

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 TZAMPOJ, SANTA CATARINA IXTAHUACAN,  
SOLOLÁ, JORNADA MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

VENTURO OBDULIO COCHÉ QUIACAÍN.

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 TZAMPOJ, SANTA CATARINA IXTAHUACAN,  
SOLOLÁ, JORNADA MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

POR

VENTURO OBDULIO COCHÉ QUIACAÍN.

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. 09-2016  
 CODIPs. 2249-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante  
 Venturo Obdulio Coché Quiacaín  
 PADEP/DEF  
 Escuela de Ciencias Psicológicas  
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DECIMO (10º) 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:

**“DECIMO:** 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 Tzampo, Santa Catarina Ixtahuacan Sololá, jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de profesorado de Educación Física realizado por:

**Venturo Obdulio Coché Quiacaín**

**CARNÉ: 201415599**

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

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

*(Handwritten signature)*

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

/Sindy







**PADEP/DEF No. 009-2016**  
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 Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacan Sololá, jornada matutina nivel primario”**

Realizado por el estudiante:

**Venturo Obdulio Coché Quiacain**

**CARNÉ: 201415599**

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

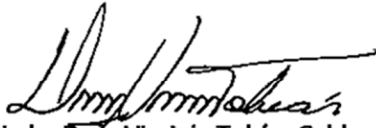
Licenciado Morales:

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 Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacan, Sololá, jornada matutina, nivel primario.** Del estudiante Venturo Obdulio Coché Quiacaín, con carne 201415599 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. Doña Virginia Tobías Calderón  
Coordinador Sede Quetzaltenango  
**PADEP/DEF**







C.c. Control Académico  
 Archivo  
 Reg. 09-2016  
 CODIPs. 780-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante  
 Venturo Obdulio Coché Quiacaín  
 PADEP/DEF  
 Escuela de Ciencias Psicológicas  
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DECIMO (10º) 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:

**“DECIMO:** 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 Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacan Sololá, jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de profesorado de Educación Física realizado por:

**Venturo Obdulio Coché Quiacaín**

**CARNÉ: 201415599**

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 Directora de la Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá, el estudiante **Venturo Obdulio Coché Quiacaín**, carné No. **201415599**, 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 Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá, jornada matutina nivel primario"**. Durante todo el tiempo demostró puntualidad, responsabilidad y dedicación en las labores desempeñadas, concluyendo satisfactoriamente su Sistematización.

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

Atentamente,

F.

  
Profa. Rosalina Tambriz Yac  
Directora del establecimiento







## Agradecimientos

A: 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-<

A: Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán.

A: Oscar Domingo Guachiac Morales Ex–Director de la Esc. Tzampoj y la Directora Rosalina Tambríz Yac.

A: Los docentes de la E.O.R.M. Aldea Tzampoj.

A: Los estudiantes del nivel primaria E.O.R.M. Aldea Tzampoj.

A: Lic. Ronald Giovanni Morales Sánchez, Licda. Dilma Judith García, Lic. Juan Alberto Gutz Gutierrez y Licda. Dora Judith López Avendaño

A: Mi novia María Cristina Ixmatá González, por su incondicional apoyo.

A: Quienes directa e indirectamente me motivaron y apoyaron en alcanzar esta meta.



## Dedicatoria

A DIOS: Por la vida, la sabiduría y por motivarme cada día en alcanzar esta meta.

A MIS PADRES: Por el apoyo incondicional.

A MI FAMILIA: Clemente, Diego, Rosalía e Ismelda.

A MI NOVIA: María Cristina Ixmatá González que fue y es la inspiración, la razón y la motivación para lograr mis sueños y alcanzar mis metas.

A MIS AMIGOS COMPAÑEROS UNIVERSITARIOS: Walter, Clemente, Santos y Carlos Lucas.

A MIS AMIGOS COMPAÑEROS DOCENTES DE LA E.O.R. M. Aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá: Rosalina, Antonio, Carmelo, Ramón, Genaro, Angélica, Verónica, Manuela, Brígida del Rosario, Magdalena, Ana, Juan, Lorenzo, Ruperto, Oscar e Ingrid.

A MI PATRIA GUATEMALA: Que soy parte de ella y por ella estoy en buena disposición en seguir trabajando arduamente para seguir adelante en pro del desarrollo.



## Contenido

Introducción.....	1
I. Marco conceptual.....	2
1.1 Planteamiento del problema.....	2
1.2 Justificación.....	2
II. Marco metodológico.....	2
2.1 Objetivos.....	2
2.2 Método.....	3
III. Marco teórico.....	5
3.1. Antecedentes.....	5
3.2. Monografía.....	9
3.3. Historia de la educación física y el deporte en Guatemala.....	14
3.4. Importancia de la educación física.....	16
3.5. El rol del profesor de educación física en el desarrollo integral de los estudiantes de cuarto y quinto primaria en la Aldea Tzampoj.....	21
3.6. Educación física y deporte escolar. ....	22
3.6.1. Educación Física.....	22
3.6.2 El deporte escolar.....	23
3.6.3 Distintos intereses, distintas formas y usos del deporte.....	24
3.6.4 El deporte tecnificado.....	24
3.6.5 El deporte recreativo o deporte para todos.....	25
3.6.6 El deporte de rehabilitación.....	25
3.7. Desarrollo integral del niño de 10 y 11 años.....	25
3.8. Desarrollo biológico del niño en la edad de 10 y 11 años.....	27
3.8.1. Beneficios de la educación física en el desarrollo biológico en niños de 10 y 11 años.....	28
3.8.2. Cambios biológicos y psicológicos en niños y niñas de 10 y 11 años.....	28
3.9. Desarrollo psicológico en el niño de 10 y 11 años.....	30
3.9.1. Psicología.....	30
3.9.2. Psicología deportiva.....	30
3.9.3. Psicología deportiva para niños.....	31
3.9.4. Psicología deportiva en el entrenamiento para niños.....	33
3.9.5 Beneficios de la educación física en el desarrollo psicológico.....	34

3.10. Desarrollo Social en niños de 10 y 11 años.....	35
3.11. Beneficios de la educación física y el deporte en niños de 10 y 11 años.....	35
3.12. ¿Qué tipo de modificaciones se tienen que hacer a las actividades para que la mayoría de los alumnos tengan otro tipo de participación? .....	36
3.13. Desarrollo Laboral en niños de 10 y 11 años.....	37
IV. Marco operativo.....	37
4.1 Diseño de la investigación.....	37
4.1.1 Equipo de investigación.....	38
4.1.2 Presupuesto.....	38
4.1.3 Programación.....	39
V. Presentación de resultado.....	40
5.1 Análisis de datos.....	40
5.2 Intepretación de resultados.....	44
VI. Conclusiones.....	48
VII. Recomendaciones.....	49
<u>VIII.</u> Bibliografía.....	50
<u>IX.</u> Anexo.....	52
9.1 Glosario.....	52
9.2 Instrumentos.....	53
9.3 Programa de docencia.....	57
9.4 Programa de Extensión.....	59

## Introducción

La capacidad pedagógica del profesor de Educación Física se puede observar de la forma en cómo entrega una enseñanza con amabilidad. Utiliza las estrategias de enseñanza y estilos de enseñanza correcta en los momentos adecuados, lo que hace que una clase resulte con normalidad e incluso tenga puntos altos. El profesor de Educación Física debe tener los conocimientos básicos actualizados en el campo de la educación física, para que facilite la aplicación en la clase de educación física, que da como fruto el aprendizaje significativo en los estudiantes y con toda la comunidad educativa, desarrollando una educación física de calidad que permite mejor los diferentes ámbitos del desarrollo integral del ser humano. Y así mismo el uso adecuado de los medios de la educación física como el deporte escolar que es un vehículo poderoso de integración social, donde se refleja el buen desenvolvimiento de los estudiantes de forma competente. La práctica de la educación física de forma continuada trae consigo una serie de beneficios a todos los niveles: físico, social, psicológico y académicos. Actualmente vivimos en una sociedad donde la tecnología se ha convertido en una herramienta básica para el aprendizaje de nuestros estudiantes, y al mismo tiempo en un enemigo oculto de los mismos, ya que con el avance y el acceso a aparatos electrónicos nuestros estudiantes han cambiado su forma de vivir, ya que los juegos electrónicos han provocado el poco interés en actividades físicas para el desgaste de energías. El rol del profesor de educación física debe estar presente ante estas situaciones que afrontan los estudiantes, y permitir el fácil acceso a la práctica deportiva para todos.





# I Marco conceptual

## 1.1 Planteamiento del problema

Nacer y crecer en una zona de condición rural es frecuentemente sinónimo de carecer del beneficio de una educación pertinente, aun cuando hoy aumentan las acciones dirigidas al sector. En el entorno de la Aldea Tzampoj se detectó muchas deficiencias en cuanto a la alimentación, el crecimiento, el desarrollo motriz, trastornos psicológicos de los niños en la escuela, el trabajo infantil y las carencias a la integración social. Por tal razón fue de gran impacto al recopilar información con los estudiantes, docentes de la EORM, Aldea Tzampoj, por lo cual se tuvo un parámetro sobre los problemas que afrontan y buscar posibles soluciones de acuerdo a los recursos que se tiene. Como estudiante de la universidad de San Carlos PADEP-PEF, el siguiente estudio se enfocó en los ámbitos: biológico, psicológico, social y laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá. Jornada Matutina. Dicha escuela se encuentra en el área de boca costa, con 323 estudiantes en el nivel primario, en cuanto sexo hay 178 niñas y 145 niños, que son atendidos por 15 docentes, en su infraestructura cuenta con 16 aulas, 1 dirección, 1 cancha polideportiva, y 1 campo de fútbol de tierra, 2 sanitarios para niños, 2 sanitarios para niñas y 1 cocina. Y la mayoría de los padres de familia de los estudiantes se dedican a la labor de agricultor como empleados de dueños de fincas.

## 1.2 Justificación

Dar a conocer el rol del profesor de educación física, aplicando los conocimientos básicos para el desarrollo integral del ser humano enfocado a los cuatro ámbitos; biológico, psicológico, social y laboral, para que prioricen los beneficios de la labor en la vida de los estudiantes y así entrelazar esfuerzo para lograr brindar una clase de educación física de calidad, que favorecerá a los alumnos, docentes y padres de familia de la Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá, (Boca Costa).

# II. Marco metodológico

## 2.1 Objetivos

- a. General: Conocer y evaluar el desarrollo integral de los estudiantes de segundo ciclo del nivel primario y los beneficios que reciben de la clase de educación física y la práctica deportiva.

b. Específicos:

1. Conocer el desarrollo integral de los estudiantes de cuarto y quinto primaria (10 y 11 años) en el ámbito biológico, psicológico, social y laboral.
2. Conocer los aportes que hace la clase de educación física en los ámbitos; biológico, psicológico, social y laboral.
3. Aportar conocimientos deportivos a los docentes para beneficiar a los estudiantes en las disciplinas deportivas para fomentar la participación activa. (Ámbito social).

## 2.2 Método

### c. Muestra

Técnica de muestra.

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 Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá. Jornada matutina, nivel primario.

1. Nombre del Establecimiento: Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea Tzampoj.
2. Dirección del Establecimiento: Aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá. (Boca Costa).
3. Grados de los niños encuestados: 4to. y 5to. primaria.

#### 4. CARACTERÍSTICAS GENERALES:

Edad de los niños encuestados: entre 10 y 11 años

Sexo: Femenino y Masculino

Procedencia: Área Rural

Condiciones de Salud: Desnutrición

Situación Económica: Baja

Lengua Materna: Quiché

Número total de la Muestra: 16

## d. Recolección de datos

### **Técnica de recolección de datos:**

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

**Instrumentos:** cuestionario, rubrica.

## e. Análisis estadístico de los datos

Se encuestó a 16 estudiantes que según la observación presentan problemas relacionado a los cuatro ámbitos abordados en la investigación. (8 estudiantes de cuarto primaria y 8 estudiantes de quinto primaria) lo cual permitió tener una estadística equitativa de forma cuantitativa.

En cuanto al análisis cualitativo se pretendió medir o recabar las siguientes situaciones:

Situación alimentaria de los estudiantes de la comunidad.

Situación de empleo infantil (explotación infantil).

Situación psicológica por el desempleo y la pobreza.

Situación de los estudiantes en la familia.

## f. Instrumentos

Cuestionario: es una forma como recabar información por medio de preguntas directas e indirectas.

Rúbrica: es un instrumento que permite llevar un control de medición de cualquier actividad a evaluar.

Encuesta. Es una boleta que tiene el objetivo de obtener información sobre el contexto y manifestación del fenómeno de los múltiples problemas o situaciones.

### III. Marco teórico

#### 3.1 ANTECEDENTES

El papel del profesor de Educación Física en la escuela parece un tema apasionante de abordar si reconocemos las potencialidades de aquella en base a la capacidad educativa e integradora de su acción.

Intentar encontrar cual es el rol del profesor de educación física en el desarrollo integral de los estudiantes puede llegar a ser muy interesante, ya que a través de esto podemos llegar a conocer cuáles son las necesidades básicas de formación de los estudiantes de cada ciclo de escolaridad y el contexto en el que cada profesor desempeña su labor docente. Cabe mencionar que los principales evaluadores del rol del profesor de educación física son nuestros estudiantes y los compañeros docentes, de establecimiento, quienes en algunos casos son los que están evaluando constantemente la labor que se realiza a diario.

A decir verdad en nuestro medio no hemos tomado el tiempo necesario para poder estudiar a fondo de cuál debería ser el rol del profesor de educación física, ya que por lo general nos dedicamos únicamente a la impartición de sesiones de trabajo, que si bien podemos decir han sido hasta cierto punto alejadas de la educación integral que deben recibir los estudiantes. Ya que consideramos la educación física como algo especial y alejado de las demás asignaturas que forman el currículo de educación, haciendo de esta asignatura algo discriminatoria en donde lo único es que el estudiante logre mejorar habilidades físicas que bien pueden ser utilizadas para lograr otras competencias educativas.

#### Capacidad pedagógica del profesor de Educación Física

Las capacidad pedagógica del profesor se puede observar de la forma en cómo el profesor entrega una enseñanza con amabilidad. Utiliza las estrategias de

enseñanza y estilos de enseñanza correctas en los momentos adecuados, lo que hace que una clase resulte con normalidad e incluso tenga puntos altos (Delgado y Sicilia, 2002). De la misma forma, De León (2006, p. 76) menciona que “todos aquellos supuestos, procedimientos y actividades que la persona que ocupa el papel de educador, aplica para inducir el aprendizaje en los sujetos” son importantes, dado que una mala elección de estrategias la clase puede terminar en un fracaso. La amabilidad al momento de enseñar es fundamental, sobre todo con los cursos más pequeños ya que los alumnos ven al profesor como un modelo a seguir.

Sáenz-López (1997) señala una serie de pautas orientadas en la educación que guían a los maestros/as durante el proceso de enseñanza-aprendizaje tales como: Evolucionar de lo simple a lo complejo; Aprender jugando; lograr aprendizajes significativos; Individualización; Adecuación de materiales y normas; Actitud de paciencia y clima favorable; Informaciones breves y mucha práctica; Fomento del conocimiento de resultados internos, entre otros

Además de las pautas orientadas en la educación que guían la actuación de los maestros, el profesor cuenta con otras herramientas, que no aparecen de forma explícita en el diseño de la sesión, pero se tienen en cuenta con el fin de facilitar el control, la motivación y la participación del grupo. Algunos ejemplos de recursos didácticos son: ocuparse del lenguaje verbal o no verbal, gestual, visual y auditivo utilizando todos los medios de información para facilitar el aprendizaje y la relación entre alumno-profesor. Tener una planificación de las actividades, es decir en cómo se enlaza cada actividad, de lo simple a lo complejo, del trabajo individual a grupal y que éstas tengan relación al contenido que se está enseñando.

El profesor debe incentivar a los alumnos, involucrándose y participando junto a ellos, dando ejemplos, actividades que sean dinámicas y de interés de los alumnos, ocupar diferentes materiales tanto tradicionales como no tradicionales.

Según Gutiérrez et al. (2007), analizando las actitudes de los alumnos hacia la EF y sus profesores de EF, encuentran que los alumnos valoran más a los profesores que dominan su materia, explican claramente lo que los alumnos han de aprender y les ayudan cuando se presentan dificultades, a la vez que manifiestan el deseo de disfrutar de mayor libertad en la elección de las actividades a practicar, también que les gustaría que sus profesores de EF se preocupasen más por lo que ellos sienten, y tuvieran mayor control sobre los alumnos en clase.

Según las finalidades y funciones de la evaluación es frecuente encontrarse con la heteroevaluación, sin embargo su importancia hace necesario que ésta se aplique desde la triple dimensión de contenidos (conceptuales, procedimentales y actitudinales) y su adecuada relación con los objetivos y nivel de aprendizaje requerido (Cuellar, 1999).

Toda evaluación debe contener un propósito, una técnica, cuestiones planteadas, aplicación, respuesta o conducta de los alumnos, corrección, calificación y consecuencias derivadas de la misma, los que están conectados y condicionados unos a otros, considerando la evaluación como un sistema.

López Pastor (2004) en Chaparro & Pérez (2010), señala que la evaluación debe ser integral, continua, formativa y cooperativa, entendiéndose por cooperativa aquella evaluación en la que se amplía el sujeto evaluador, en cuanto procura que participen de ella, todas las personas que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por lo tanto, el estudiante también debe participar en el control y valoración de su propio aprendizaje. Para que esto se cumpla, es necesario que los estudiantes conozcan a prioridad los criterios con los que se les va a evaluar, a fin de que puedan detectar sus errores y diferencias de aprendizaje. Esta característica de la cooperatividad en la evaluación se evidencia en la práctica a través de la Autoevaluación y la Coevaluación. Este tipo de evaluaciones son útiles, porque ayudan al estudiante a revisar sus propias actividades y a desarrollarse como personas, estimulando la capacidad de la autocrítica.

Es necesario para todo docente conocer hasta que momento la cercanía, creatividad e imaginación son necesarias y buenas, conocer algunos límites de la profesión y tener una guía de cómo se pueden enfrentar algunas situaciones, es ahí donde el Marco de la Buena Enseñanza (MINEDUC, 2008), puede ser útil y necesario. Este instrumento es una ayuda y va enfocado para todos los docentes, experimentados (a ser más efectivos) o profesores jóvenes recién impartiendo en las salas de clases (como guía). Permite el perfeccionamiento individual por medio del esfuerzo del docente y mejoramiento de la enseñanza a través de un análisis flexible de desempeño profesional, permitiendo saber y asumir que faltas o fortalezas tiene cada profesor. Y más que nada mirarse a sí mismos, evaluar su desempeño y potenciar su desarrollo profesional, para mejorar la calidad de la educación.

#### Actitud Profesional

Según Salmerón (2011) la sociedad en la que se encuentran nuevas tecnologías, de comunicaciones, determina que el profesor de EF debe ser un profesional flexible sin prejuicios, con espíritu innovador, comprometido, responsable, con tolerancia frente a los cambios y toma de decisiones, adaptándose al medio y motivador haciendo un clima agradable para los alumnos. Debe conocer el contexto en el cual se desarrolla, analizarlo y luego comunicarse con los alumnos, fomentando la convivencia, la participación, colaboración y reflexión, estando activamente en el proceso de socialización, evitando las desigualdades entre los alumnos.

Es completamente necesario para el docente poseer una buena capacidad técnica y de aplicación, ya que estos dos puntos al momento de un ejercicio o la clase en sí facilitan la explicación y motivan a los alumnos a realizar el ejercicio, con la demostración cualquier contenido complejo se simplifica para los alumnos, dejando así mucho más claro los objetivos que se quieren mostrar.

Un punto no menor al respecto de la concepción profesional, es la vocación que posee el docente, ya que ésta va de la mano con la actitud y ganas que se ejerce en las clases y la creatividad al momento de crear nuevos ejercicios.

Las actitudes profesionales vienen determinadas por el comportamiento del profesor, si este presenta actitudes positivas o negativas van a influir en el interés y respuesta de los alumnos en la clase de EF. Por lo tanto el profesor que entrega actitudes positivas (justas, comprensivas, no autoritarias), es valorado y aceptado por el grupo de alumnos, así como también el que entrega más actitudes valóricas (bondadoso y agradable) (Aicinema, 1991). Los alumnos destacan a los profesores que son especialistas en el área, mostrando mayor satisfacción hacia el profesor (Contreras, 2000).

La buena enseñanza se consigue cuando los docentes se involucran como personas en la tarea, con todas sus capacidades y sus valores. De otra manera, no lograrían la interrelación empática con sus alumnos, que hace insustituible la tarea docente (MINEDUC, 2008, p.8).

### 3.2. Monografía

Historia de la fundación de la escuela oficial rural mixta de la aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán del departamento de Sololá.

DEL AÑO 1,936:

La escuela Oficial Rural Mixta de la Aldea Tzampoj, fue fundada por el finado señor Francisco Tum Tambriz en el año mil novecientos treinta y seis (1936).

En consenso con toda la comunidad educativa se formó el primer grupo de comité quienes velaron por las necesidades y de la ejecución de gestión y construcción del proyecto en la cual se formó de la siguiente manera.



## LOS PRIMEROS COMITÉS DE LA ESCUELA

PRESIDENTE	PASCUAL TAHAY
SECRETARIO	MAXIMO TAMBRIZ Y TAMBRIZ
TESORERO	MARTÍN TZAPUT LÓPEZ
VOCAL 1	DIEGO CARRILLO
VOCAL 2	FRANCISCO CARRILLO
VOCAL 3	JUAN GARCIA
VOCAL 4	LORENZO GUARCHAJ

### AÑO 1,964 a 1975

El tiempo pasaba y la educación poco a poco se fue extendiendo y la comunidad se interesaban más en ella, personal docente que también llegaron para cubrir las necesidades de la escuela algunos de ellos se quedaron en la comunidad a vivir y otros que tuvieron que caminar kilómetros tras kilómetros diariamente ya que en la comunidad no había acceso a transporte. En eso los maestros Pedro Romero, de San Pablo Jocopilas, el profesor Francisco To Pur de San Francisco Zapotitlán, La profesora Catarina Tum Tambríz de la aldea Paquilá, la Profesora Magdalena Zamora Maldonado, de San Francisco Zapotitlan, Suchitepéquez, la maestra Ruth Noemí Maldonado de San Fco. Zapotitlan y Carlos Humberto López de Mazatenango.

### AÑO 1976 a 1979

Se incorporaron Emilio Letona García y Felipa Los primeros docentes que trabajaban en el centro educativo algunos lograron trasladarse cerca de su residencia otros se retiraron, mientras otros docentes llegaban a cubrir sus puestos. La escuela en ese entonces ya funcionaba con ocho docentes, siempre había refacción, y su comité escolar.

Con la iniciativa de los comités de la escuela en ese tiempo lograron la traída de la antorcha por primera vez en la comunidad desde Tulate, contaron con el apoyo del

señor Pedro Carrillo Catinac con respecto a transporte y el señor Baltazar Cá Sohom apoyo económico de refacción para todos los que participaron. Hubo concierto de marimba pura para toda la concurrencia y al siguiente día hubo actividad deportiva. Gracias a los docentes y autoridades también apoyaron la actividad.

#### AÑO 1980 a 2003

Las actividades patrias siempre fue motivo de celebración con la comunidad educativa y contaron con la llegada de otros profesores. Las personas que integraban la junta escolar, los docentes y las autoridades locales se interesaron en el gestionamiento de otras aulas ya que poco a poco se incrementaban los alumnados, entonces dichas personas buscaron apoyo en instituciones gubernamentales y no gubernamentales las cuales lograron un resultado satisfactorio en las instituciones FIS y FODIGUA. Se construyeron un módulo de cuatro aulas, baños, una bodega y una de dirección. No era suficiente para brindar los servicios entonces se vio la necesidad de tocar las puertas en la institución INTERVIDA, y se logró la construcción de seis aulas más, una cocina, una cancha polideportiva y la circulación total del centro educativo.

Durante esos años llegaron otros maestros quienes dominan el idioma materno de la comunidad y otras personas de la misma comunidad.

Alcalde auxiliarel señor Jesús Guachiac Chox y Secretario AuxiliarHugolino Sebastián Sohom. Gracias a las autoridades la comunidad y el centro educativo cuenta con campo de fútbol.

#### AÑO 2004 a 2012

La educación se expandió en toda la comunidad y las autoridades del estado dieron más énfasis a la educación por nivel. En el centro educativo se brinda una mayor atención a nivel preprimaria con aulas apropiadas y personal docente con especialidad al nivel. Hoy en día los alumnos y alumnas de preprimaria son tres secciones que ocupan las primeras aulas construidas y el resto del nivel primaria con doce secciones.

Personal docente que laboran actualmente en el establecimiento educativo bajo el renglón presupuestaria 011 y 021 son los siguientes:

**DIRECTOR:**

1. Edwin Rodríguez de la Cruz

**DOCENTES:**

2. Ramón Hipólito Guarchaj
3. Francisco Genaro Can Ajpacajá
4. Manuel Ruperto Guarchaj Guarchaj
5. Catarina Ángela Cá Tzep
6. Everardo
7. Manuel Verónico Más Catinac
8. Miguel Faustino Carrillo Tahay
9. Carmelo Morales Martínez
10. Diego Tziquín Chox
11. Edgar Roberto Tahay
12. Rosalinda Tambríz Yac
13. Brígida del Rosario Ecoquij
14. Antonio Sohom
15. Juana Verónica Cá Tzep.

**TOTAL DE ALUMNOS DE ESTE CICLO ESCOLAR:**

450 de preprimaria a sexto grado

16 aulas

1 dirección

1 campo de futbol

1 cancha de papifut

2 sanitarios para niños y

2 sanitarios para niñas

1 cocina.

AÑO 2015 a 2016

La educación se expandió en toda la comunidad y las autoridades del estado dieron más énfasis a la educación por nivel. En el centro educativo se brinda una mayor atención a nivel preprimaria con aulas apropiadas y personal docente con especialidad. Al igual que hasta 2015 se nombró el primer maestro de educación física. Hoy en día los estudiantes de preprimaria son dos secciones que ocupan las primeras aulas construidas y el resto del nivel primaria con doce secciones. Personal docente que laboran en el establecimiento educativo bajo el renglón presupuestaria 011 y 021 son los siguientes:

DIRECTORA:

Rosalinda Tambríz Yac

DOCENTES:

1. Antonio Sohom
2. Ramón Hipólito Guarchaj
3. Francisco Genaro Can Ajpacajá
4. Manuel Ruperto Guarchaj Guarchaj
5. Catarina Ángela Cá Tzep
6. Manuela Chox Ixquiactap
7. Juan Tahay Carrollo
8. Carmelo Morales Martínez
9. Edwin Rodríguez de la Cruz
10. Brígida del Rosario Ecoquij
11. Juana Verónica Cá Tzep.
12. Magdalena Chox Tzep
13. Lorenzo Och Tzaput
14. Venturo Obdulio Coché Quiacaín

TOTAL DE ALUMNOS DE ESTE CICLO ESCOLAR:

323 de preprimaria a sexto grado

16 aulas  
1 dirección  
1 campo de futbol  
1 cancha polideportiva  
2 sanitarios para niños y  
2 sanitarios para niñas  
1 cocina.

(Información recabado con Ángela Tzep Ca, Aldea Tzampoj. 20-04-2015)

### 3.3. Historia de la Educación Física y el Deporte en Guatemala.

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

Los inicios de la DIGEF empezaron en el año 1940, cuando se creó el Departamento de Educación Física, dentro de la estructura organizativa de la oficina de extensión, cultura y deportes, del Ministerio de Educación Pública. Según el Acuerdo Gubernativo No. 368 “PALACIO NACIONAL”.- Ministerio de Educación Pública.- Guatemala, 26 de noviembre de 1947.-En la administración del entonces EL PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA, Juan José Arévalo, se creó la Dirección General de Educación Física con categoría de Dirección General. CONSIDERANDO: Que es deber del Estado proteger el desarrollo físico de niños, adolescentes y jóvenes, y que la Constitución de la República declara de utilidad social el incremento del deporte y la cultura física.

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

61 años después...

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

(Educacionfisicaguatemala2008.blogspot.com)

### 3.4. Importancia de la educación física.

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

Por eso, desde el ámbito de la Educación Física y el Deporte, podemos afirmar sin lugar a dudas que nuestra labor durante las etapas educativas obligatorias (Primaria y Secundaria) es ahora más que nunca fundamental, al objeto de desarrollar en nuestro alumnado unos hábitos que contribuyan a acercarnos lo más posible a un estilo de vida saludable, como forma de que la sociedad del futuro reduzca los problemas de salud a los que apunta en la actualidad.

La gravedad de la situación actual y la tendencia negativa existente, nos impulsa a pensar que la actuación debe ser determinante, si queremos aspirar a una sociedad saludable en el futuro. Reconocemos la existencia de importantes iniciativas en este sentido, en los últimos años; pero, en virtud de sus resultados, podemos darnos cuenta de que tan solo una actuación conjunta de toda la sociedad podría ser efectiva para conseguir un cambio drástico de la tendencia actual.

En este sentido, tenemos los estudios realizados por Martínez y otros (2007), con los que estamos de acuerdo en que "debido a la gran oferta de actividades socio-culturales, así como del aumento del poder adquisitivo de las familias, así como la falta de seguridad en los espacios urbanos compartidos, y las tendencias a las clases particulares de refuerzo, debido al bajo rendimiento al que se está tendiendo en los últimos años, la población está sufriendo un abandono de la práctica de actividad física, y sustitución de esta por otros tipos de usos del tiempo libre, donde los hijos están más controlados, como es con aparatos electrónicos, en su propio

hogar. Estas tendencias sociales, están llevando al sedentarismo de nuestras sociedades".

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

Existe una demanda social de educación en el cuidado del cuerpo y de la salud, en la mejora de la imagen corporal y la forma física, así como en la utilización constructiva del ocio mediante actividades recreativas y deportivas. Nuestra sociedad está tomando conciencia de que el movimiento bien organizado es una fuente de aprendizaje, de bienestar, de salud, de placer, de esparcimiento y que, por ello, es preciso darle una debida atención en la educación, específicamente en edades tempranas, y la adolescencia. (Javier Antonio Tamayo Fajardo, José Pérez Picazo, Isabel Copado Muñoz, artículo: "La educación física y el deporte como base de una sociedad saludable del futuro".)

Actualmente vivimos en una sociedad donde la tecnología se ha convertido en una herramienta básica para el aprendizaje de nuestros estudiantes, y al mismo tiempo en un enemigo oculto de los mismos, ya que con el avance y el acceso a aparatos electrónicos nuestros estudiantes han cambiado su forma de vivir, ya que los juegos electrónicos han provocado el poco interés en actividades físicas para el desgaste de energías. Los videojuegos están a la orden del día provocando en los niños y adolescentes sedentarismo, ya que pasan largas horas frente a una computadora, televisión, tableta electrónica o teléfono celular. Los padres de familia prefieren de forma equivocada que los niños de hoy estén en casa sentados jugando videojuegos, en vez de estar en el patio corriendo o realizando cualquier tipo de actividad física.



En una sociedad en donde los intereses de emplear el tiempo de ocio de manera saludable ha cambiado, la educación física toma con mayor relevancia su importancia, ya que en la mayoría de escuelas primarias rurales los estudiantes cuentan con su clase de educación física por lo menos dos frecuencias semanales que ayudan a ejercitar su cuerpo y mente en actividades que promueven el juego limpio, valores morales y un mejor desarrollo integral, a través de distintos métodos que promueven la libre exploración y creación de nuevos aprendizajes.

La educación física hoy en día es la encargada de formar una cultura física en el estudiante para los hábitos saludables que mejoren su calidad de vida.

También podemos agregar que actualmente se sabe que el estrés es uno de los desencadenantes de muchos problemas de salud en los seres humanos y que la actividad física es uno de los mejores métodos para prevenirlo. Es importante que el estudiante comprenda este hecho e integre a su vida la práctica de la actividad física como método para restablecer su salud física y psicológica. En este sentido, el área se orienta a crear hábitos de práctica saludable, regular y continuada a lo largo de la vida, así como a sentirse bien con el propio cuerpo, lo que constituye una valiosa ayuda para mejorar la autoestima. De igual manera podemos decir que a través de las distintas actividades que se realizan se pueden propiciar mejores relaciones interpersonales, que se generan alrededor de la actividad física y que permiten incidir en la asimilación de valores como el respeto, la aceptación o la cooperación, transferibles al quehacer cotidiano.

*“El juego y las actividades físico-deportivas son útiles como herramienta de integración social y de reeducación de problemáticas sociales graves. De la misma manera, las posibilidades expresivas del cuerpo y de la actividad motriz potencian la creatividad y el uso de lenguajes corporales para transmitir sentimientos y emociones que humanizan el contacto personal”.*

Es visible el papel importante que el “juego” y el “deporte” como medios de la educación física, desempeñan en la formación integral de los estudiantes, ya que

estos son herramientas fundamentales para la reducción de problemas sociales, ya que estos propician integración, socialización y aceptación de cada individuo.

La educación física a su vez es una herramienta básica que promueve la creatividad, la expresión y lenguaje general del cuerpo a través de actividades motrices que buscan transmitir sentimientos y emociones con el fin de humanizar a las personas.

La educación física implementada en los primeros grados de escolaridad le brinda al estudiante una mejor capacidad de desarrollar sus habilidades, no solo coordinativas, sino también las de pensamiento lógico e interacción con el medio que lo rodea. Hoy en día en nuestro sistema escolar la educación física ha tenido un gran avance debido a que los padres de familia han aceptado de buena forma la implementación de este curso en las escuelas oficiales del país.

*“A través de la Educación Física, el niño expresa su espontaneidad, fomenta su creatividad y sobretodo permite conocer, respetar y valorarse a sí mismo y a los demás. Por ello, es indispensable la variedad y vivencia de las diferentes actividades en el juego, lúdica, recreación y deporte para implementarlas continuamente, sea en clase o mediante proyectos lúdico-pedagógicos”.*

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

La educación física es fundamental para propiciar en el estudiante de cualquier edad, capacidades como creatividad, espontaneidad, autoconocimiento, autoestima

y aprecio por los demás, por ellos es importante la variedad de situaciones que el docente ayude al estudiante a experimentar, las técnicas y estrategias a utilizar para que el proceso sea el más adecuado para cada edad.

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

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

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

*En definitiva la importancia de la enseñanza de la Educación Física contribuye en la formación integral de los estudiantes. Al respecto, aseguran: "Es la base para que el niño despierte su motricidad e inteligencia en la adquisición de experiencias para el desarrollo del conocimiento"; "con la educación física se logra mejorar las relaciones interpersonales y de grupo"; "porque es fundamental el ejercicio físico bien orientado que ayude a alcanzar un desarrollo armonioso, a mejorar la postura, el caminar, etc."; "mejora a través de las actividades físicas, la capacidad motora básica para el desarrollo de procesos de crecimiento físicos-conocimientos, personalidad e interacciones sociales".(Fernández Porrás, José Miguel, Revista Digital - Buenos Aires - Año 13 - N° 130 - Marzo de 2009)*

### 3.5. El rol del profesor de educación física en el desarrollo integral de los estudiantes de cuarto y quinto primaria en la Aldea Tzampoj.

Para conocer cuál es el rol que debe desempeñar el profesor de educación física en el desarrollo integral de los estudiantes de cuarto y quinto primaria se hace necesario conocer que es lo que los alumnos, personal docente del establecimiento y padres de familia, esperan del profesor de educación física ya que este es el entorno en el que se desenvuelve. Podemos iniciar diciendo que para cumplir con el rol de educador/facilitador del aprendizaje el profesor de educación física debe estar en constante actualización sobre métodos, técnicas y herramientas didácticas que faciliten y mejoren su trabajo docente. Como agente que promueve la práctica bien organizada de la actividad física debe ser ejemplo de hábitos saludables de vida y conservación de la salud. De igual forma debe cumplir con el papel de orientador de los estudiantes en diferentes ámbitos de la vida, no solo en lo educativo y/o deportivo se refiere, sino que también en la toma correcta de decisiones que marcan su vida, como lo son continuar el ciclo de educación básica, que carrera estudiar, a qué edad es conveniente casarse y en qué circunstancias entre otras.

Otras áreas que son de vital importancia en las que el profesor de educación física debe tener incidencia, son los problemas sociales y de salud del contexto, como lo son alumnos que viven con otros familiares porque los padres han emigrado a los Estados Unidos, problemas de mala alimentación, buscar alternativas con los estudiantes de qué hacer con el problema de la escases de agua que se vive en la mayor parte de comunidades rurales, ya que esto impide que los alumnos adquieran hábitos adecuados de aseo personal, puesto que se dificulta el cambio de ropa, y bañarse.

### 3.6. Educación física y deporte escolar.

#### 3.6.1. Educación Física.

La educación física estudia y utiliza el movimiento humano para contribuir a la formación capacidad y mejoramiento integral del individuo. Considerado como una unidad funcional que comprende aspectos físicos, de pensamiento, de personalidad e interacción social. En lo que hace referencia a su sentido educativo o formativo, la educación física es una disciplina científico-pedagógica, que se centra en el movimiento corporal para alcanzar un desarrollo integral de las capacidades físicas, afectivas y cognoscitivas del sujeto.

La clase de Educación Física no debe ser sustituida o confundida con entrenamiento deportivo, ya que en la clase de educación física participan todos los estudiantes y es un derecho, a diferencia con el entrenamiento deportivo se enfoca a cierta cantidad de estudiantes selectos y requiere un tiempo especial. (Sustituir el horario de la clase de educación física por entrenamiento deportivo, deja muchas desventajas, que la mayoría de niños y niñas se quedan sin hacer actividad física para preservar la buena salud).

### 3.6.2. El deporte escolar.

La educación física, utiliza como medio al deporte, cuando las practicas se apoyan en el aprendizaje de contenidos de la educación básica, tales como: superar retos, se vencen miedos, se logran coordinaciones gruesas y finas, se controla la motricidad en el tiempo y espacio, se siente parte del equipo para alcanzar un fin común, se desarrolla el sentido de cooperación, hacen una práctica pedagógica importante, buscando el disfrute y la autorrealización; el deporte escolar, el que practican los niños, que no discrimina, que integra y que busca como vía adecuada del ocio y mejorar la calidad de vida, que recuperan lo pedagógico. Le Boulch, menciona: *"Un deporte es educativo cuando permite el desarrollo de sus aptitudes motrices y psicomotrices, en relación a los aspectos afectivos, cognitivos y sociales de su personalidad"* (Le Boulch, 1991)

Desde el modelo de enseñanza llamado cerrado, la práctica de los fundamentos deportivos se convierte en argumento central. Si fuera necesario continuar con este tipo de enseñanza, ¿cuáles serían los beneficios que obtienen los alumnos?

En las grandes ciudades, la oportunidad de jugar y practicar algún deporte escolar en los patios de las escuelas, con sus propios compañeros y con la supervisión de un profesional del movimiento, es una posibilidad única, la educación física es la asignatura que ofrece contenidos y experiencias motrices como no lo hacen las demás.

Cuando un profesor coloca conos o mochilas en el patio de la escuela, pone porterías, hace equipos de igual número de integrantes, incluye a las niñas, dispone de un balón de fútbol o de una pelota y enuncia las reglas básicas del juego, no está enseñando fútbol, ni los niños están jugándolo, hacen algo que se le parece pero en definitiva no lo es.

El deporte escolar es mucho más que ejecutar técnicamente movimientos y jugar con ellos, es la posibilidad de poner a prueba sus capacidades, hacer amigos, comparar sus potenciales y aprender de la práctica, participando en ella,

integrándose con otros que tienen carencias o virtudes similares. A diferencia del deporte institucionalizado, el escolar es una vía de integración social.

No se trata de educar para el deporte, debemos educar a través de él. Buscar no un niño para cada deporte, sino un deporte para cada niño, que se practique más allá de la propia escuela, no por la obligación de aprenderlo, sino por el placer de jugarlo. Eduardo Galeano explica con un ejemplo lo posible que puede ser el deporte educativo, tal es el caso de Finlandia, *"Me entero que el árbitro no solo saca la tarjeta amarilla, que advierte, y la tarjeta roja que castiga, sino también la tarjeta verde, que premia al jugador que ayuda a un adversario caído, al que pide disculpas cuando golpea y al que reconoce una falta cometida"* (Galeano, 2001).

En la mayor parte de los centros educativos los docentes encargados de equipos de la Aldea Tzampoj, toman el deporte escolar como deporte profesional, donde exigen a los estudiantes jugadores resultados de "ganar y ganar" sin que hayan tomado molestia alguna para entrenarlos, en ella ha reflejado desinterés, frustración de parte de los estudiantes y pierden el verdadero valor del deporte escolar que es la integración social y el disfrute del mismo.

### **3.6.3. Distintos intereses, distintas formas y usos del deporte.**

El uso del deporte tiene varios caminos y referentes pedagógicos, citarlos aún brevemente, sirve para conocer sus posibilidades pero sobre todo, para establecer diferencias y posibles aportes a la formación de niños y jóvenes. Estas clasificaciones son:

### **3.6.4. El deporte tecnificado**

Considera sus objetivos a partir del éxito, supone la competencia de alto nivel, y la depuración de ciertas habilidades que se automatizan en esquemas motores cerrados. Su enseñanza se apoya en el modelo aislado, es decir aquel en el que el docente, primero demuestra el ejercicio técnico- el docente se convierte en el modelo a seguir- , ejecutando paso por paso, posteriormente el alumno lo

ejecuta de manera tosca, mediante indicaciones precisas, el profesor corrige los errores de la técnica, luego el alumno los repite tantas veces como sea necesario, hasta llegar a la mecanización y así hasta automatizar cada movimiento técnico.

### **3.6.5. El deporte recreativo o deporte para todos**

Que se practica en el tiempo libre, busca mejorar la salud y asumir un estilo activo de vida, se fusiona muchas veces con el deporte educativo. La organización de la sociedad permite que se incorpore fácilmente al mundo de la recreación deportiva, disponiendo de instalaciones con la idea del disfrute y aprovechamiento de su tiempo libre.

### **3.6.6. El deporte de rehabilitación**

Es aquel que busca mediante actividades de integración, compensar diferentes patologías causadas por accidentes, o por cuestiones genéticas, el deporte adaptado forma parte de este tipo de actividades vigiladas con mucha precaución, ya que las personas necesitan revalorarse a partir de su participación. Esta orientación es muy importante ya que los profesores de manera permanente, y ante la lesión de algún alumno, le sugieren cierto tipo de ejercicios o actividades apropiados para fortalecer su autoestima y recuperar un buen estado de salud. (Aisenstein Angela, (2002), *La enseñanza del deporte en la escuela*, Argentina, Miño y Dávila).

Como profesor de educación física tiene que poner énfasis a las capacidades diferentes de los estudiantes, lo cual se debe planificar, facilitar actividades específicas para hacer una buena integración social.

## **3.7. Desarrollo integral del niño de 10 y 11 años.**

*“La adolescencia es un período del desarrollo humano que se construye sobre las experiencias de desarrollo de la niñez y sienta fuertes bases para la adultez. El/la adolescente enfrenta un proceso del desarrollo en diferentes esferas de su vida: cambios físicos y fisiológicos, transformaciones psicológicas y modificaciones de orden social. Este proceso que avanza al unísono y en complemento permite*



*hablar de la adolescencia como el tiempo del descubrimiento del mundo interior; el reconocimiento del mundo de vida, del espacio social y de la construcción de su quehacer en la acción social. En definitiva, cambios que se hacen evidentes en itinerarios de transición que varían en función de las influencias de carácter socio histórico.*

La adolescencia es la etapa en la que el ser humano experimenta diversos cambios, sean estos físicos, psicológicos, sociales en los que el adolescente llega a ser capaz de descubrir y a la vez tratar comprender el mundo que lo rodea y el papel que él juega en el mismo. Es también en esta etapa en la que el ser humano adquiere una identidad, de género, social y cultural.

*“En interacción con el mundo adulto él y la adolescente, en la coyuntura actual, deben establecer replanteamientos a sus límites y roles, así como afrontar la emergencia de un protagonismo en los espacios sociales que les han hecho situarse y posicionarse progresivamente como actores principales en la promoción de sus derechos y en los aportes que pueden hacer al orden social. Este mostrarse de lo juvenil ha ejercido presión sobre políticas públicas, producciones legislativas, programas sociales que reconocen la condición del/la adolescente con un lugar y visibilidad específicas”.*

Podemos decir que en esta etapa él y la adolescente siente que puede ser parte fundamental de un cambio positivo en la sociedad que lo rodea, siempre y cuando su formación haya sido bien guiada, solo de esta manera el y la adolescente pueden comprender el rol que ellos tiene en la sociedad. Por otra parte se debe crear programas de apoyo en beneficio del y la adolescente ya que estos tienen un potencial que puede ser capaz de crear un fenómeno social, si bien puede ser a favor o en contra de la misma sociedad.

*“Hablar de los y las adolescentes supone considerar diversos aspectos de orden biológico, psicológico y social. Implica también señalar a seres humanos sujetos de derechos y responsabilidades en el entorno en el cual ocurre su desarrollo”. El/la joven ya ha adquirido todo esto que en el/la adolescente son metas por conquistar, se encuentra en posesión de responsabilidades, de independencia económica y disfruta de libertades. La “madurez” física y la “madurez” social son los hitos que*

*marcan la diferencia entre uno y otro momento*". (UNICEF "Desarrollo Adolescente y Derechos Humanos, 2005, pág. 11)

La formación integral de los adolescentes es fundamental ya que los aspectos biológico, psicológico y social conllevan una responsabilidad del adulto a brindarles sus derechos y darle a conocer sus responsabilidades en el contexto en que se desarrolle. Como parte de sus derechos está el poder decidir que metas lograr, y entre sus responsabilidades el lograr las metas propuestas de la manera correcta.

### 3.8. Desarrollo biológico del niño en la edad de 10 y 11 años.

*"En esta edad de 10 y 11 años de edad, es un periodo en donde se van a producir intensos cambios físicos, que comienzan con la aparición de los primeros signos de la pubertad: aparecen los caracteres sexuales primarios y secundarios, en ambos sexos el cuerpo cambia, y se manifiesta con fuerza el deseo sexual y la búsqueda de relaciones afectivas con otras personas. La adolescencia temprana que abarca de los 10-13 años: Durante este periodo se generan los primeros cambios corporales en donde el cuerpo del infante va adquiriendo su cuerpo adulto. Los órganos sexuales comienzan a madurar debido a la acción de determinadas hormonas, y se manifiesta en el hombre la primera eyaculación y en la mujer la primera menstruación. También durante esta etapa se empieza a generar una preocupación por los cambios púberes y el joven comienza a tener cierta incertidumbre acerca de su apariencia. La adolescencia media que abarca de los 14-16 años: en este curso de tiempo el joven comienza a tener sus primeras experimentaciones sexuales por lo que surge una preocupación por la apariencia y se genera un deseo de poseer un cuerpo más atractivo".*

Los cambios biológicos y físicos son los que comienzan a marcar el inicio de una nueva etapa en la vida del ser humano, este por lo general es en diferente tiempo en unos y otros individuos ya que la edad en la que comienzan los cambios es diferente en cada ser humano, esto dependiendo de muchos factores entre los que podemos mencionar: el clima, la alimentación, el contexto en que se desarrolla el ser humano. Este a su vez viene con cambios drásticos como lo son la primera

eyaculación en los varones y la primera menopausia en las mujeres que tiene el nombre de Menarquia. En ambos casos se presenta el deseo de tener un cuerpo atractivo, en el caso de las adolescente en el afán de verse “atractivas” también pueden presentarse problemas alimenticios como la anorexia y/o bulimia.

### 3.8.1. Beneficios de la educación física en el desarrollo biológico en niños de 10 y 11 años.

La educación física brinda muchos beneficios para la conservación de la salud y mejora la calidad de vida especialmente en los adolescentes en su desarrollo biológico entre los cuales mencionaremos:

1. Mejora sus habilidades físico-motoras.
2. Contribuye a reducir el riesgo de padecer enfermedades.
3. Ayuda a controlar el peso y disminuir el sobrepeso.
4. Fortalece el sistema óseo de los adolescentes.
5. Contribuye a reducir los niveles de estrés.
6. Fortalecer el sistema cardiorrespiratorio.
7. Ayuda a una mejor concentración en los estudiantes.

### 3.8.2. Cambios biológicos y psicológicos en niños y niñas de (10, 11 años)

Los niños de 9, 10 y 11 años atraviesan una etapa de transición entre la infancia y la pubertad donde los cambios físicos son diferentes para chicos y chicas. A nivel psicológico empiezan a comportarse de manera distinta y a expresar intereses particulares. A nivel emocional tanto para los niños como para las niñas el grupo de amigos adquiere gran relevancia. Los padres de niños entre los 9 y los 11 años debemos tener clara la importancia de las normas y el diálogo para afrontar estos nuevos cambios.

Los niños de 9, 10 y 11 años siguen creciendo en altura y peso a un ritmo normal, aunque en estos años es cuando suele aparecer el fenómeno de los “estirones”. Por norma general, los chicos suelen ser más altos y pesados que las chicas. Y en

esta etapa se produce un hecho muy importante: el desarrollo empieza a ser diferente en niños que en niñas. A partir de los 10 u 11 años en las chicas se inicia el desarrollo del pecho, las caderas se ensanchan, la musculatura se afina... Sin embargo, el desarrollo de estos caracteres sexuales en chicos es algo posterior.

Este desarrollo físico distinto en chicos y en chicas tiene su reflejo a nivel psicológico. Las niñas de 9, 10 y 11 años empiezan a relacionarse más entre ellas y hacen piña como grupo. Les gusta más pasar las horas hablando o jugar a juegos tranquilos donde haya mucha interacción oral. Los chicos de esta edad también hacen pandilla y suelen escoger juegos muy activos con mucho contacto físico.

A nivel emocional, tanto los niños como las niñas de 9, 10 y 11 años inician una separación cada vez mayor de sus padres. Las normas familiares son las que rigen su comportamiento pero empiezan a ser conscientes de que en la familia de sus amiguitos, los padres hacen y exigen cosas diferentes. Es posible que empiecen a cuestionar a los padres sobre la manera en la que ellos hacen las cosas. También empiezan a tener más conciencia del contexto social y les empiezan a preocupar temas como la muerte de alguno de sus progenitores, el divorcio, las guerras, la política, etc. El grupo de amigos cobra mayor importancia y es el momento en que ellos mismos piden quedarse a dormir o pasar la tarde en casa de algún compañero. Es un momento propicio para que aparezcan las mentiras, el engaño, el cuestionamiento de las normas o las malas contestaciones como parte de esa independencia, que se está fraguando y que alcanzará la cima en la adolescencia.

Como padres es importante respetar sus necesidades de individualidad. Pero no debemos olvidar que las reglas las seguimos poniendo nosotros. Podemos razonarlas, explicarlas e incluso negociarlas hasta cierto punto, pero los padres seguimos teniendo el mando. A la hora de dialogar con nuestros hijos, hay que centrarse en unas reglas básicas (pocas pero firmes) e insistir en lo fundamental. ¡No beneficia a nadie que perdamos energía discutiendo por cuestiones de poca trascendencia! ([Equipo editorial Elbebe.com](http://Equipo editorial Elbebe.com))

### 3.9. Desarrollo psicológico en niños de 10, 11 y 12 años.

“La adolescencia es el período durante el cual la capacidad de adquirir y utilizar conocimientos llega a su máxima eficiencia, capacidad que se va acentuando progresivamente desde los 11 -12 años. Según la teoría cognitiva de Piaget (1969) el joven pasa desde la etapa de las operaciones concretas a las operaciones formales que permiten el pensamiento abstracto, donde el grado de sutileza y complejidad de su razonamiento se hace mayor. El adolescente logra desprenderse de la lógica concreta de los objetos en sí mismos y puede funcionar en estados verbales o simbólicos sin la necesidad de otros soportes. Se constituye así en un individuo capaz de construir o entender temas y conceptos ideales o abstractos.”

#### 3.9.1. **Psicología.**

La psicología es la disciplina que investiga sobre los procesos mentales de personas y animales. La palabra proviene del griego: psico- (actividad mental o alma) y -logía (estudio). Esta disciplina analiza las tres dimensiones de los mencionados procesos: cognitiva, afectiva y conductual.

#### 3.9.2. **Psicología del 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. (<http://definicion.de/psicologia-del-deporte/#ixzz41KzBoq2m>).

En el entorno de la Aldea Tzampoj, en su mayoría de docentes encargados de equipos, afectan a los estudiantes jugadores cuando se realiza actividades deportivas, ya que en todo momento están detrás de ellos, diciendo que hacer lo

cual ellos no tienen la oportunidad de ser creativo en sus juegos, también hacen mayor énfasis a los errores cometidos en donde se vuelve un trastorno de errores.

### 3.9.3. **Psicología deportiva para niños**

En la formación deportiva de cualquier disciplina, el deporte infantil tiene un papel muy importante dentro de la preparación integral como un proceso metodológico a largo plazo. Es por ello que la psicología desde edades tempranas debe ser enfocada hacia un trabajo entre padres de familia, niños y entrenadores, abarcando las características de los mismos y del propio deporte. Dicha propuesta consistirá en un inicio en delimitar la importancia de la psicología deportiva en la etapa infantil, posteriormente en el trabajo del entrenador en este aspecto y, finalmente, la aplicación práctica de la psicología en la sesión de entrenamiento y la competencia.

Psicología deportiva. Inicialmente, la psicología en el ramo del deporte persigue objetivos muy claros en lo que a los aspectos volitivos y a las características psicológicas de los jugadores se refiere. Sin embargo, en la etapa infantil los componentes psicológicos en el entrenamiento se ven influidos por una serie de factores internos y externos al niño que forman su uso, motivación y entendimiento del propio deporte. En la etapa infantil, como parte de su desarrollo funcional, el niño presenta una serie de características psíquicas que debemos tomar en cuenta dentro de la actividad deportiva. Por lo tanto, los aspectos a considerar son los siguientes:

A) El niño. Personalidad. Cabe señalar que este aspecto está en constante desarrollo durante esta etapa debido a que el niño está expuesto a un constante aprendizaje en su vida escolar y familiar, por lo que la formación de su personalidad está influenciada en tres niveles: intelectual, emocional y social.

Motivación. Conocer las causas que lo llevan a practicar el baloncesto y los requerimientos, así como las necesidades sociales, familiares y deportivas que él necesita.

Afectividad. Es la respuesta emocional visible que el niño puede expresar en el proceso de aceptación o rechazo de un grupo deportivo.

Autorrealización e identidad. El niño, al no tener una personalidad definida aún porque no tiene todavía un concepto de sí mismo, tiende a la imitación de patrones

sociales percibidos, así como a la creación de una primera identidad en el sentido de la pertenencia de un grupo.

B) Los padres por su parte, los padres de familia están inmersos en dos aspectos fundamentales: factores ambientales y psicosociales. En la sociedad el papel del deporte es apreciado y vinculado con el éxito y un cierto tipo de estrato a diferentes niveles. El factor ambiental es el reflejo de los padres a través del niño hacia la sociedad y en este caso por medio de la actividad deportiva. La influencia de los padres en las aspiraciones y metas de los niños es muy importante, ya que muestra los logros o frustraciones que se consiguen si no se maneja un claro establecimiento de metas, motivaciones e intereses. Tyler (1978) señala en este aspecto que existen dos periodos fundamentales en el desarrollo del niño: De los 6 a los 10 años se desarrolla una personalidad introvertida. De 10 a 15 años, el niño está muy influenciado por el entorno y se produce mayor número de contactos exteriores y de relaciones sociales. De esta manera tenemos un panorama de las características y necesidades del niño y el entorno en el que se desarrolla. Algunos deportes, por su parte, presentan una serie de características y exigencias durante el entrenamiento y la competencia como son: Desarrollo de percepciones especializadas: sentido del balón, de la canasta y de la ubicación de las dimensiones y áreas establecidas en el terreno de juego. Elevado nivel de motivación en el entrenamiento y la competencia. Desarrollo de la atención, concentración y motivación en el entrenamiento y la competencia. Razonamiento abstracto y pensamiento operativo en acciones de juego. Desarrollo de un sentido colectivo; es decir, trabajar en objetivos grupales por encima de objetivos individuales. Es así como delimitamos lo que al niño le sucede durante esta etapa de su desarrollo y los factores que explican parcialmente su comportamiento deportivo y en su formación integral adulta. Posteriormente, se procede a vincular las exigencias psicológicas del deporte y los componentes psicológicos del niño donde el papel del entrenador es fundamental para garantizar un trabajo metodológico e integral.

### 3.9.4. Psicología deportiva en el entrenamiento de niños.

No es de la competencia de la psicología deportiva dar indicaciones sobre cómo debe realizar su tarea un entrenador de deporte infantil o juvenil, pero sí que pueden servir ciertos consejos para ayudar a que los aprendizajes que el entrenador intenta inculcar sean lo más efectivos posibles. Para ello vamos a extraer 11 pautas de entrenamiento básicas extraídas de los estudios de Smoll y Smith (1980) y Weiss (1991):

1. *Cuando los niños están haciendo las cosas bien, hacerles muchos elogios* (alabanzas, sonrisas, palmadas en la espalda) y darles estímulo (centrando su atención en lo que hacen bien más que en sus errores).
2. *Hacer elogios de forma sincera*, puesto que si no son sinceros son ineficaces y debilita la credibilidad del entrenador ("*sólo lo hace para que me sienta mejor*"); no por ello no se debe reconocer la mala actuación, sino que se debe analizar la causa y alentar asegurando que las cosas ya saldrán bien.
3. *Desarrollar expectativas realistas* adecuadas a la edad y al nivel de capacidades.
4. *Recompensar el esfuerzo tanto como el resultado*, puesto que hay días en que por mucho que se esfuercen las cosas no salen bien, pero el simple hecho de esforzarse es digno de ser premiado.
5. *Centrar la atención en la enseñanza y el entrenamiento de destrezas*; es decir, resaltarle al aprendiz sus progresos e intentar diseñar entrenamientos que eleven la participación al máximo e incluyan una gran cantidad de actividades y una diversidad de destrezas, así como hacer que las instrucciones sean cortas y sencillas.
6. *Modificar destrezas y actividades*: es deseable que los niños experimenten éxitos en sus ejecuciones y, para ello, hay veces en que no queda más remedio que modificar ciertas condiciones ya sea en ritmos, objetivos e incluso instalaciones para asegurar una cierta tasa de éxito. Según Weiss (1991, p. 347) "*...Hay que ajustar la actividad al niño, no el niño a la actividad*". Es conveniente utilizar progresiones de destrezas adecuadas.



7. *Modificar las reglas para elevar al máximo la acción y participación*, para asegurarnos con ello el éxito y un aumento de la motivación: ¿Por qué no jugar un peloteo, en un entrenamiento de tenis, donde estén permitidos dos botes de la bola?
8. *Recompensar la técnica correcta*, no solamente el resultado, dado que si se ejecuta un buen golpe pero la técnica no es correcta a la larga puede ser contraproducente; sin embargo, si la técnica es correcta pero la bola va fuera, puede ser un inicio para que mediante ajustes de dicho golpe la bola entre con un buen gesto técnico.
9. Cuando se corrigen errores, *utilizar un enfoque positivo*, buscando en primer lugar “algo” que haya hecho bien para ayudar a reducir la frustración derivada del error para, a continuación, ofrecer una explicación correctiva y terminar con un comentario alentador (Ejemplo: *“Bien esta colocación de pies, pero deberías intentar acabar con la raqueta más alta; sé que es un movimiento difícil, pero seguro que al final lo haces”*).
10. *Crear un entorno que reduzca el miedo a intentar nuevas destrezas*, sin miedo al error, donde no se deben tolerar las burlas ni las comparaciones.
11. ¡*Ser entusiasta!* El entusiasmo es contagioso y crea un entorno positivo y estimulador, donde el niño se sentirá a gusto y no le faltarán las ganas de volver.

#### **3.9.5. Beneficios de la educación física en el desarrollo psicológico:**

La educación física brinda grandes beneficios al ser humano y en el aspecto psicológico no es la excepción ya que la misma contribuye a:

- Ayuda a mejorar la autoestima
- Contribuye a reducir los niveles de estrés.
- A través del deporte (medio de la educación física) el adolescente aprende a controlar su carácter.
- Ayuda a identificar sus emociones
- Conocen sus habilidades, destrezas, así como sus debilidades.

### 3.10. Desarrollo Social en niños de 10 y 11 años.

*“En la adolescencia uno de los cambios más significativos que supone esta etapa, es el paso desde la vida familiar a la inserción en la vida social.*

*Se espera del adolescente una inserción autónoma en el medio social y que alcance el estatus primario: asumir una independencia que lo exprese personalmente y dirigirse hacia roles y metas que tengan consonancia con sus habilidades y que estén de acuerdo con las probabilidades ambientales. El joven procura que sus sentimientos de adecuación y seguridad provengan de sus propias realizaciones, las que confronta frecuentemente con su grupo de pares o compañeros de edad similar.*

*En la adolescencia temprana se tiende a establecer una relación cercana de amistad con uno o más amigos del mismo sexo. Este vínculo es estrecho y el contacto con miembros del otro sexo suele hacerse en grupo. Hay una fuerte desidealización de las figuras de autoridad, tendiendo al distanciamiento, desobediencia y evitación de dichas figuras.*

*Adquirir destrezas e intereses propios de la edad.*

*Compartir problemas y sentimientos comunes.*

*En este período se tiende a asumir los valores y códigos del grupo de pares, lo que aumenta la distancia con los padres, existiendo una tendencia "anti-adulto".*

*En la adolescencia tardía los valores del grupo dejan de tener tanta importancia, siendo los propios valores acordes a la identidad los que se privilegian. Respecto a las figuras de autoridad, se comienza a producir una reconciliación y reparación”.(UNICEF “Desarrollo Adolescente y Derechos Humanos, 2005, pág. 11)*

### 3.11. Beneficios de la educación física y el deporte en niños de 10 y 11 años

Como ya hemos visto son múltiples los beneficios que la educación física brinda en el desarrollo integral del adolescente y por ende el deporte como medio del mismo

aporta un sin número de beneficios ya que el adolescente a través de estos aprende a relacionarse con los demás, a través del deporte escolar los estudiantes aprenden a jugar en equipo, respetar reglas de juego y convivencia, conocen sus fortalezas y debilidades, así como hábitos saludables de vida y preservación de la salud; física, psicológica, social.

### 3.12. **¿Qué tipo de modificaciones se tienen que hacer a las actividades para que la mayoría de los alumnos tengan otro tipo de participación?**

La enseñanza de los deportes en la escuela no debe limitarse al desarrollo de habilidades cerradas y sólo determinadas situaciones de juego, ni de manera aislada. *"Si los profesores no saben en qué consiste el aprendizaje y cómo se produce, tienen las mismas posibilidades de favorecerlo que de obstaculizarlo"* (Claxton, 1991).

La educación física puede incorporar como medio al deporte escolar, que bien canalizado contribuye al desarrollo de los individuos en dos vertientes:

- Hacia una formación polivalente. Buscar el placer por el movimiento , utilizar al juego motor para ampliar los patrones básicos de movimiento; considerados como capacidades filogenéticas de la especie humana que se desarrollan a partir de la maduración misma, entre ellos se encuentra el caminar, correr, saltar, lanzar, atrapar, suspenderse etcétera.
- Hacia una especialización deportiva. Observa una enseñanza encaminada al desarrollo de habilidades cerradas, exige el control sistemático del movimiento técnico, utiliza la repetición del movimiento, la secuenciación y progresión de fundamentos deportivos.

Al respecto Durand menciona: Ninguna medalla vale la salud de un niño. (Durand, 1988).

### 3.13. Desarrollo Laboral en los niños de 10 y 11 años.

La rama de actividad económica que genera mayores tasas de participación laboral de los niños es la agricultura. En algunos casos se trata de labores agrícolas tradicionales, derivadas de formas de producción que sólo permiten la subsistencia del núcleo familiar. En otras ocasiones, la ocupación de los niños se inserta en cultivos orientados al mercado, e incluso a la exportación. En Guatemala se encuentra que el 65% del total de la población trabajadora menor de edad se ocupa en la agricultura, siendo mayor el porcentaje para los niños indígenas que para los no indígenas.

## IV. Marco operativo

### 4.1 Diseño de la investigación

Técnica de muestra.

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 Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá. (Boca Costa). Jornada matutina, nivel primario.

-Nombre del Establecimiento: Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea Tzampoj.

-Dirección del Establecimiento: Aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá. (Boca Costa).

-Grados de los niños encuestados: 4to. y 5to. primaria

CARACTERÍSTICAS GENERALES:

-Edad de los niños encuestados: entre 10 y 11 años

-Sexo: Femenino y Masculino

-Procedencia: Área Rural

-Condiciones de Salud: Desnutrición

-Situación Económica: Baja

-Lengua Materna: Quiché

-Número total de la Muestra: 16

#### 4.1.1 Equipo de investigación

Investigador principal: Venturo Obdulio Coché Quiacaín.

Directora: Rosalina Tambríz Yac

Docentes: Carmelo Morales Ramirez, Genaro Francisco Ajpacaja Can, Antonio Sohom Guachiac, y Lorenzo Och Tzep.

Estudiantes: Cuarto y quinto primaria

#### 4.1.2 Presupuesto

No.	Material o insumos	cantidad	Precio u.	TOTAL
1	Impresiones de las encuestas	5	Q.1.00	Q.5.00
2	Fotocopias de las encuestas	20 hojas	Q.0.50.	Q.10.00
3	Impresión del plan del programa de docencia.	25 hojas	Q.1.00	Q.25.00
4	Impresión del plan del programa de extensión.	4 hojas	Q.1.00.	Q.4.00
5	Hidratación a los participantes en la actividad práctica (agua en bolsa)	4 bolsas	Q.10.00	Q.40.00
6	Uso de internet para la investigación.	10 horas	Q.5.00.	Q.50.00
7	Impresión de toda la sistematización	60 hojas	Q.1.00.	Q.60.00
	TOTAL DE GASTOS			Q.144.00

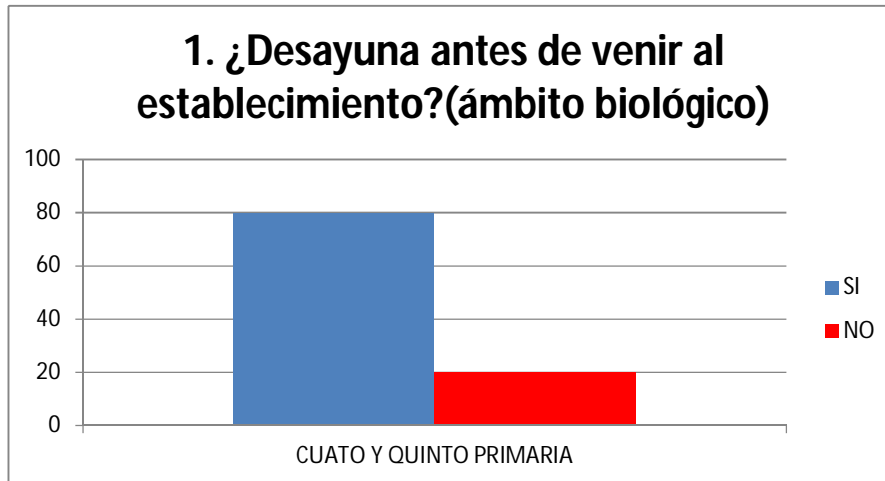
4.1.3 Programación

Actividades	Años	2015								2016																		
	Meses	Nov.				Dic.				enero				febrero				marzo										
	Semanas	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4							
1. Planteamiento del Problema		■	■																									
2. Justificación				■	■																							
3. Objetivos Generales y Específicos				■	■																							
4. Esquema del Marco Teórico						■																						
5. Marco Teórico						■	■	■	■	■	■	■	■															
6. Metodología o Diseño de la Investigación												■	■	■														
7. Ejecución de Taller Teórico Practico															■													
8. Interpretación de Datos																■												
9. Conclusiones y Recomendaciones																	■											
10. Resumen o Abstracto.																		■										
11. Paginación de Informe																			■									
12. Impresión de Informe																				■								
13. Presentación de Informe Final																					■							
14. examen privado																						■						

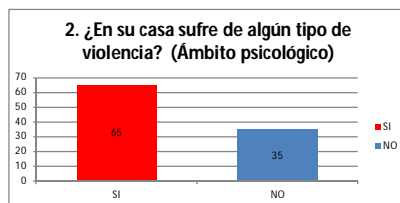
## V. Presentación de resultados

### 5.1 Análisis de datos

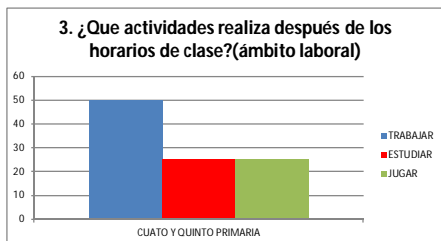
Resultados de las encuestas con los estudiantes de Cuarto y Quinto primaria de la EORM. Aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá. Jornada Matutina.



**RESULTADO:** El 95% de estudiantes de cuarto y quinto primaria expresaron que sí desayunan antes de venir a la escuela (frijol, arroz y café) y el 5% no desayunan por la distancia entre su casa y la escuela.



**RESULTADO:** El 65% de estudiantes de cuarto y quinto primaria expresaron que sí han sufrido tipos de violencia de parte de los padres, cuando están bajo efectos de alcohol y el 35% no han sufrido.



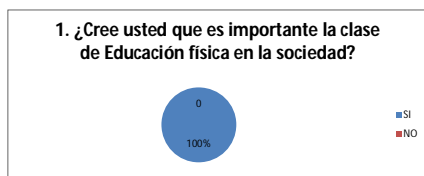
**RESULTADO:** el 50% de los estudiantes de cuarto y quinto primaria trabajan después de los horarios de clase, a rajar leña, a lavar ropa, y a vender y el 25% juegan y 25% estudian.



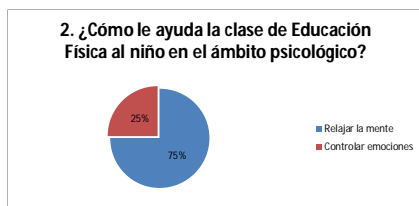
**RESULTADO:** el 95% de los estudiantes de cuarto y quinto primaria expresaron que sí les gustaría entrenar y ser un profesional en un deporte y el 5% afirmaron que les interesa realizar otras actividades no en el ámbito deportivo.



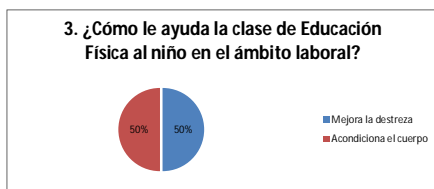
**Resultados de las entrevistas con los docente de Cuarto y Quinto primaria de la EORM. Aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá. Jornada Matutina.**



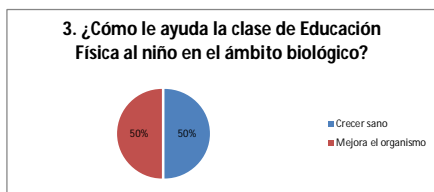
**RESULTADO:** el 100% de los docentes afirmaron que sí es importante la Educación Física en la sociedad, ya que permite la buena interrelación, desenvolvimiento, calidad de vida en la salud y hace competentes los habitantes.



**RESULTADO:** el 75% de los docentes afirmaron que la clase de Educación Física hace relajar la mente de los niños y el 25% expresaron que hace controlar las emociones.



**RESULTADO:** el 50% de los docentes afirmaron que la clase de Educación Física hace mejorar las destrezas para facilitar cualquier trabajo y el 50% mencionan que acondiciona el cuerpo a soportar el trabajo.



**RESULTADO:** el 50% de los docentes afirmaron que la clase de Educación Física ayuda a crecer sanamente y el 50% que mejora el funcionamiento del organismo.

## 5.2 Interpretación de resultados

En el ámbito psicológico: Los estudiantes de la E.O.R.M. Aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá. Carecen de motivación, buena autoestima, decisión.

1º- El niño necesita la compañía de su padre constantemente como una manera de contención de su madre, así evitar o impedir que sus padres pasen un tiempo a solas por lo tanto no existiría manifestaciones de afecto entre ellos y a su vez su madre seguiría siendo su objeto de amor propio.

2º- El niño sentirá el odio, los celos y la rivalidad como el drama más intenso que jamás haya vivido al sentirse desplazado por la presencia del padre al ser desplazado de la cama de su madre, al tener que aceptar los límites impuestos por el padre lo que le quitará ese poder absoluto que él creía tener.

3º-el niño necesita de la compañía constante de su padre como una manera de obtener de este su contención, cariño, además de captar la mayor cantidad de información posible ya que este es su ejemplo a seguir.

Los límites que podemos ver se le aplican al niño, consisten en llamarle la atención, retarlo, manifestarle cual fue su error y ocasionalmente proporcionarle un castigo como permanecer en su habitación. Los límites como dijimos anteriormente enseñan al niño a saber renunciar a sus deseos y ello lo prepara para situaciones similares a lo largo de su vida adulta, la etapa de crecimiento y desarrollo en la que se encuentra permite ya establecerle límites y en este caso especial se nos hace evidente que al ser el más pequeño de la casa siempre alguien sale en su defensa, lo que entorpece la imposición de los límites, así mismo el padre evita retarlo e incluso lo apaña y de esta manera intenta, quizás inconscientemente, compensar el poco tiempo de dedicación que le puede dar, situación sin duda perjudicial para su

crecimiento y desarrollo normal, la consecuencia de esta actitud podría dar lugar a un niño que no tiene nunca suficiente,

### En el ámbito biológico:

*En la mayoría de los niños de la E.O.R.M. Aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá. A traviesan varios problemas no solo de índole familiar, estudiantil, de desarrollo adecuado sino que a estos podemos agregar los propios de su edad y desarrollo del contexto que cada uno de ellos vive. Entre los problemas bilógicos que ellos atraviesa se encuentran los siguientes.*

**El acné:** El acné es un problema de la piel que se manifiesta mediante diferentes tipos de protuberancias. Estas protuberancias pueden ser espinillas, puntos blancos, granos y quistes. El tipo de acné que tienen muchos adolescentes se llama acné vulgaris y generalmente aparece en la cara, el cuello, los hombros, la parte superior de la espalda y el pecho.

**Menstruación:** Todo el mundo sabe que los años de la adolescencia pueden ser difíciles -tanto para los adolescentes como para los padres. Y todos los cambios corporales que tienen lugar durante la pubertad pueden hacer que los adolescentes se sientan incómodos con su cuerpo e inseguros de sí mismos. Esto es especialmente aplicable a las chicas cuando les viene la menstruación. Para una niña, tener el primer período menstrual (coloquialmente conocido como "regla") es un hito en el desarrollo físico y la señal de que se ha convertido en una mujer. Pero también puede generarle confusión, particularmente si se encuentra con ciertos problemas como los períodos irregulares o el síndrome premenstrual. Este a su vez puede venir acompañada de otros problemas físicos en las adolescentes por ejemplo:

Hinchazón

Dolor de espalda

Senos sensibles o doloridos

Cefalea

Estreñimiento

## Irritabilidad

Problemas alimenticios anorexia/bulimia.

Los cambios biológicos y físicos son los que comienzan a marcar el inicio de una nueva etapa en la vida del ser humano, este por lo general es en diferente tiempo en unos y otros individuos ya que la edad en la que comienzan los cambios es diferente en cada ser humano, esto dependiendo de muchos factores entre los que podemos mencionar: el clima, la alimentación, el contexto en que se desarrolla el ser humano. Este a su vez viene con cambios drásticos como lo son la primera eyaculación en los varones y la primera menopausia en las mujeres que tiene el nombre de Menarquia. En ambos casos se presenta el deseo de tener un cuerpo atractivo, en el caso de las adolescente en el afán de verse “atractivas” también pueden presentarse problemas alimenticios como la anorexia y/o bulimia.

En el ámbito social:

*En la mayoría de los estudiantes de la E.O.R.M. Aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá. Uno de los cambios más significativos que supone esta etapa, es el paso desde la vida familiar a la inserción en la vida social.*

*Se espera del adolescente una inserción autónoma en el medio social y que alcance el estatus primario: asumir una independencia que lo exprese personalmente y dirigirse hacia roles y metas que tengan consonancia con sus habilidades y que estén de acuerdo con las probabilidades ambientales. El joven procura que sus sentimientos de adecuación y seguridad provengan de sus propias realizaciones, las que confronta frecuentemente con su grupo de pares o compañeros de edad similar.*

*En la adolescencia temprana se tiende a establecer una relación cercana de amistad con uno o más amigos del mismo sexo. Este vínculo es estrecho y el contacto con miembros del otro sexo suele hacerse en grupo. Hay una fuerte desidealización de las figuras de autoridad, tendiendo al distanciamiento, desobediencia y evitación de dichas figuras.*

*Adquirir destrezas e intereses propios de la edad.*

*Compartir problemas y sentimientos comunes.*

*En este período se tiende a asumir los valores y códigos del grupo de pares, lo que aumenta la distancia con los padres, existiendo una tendencia "anti-adulto".*

*En la adolescencia tardía los valores del grupo dejan de tener tanta importancia, siendo los propios valores acordes a la identidad los que se privilegian. Respecto a las figuras de autoridad, se comienza a producir una reconciliación y reparación”*

**En el ámbito social:**

La mayor parte de los estudiantes de la E.O.R.M. Aldea Tzampoj en su mayoría trabaja en la agricultura, ya que es una de las principales fuentes de ingreso de este municipio, los estudiantes estudian por las mañanas y por las tardes se dedican a regar las siembras como; mangos, plátanos, papayas, entre otros lo que conlleva a un estilo de vida de sedentarismo, ya que en algunos casos estos deben trabajar horas extras.

En otros casos los estudiantes no realizan actividades laborales debido a que sus padres están en otro país lo que hace que estos tengan lo necesario en cuanto a lo económico se refiere.

Otras fuentes laborales de ingresos son la crianza de animales, la agricultura; y en casos muy especiales hay estudiantes que son lustradores, ayudantes de camionetas o microbuses y otros que se dedican al comercio.

## V. Conclusiones

1. Que la Educación Física es un elemento que permite el desarrollo integral del ser humano.
2. El rol del Maestro de Educación Física es facilitar el proceso de enseñanza – aprendizaje de la clase de Educación Física de calidad.
3. Según Salmerón (2011) El profesor de EF debe ser un profesional flexible sin prejuicios, con espíritu innovador, comprometido, responsable, con tolerancia frente a los cambios y toma de decisiones, adaptándose al medio y motivador haciendo un clima agradable para los alumnos.
4. *La práctica regular de actividad física también tiene efectos positivos sobre el bienestar psicológico de los niños, ya que aumenta su autoestima y desarrolla su capacidad de integración a la vez que fomenta valores como la solidaridad o el espíritu de equipo.*
5. La clase de educación física de calidad permite mejorar el desarrollo integral de los estudiantes en el ámbito; psicológico, biológico, social y laboral.

## VI. Recomendaciones

1. Que el profesor de educación física tiene que ser una persona con características de un líder positivo, ejemplar con una cultura física.
2. Que el profesor de educación física tiene que estar actualizado haciendo uso de las innovaciones y tecnologías para ofrecer una clase de educación física de calidad.
3. Hacer ver a la comunidad educativa los logros y problemas para tomar decisiones para resolver y ayudar a los afectados (niños que sufren maltrato familiar).
4. Dar a conocer el rol del profesor de educación física en la escuela tomando en cuenta los docentes de grados para promocionar una educación física de calidad.
5. Concientizar a los docentes encargados de equipos deportivos que deben ir introduciendo el deporte escolar como forma de recreación, integración y socialización.



## VII. Bibliografía

- <http://edufisicaguatemala2008.blogspot.com/2008/11/la-direccin-general-de-educacin-fsica.html>
- Publicado por Carlos García
- <http://psicologiaeneldeporte.blogspot.com/2013/09/psicologia-deportiva-en-el.html>
- Aisenstein Angela, (2002), *La enseñanza del deporte en la escuela*, Argentina, Miño y Dávila.
- Arnold, Peter (2000), *Educación Física, movimiento y currículo*, España, Morata.
- Avanzini Guy (2003), *La Pedagogía desde el siglo XVII hasta nuestros días*, México, Fondo de Cultura Económica.
- Blázquez, Domingo (1998), *La iniciación deportiva y el deporte escolar*, España, INDE.
- Caillois, Roger (1986), *Los juegos y los hombres. La máscara y el vértigo*, México, Fondo de cultura económica.
- Capel, Susan (2002), *Reflexiones sobre la educación física y sus prioridades*, México, Secretaría de Educación Pública.
- Devís, José (1997), *Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: la salud y los juegos modificados*, España, INDE.
- Durand Marc, (1988), *El niño y el deporte*, España, Piados.
- Elias Norbert (1996), *Deporte y ocio en el proceso de civilización*, México, Fondo de cultura Económica.
- Florence Jacques, (2000), *Tareas significativas en educación física escolar*, España, INDE.
- Galeano, Eduardo (2001), *Los atletas químicos*, México, Diario La Jornada, Agosto 19.
- Gallahue, David (1998) *Movimientos Fundamentales, su desarrollo y rehabilitación*, México, Panamericana.

- Gallego Juan (2004), *"Campeones a la fuerza"*, España, Revista DT, No 1, Febrero 2004
- Latapí Pablo, (2003), *¿Cómo aprenden los maestros?*, México, SEP.
- Le Boulch, (1976), *"La educación por el movimiento"*. Argentina, Paidós.
- Meyer G. (1963) *Los juegos olímpicos*, España, Publicaciones del Comité Olímpico Internacional.
- Rausch, André (1980), *El cuerpo en la educación física*. Argentina, Kapelusz.
- Ruiz Pérez L (1995), *"Competencia motriz, Elementos para comprender el aprendizaje motor en educación física escolar"*, España, Gymnos.
- SEP (2002), *Plan de estudios de la Licenciatura en educación física*

## VIII. Anexo

### 9.1 Glosario

1. Desnutrición: Pérdida de reservas o debilidad de un organismo por recibir poca o mala alimentación.
2. Habilidad: Capacidad de una persona hacer una cosa correctamente y con facilidad.
3. Motriz: Motor, movimiento.
4. Psicomotriz: Adjetivo de la motilidad y los factores psicológicos que intervienen en ella, condicionado su desarrollo, relacionado con ella.
5. Psicólogos: proceso por el cual una persona alcanza la plenitud de sus capacidades mentales.
6. Crecimiento: Aumento de tamaño del organismo y de sus partes; el organismo no crece de forma proporcional sino que hay etapas donde se crece primero unas partes y luego otras. Esto afecta al esquema corporal; hay parámetros para medir el crecimiento (talla, peso...), es fácilmente observable. Puede o no estar relacionado con la maduración.
7. Desarrollo: Término global que influye maduración-crecimiento-influencias del ambiente. Se consigue gracias a la relación e interacción del organismo y el medio.
8. Planteamiento: Enunciado o representación gráfica con que se plantea un asunto, problema, discusión, etc.
9. Bulling: Acoso físico o psicológico al que someten, de forma continuada, a un alumno sus compañeros.
10. Educación física: Conjunto de disciplinas, especialmente escolares, que tienen como fin el desarrollo del cuerpo mediante la práctica del deporte.
11. Deporte: Actividad o ejercicio físico, sujeto a determinadas normas, en que se hace prueba, con o sin competición, de habilidad, destreza o fuerza física.

## 9.2 Instrumentos

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
PROGRAMA DE ACTUALIZACIÓN PROFESIONAL DOCENTE  
PADEP/DEF  
CURSO: SISTEMATIZACIÓN

### ENCUESTA A ESTUDIANTES CON PROBLEMAS BIOLÓGICOS, PSICOLÓGICOS, SOCIAL Y LABORAL.

Establecimiento:

\_\_\_\_\_  
Jornada \_\_\_\_\_  
Nivel \_\_\_\_\_ Grado \_\_\_\_\_  
Genero \_\_\_\_\_ No, \_\_\_\_\_

#### **Instrucciones:**

A continuación se plantearán una serie de preguntas, las cuáles deberá responder conforme a sus experiencias del entorno en el cual se desenvuelve. La información que nos proporciones es, estrictamente, confidencial y la misma será utilizada única y exclusivamente para efectos del estudio de los fenómenos antes mencionados.

1. ¿Cuántos años tiene? \_\_\_\_\_

2. ¿Con quién vive?-

\_\_\_\_\_

3. ¿Desayuna antes de venir al  
establecimiento? \_\_\_\_\_

4. ¿Qué tipo de alimentación consumen en su casa?

---

---

5. En su casa sufre de algún tipo de violencia?

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

6. ¿Le gusta la clase de Educación Física?

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

7. ¿Cree usted que tiene algún beneficio la clase de educación Física, en su vida?

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

8. ¿Qué actividades realiza después del horario de clases? \_\_\_\_\_

---

9. ¿Te gustaría aprender a practicar otro deporte?

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

10. ¿Te gustaría entrenar para formar parte de una selección y ser profesional en un deporte?

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

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
PROGRAMA DE ACTUALIZACIÓN PROFESIONAL DOCENTE  
PADEP/DEF  
CURSO: SISTEMATIZACIÓN

**ENCUESTA A MAESTROS (AS) SOBRE LOS PROBLEMAS QUE SUFREN LOS ESTUDIANTES EN LOS ÁMBITOS BIOLÓGICOS, PSICOLÓGICOS, SOCIAL Y LABORAL.**

Establecimiento:

\_\_\_\_\_

Jornada

Nivel \_\_\_\_\_ Grado \_\_\_\_\_

Genero \_\_\_\_\_ No, \_\_\_\_\_

**INSTRUCCIONES:**

A continuación se plantearán una serie de preguntas, las cuáles deberá responder conforme a sus experiencias del entorno en el cual se desenvuelve. La información que nos proporciona es, estrictamente, confidencial y la misma será utilizada única y exclusivamente para efectos del estudio.

1. ¿CREE USTED QUE ES IMPORTANTE LA EDUCACION FISICA EN LA SOCIEDAD?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. ¿COMO LE AYUDA LA CLASE DE EDUCACION FÍSICA EN EL AMBITO PSICOLOGICO AL NIÑO?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. ¿COMO LE AYUDA LA CLASE DE EDUCACION FÍSICA EN EL AMBITO LABORAL AL NIÑO?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. ¿COMO LE AYUDA LA CLASE DE EDUCACION FÍSICA EN EL AMBITO SOCIAL AL NIÑO?

---

---

---

5. ¿COMO LE AYUDA LA CLASE DE EDUCACION FÍSICA EN EL AMBITO BIOLOGICO AL NIÑO?

---

---

---

6. ¿CREE USTED QUE EL NIÑO LE INTERESA MAS LA CLASE DE EDUCACION FISICA QUE OTRAS MATERIAS?

---

---

---

7. ¿CREE USTED QUE ES IMPORTANTE LA CLASE EDUCACION FISICA EN LA VIDA DEL NIÑO?

---

---

---

8. ¿QUE TIPO DE ACTIVIDADES CREE USTED QUE REALIZA EL NIÑO DESPUES DEL HORARIO CLASES?

---

---

---

## 9.3 Programa de Docencia

### **ACTIVIDAD TALLER DE EDUCACIÓN FÍSICA DE CALIDAD**

Como parte de la formación académica, siendo estudiante del Programa Académico de Desarrollo Profesional Docente de Educación Física, es de gran importancia dar a conocer el curso de educación física como parte del desarrollo motor del estudiante en la edad escolar, tomando en cuenta el aprendizaje obtenido, durante el proceso de preparación profesional.

#### **OBJETIVO GENERAL**

Incorporar en la actividad física a los niños, niñas, jóvenes y señoritas asistentes, a través de actividades recreativas, pre deportivas, fomentando al mismo tiempo la convivencia pacífica y el trabajo en equipo.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Concientizar a los asistentes, de la práctica constante de la actividad física.
- Incrementar las ofertas físico-recreativas para todas las personas de la comunidad y de los asistentes.
- Contribuir al mejoramiento de la salud mediante el esparcimiento y el disfrute del tiempo libre.

#### **QUE SE REALIZARÁ:**

##### **I ACTIVIDAD**

Una plática con el tema del desarrollo motor enfocado en niños de 10 y 11 años del nivel primario.

##### **II ACTIVIDAD PRACTICA FISICA**

Actividades recreativas

A continuación, se detallan las actividades que se tienen planificadas realizar:



**PORQUE SE HARÁ:**

Para mejorar el concepto de la educación física en el establecimiento educativa

**QUIENES PARTICIPARÁN:**

- Directora del Establecimiento
- Maestros y maestras de grado asignados durante el año

**COMO SE HARÁ EL PROYECTO:** Presentación de la planificación al asesor de sistematización.

Para dar inicio a esta actividad

Convocar a los maestros de grado para las actividades establecidas.

**LUGAR DE LA ACTIVIDAD**

Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea Tzampoj, Santa Catarina Ixtahuacán, Sololá.

**CUANDO SE EJECUTARÁ EL PROYECTO:**

Las actividades se realizaran el día: Viernes 4 de marzo del mes en curso en el horario de: 8:00 am a 13:00 pm.

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES FERIA DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN**

<b><u>No.</u></b>	<b><u>ACTIVIDAD</u></b>	<b><u>HORA</u></b>	<b><u>LUGAR</u></b>	<b><u>RESPONSABLE</u></b>
1	Actividad Teórica Platica del desarrollo motor en niños de edad Escolar de 10 a 11 años	8:00 a 10:00 am.	EORM. Aldea Tzampoj	MEF. Venturo O. Coché Quiacaín
2	Actividad Practica Física Recreativa	10:15 am a 12:30 pm	Cancha polideportiva de la EORM. Aldea Tzampoj	MEF. Venturo O. Coché Quiacaín
3	Evaluación de la actividad taller de la educación Física de Calidad.	12:30 pm a 13:00 pm.	Cancha polideportiva de la EORM. Aldea Tzampoj	MEF. Venturo O. Coché Quiacaín

## 9.4 Programa de Extensión

### **PLANIFICACION MAÑANA RECREATIVA CON LOS ESTUDIANTES DE CUARTO Y QUINTO PRIMARIA**

#### **ESTABLECIMIENTO ESCOLAR:**

ESCUELA OFICIAL RURAL MIXTA ALDEA TZAMPOJ, SANTA CATARINA IXTAHUACAN SOLOLÁ.

#### **JUSTIFICACION:**

Conociendo los grandes beneficios que brinda la recreación lúdica en la vida del ser humano, se ha planificado una mañana recreativa con los estudiantes de cuarto y quinto primaria, para hacer conocer y afirmar la importancia de la Educación física y todos sus medios, para contrarrestar el la obesidad temprana, el bulling y fomentar la calidad de vida activa, el respeto, equidad, la solidaridad y tenerlo en la rutina del diario vivir, en base a la realidad que tiene la comunidad de estudiantes, para así lograr que se integren al cien por ciento en su proceso educativo, aportando a la comunidad en general un espíritu participativo y responsable.

#### **COMPETENCIAS**

II COMPETENCIA GENERALES	III COMPETENCIAS ESPECIFICAS
1.- Reconoce el efecto positivo que produce la práctica de la actividad física en el organismo. 2.- Practica de forma continua y sistemática actividades físicas y deportivas con el fin de mejorar sus condiciones de salud, para una mejor calidad de vida. 3.- Reconoce que la práctica deportiva, es un fenómeno sociocultural, y a la vez influye positivamente en la vida.	1.- Desarrolla las capacidades físicas cognitivas para mejorar su estado de ánimo y salud. 2.- Adquirir hábitos de actividad física y recreativa, con el fin de contrarrestar el estado de estrés que se adquiere en el ciclo rutinario de todos los días. 3.- Asume la práctica físico deportiva como una interrelación social e intercultural, identificando sus influencias para una vida activa.

#### **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD**

Se invitó a los estudiantes de cuarto y quinto primaria en las dos secciones “A” Y “B” (cuatro secciones) a participar en la actividad programada. Y a la vez se estarán trabajando con actividades que requieren cierto grado de coordinación, lógica y estimulación motriz, y actividades en relación a la integración social.

### **ACTIVIDAD NUMERO 1.**

Se les dará un patrón de movimiento (coordinación) en el cual deben realizarlo con la metodología adecuada y se premiara al grupo que domine dicho patrón.

### **ACTIVIDAD NUMERO 2**

Se formaran en grupos de tres integrantes y un color por cada grupo deberán jugar totito con hulas que estarán tiradas en la cancha deportiva.

### **ACTIVIDAD NUMERO 3.**

Se realizara un juego llamado la numeración en el que deben dirigirse hacia estaciones determinadas dependiendo el número que se diga. Los participantes estarán divididos en cantidades iguales.

### **FECHA DEL EVENTO**

**Jueves 3 de marzo del presente año.**

### **LUGAR:**

**Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea Tzampoj, del municipio de Santa Catarina Ixtahuacán, del departamento de Sololá.**

### **RECURSOS:**

**Humanos (estudiantes de cuarto y quinto primaria) y docentes encargados de los mismos grados.  
Organizador Maestro de Educación Física.  
Dirección.**

### **RECURSOS INFRAESTRUCTURA**

**Cancha polideportiva de la EORM. Aldea Tzampoj.**

### **RECURSOS MATERIALES**

Bocinas  
Cables  
Hulas.  
Bollas  
Conos  
Cámara digital.

### **RECURSOS FINANCIEROS**

Maestro de Educación Física.

TEST							
ASPECTOS		COORDINACIÓN	LÓGICA	ESTIMULACIÓN MOTRIZ	INTEGRACIÓN SOCIAL	ORDEN	RESULTADO FINAL
GRADO	GENERO	20 PTS	20 PTS	20 PTS	20 PTS	20 PTS	100 PTS
CUATO A	NIÑOS						
QUINTO A	NIÑOS						
CUATO B	NIÑOS						
QUINTO B	NIÑOS						
CUATO A	NIÑAS						
QUINTO A	NIÑAS						
CUATO B	NIÑAS						
QUINTO B	NIÑAS						