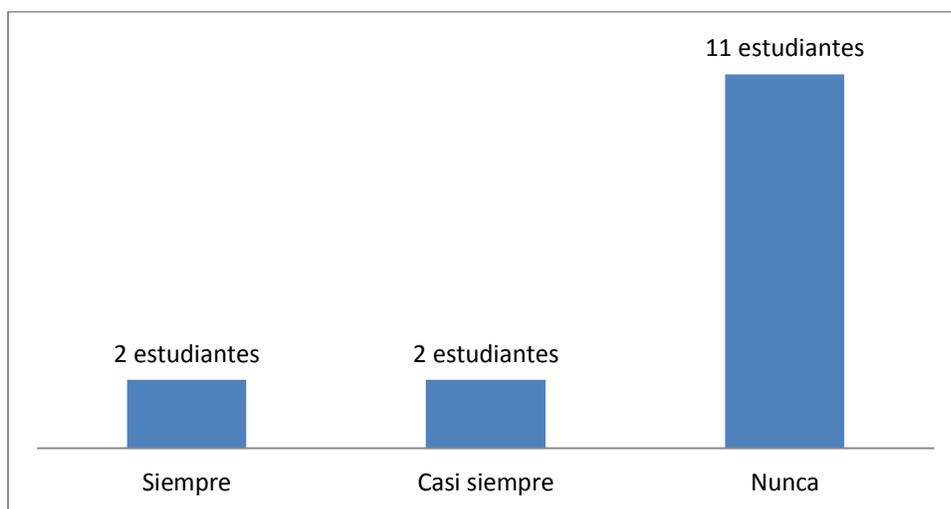
6. Realiza los tres tiempos de comida.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: Se podría decir que menos de la mitad de todos los alumnos del establecimiento educativo reciben los tres tiempos de comida adecuadamente, un porcentaje mínimo abecés deja de comer algún tino de comida ya que los papas no priorizan en la alimentación de sus hijos y otro porcentaje mínimo están los que definitivamente no almuerzan ya que son de escasos recursos económicos o por otras razones personales. En virtud de lo anterior se les dio una taller a padres de familia enfatizando sobre la importancias de los tres tiempos de comida adecuadamente y el rendimiento escolar de sus hijos al recibir los alimentos en casa, en enviar la refacción adecuada al receso en comparación de la comida chatarra que venden algunas tiendas del establecimiento educativo.

7. Se hidrata antes, durante y después de la clase de educación física.



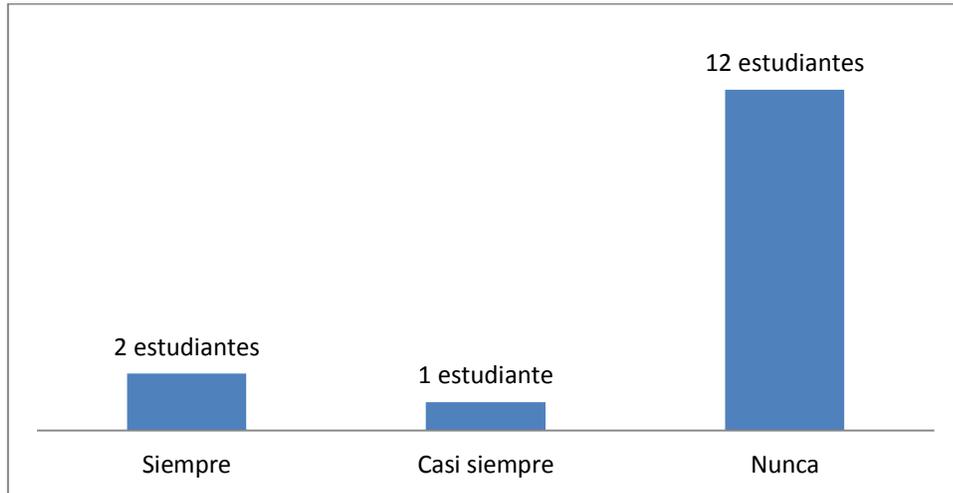
Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: El estudiante se hidrata poco en casa al igual que en la clase de educación física.

En virtud de lo anterior dentro del taller brindado a los papas se les hablo sobre la importancia de ingerir líquidos antes, durante y después de la clase de educación física para obtener un rendimiento adecuado, se llegó a un consenso que todos los niños como requisito para recibir la clase de educación física deben de portar un pachón con agua pura por el bienestar de ellos.

## Indicadores psicológicos

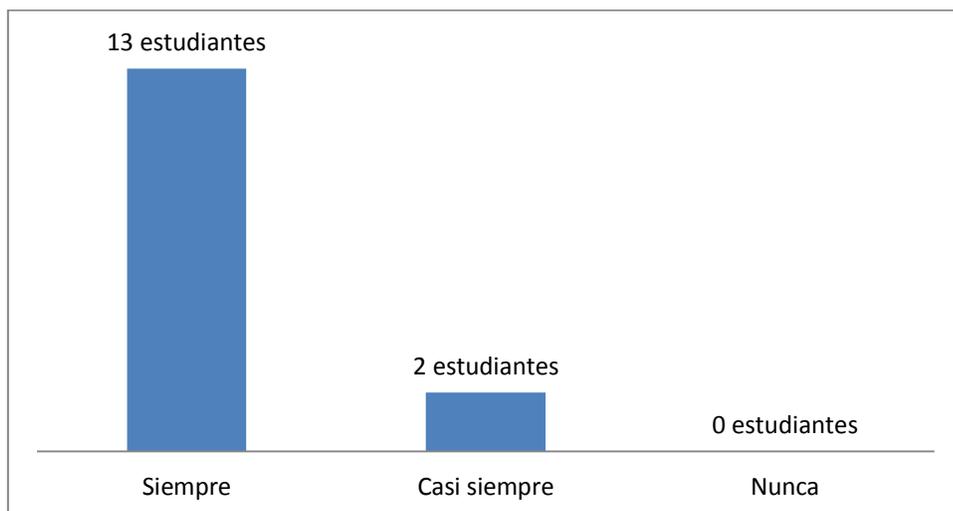
### 1. EL estudiante presenta maltrato infantil.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: 2 alumnos refirieron que sus papas le pegaban en casa seguido, 1 alumno refirió que en ocasiones sus papas los corregían a golpes y el resto digo que no eran víctimas de maltrato infantil. Se platicó con los alumnos que le debían de hacer caso a sus papas; en el taller de padres de familia se habló sobre el deber de los padres de familia para apoyar a sus hijos en las tareas y en no corregirlos a golpes si no con palabras.

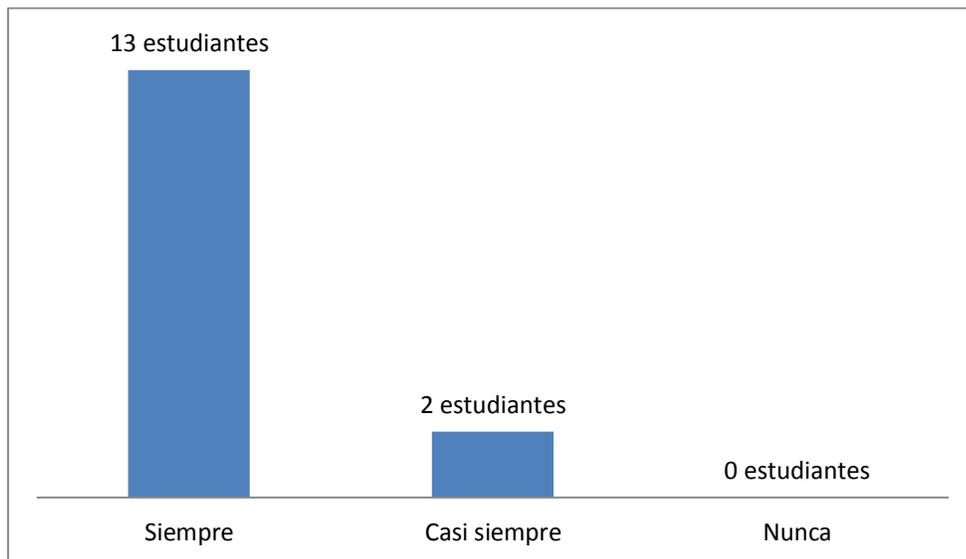
### 2. Presenta estabilidad emocional.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: La mayoría de niños tienen estabilidad emocional, pero dos de ellos en ocasiones en la clase de educación física presentan agresividad golpeado a sus compañeros, otras veces no hacen caso llamando la atención. Se platicó con ellos que deben de ser buenos niños dominado los contenidos de la escuela y respetando a sus compañeros, director y docentes para ser personas de bien ahora y cuando sean más grandes.

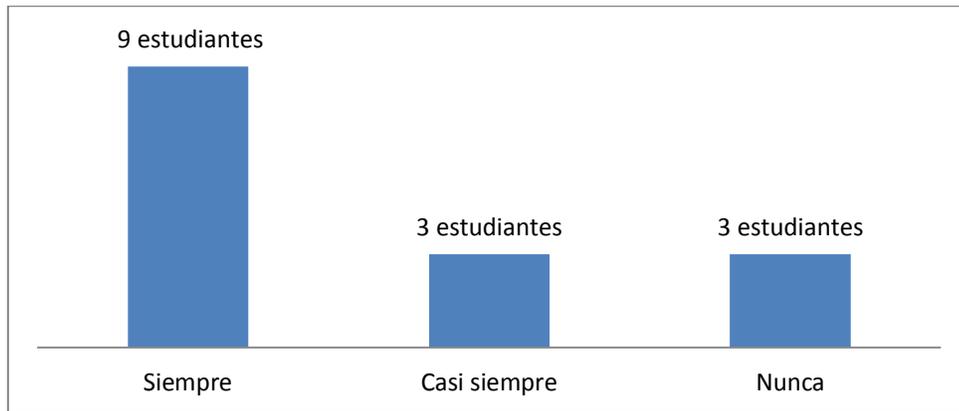
### 3. Estado emocional estable.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: La mayoría de niños tienen estabilidad emocional estable, pero dos de ellos en ocasiones en la clase de educación física presentan agresividad golpeado a sus compañeros, otras veces no hacen caso llamando la atención. Se platicó con ellos que deben de ser buenos niños dominado los contenidos de la escuela y respetando a sus compañeros, director y docentes para ser personas de bien ahora y cuando sean más grandes.

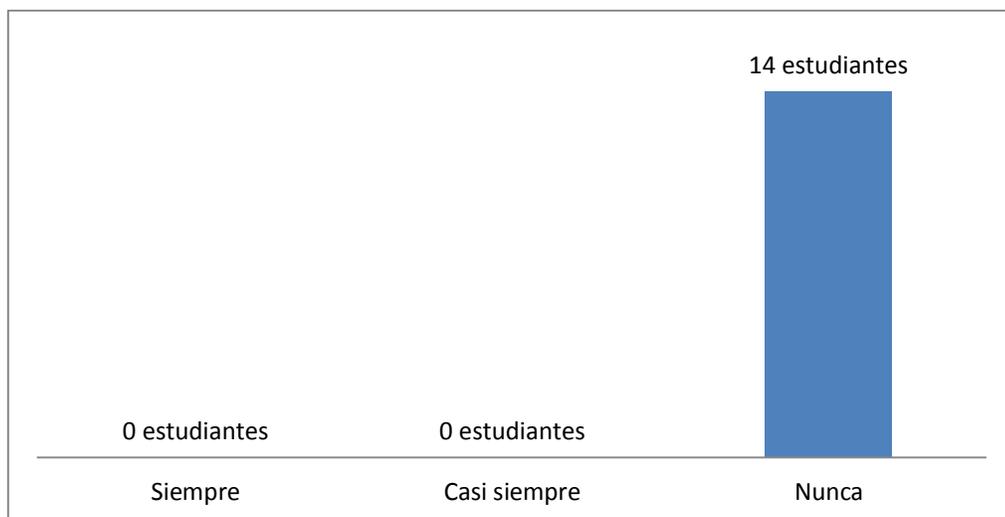
4. Presenta atención y comprensión en la clase de educación física.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: La mayoría de alumnos atienden y comprenden las instrucciones en la clase de educación física, el gran problema es que han sido formados en su mayoría tradicionalmente y les cuesta participar dando opiniones o propuestas, cuando lo hacen en ocasiones aciertan y en otras no. Es un proceso implementar el nuevo paradigma educativo pero se vive en el cual el alumno sabe que se puede equivocar y mejorar para realizar una clase de educación física más dinámica y con aportes del estudiante.

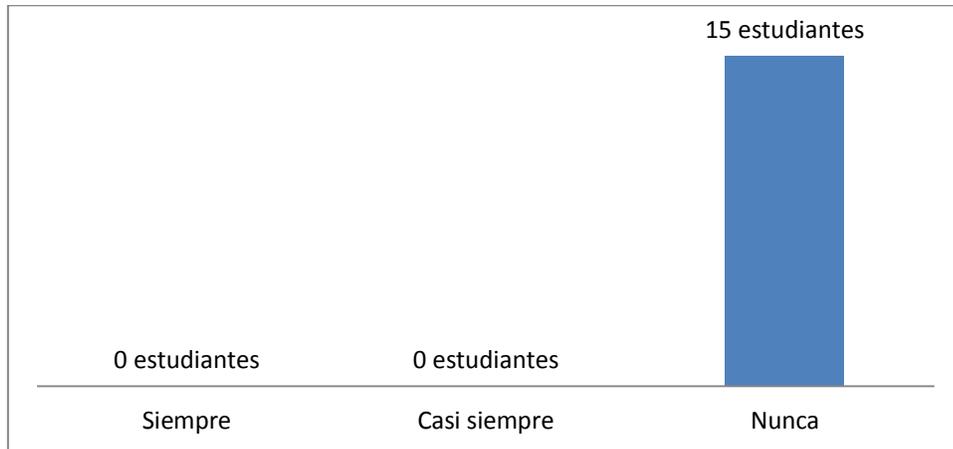
5.- Presenta problemas de conducta o temperamento a causa de la desintegración familiar.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: Ningún estudiante presenta problemas de conducta a causa de desintegración familiar, ya que en la aldea se tiene la costumbre aun de que el papá debe de estar a la par de sus esposa y sus hijos sin tener la necesidad de una segunda familia.

6.- Es víctima de abuso escolar.

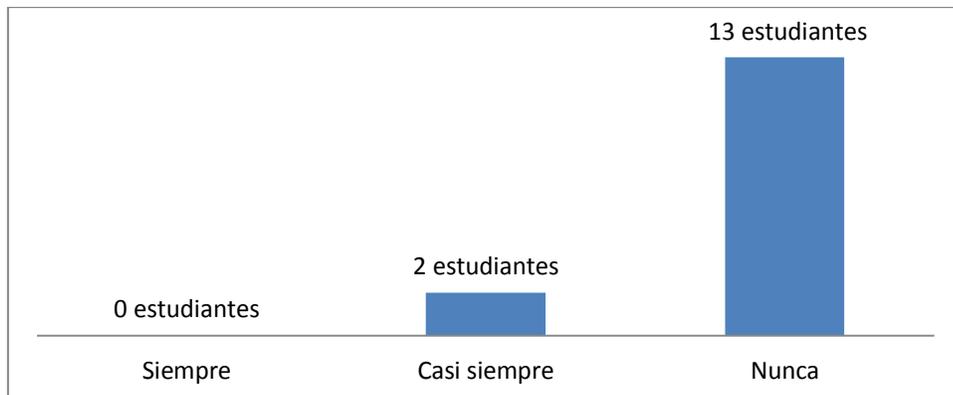


Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: Ningún estudiante es víctima de abuso escolar, por lo cual se motivó a los estudiantes a seguir con esas actitudes y a los padres de familia a seguir inculcando esos buenos concejos de respetarse los unos a los otros en el centro educativo.

## INDICADOR SOCIAL

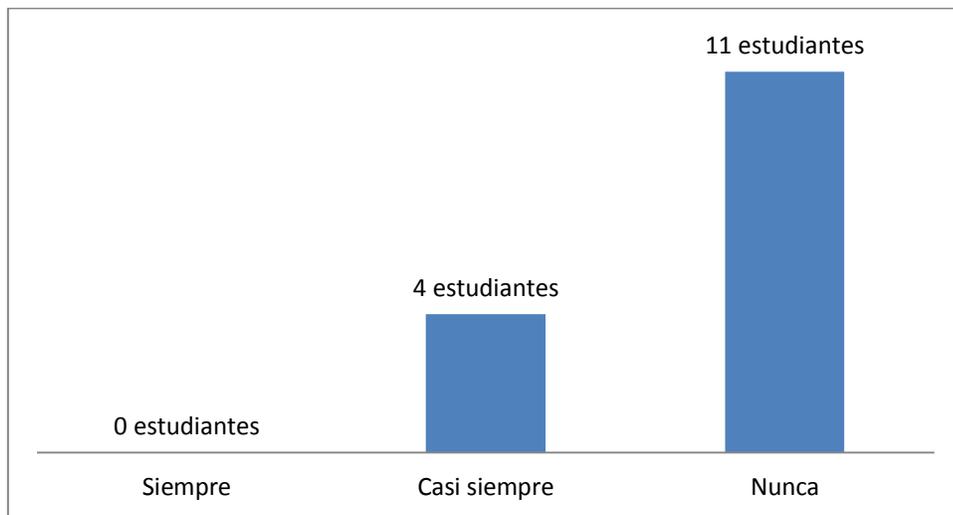
1. Afecta la desintegración familiar en el aprendizaje.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: Al estudiante le afecta la desintegración familiar en ocasiones al perder cierta estabilidad emocional y concentración en la escuela; es oportuno mencionar que esta desintegración familiar es por pérdida de uno de los progenitores de los estudiantes. En el taller práctico se tocó el tema sobre la importancia de hacer ejercicio en familia y el apoyo entre mutuo.

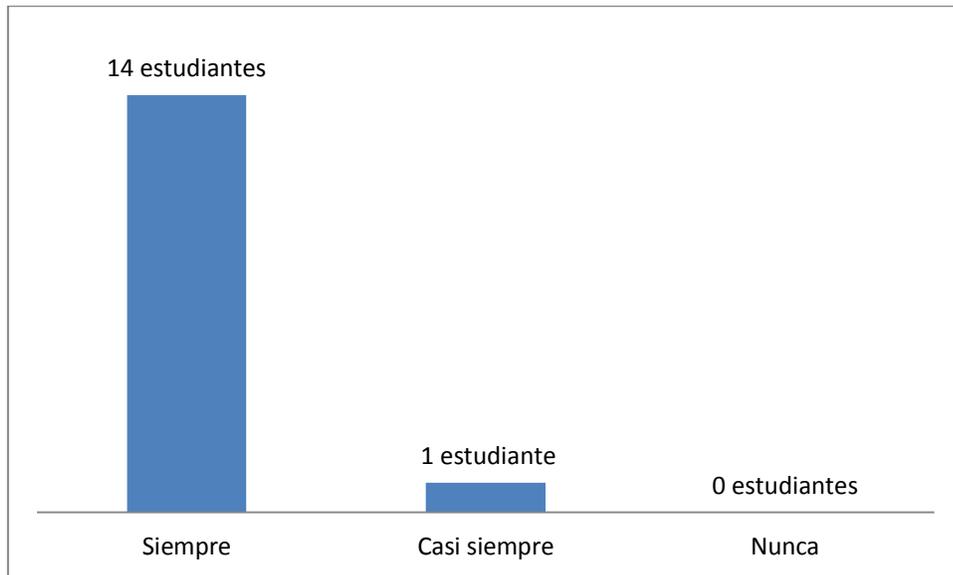
## 2. Afecta la religión en el desempeño de la clase de la educación física.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: Algunos papás aconsejan a sus hijos que el día del santo de la aldea es pecado hacer educación física y los niños no quieren ejercitarse, esto sucede en ocasiones; en el taller con padres de familia se tocó el tema y los papas dijeron que no es pecado hacer educación física y que sus hijos participarían activamente, se cree que algunos papas con estas creencias religiosas no llegaron a la reunión o no se animaron tomar la palabra para emitir su opinión.

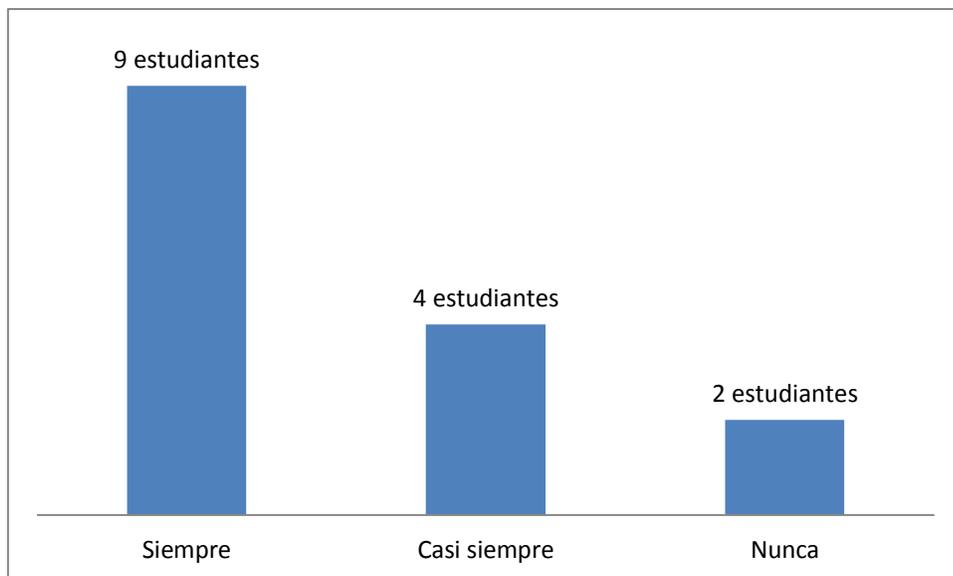
3. Se integra y sociabiliza con facilidad en la clase de educación física.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: La gran mayoría de estudiantes se integra y sociabiliza con facilidad en la clase de educación física, es un porcentaje mínimo que no le gusta la educación física por razones muy personales. Sin embargo se ha motivado a la participación activa de los estudiantes a la clase de educación física.

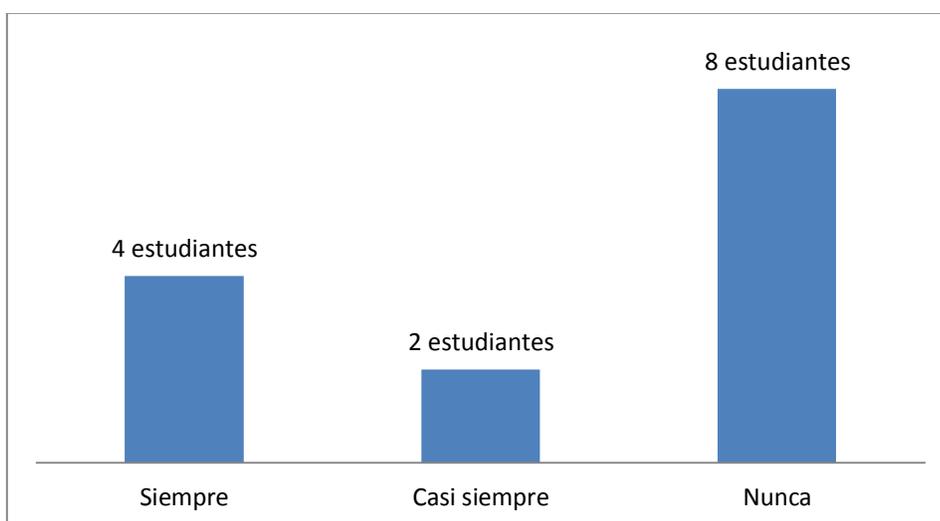
4. Indumentaria adecuada en la clase de educación física.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: En ocasiones unos niños llevan el uniforme de educación física y en otras no, son pocos los que no lo llevan a la clase de educación física, además de ellos otros niños se colocan el pants encima del pantalón de diario, son pocos los que son de escasos recursos y no tienen dinero para el uniforme de educación física, el otro problema que existe es que las niñas que cuentan con pantaloneta que les proporciono el Ministerio de Educación ya les quedan pequeñas y tienen vergüenza de usarla

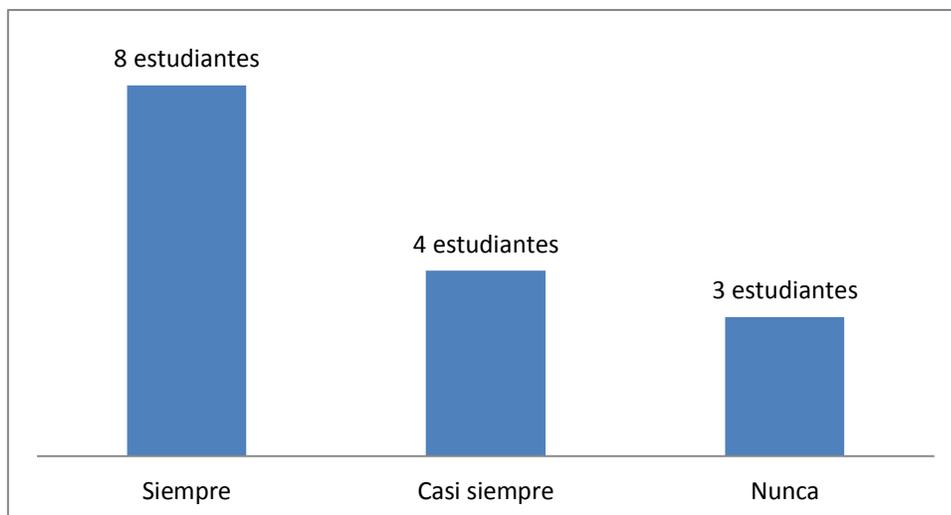
#### 5. La ideología familiar perjudica el desarrollo de la clase de educación física.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: La ideología familiar perjudica el desarrollo de la clase de educación física en relación a que existen padres de familia que no quieren que su hija utilice pants o pantaloneta, hay otro porcentaje que en ocasiones siguen los concejos de los papás y en otros casos no sobre uniforme de educación física y creencias religiosas y de la comunidad. En el taller con padres de familia se acordó apoyar a sus hijos en la participación activa en la clase de educación física y en los grandes beneficios obtenidos en la misma.

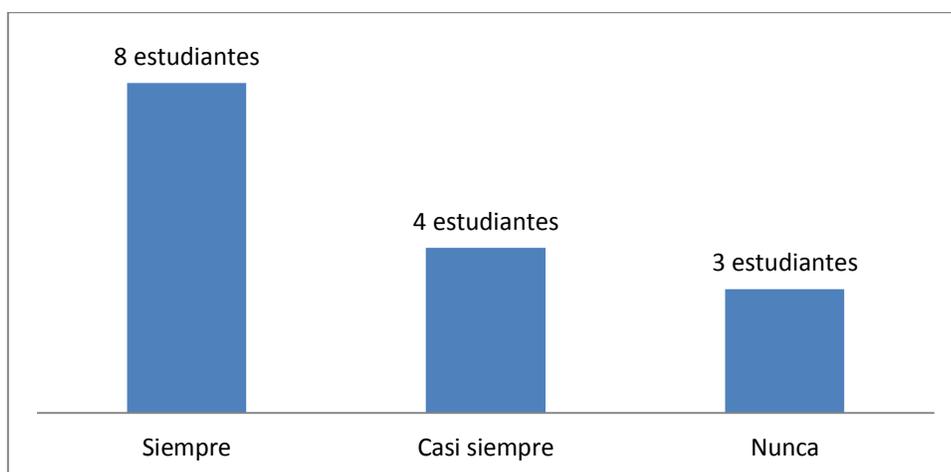
#### 6. Falta de atención y cuidados de padres de familia en la formación académica.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: La falta de atención y cuidados de padres de familia afecta la formación académica del niño, especialmente en el primer ciclo del nivel primario, ya que los padres de familia ayudaran a realizar la tarea, los monitorearan y motivaran e ejecutarla. Cabe mencionar que hay niños que son muy inteligentes y pueden sobresalir en sus estudios. Todo lo anterior se platicó con padres de familia en el taller del rol del profesor de educación física.

#### 7. El alcoholismo en la familia afecta el desempeño del estudiante.



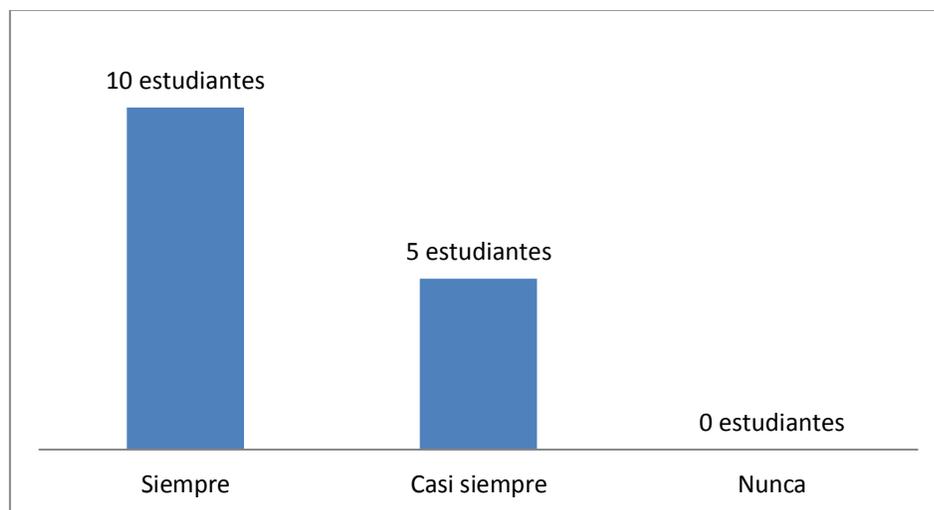
Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: El alcoholismo en la familia afecta el desempeño del estudiante ya que cuando alguno de los progenitores es alcohólico deja de aportar el sustento diario y el niño ya no se alimenta adecuadamente, ya no le dan dinero para su

refacción, no le compran sus útiles escolares, llega a la clase de educación física con ropa de diario diciendo que no hay dinero para para implementos deportivos. A los papas se les concientizo en el taller del rol del profesor de educación física sobre todos estos aspectos, además en la clase de educación física se hacen excepciones cuando los niños no llevan tenis ya que muchos de ellos son de escasos recursos económicos.

#### Indicador laboral

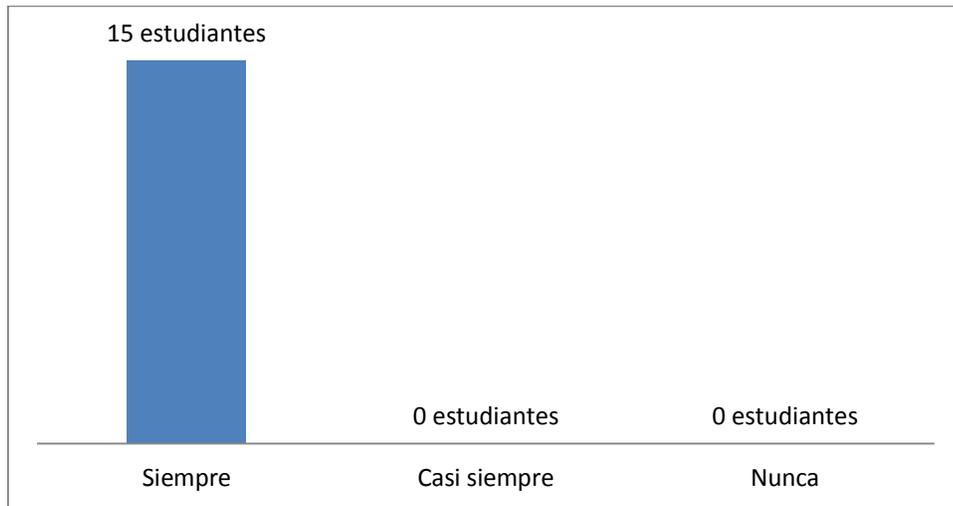
##### 1. Instalaciones deportivas en la clase de educación física.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: Las mayoría de estudiantes contestaron que instalaciones deportivas si inciden en el desarrollo de la clase de educación física, esto es muy real ya que con instalaciones deportivas adecuadas se pueden desarrollar los contenidos de una mejor manera; un porcentaje más pequeño contesto casi siempre, esto también es real ya que aunque halan instalaciones deportivas adecuadas pero el maestro no sea creativo e innovador le va a dar un mal uso a las buenas instalaciones deportivas.

## 2. El uso del uniforme de educación física y sus beneficios.

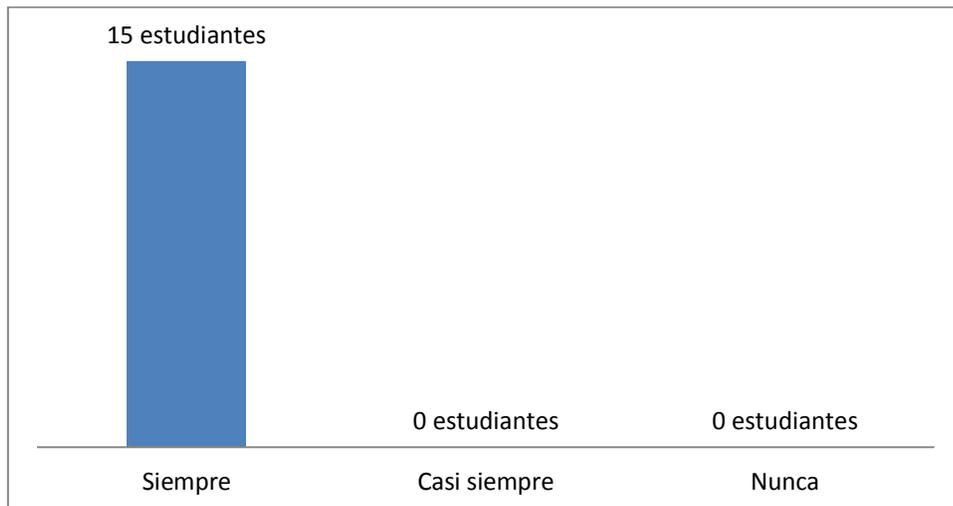


Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: Todos los estudiantes contestaron que el uniforme de educación física beneficia el desarrollo de la clase de Educación física, el gran problema es que ellos lo saben pero no lo aplican, ya que unos días llevan uniforme unos y otros días otros; son pocos los niños que no llevan uniforme de educación física por razones económicas y poco apoyo de los papas, con ellos se está trabajando arduamente.

Es oportuno mencionar que son pocos los alumnos que tienen tenis.

## 3. El material didáctico deportivo motiva a los estudiantes en educación física.

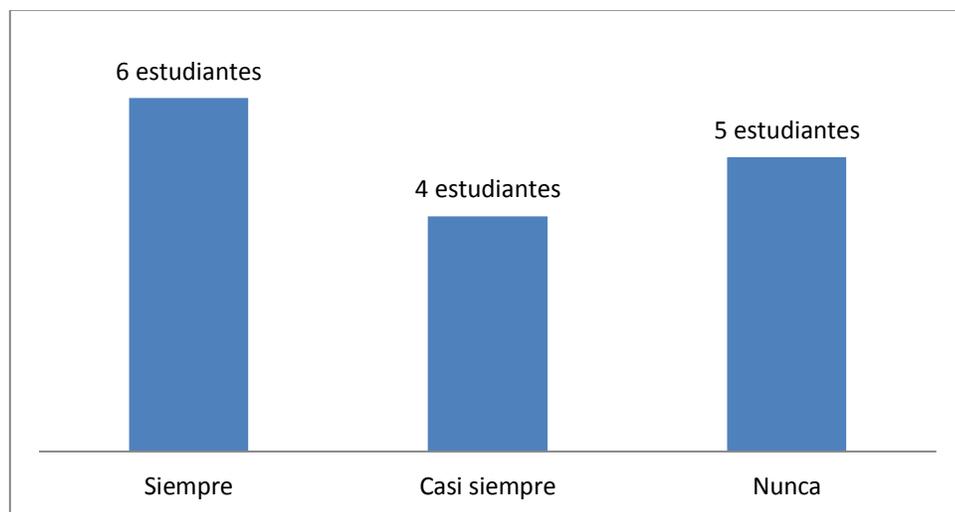


Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: Siempre el material didáctico deportivo motiva a los estudiantes en la práctica de la clase de Educación física, es una herramienta para dar la clase de educación física y que el alumno lo manipule con alegría.

En ocasiones se desarrollan contenidos con y sin elementos metodológicamente, pero en cualquiera de los dos casos se les puede dejar jugar a su criterio en un espacio, el cual queda muy bien en la parte final para que el descubra y construya su conocimiento con el material didáctico deportivo.

#### 4. Los padres de familia aportan para el sustento necesario de los estudiantes.

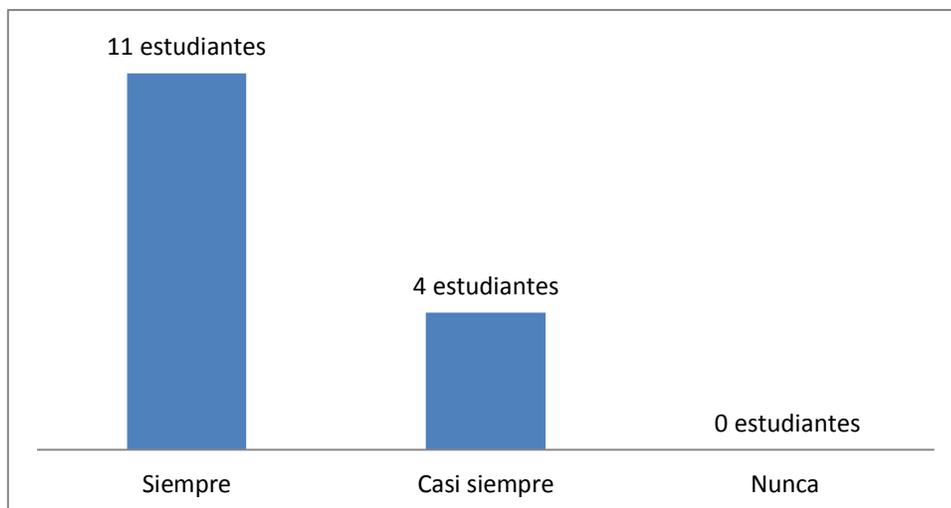


Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: Los padres de familia aportan para el sustento necesario de los estudiantes casi en la mitad de la población total del establecimiento; en un porcentaje más pequeño en ocasiones cumplen totalmente y en otras no; y en otro porcentaje casi de la misma cantidad al que si cumplen no lo realizan por ignorancias o carencia de recursos económicos en relación a sustento alimenticio adecuado, uniforme de educación física y material requerido por los docentes.

En el taller con padres de familia se habló sobre el apoyo integral hacia sus hijos.

#### 5. Los maestros de grado promueven la asistencia de los estudiantes a la clase de educación física.



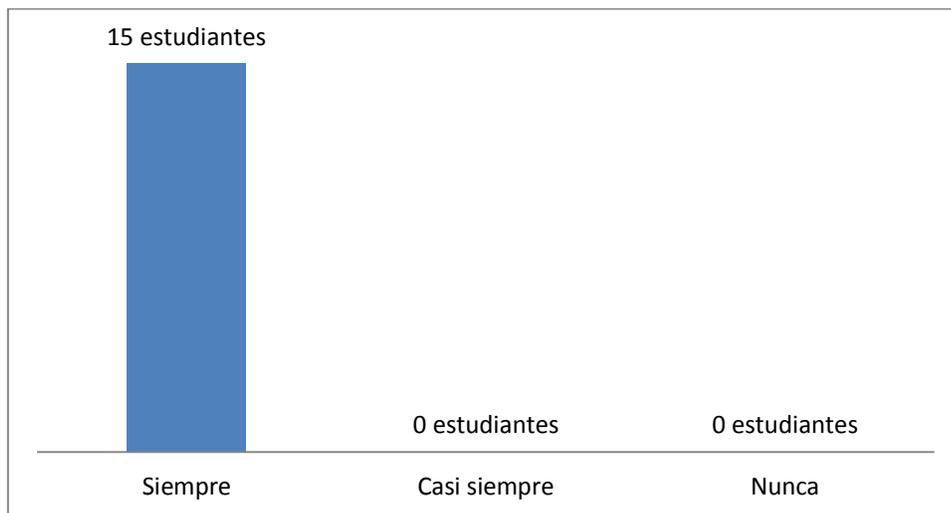
Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: En su mayoría los maestros de grado promueven la asistencia de los estudiantes a la clase de educación física, el gran problema es que no los motivan a asistir con el uniforme de educación física.

Son pocos los docentes que en ocasiones no mandan a los niños a la clase de educación física por priorizar otras cosas o actividades.

En el taller teórico práctico hacia docentes se dio a conocer la importancia del maestro de grado en el apoyo del área de educación física llevando a la cancha deportiva a los más pequeños en edad, en motivarlos en la utilización del uniforme de educación física y en la participación activa de los mismos.

7. La profesionalización y actualización docente del maestro de educación física es importante.



Fuente, investigación de campo PADEP/DEF 2016

Interpretación: La profesionalización y actualización docente del maestro de educación física es importante para mejorar la innovación e implementación de la clase de educación física.

El programa PADEP/DEF es vital para la actualización docente e implantación del nuevo paradigma educativo con enfoque constructivista.

## VI. CONCLUSIONES

- a) La profesionalización y actualización docente del maestro de educación física es importante para mejorar la innovación e implementación de la clase de educación física, por tal razón el programa académico PADEP/DEF es vital para la actualización docente e implantación del nuevo paradigma educativo con enfoque constructivista.
  
- b) Dentro del ámbito biológico es importante destacar que la falta de peso y altura según edad cronológica se ven reflejadas especialmente al no consumir alguna ración de comida durante el día produciendo un déficit en el rendimiento en la clase de educación física.
  
- c) Con los estudiantes que presenten algún tipo de discapacidad adquirida o congénita se les deben de realizar adecuaciones curriculares para que ellos puedan salir adelante en su formación académica.
  
- d) Algunos niños presentan inestabilidad emocional caracterizada por agredir físicamente a sus compañeros quitándoles el material deportivo, empujándolos, no haciendo caso, llamando la atención y haciendo cosas inapropiadas a las requeridas en el curso de educación física, esto en su mayoría es a causa de la desintegración familiar o el exceso de confianza recibido en sus hogares; cabe mencionar que entro del curso de educación física es vital canalizar adecuadamente toda esta energía.
  
- e) Los padres de familia afirmaron que la religión no debe de afectar el desenvolvimiento adecuado de la clase de la educación física, que si permite el ejercicio y que sus hijos participarían activamente.

- f) El alcoholismo en la familia afecta el desempeño del estudiante ya que cuando alguno de los progenitores es alcohólico deja de aportar el sustento diario y el niño no se alimenta adecuadamente, no le dan dinero para su refacción, no le compran sus útiles escolares, llega a la clase de educación física con ropa de diario diciendo que no hay dinero para para implementos deportivos.
  
- g) Las Instalaciones deportivas y el material didáctico deportivo de educación física son pilares fundamentales para ejecutar cada clase con la práctica del estudiante en un espacio digno.

## VII. RECOMENDACIONES

- a) Los padres de familia deben de darle a sus hijos los tres tipos de comida y mandarles su refacción sana como frutas de la temporada para rendir adecuadamente en la clase de educación física.
- b) Los estudiantes al recibir la clase de educación física deben de portar un pachón de agua pura para hidratarse antes, durante y después de la clase de educación física, con esto se conseguirá que rindan adecuadamente.
- c) Los síntomas y/o enfermedades como resequedad en la garganta, cierto ahogamiento físico y malestar a causa de que en el centro educativo se tiene la costumbre de quemar la basura en un tonel de metal en una esquina de la cancha deportiva se puede corregir con la implementación de botes de basura orgánica e inorgánica y que de esta manera se siga practicando la clase de educación física adecuadamente en el ambiente.
- d) Los estudiantes según el contexto de la aldea deben de realizar sus tareas escolares por las mañanas, apoyar en el trabajo al que se dedican no tiempo completo, almorzar adecuadamente e ir a recibir la clase de educación física con gorra y una botella de agua pura por la tarde.
- e) Los padres de familia deben de corregir a sus hijos con palabras y no a golpes ya que eso se convierte en maltrato infantil, al mismo tiempo los hijos deben de hacerle caso a sus papás para ser buenos ciudadanos y evitar las correcciones inapropiadas.

- f) Se recomienda asistir y participar en la clase de educación física con los implementos deportivos adecuados para tener un mejor desenvolvimiento, para ello se refiere a playera, pants o pantaloneta y tenis.
  
- g) El maestro de grado juega un papel importante en el apoyo del área de educación física llevando a la cancha deportiva a los más pequeños en edad, en motivarlos en la utilización del uniforme de educación física y en la participación activa de los mismos.

## VIII. BIBLIOGRAFIA

Alcoba. A. (2012) Enciclopedia del deporte. 1ª Edición. Editorial Librerías deportivas Esteban Sanz, S.L. España.

Amador. M. (2010). El impacto del maltrato contra envejecidos en el componente físico, emocional y social desde la percepción de cinco profesionales de la salud. 1ª Edición. Editorial Palibrio. Estados Unidos.

Armas. M. (2007). Prevención e intervención ante problemas de conducta. 1ª Edición. Editorial Gestión. España.

Ávila. J. (2003). Economía. 1ª Edición. Editorial Umbral. México.

Ayala. J. (2005). Economía del sector público Mexicano. 1ª Edición. Editorial Esfinge. México.

Benito. Pedro et al. (2014). Alimentación y nutrición en la vida activa. 1ª Edición. Editorial Uned. España.

Brazelton. Berry et al. (2005). Las necesidades básicas de la infancia. 1ª Edición. Editorial Graó. España.

Cabrerizo. D. Pérez. J. (2008). Ciencias para el mundo contemporaneo. 1ª Edición. Editorial Editex. España.

Campos. Nicolás et al. (2005) Panorama de la lingüística y traductología. 1ª Edición. Editorial Atrio. Granada.

Casado. Juan et al. (1997). Niños maltratados. 1ª Edición. Editorial Díaz de Santos. España.

Casal. V. (2002). La preparación psicológica del deportista. 3ª Edición. Editorial Inde. España.

Cloninger. S. (2003). Teoría de la personalidad. 3ª Edición. Editorial Prentice Hall. México.

Cobacho. J. Prieto. M. (1999) Más allá de la integración, escuela inclusiva. 1ª Edición. Editorial Universidad de Murcha. España.

Contreras. O. (2006) La formación inicial y permanente del profesor de educación física. 1ª Edición. Editorial Estudios. España.

Contreras. Ricardo et al. (1992). Actas del VIII congreso nacional de educación de escuelas universitarias del profesorado de E.G.B. 1ª Edición. Editorial Estudios. España.

Dunning. E. (1999). El fenómeno deportivo. 1ª Edición. Editorial Paidotribo. España.

Foguet. O. (2000) Deporte recreativo. 1ª Edición. Editorial Inde. España.

Gonzales. P. (1999). El área de educación física y el alumnado con discapacidad motora. 1ª Edición. Editorial Atrio. España.

Gonzales. Yanco et al. (2013). La construcción historia de la juventud en América Latina 1ª Edición. Editorial Cuarto propio. Chile.

Gutiérrez. Raquel et al. (1999). El consumo de las drogas en el ámbito laboral. 1ª Edición. Editorial de Castilla. Ecuador.

Intevi. V. (2008). Abuso sexual infantil en las mejores familias. 2ª Edición. Editorial Granica. Argentina.

Javier. E. (2004). La diferencia sexual en el análisis de los videojuegos. 1ª Edición. Editorial Cide. España.

Javier. Francisco et al. (2003). Investigaciones en formación deportiva. 1ª Edición. Editorial Deportiva Wanceulen. España.

Masdevall. T. Costa. V. (2011). Altas capacidades en niños y niñas. 1ª Edición. Editorial Narcea. España.

Matía. Paris et al. (2009). Procedimientos y materiales en la obra escultórica. 1ª Edición. Editorial Akal. España.

Moreno. M. (2002). La dieta de los 17 días. 1ª Edición. Editorial Aguilar. México.

Mur. Roberto et al. (1998). La educación y el proceso autonómico. 7ª Edición. Editorial Boe. España.

Nájera. J. Figueroa. P. Rossi. M. (2002). Biología general. 1ª Edición. Editorial Euned. Costa Rica.

North. R. (1995). El alcoholismo en la juventud. 1ª Edición. Editorial Árbol. México.

Ortiz. A. (2010). Como hacer felices a tus hijos. 1ª Edición. Editorial Cepedio. España.

Pablo. T. Delgado. M. (2002). Estrategias de intervención en educación para la salud desde la educación física. 1ª Edición. Editorial Inde. España.

Parkin. Michael et al. (2003). Glosario de términos financieros, contables, administrativos económicos, computables y legales. 1ª Edición. Editorial PYV. México.

Peralta. Ch. (1999). Productos alimenticios. 1ª Edición. Editorial Limusa. México.  
Perello. Inmaculada. (2003). Educación Física. 2ª Edición. Editorial Mad. España.

Pérez. F. (2010). La formación del voluntario social en el ámbito de la discapacidad. 1ª Edición. Editorial Sapienta. Alemania.

Pérez. J. (2000). La construcción social de la realidad carcelaria. 1ª Edición. Editorial Fondo 2000. Perú.

Perez. J. Suárez. C. (2004) Educación física para la integración de los alumnos con espina Bífida. 1ª Edición. Editorial Ecu. México.

Puga. Joan et al. (2004). Aprender a gestionar tus ahorros. 1ª Edición. Editorial Paidós. España.

Ramírez. Ch. (2005) Educación física para niños con necesidades educativas especiales. 1ª Edición. Editorial Euned. Costa Rica.

Raul. R. (2002). Investigación social, teoría y praxis. 10ª Edición. Editorial Plaza y Valdés. México.

Richard. M. (2002). Psicología de la educación. 1ª Edición. Editorial Prentice Hall. España.

Rigal. R. (2006) Educación matiz y educación psicomotriz en preescolares y primaria. 1ª Edición. Editorial Inde. España.

Rivera. V. Magro. E. (2008). Bases de la alimentación humana. 1ª Edición. Editorial Netbiblo. España.

Rodríguez. A. (2000). Recetario de comida maya. 1ª Edición. Editorial Cholqútu'n. Guatemala.

Rodríguez. M. (2001). Alimentación infantil. 1ª Edición. Editorial Díaz de Santos. España.

Rubí. L. (2007). Macroeconomía. 7ª Edición. Editorial Pearson Educación. México.

Sánchez. D. (2000) La educación física. 2ª Edición. Editorial Inde. España.

Torres. Cesar et al. (2009). La formación del educador deportivo en balonmano. 1ª Edición. Editorial Wanceulen. España.

Torres. R. (2003). Los nuevos paradigmas en la actual revolución científica y tecnológica. 1ª Edición. Editorial Euned. España.

Velásquez. G. (2006). Fundamentos de alimentación saludable. 1ª Edición. Editorial Editex. España.

Viadel. A. (1999). La deuda externa, dimensión jurídica y política. 1ª Edición. Editorial Iepala. España.

Villalba. J. Antoranz. E. (2010) Desarrollo cognitivo y motor. 3ª Edición. Editorial Editex. España.

Weinberg. R. Gould. D. (2010). Fundamentos de la psicología del deporte y del ejercicio físico. 4ª Edición. Editorial Médica Panamericana. España.

Williams. M. (2002). Nutrición para la salud, la condición física y el deporte. 1ª Edición. Editorial Paidotribo. España.

## XI. ANEXOS

### 9.1 GLOSARIO

Educación física: Es la educación que utiliza de una manera sistemática las actividades físicas, su finalidad de esta disciplina es la educación, el medio empleado es el movimiento y la influencia del medio físico.

El juego en los niños: Es la forma más natural de expresión del ser humano, a través de él se regulan los sentidos y se empiezan a manifestar los sentimientos de la persona. Es también la primera revelación de la inteligencia de un ser al demostrar sus cualidades.

Recreación: Es la disposición particular, positiva y favorable de cambios mediante la mejora y progreso que se expresa en el tiempo libre mediante actividades recreativas que se pueden diferenciar según si son espontáneas o dirigidas.

Actividad física: Comprende un conjunto de movimientos del cuerpo obteniendo como resultado un gasto energético del metabolismo basal. A veces se utiliza como sinónimo de ejercicio físico, que es una forma de actividad física planificada y repetitiva con la finalidad de mejorar o mantener uno o varios aspectos de la condición física.

Desarrollo psicomotor: Es la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello como disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, entre otras.

Biología: Ciencia que estudia a los seres vivos.

Nutrición deportiva: Es una rama especializada de la nutrición humana aplicada a las personas que practican diferentes deportes.

**Macronutrientes:** Son fuente de energía, suele ser carbohidratos, grasas y proteínas.

**Micronutrientes:** Son nutrientes que el cuerpo necesita en una cantidad más pequeña. Cada uno de estos nutrientes desempeña una o varias funciones específicas en el cuerpo. Se conocen como micronutrientes a las sustancias que el organismo de los seres vivos necesita en pequeñas dosis, es decir lo que al cuerpo le falta, lo que no hay demasiado. Son indispensables para los diferentes procesos metabólicos de los organismos vivos y sin ellos morirían.

**Alimentación inadecuada:** Es la ingesta de alimentos concentrados en calorías, como las grasas, productos dulces y salados los cuales repercuten negativamente en la salud, su consumo constituye un grave problema nutricional.

**Dieta:** Es la cantidad de alimento que se le proporciona a un organismo en un periodo de 24 horas, sin importar si cubre o no sus necesidades de mantenimiento, en resumen es el conjunto de nutrientes que se absorben luego del consumo habitual de alimentos. En el caso de los humanos la dieta se asocia erróneamente a la práctica de restringir la ingesta de comida para obtener solo los nutrientes y la energía necesaria, y así conseguir o mantener cierto peso corporal.

**Dieta balanceada:** Dieta balanceada significa comer de tal manera que el cuerpo sea capaz de obtener todos los nutrientes que necesita.

**Peso:** Es un indicador global de la masa corporal, fácil de obtener y reproducirse. Es la valoración del porcentaje de peso para la edad.

**Talla:** Es el parámetro fundamental para enjuiciar el crecimiento en longitud, pero es menos sensible que el peso a las diferencias nutricionales, en nuestro medio la talla tiene muy poco valor para evaluar el estado nutricional y es muy útil combinada con otros datos antropométricos, especialmente con el peso.

Psicología deportiva: Rama de la psicología que estudia los procesos psíquicos y la conducta del hombre durante la actividad deportiva. Esta ciencia aplicada busca conocer y optimizar las condiciones internas del deportista para lograr la expresión del potencial físico, técnico y táctico adquirido en el proceso de preparación.

Estabilidad emocional: Es vivir de manera equilibrada, tratar de qué hacer con lo que sucede, priorización, importancia y asimilación sin perder la cordura.

Concentración: Es la capacidad de centrar la atención en una tarea actual, mientras que bloquea otra distracción o estímulos sin relación. Esto incluye los sonidos insignificantes, entrada visual, y más importante, los pensamientos inaplicables. Cuando esta capacidad está alterada o mal utilizada se produce la desconcentración.

Maltrato infantil: El maltrato infantil o abuso infantil es cualquier acción física, sexual o emocional en el trato hacia un menor por parte de sus padres o cuidadores al ocasionarle daño físico o psicológico y que amenaza su desarrollo tanto físico como psicológico.

Desintegración familiar: Se refiere a la separación de uno o de varios miembros del núcleo familiar, creando así una desestabilización en su funcionamiento y propiciando una educación disfuncional de los hijos.

Discapacidad: Es aquella condición bajo la cual ciertas personas presentan alguna deficiencia física, mental, intelectual o sensorial que a largo plazo afectan la forma de participar plenamente en la sociedad.

Sociología: Es la ciencia social que estudia los fenómenos colectivos producidos por la actividad social de los seres humanos, dentro del contexto histórico cultural en el que se encuentran inmersos.

Conductismo: Utiliza estímulo respuesta para la descripción del comportamiento individual, el conductismo social se caracteriza por utilizarlo a través del concepto de actitud, mientras que el vínculo estímulo respuesta en el primer caso se aplica al campo de las respuestas de tipo emocional o fisiológico, en el segundo caso se lo aplica a la respuesta completa de un individuo contemplando tanto la interacción social como el aspecto cultural asociado.

Área de educación física: Es parte del proceso educativo que utiliza la actividad física para el logro de un hombre sano y apto físicamente, con gran equilibrio psicológico y adaptado a la sociedad donde se desenvuelve.

Conocimiento previo: Es la información que el individuo tiene almacenada en su memoria, debido a sus experiencias pasadas.

Oficio y arte de los padres de familia: Oficio viene del latín officium que significa ocupación habitual o la profesión de algún arte. El término suele utilizarse para hacer referencia a aquella actividad laboral que no requiere de estudios formales. Por ejemplo el pintor.

Egresos: Viene del latín egressus; los egresos son las salidas o las partidas de descargo. El verbo egresar hace referencia a salir de alguna parte.

Canasta básica: Es el conjunto de alimentos, expresados en cantidades suficientes para satisfacer las necesidades de calorías de un hogar promedio, sin embargo debe quedar claro que representa un mínimo alimentario a partir de un patrón de consumo de un grupo de hogares de referencia y no una dieta suficiente en todos los nutrientes.

Necesidades: Es aquello que resulta indispensable para vivir en un estado de salud plena. Las necesidades se diferencian de los deseos en que el hecho de no satisfacerlas produce unos resultados negativos evidentes, como puede ser una

disfunción o incluso el fallecimiento del individuo. Pueden ser de carácter fisiológico, como respirar, hidratarse o nutrirse; o de carácter psicológico, como la autoestima, el amor o la aceptación.

Indumentaria: Referente a la ropa, vestimenta o atuendo utilizado, o bien es el conjunto de prendas generalmente textiles fabricadas con diversos materiales y usadas para vestirse.

## 9.2 INSTRUMENTOS



Universidad de San Carlos de Guatemala

Programa Académico PADEP/DEF

Sede Quetzaltenango

Entrevista estudiantil

Aplicable en Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Nimasac Jornada Vespertina

Selección de la muestra de primero a sexto primaria

San Andrés Xecul Totonicapán

Docente del curso de Educación física Elder Rohel Valiente Medrano

Grado: \_\_\_\_ Genero: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Procedencia: \_\_\_\_\_

Indicador biológico

1. ¿El estudiante se encuentra por debajo de su peso ideal Según la edad cronológica?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

2. ¿El estudiante se encuentra en el estándar de la altura ideal según la edad cronológica?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

3. ¿EL estudiante manifiesta síntomas o enfermedades a causa del ambiente escolar inapropiado?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

Especifique:

---

---

4. ¿EL estudiante presenta agotamiento físico antes, durante y después de la clase de Educación Física ha comparación de sus compañeros?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

5. ¿El estudiante presenta algún tipo de discapacidad adquirida o congénita?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

Especifique:

---

---

6. ¿El estudiante realiza los tres tiempos de comida recomendados al día?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

Especifique:

---

---

7. ¿El estudiante se hidrata antes, durante y después de la clase de Educación Física?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

Indicadores psicológicos

1. ¿EL estudiante presenta maltrato infantil?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

2. ¿EL estudiante presenta estabilidad emocional?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

Especifique:

---

---

3. ¿El estado emocional del estudiante es estable?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

4. ¿El estudiante presenta atención y comprensión durante el desarrollo de la clase de Educación Física?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

5.- ¿El estudiante ha presentado problemas de conducta o temperamento a causa de la desintegración familiar?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

6.- ¿El estudiante es víctima de abuso escolar?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

Indicador social

1. ¿Al estudiante le afecta la desintegración familiar en el aprendizaje?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

2. ¿Al estudiante le afecta el aspecto religioso en el buen desempeño de la clase de la Educación Física?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

Especifique:

---

---

3. ¿El estudiante se integra y sociabiliza con facilidad en la clase de Educación Física?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

4. ¿Se presenta el estudiante con la indumentaria adecuada a la clase de Educación Física?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

Especifique:

---

---

5. ¿La ideología familiar perjudica el desarrollo de la clase de educación física?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

6. ¿La falta de atención y cuidados de parte de los padres de familia afecta la formación académica del estudiante?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

7. ¿El alcoholismo en el seno familiar afecta el desempeño del estudiante en la clase de Educación Física?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

#### INDICADOR LABORAL

1. ¿Las instalaciones deportivas incide en la clase de educación física?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

2. ¿El uniforme de educación física beneficia el desarrollo de la clase de Educación física?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

3. ¿El material didáctico deportivo motiva a los estudiantes en la práctica de la clase de Educación física?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

4. ¿Los ingresos económicos de los padres de familia sustentan las necesidades básicas de los estudiantes?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

5. ¿Los padres de familia aportan para el sustento necesario de los estudiantes?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

6. ¿Los maestros de grado promueven la asistencia de los estudiantes a la clase de Educación Física?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

Especifique:

---

---

7 ¿La profesionalización y actualización docente del maestro de educación física es importante para mejorar la innovación e implementación de la nueva clase de educación física?

Siempre:

Casi siempre:

Nunca:

### 9.3 PROGRAMA DE DOCENCIA



Propuesta de extensión educación física de calidad

Taller de Capacitación sobre el rol del profesor de educación física de PADEP/DEF

Aplicable para docentes del centro educativo

Nombre de lugar de realización de la propuesta de actividad física: Salón de la EORM Aldea Nimasac JV y cancha deportiva del establecimiento

Nombre del estudiante que realiza su trabajo: Prof. Elder Rohel Valiente Medrano

Procedimiento específico: Taller de capacitación sobre el Rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral

Planificación y desarrollo del trabajo de campo: jueves 3 de marzo de 2016

Ubicación geográfica: Aldea Nimasac, Municipio San Andrés Xecul y departamento Totonicapán

Número y edad de los participantes: 20 docentes comprendidos entre las edades de 30 a 50 años

1. importancia de definir el tema generador: Taller teórico practico sobre el I Rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral para la mejora de la calidad educativa dando a conocer temas como los beneficios biológicos, psicológicos y sociales de la clase de educación física, la importancia del uniforme en la clase de educación física, alimentación saludable versus comida chatarra, hidratación antes, durante y después de la clase de educación física, religión y educación física, inclusión de niños con discapacidad a la clase de educación física, manejo adecuado de la basura, actividad física docente, juegos sociales con maestros enfatizando en los beneficios biológicos, psicológicos, sociales y laborales de la clase de educación física, hidratación antes, durante y después de

los juegos, juegos Inclusivos en la clase de educación física con maestros (Adecuaciones curriculares), rutina de gimnasia entre docentes desde la perspectiva constructivista.

2. Tipo de actividad a desarrollar: Taller teórico práctico dirigido a docentes sobre la importancia de la educación física

3. Objetivos de la actividad:

- a) Concientizar al maestro de grado sobre la importancia de la clase de educación física en el ámbito escolar desde una perspectiva científica
- b) Trabajar en equipo con cada uno de los docentes del establecimiento educativo en el taller teórico práctico
- c) Dar fundamentos científicos sobre el manejo e importancia del área de educación física
- d) Apoyar al niño para que asista motivado a la clase de educación física, puntual y con la indumentaria deportiva adecuada.

4. Competencias a desarrollar

- a) Aplicar los conocimientos del taller teórico práctico en la labor docente
- b) Concientizar al docente de la importancia del uso del uniforme de educación física, alimentación adecuada, hidratación e inclusión de alumnos con discapacidad
- c) Participar activamente en el taller teórico práctico sobre el rol del profesor de educación física en el desarrollo integral del estudiante
- d) Aplicar en su diario vivir actividad física en algún espacio de su tiempo

5. Guía de desarrollo de la actividad: La actividad estará dividida en dos partes, la primera parte será un taller teórico y la segunda parte será práctico con actividad física.

6. Tiempo de la actividad: 2 horas, iniciando a la 4:00 de la tarde y terminado a las 6:00.

7. Estrategias a desarrollar: Audiovisuales y deportivas que incluyan ámbitos de concientización, reflexión, activación y socialización

8. Justificación de la actividad, desde su aprendizaje: El día jueves 3 de marzo del presente año se realizará un taller teórico práctico sobre el Rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral dirigido a maestros del establecimiento educativo.

Es importante hacer mención que el maestro de grado es un pilar elemental para el acompañamiento y motivación de los alumnos en relación a la asistencia de la clase de educación física, en la motivación del uso adecuado del uniforme de educación física, en recordarles el día y hora para recibir la clase de educación física, entre otros aspectos.

Por lo anterior es indispensable capacitar al maestro de grado por medio de un taller teórico práctico con temas relevantes y contextualizados para fortalecer el acompañamiento pedagógico con los alumnos mejorando la calidad educativa.

9. Alcance de la actividad: Rescatar la participación de actividad física de los docentes para mejorar su calidad de vida, y contagiar positivamente a los alumnos para la práctica dentro del curso de educación física

10. Materiales a utilizar: Cañonera, Computadora, bocinas, cuerdas, balones, conos, hojas de papel, paletas de colores, aros, entre otros.

11. Cronograma de la actividad para docentes del establecimiento educativo

Hora	Actividad	Responsable
4:00 a 4:05	Ubicación en el Salón y Bienvenida	Director del establecimiento Prof. Diego Noé Xiloj Chan
4:05 a 4:10	Justificación del taller teórico práctico	Prof. Elder Rohel Valiente Medrano
4:10 a 4:40	Taller teórico con los temas	Prof. Elder Rohel Valiente

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Beneficios biológicos, psicológicos y sociales de la clase de educación física</li> <li>➤ Importancia del uniforme en la clase de educación física</li> <li>➤ Alimentación saludable versus comida chatarra</li> <li>➤ Hidratación antes, durante y después de la clase de educación física</li> <li>➤ Religión y educación física</li> <li>➤ Inclusión de niños con discapacidad a la clase de educación física</li> <li>➤ Manejo adecuado de la basura</li> <li>➤ Actividad física docente</li> </ul>	Medrano
4:40 a 5:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Juegos sociales con maestros enfatizando en los beneficios biológicos, psicológicos, sociales y laborales de la clase de educación física</li> <li>➤ Hidratación antes, durante y después de los juegos</li> </ul>	Prof. Elder Rohel Valiente Medrano
5:00 a 2:20	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Juegos Inclusivos en la clase de educación física con maestros (Adecuaciones curriculares)</li> </ul>	Prof. Elder Rohel Valiente Medrano
5:20 a 5:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Rutina de gimnasia entre docentes desde la perspectiva constructivista</li> </ul>	Docentes del establecimiento
5:30 a 5:40	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Palabras de agradecimiento</li> </ul>	Prof. Elder Rohel Valiente Medrano Prof. Diego Noé Xiloj Chan

## 9.4 PROGRAMA DE EXTENSIÓN



Propuesta de extensión educación física de calidad

Taller de Capacitación sobre el rol del profesor de educación física de PADEP/DEF

Aplicable para padres de familia del centro educativo

Nombre de lugar de realización de la propuesta de actividad física: Salón de la EORM Aldea Nimasac JV y cancha deportiva del establecimiento

Nombre del estudiante que realiza su trabajo: Prof. Elder Rohel Valiente Medrano

Procedimiento específico: Taller de capacitación sobre el Rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral

Planificación y desarrollo del trabajo de campo: viernes 4 de marzo de 2016

Ubicación geográfica: Aldea Nimasac, Municipio San Andrés Xecul y departamento Totonicapán

Número y edad de los participantes: 250 padres de familia comprendidos entre las edades de 20 a 50 años

1. importancia de definir el tema generador: Taller teórico practico sobre el Rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral para la mejora de la calidad educativa dando a conocer temas como los beneficios de la educación física, importancia del uniforme en la clase de educación física, alimentación saludable versus comida chatarra, hidratación antes, durante y después de la clase de educación física, religión y educación física, inclusión de niños con discapacidad a la clase de educación física, actividad física y/o movimiento en los padres de familia, juegos sociales con padres de familia y alumnos.

La parte final del taller consiste hidratarse con agua pura y en preparar frutas empleando el arte culinario que degustarán alumnos, maestros y padres de familia. En el taller se trabajara con todos los padres de familia.

2. Tipo de actividad a desarrollar: Taller teórico práctico dirigido a padres de familia sobre la importancia de la educación física en los alumnos y la importancia de la actividad física y/o movimiento en los padres de familia

3. Objetivos de la actividad:

- e) Concientizar al padre de familia sobre la importancia de la clase de educación física en el ámbito escolar desde una perspectiva científica
- f) Trabajar en equipo con cada uno de los padres de familia he hijos en el taller teórico practico
- g) Apoyar al niño para que asita motivado a la clase de educación física, puntual y con la indumentaria deportiva adecuada desde casa
- h) Ejecutar actividad física en el taller teórico practico tanto el alumno como el padre de familia
- i) Hidratarse al finalizar la actividad física con agua pura
- j) Preparar frutas empleando el arte culinario g al finalizar el taller teórico practico

4. Competencias a desarrollar

- e) Aplicar los conocimientos del taller teórico practico en la vida diaria
- f) Concientizar al padre de familia y al estudiante de la importancia de la ropa deportiva, alimentación adecuada, hidratación e inclusión de sus hijos a la actividad física, especialmente aquellos con algún tipo de discapacidad
- g) Participar activamente en el taller teórico practico sobre el rol del profesor de educación física en el desarrollo integral del estudiante
- h) Aplicar en su diario vivir actividad física en algún espacio de su tiempo

5. Guía de desarrollo de la actividad: La actividad estará dividida en dos partes, la primera parte será un taller teórico y la segunda parte será práctico con actividad física y/o movimiento.

6. Tiempo de la actividad: 2 horas, iniciando a la 4:00 de la tarde y terminado a las 6:00.

7. Estrategias a desarrollar: Audiovisuales y de actividad física que incluyan ámbitos de concientización, reflexión, activación y socialización

8. Justificación de la actividad, desde su aprendizaje: El día viernes 4 de marzo del presente año se realizará un taller teórico práctico sobre el Rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral dirigido a padres de familia y alumnos del establecimiento educativo.

Es importante hacer mención que el padre de familia es un pilar elemental para el acompañamiento y motivación de los alumnos en relación a la asistencia a la escuela y a la clase de educación física, en la motivación del uso adecuado del uniforme de educación física, en recordarles el día y hora para recibir la clase de educación física, entre otros aspectos.

Por lo anterior es indispensable capacitar a los padres de familia y a sus hijos por medio de un taller teórico práctico con temas relevantes y contextualizados para fortalecer el acompañamiento con los alumnos mejorando la calidad educativa.

Además de capacitarlos sobre la importancia a hacia sus hijos se enfatizara sobre la actividad física en los padres de familia de manera moderada y sistematizada.

9. Alcance de la actividad: Rescatar la participación de actividad física de los padres de familia para mejorar su calidad de vida, y contagiar positivamente a sus hijos para la práctica dentro del curso de educación física y fuera de el

10. Materiales a utilizar: Cañonera, Computadora, bocinas, cuerdas, balones, conos, hojas de papel, paletas de colores, aros, agua pura, frutas entre otros.

## 11. Cronograma de la actividad para padres de familia

Hora	Actividad	Responsable
4:00 a 4:05	Ubicación en el Salón y Bienvenida	Director del establecimiento Prof. Diego Noé Xiloj Chan
4:05 a 4:10	Justificación del taller teórico práctico	Prof. Elder Rohel Valiente Medrano
4:10 a 4:40	<p>Taller teórico con los temas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Beneficios biológicos, psicológicos y sociales de la clase de educación física</li> <li>➤ Importancia del uniforme en la clase de educación física</li> <li>➤ Alimentación saludable versus comida chatarra</li> <li>➤ Hidratación antes, durante y después de la clase de educación física</li> <li>➤ Religión y educación física</li> <li>➤ Inclusión de niños con discapacidad a la clase de educación física</li> <li>➤ Manejo adecuado de la basura</li> <li>➤ Actividad física y movimiento en los padres de familia</li> </ul>	Prof. Elder Rohel Valiente Medrano
4:40 a 5:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Juegos sociales con padres de familia e hijos enfatizando en los beneficios biológicos, psicológicos, sociales y laborales de la clase de educación física</li> <li>➤ Hidratación antes, durante y después de los juegos</li> </ul>	Prof. Elder Rohel Valiente Medrano

5:00 a 2:20	➤ Juegos Inclusivos en la clase de educación física con maestros (Adecuaciones curriculares)	Prof. Elder Rohel Valiente Medrano
5:20 a 5:40	➤ Preparación de frutas empleando el arte culinario	Padres de familia

## 9.5 FOTOGRAFÍAS

### a. Taller a docentes del establecimiento educativo





b. Taller a padres de familia



