

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-

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN

El rol del profesor de Educación Física de PADEP/DEF, en el Desarrollo integral de los Estudiantes Desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral, Escuela Oficial Rural Mixta aldea Loblatzan Grande, San Martin Sacatepéquez, Quetzaltenango, Jornada Matutina del nivel primario.

POR:

MIGUEL PÉREZ PAZ

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-**

“TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:

El rol del profesor de Educación Física de PADEP/DEF, en el Desarrollo integral de los Estudiantes Desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta aldea Loblatzan Grande, San Martin Sacatepéquez, Quetzaltenango, Jornada Matutina nivel primario.

POR

MIGUEL PÉREZ PAZ

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**

Agradecimientos:

A DIOS:

Por guiar mis pasos para lograr los objetivos propuestos, ser el fin en mí

Vida y transformarla para disfrutar de estos momentos maravillosos.

A MIS PADRES:

Martin Pérez Pérez

Ana Paz de León

Gracias, por su comprensión y apoyo incondicional, los consejos que me han brindado.

A MI FAMILIA:

Esposa: Fabiana Vásquez.

Hijos: Ana, Martin, Cristian y Keily.

La comprensión de cada uno de ellos y que han estado conmigo en las buenas y en las malas.

A LA INSTITUCIÓN DONDE LABORO:

Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Loblatzan Grande San Martín Sacatepéquez

Por abrirme las puertas y desempeñarme como docente, compartiendo con los niños.

AL SEÑOR DIRECTOR DE LA ESCUELA:

Manfredi Leonel López Maldonado

Su apoyo incondicional en la realización de este trabajo.

Dedicatoria:

A DIOS:

- Por ser el inspirador para cada uno de mis pasos dados en mi convivir diario.

A MIS PADRES:

- Por ser los guía en el sendero de cada acto que realizo hoy, mañana y siempre.

A MIS HERMANOS:

- Por ser el incentivo para seguir adelante con este objetivo.

A MI FAMILIA:

Por el apoyo incondicional y el esfuerzo día a día, estando con migo en las buenas y en las malas.

A MI DIRECTOR DEL ESTABLECIMIENTO:

- Prof. Manfredi Leonel López Maldonado, por compartir sus conocimientos y experiencias para realizar los propósitos que tengo en mente.

A LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS:

- Por permitirme en desarrollarme con un nuevo paradigma educativo hacia la juventud y la niñez.

A LOS LICENCIADOS DOCENTES:

- Por impartir sus conocimientos durante el transcurso del programa académico en los diferentes cursos.



C.c. Control Académico  
Archivo  
Reg. 23-2016  
CODIPs. 2263-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante  
Miguel Pérez Paz  
PADEP/DEF  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto VIGÉSIMO CUARTO (24º) 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:

**“VIGÉSIMO CUARTO:** 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, Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea Loblatzan Grande, San Martín Sacatepéquez, Quetzaltenango, jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

**Miguel Pérez Paz**

**CARNÉ: 201415601**

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
SECRETARIO



/Sindy



**PADEP/DEF No. 023-2016**  
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, Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea Loblatzan Grande, San Martín Sacatepéquez, Quetzaltenango, jornada matutina nivel primario"**

Realizado por el estudiante:

**Miguel Pérez Paz**

**CARNÉ: 201415601**

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



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS  
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA  
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFEG-



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 Loblatzan Grande, San Martín Sacatepéquez, Quetzaltenango, jornada matutina, nivel primario.** Del estudiante Miguel Pérez Paz, con carne 201415601 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**



Centro Universitario Metropolitano -CUM- Edificio "A"  
9 Avenida 9-45, zona 11 Guatemala, C.A. Teléfono 24187530/40



C.c. Control Académico  
 Archivo  
 Reg. 023-2016  
 CODIPs. 794-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante  
 Miguel Pérez Paz  
 PADEP/DEF  
 Escuela de Ciencias Psicológicas  
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto VIGÉSIMO CUARTO (24º) 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:

**“VIGÉSIMO CUARTO:** 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, Escuela Oficial Rural Mixta, Aldea Loblatzan Grande, San Martín Sacatepéquez, Quetzaltenango, jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de profesorado de Educación Física realizado por:

**Miguel Pérez Paz**

**CARNÉ: 201415601**

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina  
 SECRETARIO



/Sindy

Guatemala 01 abril 2016

Licenciado  
Ronald Giovanni Morales Sánchez  
Coordinador General  
PADEP/DEF  
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Director de la Escuela Oficial Urbana Mixta Aldea Loblatzan Grande, San Martín Sacatepéquez, Quetzaltenango, el estudiante **Miguel Pérez Paz**, carné No. 201415601, desarrolló su Sistematización con el tema "El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta, Aldea Loblatzan Grande, San Martín Sacatepéquez, Quetzaltenango, 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,



Prof. Manfred Leonel López Maldonado.

Director

Escuela Oficial Urbana Mixta Aldea Loblatzan Grande, San Martín Sacatepéquez,  
Quetzaltenango.



## INDICE:

CONTENIDOS	PÁGINAS
Introducción.....	1
Marco Conceptual.....	3
Planteamiento del problema.....	3
Justificación.....	4
Marco Metodológico.....	5
Objetivos, Método.....	5
Marco Teórico.....	11
Definición Educación Física.....	11
Fines y objetivos de la Educación Física.....	13
Desarrollo Integral de la Educación Física.....	14
Rol del Maestro de Educación Física.....	14
Importancia de la educación física en el proceso de (educación, Aprendizaje y Enseñanza) de los estudiantes.....	15
Factores que influyen en la Educación Física.....	17
Biológico.....	17
Psicológico.....	20
Social.....	22
Laboral.....	25
Marco Operativo.....	27
Presentación de Resultados.....	29
Conclusiones.....	45
Recomendaciones.....	47
Bibliografía.....	48
Anexo.....	49
Programa de Docencia.....	54
Programa de Extensión.....	63

## Introducción:

Este trabajo contiene resultados obtenidos de una investigación realizada en la Escuela Oficial Rural Mixta aldea Loblatzan Grande San Martín Sacatepéquez, Quetzaltenango, teniendo como tema; 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; después de obtener los resultados durante la entrevista con los estudiantes, son varios los factores que impiden el buen desempeño del estudiante en la clase de educación física. La falta de atención en los padres de familia es el caso que sucede en varios estudiantes y es por eso que estos estudiantes tienen problemas de conducta, agresividad e hiperactividad durante el desarrollo de la clase de educación física, estos problemas también vienen a ocasionar cuando existe desintegración familiar, ya que los padres de familia viajan al extranjero para obtener mejor ingreso económico y sus hijos viven con familiares cercanos tales como: abuelos, tíos, hermanos, donde ellos no les interesa la disciplina y el comportamiento del niño. Otro de los problemas de los estudiantes entrevistados es que en la casa sus padres son muy tolerantes y no exigen a sus hijos el aprovechamiento del tiempo durante su estadía en el centro educativo; no revisan sus tareas, no motivan a sus hijos, los niños se pasan solo viendo televisión, en los videojuegos y en especial en la clase de educación física no les ponen importancia. Los otros problemas están repartidos entre muchos factores: trabajo infantil; muchos de los niños ayudan a sus padres en el trabajo de campo para tener mayor ingreso económico en el hogar, es por eso que llegan fatigados en la clase de educación física o hasta no asisten en sus clases normales. La nutrición es otro factor que influye en el rendimiento del estudiante en la clase de educación física, ya que los alimentos que consume el niño no tienen las nutrientes requeridos para la actividad física, otros estudiantes asisten a la escuela sin haber desayunado,

otros en vez de consumir una fruta o verdura que tenga mayor sustrato energético prefieren comer una golosina. Con todos los problemas y factores que impide el buen desempeño del estudiante en la clase de educación física la mayoría de estos hacen un esfuerzo en hacer actividad física, sin importar los problemas que tienen. Según diferentes autores para hacer actividad física se debe hidratar antes, durante y después de la misma y eso no lo hacen los estudiantes en su mayoría.

## I. Marco Conceptual:

### 1.1. Planteamiento del problema:

La actitud del Profesor de educación física antes, durante y después de formar parte del Programa Académico de Desarrollo Profesional de Educación Física, al momento de interactuar con sus estudiantes; utilizando diferentes tipos de metodología, con el fin de contribuir con la educación del estudiante guatemalteco; tomando en cuenta los siguientes ámbitos del estudiante: Biológico; tomar en cuenta las características morfológicas de los niños al momento de realizar cualquier actividad física, ya que cada uno de ellos tienen diferentes cualidades y capacidades físicas, Social; no todos los estudiantes vienen de una misma clase social, saber identificar y no discriminar a ningún estudiante, sabiendo que todos tenemos diferentes características y cualidades físicas y todos tenemos derecho en hacer actividad física, Psicológico; Identificar a los estudiantes de acuerdo a su comportamiento durante la clase de Educación Física y al mismo tiempo poder ayudarlos para que pueda mejorar en su desempeño en clase de educación física, Laboral; tener capacidad de afrontar diferentes problemas que pueda pasar en la labor docente, tomando decisiones adecuadas. Y al estudiante considerar sus defectos y deficiencias ya que algunos de ellos trabajan para ayudar el sustento de la familia.

La función del Maestro de Educación física y la diferencia que debe de haber con una escuela que no cuenta con Maestro de Educación Física, desde diferentes ámbitos. Esta investigación tiene como objeto recopilar información a través de diferentes técnicas; tales como la entrevista, observación directa e indirecta, encuestas, a los padres y madres de familia, comités de padres de familias, docentes que laboran en el establecimiento, y estudiantes. A través de toda esta información los implicados ayudaran al Maestro de Educación física en su labor docente a identificar los problemas de los

estudiantes en la clase de educación física, en los siguientes ámbitos; Biológico, Psicológico, social y laboral.

## 1.2. Justificación.

Esta investigación tiene como finalidad recopilar datos importantes sobre los problemas que afronta el estudiante antes, durante y después del desarrollo de la clase de Educación Física y refiriéndose al rol del Maestro de Educación Física, desde diferentes ámbitos; biológico, psicológico, social, y laboral ya que la comunidad educativa tiene diferentes problemas y nuestras autoridades no le dan prioridad y en especial en la clase Educación Física. El nivel educativo de nuestros estudiantes es muy bajo a nivel nacional comparando con otros países. Refiriéndose también en lo deportivo y la cultura física que tenemos los guatemaltecos; los niños prefieren ver televisión o jugar con videojuegos en vez de hacer actividad física o practicar un deporte, otros casos los niños tienen que trabajar y ayudar a sus padres para el sostén de la familia, todos estos problemas son factores en la clase de educación física en base a la poca experiencia. También uno de los el problema de los niños es que en su hogar no le ponen atención, viven solo con mamá, o con abuelitos, o por pobreza sus padres emigran a los EEUU. Realizando esta investigación contribuirá en una mínima parte y ayudar al niño a resolver algunas de sus problemas y al mismo tiempo mejorar la cultura física.

## II. Marco Metodológico.

### 2.1. Objetivos.

#### a) General:

Determinar los diferentes problemas que tiene la educación física en el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en los estudiantes de la comunidad, Aldea Loblatzan Grande, inculcando la importancia de la actividad física.

#### b) Específicos:

- Proponer estrategias, vinculando la actividad física como parte fundamental en la vida cotidiana del ser humano, tanto en el aspecto biológico, psicológico, social y laboral.
- Fortalecer las funciones del Maestro de Educación Física, en la labor docente, dentro y fuera del establecimiento.

### 2.2. Método:

- c) El método y el diseño de la prueba se realizó a través de una observación directa e indirecta y la entrevista, dicha entrevista se realizó a 16 estudiantes de 190 que cubre el centro educativo. Se seleccionó este método ya que a través de ella se pueden recolectar datos de los estudiantes, de lo que realiza en la casa, en la vida personal, en el centro educativo, y su rendimiento en la clase de educación física.
- d) Los datos se obtuvieron a través de una entrevista personal con preguntas directas al estudiante, sacando el índice de talla y peso de manera individual, después de la obtención de los datos se hizo una comparación con un índice de talla y pesos de niños que están en el estándar de los mismos. Estos datos se obtuvo con la ayuda de los docentes y el director del centro educativos.

e) Formato de la encuesta con las preguntas que se le hizo al estudiante:

**Edad de los Estudiantes:** 06 a 13 años

**Sexo:** Población Mixta (masculino y femenino) \_\_\_M\_\_\_ \_\_\_F\_\_\_

**Procedencia:** Área rural

**Escolaridad:** 1° \_\_\_ 2° \_\_\_ 3° \_\_\_ 4° \_\_\_ 5° \_\_\_ 6° \_\_\_

**Situación Económica:** Baja

### **INDICADOR BIOLÓGICO.**

1.- Según la edad cronológica, el niño o niña, se encuentra por debajo de su peso ideal?

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

2.- Según la edad cronológica, el niño niña, se encuentra en el estándar de la talla ideal?

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

3.- EL niño manifiesta síntomas o enfermedades a causa del ambiente escolar inapropiado?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas veces \_\_\_\_\_

4.- El niño presenta alguna enfermedad congénita o adquirida?

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

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

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas veces \_\_\_\_\_

6.- El estudiante presenta algún tipo de discapacidad adquirida o congénita?

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

7.- El estudiante realiza los tres tiempos de comida, recomendados, al día?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas veces \_\_\_\_\_

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

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

## **INDICADORES PSICOLÓGICOS**

1.- EL estudiante presenta signos de maltrato infantil?

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

2.- El estudiante es estable en sus emociones?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

3.- Presenta algún problema psicológico o psicomotor?

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

4.- Presenta algún problema de conducta: temperamento, personalidad, carácter, agresividad e hiperactividad?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

5.- La autoestima del estudiante es estable?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

6.- EL estudiante presta atención y comprensión durante el desarrollo de la clase de Educación Física?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

7.- Ha presentado problemas de conducta o temperamento a causa de la desintegración familiar?

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

8.- El estudiante es víctima de algún tipo de abuso?

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

## **INDICADOR SOCIAL**

1.- Afecta la desintegración familiar, en el aprendizaje del estudiante?

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

2.- Hay más prioridad en el sexo de parte de los padres de familia en la educación de sus hijos?

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

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

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

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

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

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

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

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

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

7.- En la clase de educación física, afecta que los padres de familia, sean tolerantes excesivos?

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

8.- El alcoholismo en el seno familiar, impide el buen desempeño del estudiante en la clase de Educación Física?

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

#### **INDICADOR LABORAL**

1.- Las instalaciones deportivas, favorecen el desarrollo de las clases de educación física?

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

2.- El uniforme adecuado, beneficia el desarrollo de la clase de Educación física?

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

3.- El material didáctico deportivo, motiva a los estudiantes en la práctica de la clase y facilita la clase de Educación física?

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

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

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

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

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

6.- Afecta el trabajo infantil, el desempeño del estudiante, en la clase de Educación Física?

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

7.- Los maestros de grado, promueven la asistencia de los estudiantes, a la clase de Educación Física?

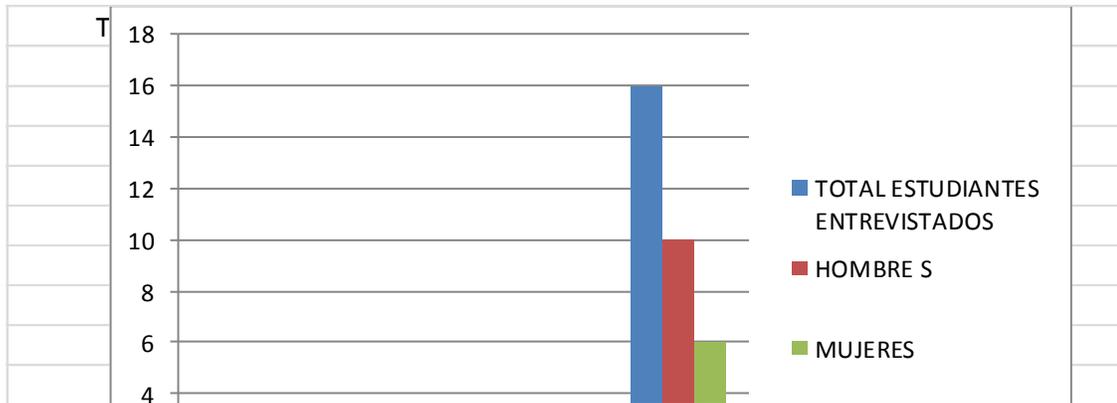
Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

8.- La profesionalización y actualización docente del maestro de Educación Física, es importante para innovar e implementar la metodología de la nueva clase de Educación Física?

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

VoBo. Manfredi Leonel López Maldonado  
Director

f) Análisis estadístico de los datos.



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

La cantidad de los estudiantes entrevistados fueron: total: 16, hombres 10, mujeres 6, la edad de cada uno de ellos (as) promedia entre los 06 a 13 años,

- g) El análisis de cada uno de los resultados se realizó a través de un índice, haciendo una comparación de los datos obtenidos, en que aspecto tiene problema el estudiante.
- h) Definición del instrumento: La entrevista es un acto de comunicación oral o escrito que se establece entre dos o más personas ( el entrevistador y el entrevistado o los entrevistados) con el fin de obtener una información o una opinión.

### III. Marco Teórico.

#### 3. Educación física

##### 3.1. Definición:

Se pueden hacer distintas aproximaciones al concepto de educación física y este admite diversas interpretaciones.

*Según Vázquez (1,995) para determinar el origen de la educación física es necesario definir este concepto en función de las distintas aproximaciones que se pueden hacer al mismo. De esta manera, podemos decir que si por educación entendemos la transmisión de unos contenidos culturales de una generación a otra, enseñanza de movimientos ha habido siempre. Toda sociedad ha modelado el cuerpo y ha logrado que actúe según las circunstancias y exigencias naturales y sociales. Todos los usos del cuerpo para desarrollar las distintas actividades en cada sociedad están asegurados como exigencia de la continuidad social y la misma supervivencia. Tareas tales como coser, sembrar, hacer pan o alimentos, cazar, etc. eran tareas que requerían ejercicio físico. La educación estaba basada en la transmisión de la cultura de padres a hijos. En este supuesto, el origen de la educación física está en el origen de la humanidad. Si por educación se entiende algo institucionalizado, que cuenta con lugares, medios y métodos propios. La consideración que se le ha dado al cuerpo ha sido muy variada y traspasa los límites de la pedagogía para serlo de la filosofía. Todo modelo educativo está fundamentado sobre unos elementos que le sirven de base. Esta sería una cuestión antropológica dependiendo de cada cultura. Si, por el contrario, consideramos la educación física como un conjunto de ejercicios realizados en un lugar determinado con unos fines concretos, aunque diversos, sus orígenes en occidente están en Grecia. Si consideramos la educación física una disciplina educativa, como la lengua o las matemáticas su origen está en el renacimiento. Si consideramos la educación física como un método que tiene un programa de ejercicios físicos ordenados, su origen está en el siglo XIX con la aparición de las distintas escuelas. Es entonces cuando comienza lo que podríamos llamar la educación física moderna.*

*Los movimientos y ejercicios estaban dedicados en la antigüedad por un lado a la supervivencia y por otro, a dar culto a la divinidad, a potencias sobrenaturales.*

*A continuación de forma esquemática se hace un repaso de lo más significativo a lo largo de la historia. Según Clenaghan, (1970) los ejercicios físicos tuvieron desde la antigüedad el siguiente objeto:*

*“Prehistoria: Lucha por la supervivencia, y origen ritual*

*Antigüedad: Lejano y cercano oriente: por motivos terapéuticos, guerreros y religiosos.*

*Periodo clásico: Grecia: inventó los juegos olímpicos (en Olimpia)*

*Atenas –concepto de ciudadano integral (culto a la inteligencia y al cuerpo)*

*Esparta –el guerrero.*

*Roma –Las conquistas, el guerrero, el circo, profesionalismo, menos precio a la vida (gladiadores esclavos)*

*Edad media: Hacían ejercicio los caballeros (justas, torneos)-> el caballero lucha por los ideales religiosos. Respeto a la mujer.*

*Renacimiento: Humanismo de ideales Enciclopedismo clásicos.*

*Tiempos modernos y contemporáneos El hombre como unidad psicobiológica (aspecto físico, psíquico e intelectual). La educación física como realidad educacional.*

La educación física entonces es un arte o ciencia fundamental en la vida del ser humano desde su concepción, si nos damos cuenta siglos atrás en diferentes épocas el hombre ha sobre salido adelante para sobrevivir haciendo uso de la educación física, a través de: luchar contra el enemigo, la caza, la comunicación, y poco a poco se ha involucrado diferentes áreas tales como la gimnasia, la danza, las competencias en los juegos olímpicos etc. Hoy en día fundamental en diferentes aspectos ya que todo es movimiento en las diferentes etapas de la vida del ser humano desde el vientre de una madre ya existe el movimiento, hasta la última etapa de la vida. Algo fundamental y muy importante en la edad escolar en los diferentes niveles educativos, ya que una educación física científicamente dosificada según la edad del niño beneficiara en su proceso de aprendizaje construyendo una calidad de vida y una cultura física.

### **3.2. Fines y objetivos de La Educación Física.**

*Según Vázquez (1995) Las finalidades educativas constituyen grandes metas que orientan el proceso educativo y a las que deben subordinarse todas las actividades escolares. Son representaciones del ideal humano, que dan sentido y que orientan la práctica educativa. La finalidad educativa en esta etapa, es conseguir el desarrollo integral de la persona humana mediante la adquisición de los aprendizajes necesarios para vivir e integrarse en la sociedad de forma crítica y creativa”.*

*Según Gimeno (1985) “Recoge esquemáticamente las ideas implícitas en el modelo de objetivos:*

- *Los objetivos tienen su fuente básica en la sociedad, su discusión no es misión del profesor.*
- *Surgen de una concepción reproductora de la educación, del establecido en la sociedad.*
- *La rentabilidad se mide en términos cuantitativos y cualitativos.*

*Este modelo tecnológico basado en los objetivos es racional en cuanto a la organización, ha dado buenos resultados como modelo informativo y comprensivo aplicable al entrenamiento de habilidades específicas, aunque, su rigidez hace que la adecuación a una situación escolar concreta deje mucho que desear.*

Como hemos visto en los diferentes autores y de acuerdo a la evolución de la educación física tiene diferentes objetivos en la vida del ser humano, y uno de ellos es fomentar la cultura física y una mejor calidad de vida empezando desde la etapa escolar, dando continuidad en la edad adulta. En el ámbito escolar es importante para el docente de educación física establecer sus objetivos a la hora de planificar sus actividades y que estos deben de ser alcanzados al final de cada bloque temático o al final de cada ciclo escolar.

### **3.3. Desarrollo Integral de la Educación Física.**

A lo largo de la historia de la educación física ha sido de gran beneficio en el diario vivir del ser humano, a través del mismo ha podido sobre salir y sobre vivir de acuerdo a sus necesidades, por lo tanto es un medio que le permite y desarrolla diferentes habilidades físicas, psicológicas, biológicos. Aquel docente de educación física que planifica y dosifica sus actividades de acuerdo a la edad del niño le beneficia en diferentes formas para la vida, así pueda tener una cultura física, una calidad de vida, formado integralmente en mente cuerpo y espíritu y los beneficios en diferentes aspectos; tales como: Beneficios psicológicos, beneficios biológicos, beneficios sociales y laborales. Cada uno de los mencionados construye una calidad de vida en el ser humano a través del movimiento y la educación física desde una edad temprana hasta la edad adulta.

### **3.4. Rol del Maestro de Educación Física.**

A nivel general es el encargado de Orientar, estimular, Alentar los esfuerzos de cada estudiante, utilizando elogios y recompensas, críticas constructivas en su proceso de aprendizaje, a través del movimiento, teniendo como objetivo contribuir en el mismo un aprendizaje significativo y constructivista tomando en cuenta el contexto donde se desempeña el docente. De la misma manera procura la convivencia, la amistad y el disfrute, así como el aprecio de las actividades propias de la comunidad. Planifica y dosifica las actividades de acuerdo a las edades de los estudiantes, materiales según el contexto. Refiriéndose en diferentes ámbitos el rol del Maestro de Educación Física es infinito, ya que tiene que involucrarse en diferentes actividades dentro y fuera del establecimiento, ser ejemplo y demostrar que la importancia de la actividad física es importante para la vida del ser humano, siendo el él ejemplo en practicar un deporte y hacer actividad física, en el establecimiento también tiene la

función de entrenador, es el encargado de guiar el equipo de la escuela en la participación en diferentes campeonatos, promotor de deporte; ya que organiza campeonatos para que los estudiantes tengan opción a formar parte de un equipo o en cualquier deporte, educador; en su función de docente concientizar a la población estudiantil, a docentes, a la comunidad en general la importancia de la actividad física, dentro de la clase de educación física debe practicar los valores, una educación física inclusiva, sin discriminación alguna, tanto de género, edad, clase social, cultura, entre otras ya que cada persona tiene unas características físicas y mentales únicas, y existen actividades físicas adecuadas para todo tipo de personas. Es importante que las clases se estructuren de modo que todo el alumnado se vea incluido de forma adecuada con el fin de que todos puedan alcanzar su máximo potencial. Existe una serie de áreas en las que es importante garantizar la inclusión en las clases relacionadas con la actividad física, muy importante tomar en cuenta si en el establecimiento se cuenta con estudiantes que tienen capacidades especiales ya que ellos necesitan un cuidado y un entusiasmo especiales para lograr su participación en actividades físicas. También involucrar otras áreas con la práctica de ejercicios, ya que hay estudiantes que tienen un gran talento; otros, no tanto. En el caso de estudiantes con talento, el profesor no debe olvidarse de ellos y ha de continuar planteándoles nuevos retos en relación con su participación en actividades físicas.

### **3.5. Importancia de la educación física en el proceso de (educación, aprendizaje y Enseñanza) de los estudiantes:**

*Según Majem, (2006) 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. Y es que la actividad física contribuye a la manifestación del niño como sujeto social, favoreciendo la comunicación y relación con sus padres a través del trabajo en equipo y la conformación de grupos. Por lo general, las instituciones educativas desconocen la importancia que la Educación Física representa para la básica primaria, porque ella, como otras disciplinas del conocimiento, a través del movimiento, contribuyen también con el proceso de formación integral del ser humano para beneficio personal, social y conservación de su propia cultura. Si la Educación Física se estructura como proceso pedagógico y permanente se pueden cimentar bases sólidas que le permitirán la integración y socialización que garanticen continuidad para el desarrollo y especialización deportiva en su vida futura. A través de la clase de Educación Física los niños aprenden, ejecutan y crean nuevas formas de movimiento con la ayuda de diferentes formas jugadas, lúdicas, recreativas y deportivas. En estas clases el niño puede desenvolverse, ser creativo y mostrar su espontaneidad como un ser que quiere descubrir muchas alternativas que pueden ser aplicables en un futuro en su vida social y que no lo pueden lograr fácilmente en otras asignaturas del conocimiento*

Sabemos muy bien que la educación física es muy importante en el proceso de enseñanza y aprendizaje del estudiante, utilizando diferentes métodos y estrategias de acuerdo al contexto beneficia al estudiante en su aprendizaje, teniendo como base el juego y la recreación, tomando en cuenta que el niño aprende jugando. Las áreas en que se puede involucrar la actividad física, puede ser la matemática, comunicación y lenguaje, ciencias naturales, ciencias sociales, la danza y el teatro entre otras. También la actividad física mejora el nivel de aprendizaje, la concentración y la capacidad de memoria del estudiante, cuando mucho de ellos tienen diferentes problemas sociales o psicológicas la actividad física les distrae y se olvidan de sus problemas al mismo tiempo aprenden muchas cosas que les ayudara a tener un mejor rendimiento en su nivel académico.

### **3.6. Factores que influyen en la Educación Física.**

#### **3.6.1. Bilógico:**

##### **a) Imperfecciones sensoriales.**

*Pierón (1993) indica A través de los órganos de la vista, conoce la distancia, el tamaño, la forma, el color y movimiento de los objetos. Por medio de los órganos del tacto, adquiere información relativa a la forma, contextura y temperatura. En un grado menor, adquiere información a través de los órganos del gusto y del olfato. Así, los órganos sensoriales juegan un papel altamente significativo en la adquisición de conocimientos.*

*Como todo conocimiento depende de la sensación y está condicionado por la misma, la labor del maestro es guiar y dirigir la mete para que haga la mejor utilización posible de los sentidos Como las experiencias sensoriales son tan valiosas, el primer principio en la educación del niño es asegurarse de que los órganos sensoriales están en condiciones de reaccionar a los estímulos. Es de primaria importancia que funcionan normalmente, pues los defectos visuales, auditivos o localizados en cualquier oro órgano afectan desafortunadamente al individuo. Y es evidente que las imperfecciones del equipo sensorial, especialmente en la visión y el oído, obstaculizan la eficacia del aprendizaje. La actividad de los órganos se los sentidos y la forma en que reaccionan son, en consecuencia, de importancia vital, especialmente en los primeros años de la vida.”*

##### **b) Fatiga.**

*Según Mohr, (2000) La fatiga o cansancio es la falta de energía física, energía mental o ambas. Todo el mundo tiene días con poca energía. Y todo el mundo conoce lo que es estar con el ánimo por el suelo y no querer hacer nada. La fatiga relacionada con la EM es distinta y no siempre es fácil distinguirla. Con esta fatiga, las personas tienen más días malos que buenos. Antes de que se pueda identificar, se tienen que eliminar las otras posibles causas. Tipos de fatiga:*

- *La Fatiga crónica y persistente Un aletargamiento o lasitud que limita sus actividades y que dura más de seis semanas, más de 50% de los días, durante alguna parte del día.*

- *La Fatiga aguda Un aletargamiento que limita sus actividades y que surgió (nuevo) o empeoró notablemente en las últimas seis semanas. La fatiga aguda puede ser un aviso de que otros síntomas de EM están a punto de empeorarse.*”

**c) Desnutrición.**

*Gómez (2003) Indica La asimilación de deficiente de alimentos por el organismo, conduce a un estado patológico de distintos grados de seriedad, de distintas manifestaciones clínicas, que se llama desnutrición.*

*La palabra desnutrición señala toda pérdida anormal de peso del organismo, desde la más ligera hasta la más grave, sin prejuizar en sí, de lo avanzado del mal, pues igualmente se llama desnutrido a un niño que ha perdido el 15% de su peso, que al que ha perdido 60% o más, relacionando estos datos siempre al peso que le corresponde tener para una edad determinada, según las constantes conocidas. La desnutrición puede ser un trastorno inicial único, con todo el variado cortejo síntoma tico de sus distintos grados o puede aparecer secundariamente como síndrome injertado a lo largo de padecimientos infecciosos o de otra índole y, entonces sus síntomas y manifestaciones son más localizadas y precisas. La clasificación de los distintos grados de desnutrición ha sido objeto de terminología también distinta y a veces confusa y poco connotativa; nosotros seguimos la terminología simplista que iniciamos en el Hospital y que señala con bastante claridad, el estado que guarda un niño desnutrido en sus distintas etapas. Llamamos desnutrición de primer grado a toda pérdida de peso que no pase del 25% del peso que el paciente debería tener, para su edad; llamamos desnutrición de segundo grado cuando la pérdida de peso fluctúa entre el 25 y el 40%, y, finalmente llamamos desnutrición de tercer grado, a la pérdida de peso del organismo más allá del 40%.*

Los Factores antes mencionadas son los que impiden a que el estudiante pueda desempeñarse de una mejor manera en la clase de educación física, los problemas sensoriales afectan al estudiante que

no logra captar bien las instrucciones del docente a la hora de dar a conocer su actividad, la fatiga es vital a la hora de que los estudiantes realicen sus actividades, ya que si los estudiantes tienen problemas de fatiga no podrán realizar bien sus tareas motrices y pierden el interés de la clase, y eso puede contagiar a los otros estudiantes y no se lograría el objetivo de la clase de educación física, pueden haber diferentes tipos de fatiga; puede ser de fatiga muscular ya que algunos estudiantes tienen que trabajar para ayudar al sostén de la familia, algo muy importante; la desnutrición aunque no es en todos los estudiantes porque la capacidad de cada padre de familia de alimentar bien a sus hijos no es igual, unos por la cantidad de integrantes de la familia y no subasta sus necesidades de hambre, otros por pobreza, todo esto afecta el bajo rendimiento del estudiante a la hora de realizar sus actividades físicas.

#### **3.6.1.1. Beneficios biológicos:**

*Gonzales E. (2011) Indica*

##### **a) En el sistema nervioso:**

- *Mejora la transmisión de impulsos nerviosos.*
- *Mejora el tiempo de reacción ante los estímulos que se presentan.*
- *Mayor coordinación neuromuscular entre los músculos agonistas y antagonistas, debidos sobre todo el desarrollo de la fuerza.*

##### **b) En el sistema Cardiovascular:**

- *Aumento de la cavidad cardíaca y fortalecimiento de las paredes del corazón. Éste último aspecto es beneficioso aunque un sobre entrenamiento*

*puede acarrear un fortalecimiento prematuro de éstas, lo cual no sería muy satisfactorio para el organismo.*

- *Disminución de la frecuencia cardiaca y de la tensión arterial.*
- *Mejora la elasticidad de los vasos, y por consiguiente, mejora de la conducción de la sangre.*

**c) En el sistema Endocrino:**

- *Estimula la secreción de las hormonas, relacionadas con el crecimiento y el rendimiento físico.*
- *Mejora la capacidad de destrucción de los productos de desecho, por parte del hígado.”*

La actividad física tiene diferentes beneficios en el ser humano, uno de los favorecidos es en el ámbito biológico ya que en cada uno de las células, tejidos, sistemas, órganos, y aparatos ayudan a tener un mejor desarrollo, mejor funcionamiento, mejor capacidad de acuerdo al tipo de actividad que se está realizando.

### **3.6.2. Psicológico:**

**a) La motivación:**

*Sánchez (2011) “ha matizado las características del concepto de motivación, enfatizando que no sólo hay que explicar por qué se produce una conducta, sino que también hay que tratar de explicar la importante variabilidad conductual observable en cualquier ser vivo. El concepto de variabilidad hace referencia, al menos, a dos posibilidades. Por una parte, aquella referida a la amplia gama de manifestaciones conductuales cuando el abanico de posibles situaciones estimulares es amplia. Por otra parte, y de forma más restrictiva, cuando nos centramos en una y la misma situación estimular. En esta segunda posibilidad, el concepto de variabilidad es más específico, haciendo referencia, por una parte, a las diferentes manifestaciones conductuales mostradas por dos personas ante una misma situación estimular, y, por otra parte, a las diferentes manifestaciones conductuales mostradas por una misma persona ante una*

*misma situación estimular en dos momentos diferentes. En cualquiera de los casos, parece claro que existe una premisa motivacional básica en la conducta de cualquier organismo: el hedonismo psicológico. Desde un razonamiento de este tipo, y siempre argumentando en sentido general, se puede entender la tendencia a aproximarse a lo que producirá consecuencias gratificantes y la tendencia a evitar lo que producirá consecuencias desagradables.*

**b) Autonomía:** *Se refiere a la toma de decisión de cada estudiante en diferentes situaciones,*

**c) Autoestima:** *Se define como la valoración o enjuiciamiento que hacemos de nuestro auto concepto. La actividad física actúa como reforzamiento de la autoestima, así se deberá posibilitar que los alumnos realicen el calentamiento por sí mismos, reconozcan los ejercicios más profundos cada momento.*

En lo psicológico están los dos lados maestro-estudiante, estudiante-maestro el docente debe de tener una buena motivación para alentar a sus estudiantes y contagiarlos de alegría y al mismo tiempo convencerlos sobre la importancia de la actividad física, importante tomar muy en cuenta la edad de los estudiantes para la creación de las actividades a realizar, la dosificación del tiempo y las repeticiones de cada uno de los ejercicios a realizar, para no llegar al aburrimiento ya que esto causaría trastornos en la mente futura del niño. El docente debe de tener creatividad al momento de crear sus ejercicios y cada instante se debe agregar variantes a sus actividades, Esto beneficiara en el proceso de aprendizaje del estudiante ya que una clase bien dosificada y motivante llegara a cumplirse los objetivos trazados por el docente. Por diferentes instintos de la vida principalmente el docente debe tener un estado de ánimo estable, así puede alentar a sus estudiantes a y contagiarlos de alegría.

### **3.6.2.1. Beneficios psicológicos:**

- a) *“Genera autoconfianza. es algo que la gente encuentra difícil de dominar. Hay ciertas personas, cuya baja autoconfianza influencia la manera de verse a sí mismos, e incluso su comportamiento y rendimiento. Sin embargo contrario a lo que muchos piensan, la autoconfianza no es algo que sólo algunos pocos bienaventurados puedan tener. La actividad física entonces genera en los estudiantes autoconfianza*
- b) *Aumenta la autoestima: La actividad física actúa como reforzamiento de la autoestima. Así se deberán posibilitar que los estudiantes puedan realizar diferentes actividades por sí mismos, reconozcan los ejercicios más importantes y adecuados para el beneficio del ser humano.*
- c) *Aumenta la autopercepción de la imagen del cuerpo y la autoestima física. Esta especialmente dirigido a adquirir un conocimiento y un control del propio cuerpo que resulta determinante tanto para el desarrollo de la propia imagen corporal como para la adquisición de posteriores aprendizajes motores.*

*Aumento del rendimiento académico, de la confianza, de la memoria, de la percepción, del bienestar, de la eficacia en el trabajo, del autocontrol, del funcionamiento intelectual.*

### **3.6.3. social**

*Ballesteros (2010) indica*

**a) El género actúa como factor principal.** *La desigualdad de género se manifiesta en todos los discursos y determina buena parte de los frenos y barreras que encuentran las chicas para continuar con una práctica más o menos constante de actividades de tipo físico-deportivo tras la pubertad. Las diferencias de género se deslizan hacia la naturalización y así se justifican y perpetúan desde el mismo discurso adulto. Las mujeres viven una expulsión más temprana que los hombres del universo del juego y de lo lúdico, los hombres, a diferencia de las mujeres, logran más permisividad para seguir jugando, incluso llegados a las edades más adultas. Mientras, las mujeres devienen socialmente sujetos maduros cuya identidad se debate entre la producción y la reproducción como marcos de la identidad femenina, sin que el juego y la dimensión lúdica formen parte de las opciones posibles para ellas. Se entiende el deporte como una actividad fundamentalmente masculina. De*

*este modo, la construcción de la identidad de género masculina se ve favorecida por la realización de una actividad física deportiva, mientras que no ocurre lo mismo con la identidad femenina, que puede verse incluso amenazada por ciertas prácticas que resultan muy masculinizadas en la mirada social. Otros elementos diferenciales que explican la desigualdad de género tienen que ver con los modelos corporales ideales. Donde para los hombres se asocia deporte y atractivo para el sexo opuesto, para las mujeres, dado el modelo femenino de belleza, parecería ser justo al contrario. La vivencia corporal también es diferente, la pubertad y sus cambios corporales más bruscos y precoces en las chicas, actúan como barrera para la práctica de actividad física por las molestias que les ocasionan y por el pudor a la exhibición del cuerpo. Se destaca también la existencia de una oferta escasa y poco variada de actividades deportivas desde la asignatura de educación física y las actividades extraescolares, sobre todo para las chicas (aparece siempre el fútbol como deporte hegemónico). Se señalan también las barreras institucionales existentes para la continuidad de la práctica deportiva: dificultades logísticas, de organización y de financiación que encuentran sobre todo los equipos deportivos femeninos. El estudio señala la ausencia de un modelo de feminidad joven que incluya la actividad física y el deporte como algo propio, algo divertido, algo placentero en sí mismo, una posibilidad de disfrute.*

**b) La clase social. Es otro factor determinante de desigualdad.** Los niveles de práctica de actividad física, ejercicio y prácticas deportivas son mayores en las clases sociales más favorecidas. A pesar de su clara influencia, el efecto de la clase social resulta significativamente menor que el del género. El sedentarismo social explica cómo la falta de modelos sociales activos y el conflicto entre mandato adulto y ejemplo actúan como freno a la práctica de actividad física entre chicos y chicas jóvenes. diferentes culturas de clase. La cultura propia de la clase social influiría sobre aspectos diversos, desde la mayor importancia de la imagen en la construcción de la propia identidad entre las clases medias-altas hasta el mayor desarrollo de la cultura de la competitividad entre esos mismos sectores, pasando por la cultura alimenticia, que parece ser menos equilibrada y más tendente a la “comida basura” en los sectores más vulnerables. Así, por ejemplo, las niñas de clases medias-bajas mencionaban cómo no existe en su casa un control paterno sobre la ingesta infantil.

**c) factor económico.**

*La economía juega un papel importante en los problemas sociales que afectan a los estudiantes y las escuelas. A medida que los niños crecen, empiezan a notar las presiones financieras que experimentan sus padres y sus familias. En una economía dura, puede ser difícil para las familias, especialmente las monoparentales, llegar a fin de mes. En consecuencia, algunos estudiantes de secundaria abandonan la escuela para poder ayudar financieramente a su familia. De acuerdo con un estudio realizado en 2004 por el Centro Nacional para Estadísticas de la Educación, el ingreso es un tema fundamental que afecta la decisión de un estudiante de abandonar la escuela, y los estudios demuestran que los niños de familias de bajos ingresos tienen seis veces más probabilidades de desertar que los niños de familias de altos ingresos. Las escuelas y los padres pueden trabajar juntos para ayudar a resistir las decisiones de los estudiantes a abandonar.*

**d) Abuso de sustancias**

*El abuso de sustancias y las adicciones se han convertido en una epidemia. Muchos niños -incluso en edades tempranas- tienen acceso a sustancias adictivas, drogas ilegales y alcohol. El uso de estas sustancias conduce a problemas en forma de violencia, conductas delictivas, embarazos adolescentes y una disminución del interés en la educación. Los drogadictos pueden abandonar la escuela por completo, o tener dificultad para mantener un alto nivel de rendimiento. Este problema social puede ser mejor controlado a través de entornos estructurados y que brinden apoyo a los estudiantes, tanto en casa como en las escuelas.*

Los diferentes problemas sociales que tienen los estudiantes en el proceso educativo son muchas y diferentes, empezando desde el hogar culminando en la escuela, en el hogar reciben maltratos de sus padres, de sus hermanos, y de otros familiares cuando estos no tienen padres viviendo en Guatemala, emigran en EEUU, en las escuelas no hace falta el bulling, ya sea por clase

social, estado económico, características físicas y la comunidad étnica del estudiante. Todo esto ocasiona problemas de aprendizaje al estudiante y en especial en la clase de educación física. En otros casos el consumo de sustancias que destruye la vida del estudiante tales como; el alcohol, drogas, esto hace que no continúe en sus actividades educativas, bajo rendimiento en su aprendizaje y en especial en la actividad física.

#### **3.6.4. Laboral:**

*Según Franco. (2008) La práctica de la actividad física y deportiva en el ámbito laboral se define como aquella práctica en la que el empleador favorece y facilita directa o indirectamente que las personas empleadas en su puesto de trabajo puedan llevarla a cabo.*

##### **3.6.4.1. Beneficios Laborales:**

- a) *Mejora del estado de salud y de la calidad de vida de los trabajadores.*
- b) *Reducción del ausentismo laboral.*
- c) *Mejoras en la capacidad de decisión.*
- d) *Mejoras en el rendimiento y en la productividad.*
- e) *Mejoras en las relaciones de los grupos humanos.*
- f) *Aumento de la satisfacción de los trabajadores.*
- g) *Ahorro para las empresas.*
- h) *Complemento a la compensación del trabajador.*
- i) *Visibilidad de la compañía en ámbitos vinculados a la Responsabilidad*

En la clase de educación física afecta el ámbito laboral ya que existen estudiantes que tienen que trabajar para ayudar a sufragar los gastos de la familia, unos lo hacen por la cantidad de los integrantes de la familia, otros por pobreza extrema, y de esa manera afecta la clase de educación física ya que estos estudiantes ya llegan fatigados y no llegan a cumplir la actividad programada por el docente, otros estudiantes no asisten definitivamente en sus clases. La labor que desempeña el padre de familia y la madre también

afecta la clase de educación, ya que ellos si tienen una profesión ayudan a sus hijos en diferentes formas, principalmente en los implementos adecuados de lo contrario el estudiante no cuenta con su implemento adecuado para realizar su actividad física.

#### IV. Marco Operativo.

##### 4.1. Diseño de Investigación.

##### 4.1.1. Equipo de investigación:

Nombre del investigador: Prof. Miguel Pérez Paz

Colaboradores: Director de la Escuela Prof. Manfredi Leonel López Maldonado, 6 docentes del nivel primario, 2 docentes del nivel pre primario. 16 estudiantes entrevistados, padres de familia.

##### 4.1.2. Presupuesto:

No.	Actividad	Costo.
1	Impresión primera revisión	Q. 8.00
2	Impresión segunda revisión	Q. 6.00
3	Impresión tercera revisión	Q. 5.00
4	Elaboración del Marco Teórico. Identificación de fuentes bibliográficas. (internet)	Q. 50.00
5	Elaboración, Impresión y copias del diseño de la prueba.	Q. 45.00
6	Báscula, cinta métrica, y otros	Q. 450.00
7	Impresión copia de sistematización	Q. 80.00
8	Total:	Q. 599.00

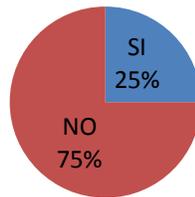
##### 4.1.3. Programación.

Actividades:	Año	2015												2016											
	Mes	Septiembre.				octubre				Noviembre.				Ene.				Feb.				Marzo			
	Semana	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Elaboración del planteamiento y justificación (primera revisión).																									



## V. Presentación de Resultados.

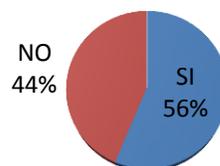
### EL ESTUDIANTE SE ENCUENTRA POR DEBAJO DE SU PESO IDEAL



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De acuerdo a las entrevistas realizadas y los datos obtenidos de los estudiantes existe un porcentaje que no tiene el peso ideal en comparación con sus compañeros, esto sucede por diferentes causas: desnutrición, enfermedad, trabajo infantil, entre otros.

### EL ESTUDIANTE SE ENCUENTRA EN LA TALLA IDEAL



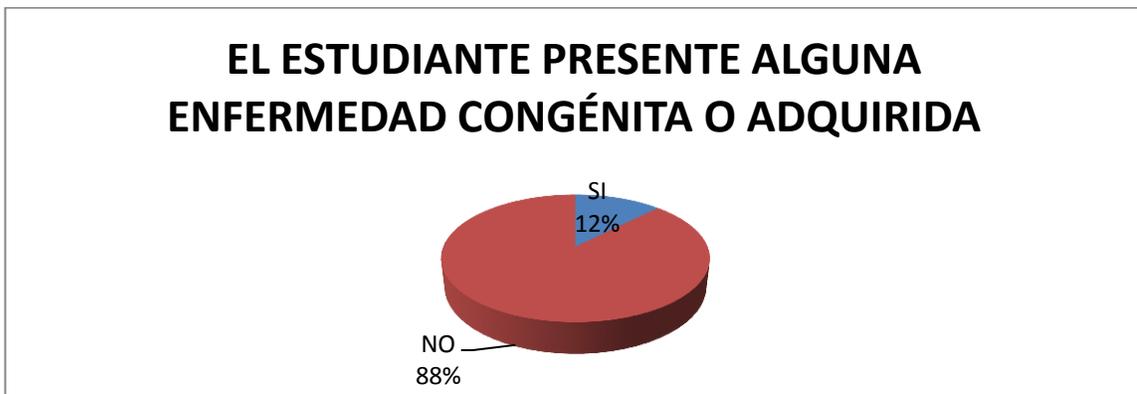
Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

Según los datos obtenidos en los estudiantes entrevistados, existe un porcentaje que no se encuentran en su talla ideal, esto es causa de muchos aspectos; herencia familiar, trabajo infantil, desnutrición, entre otros.



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

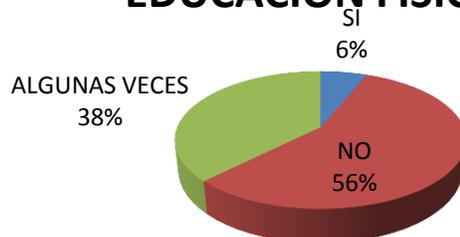
Según la investigación, los estudiantes no presentan síntomas o enfermedad a causa del ambiente, ya que las instalaciones de la escuela son adecuadas y saludables para hacer actividad física.



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De todos los estudiantes entrevistados la mayoría no presentan una enfermedad congénita, pero existe un porcentaje que es el 12%, es una mínima parte o sea 2 de los 16 entrevistados presentan, esto es causa de herencia de los familiares.

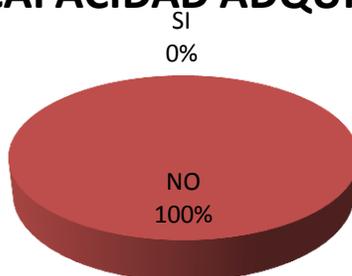
### EL ESTUDIANTE PRESENTA AGOTAMIENTO, ANTES, DURANTE Y DESPUES DE LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA.



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

La mayoría de los estudiantes no presentan agotamiento antes, durante y después de la actividad física, pero existe un porcentaje que algunas veces si presentan agotamiento y un estudiante si presenta agotamiento durante el desarrollo de la clase.

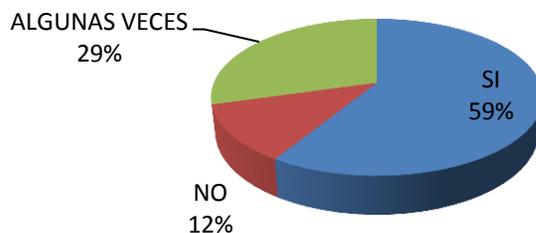
### EL ESTUDIANTE PRESENTA ALGUN TIPO DE DISCAPACIDAD ADQUIRIDA



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De todos los estudiantes entrevistados ninguno presenta problemas de discapacidad adquirida.

## EL ESTUDIANTE REALIZA LOS TRES TIEMPOS DE COMIDA, RECOMENDADA AL DIA



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De todos los estudiantes entrevistados el 59% si realizan los tres tiempos de comida recomendada, el 29 % algunas veces, y el 12% no realizan; los últimos porcentajes son causados por irresponsabilidad de los padres de familia, de los estudiantes, y extrema pobreza.

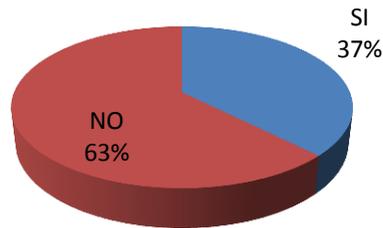
## EL ESTUDIANTE SE HIDRATA ANTES, DURANTE Y DESPUES DE LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

La mayoría de los estudiantes entrevistados no se hidratan antes, durante y después de la clase de educación física, esto es causa de que el estudiante no tiene acceso de una hidratación y el último recurso es la refacción escolar, de los 16 entrevistados uno es el que se hidrata y el otro algunas veces.

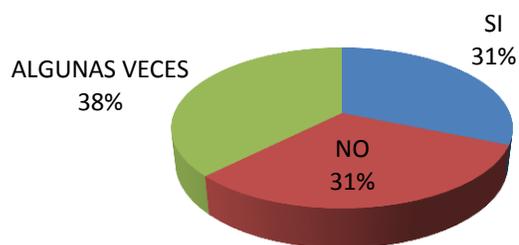
## EL ESTUDIANTE PRESENTA SIGNOS DE MALTRATO INFANTIL



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

Según la observación y la entrevista con los estudiantes, el 63% no presentan signos de maltrato infantil, pero el 37% sí presentan signos de maltrato infantil y según la entrevista estos estudiantes reciben maltrato de parte de hermanos, tíos, padres y de otros familiares.

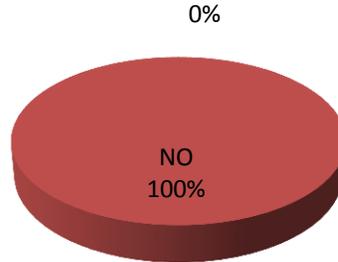
## EL ESTUDIANTE ES ESTABLE EN SUS EMOCIONES



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

El porcentaje de los estudiantes en sus emociones estables está de la siguiente manera; el 31% son estables en sus emociones, el 38% algunas veces y el 31% no son estables en sus emociones, esto es causado por diferentes problemas; desintegración familiar, pobreza entre otras.

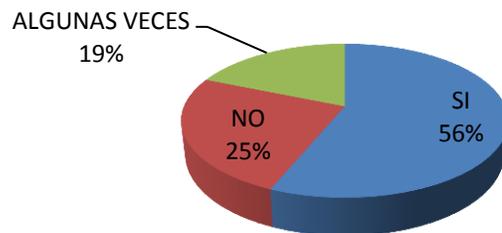
## EL ESTUDIANTE PRESENTA ALGUN PROBLEMA PSICOLÓGICO O PSICOMOTOR



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De todos los estudiantes entrevistados el 100% no presentan problemas psicológicos ni psicomotor.

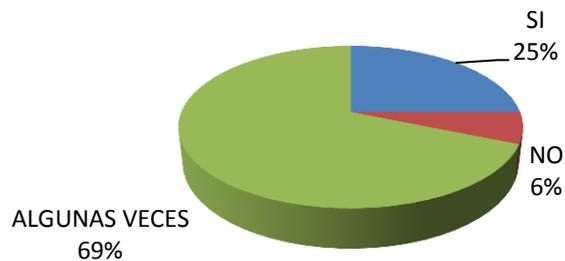
## EL ESTUDIANTE PRESENTA ALGÚN PROBLEMA DE CONDUCTA; TEMPERAMENTO, PERSONALIDAD, CARÁCTER, AGRESIVIDAD, E HIPERACTIVIDAD



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De todos los datos recolectados este problema es el que afecta a los estudiantes ya que la mayoría presentan este caso; el 56% presentan problemas de agresividad e hiperactividad esto a causa de la desintegración familiar o que los padres de familia toleran mucho a sus hijos, el 19% algunas veces y el 25% no presentan.

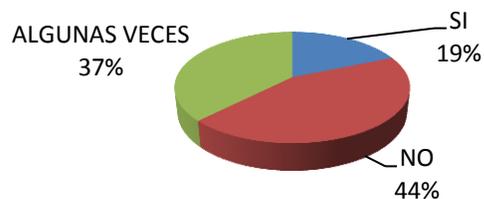
## LA AUTOESTIMA DEL ESTUDIANTE ES ESTABLE



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De todos los estudiantes entrevistados, el porcentaje de la estabilidad del autoestima está de la siguiente manera; 25% si están estables, 69% algunas veces y 6% no están estables. Esto es a causa de los diferentes problemas familiares que tiene el niño.

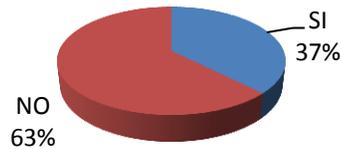
## EL ESTUDIANTE PRESTA ATENCION Y COMPRENSION DURANTE EL DESARROLLO DE LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De acuerdo al comportamiento y observación al estudiante el 44% de los entrevistados no prestan atención durante el desarrollo de la clase de educación física, esto es causa de la conducta, hiperactividad y otros problemas, el 37% a veces y el 19% si prestan atención en el desarrollo de la clase de educación física.

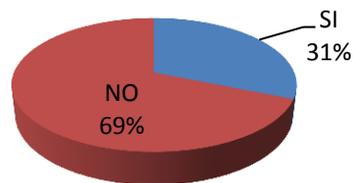
## EL ESTUDIANTE PRESENTA PROBLEMAS DE CONDUCTA O TEMPERAMENTO A CAUSA DE LA DESINTEGRACIÓN FAMILIAR



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De acuerdo al comportamiento y observación al estudiante el 37% presenta problemas de conducta o temperamento, a causada de la desintegración familiar ya que los padres emigran a los EEUU, y el 63% no presenta problemas.

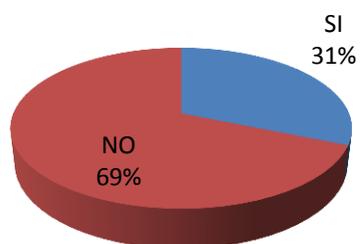
## EL ESTUDIANTE ES VÍCTIMA DE ALGÚN ABUSO



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De los estudiantes entrevistados el 31% es víctima de algún abuso, mayormente del llamado buling, de parte de sus compañeros, hermanos, u otros familiares, y el 69% no es víctima de ningún abuso.

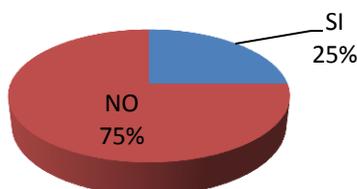
## **AFECTA LA DESINTEGRACIÓN FAMILIAR, EN EL APRENDIZAJE DEL ESTUDIANTE**



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De acuerdo a las entrevistas realizadas a los estudiantes, la desintegración familiar afecta en un 31%, mayormente en que los padres emigran a los Estados Unidos y estos viven con familiares ya sean hermanos, tíos o abuelos, el 69% no tienen problema de desintegración familiar.

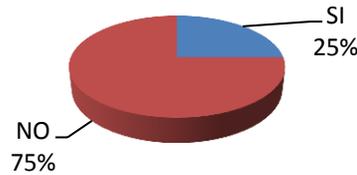
## **HAY PRIORIDAD EN EL SEXO DE PARTE DE LOS PADRES DE FAMILIA EN LA EDUCACIÓN DE SUS HIJOS**



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

El 25% de los padres de familia le dan prioridad al sexo masculino en la educación de ellos, y no le dan mayor importancia al sexo femenino, y el 75% tienen la igualdad de género.

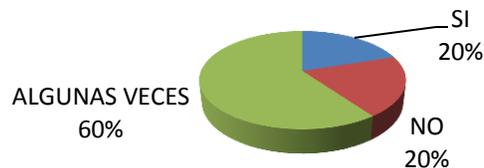
## EL ESTUDIANTE SE INTEGRA Y SOCIABILIZA CON FACILIDAD EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De los estudiantes que fueron entrevistados el 75% de ellos no se sociabiliza con facilidad en la clase de educación física, esto es causas del comportamiento, actitud por eso no son aceptados por sus otros compañeros. El 25% si se sociabiliza con facilidad con sus compañeros.

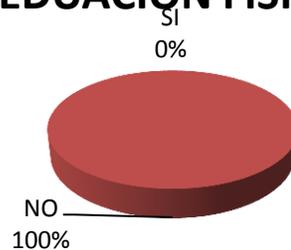
## EL ESTUDIANTE SE PRESENTA CON INDUMENTARIA ADECUADA EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA.



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De los estudiantes entrevistados el 20% no se presenta con indumentaria adecuada en la clase de educación física, el 60% algunas veces y el 20% si se presenta. La causa de los que no traen la indumentaria adecuada es porque no tienen esa posibilidad de comprar, otros por olvidos y otros por desinterés.

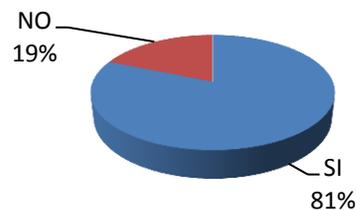
## LA IDEOLOGIA FAMILIAR DEL ESTUDIANTE PERJUDICA EL DESARROLLO DE LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De los estudiantes entrevistados el 100%, no les perjudica la ideología familiar en el desarrollo de la clase de educación física.

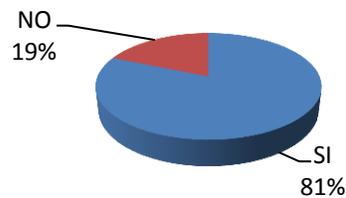
## LA FALTA DE ATENCIÓN Y CUIDADOS DE PARTE DE LOS PADRES DE FAMILIA, AFECTA LA FORMACIÓN ACADÉMICA DE LOS ESTUDIANTES



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

La falta de atención y cuidado de parte de los padres de familia, afecta en un 81% en la formación académica de los estudiantes, esto pasa por la desintegración familiar, el analfabetismo en los padres de familia, y la ocupación de ellos, únicamente el 19% le ponen atención a sus hijos.

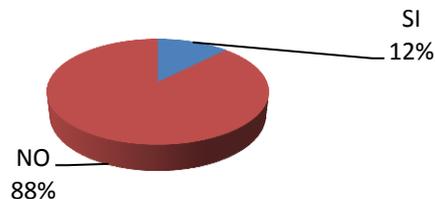
### **AFECTA EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA. DE QUE LOS PADRES SEAN TOLERANTES EXCESIVO.**



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

El 81% de los estudiantes entrevistados sus padres son muy tolerantes, esto demuestra la entrevista realizada, y esto afecta la clase de educación física, el 19% no tolera la actitud de sus hijos y los corrige.

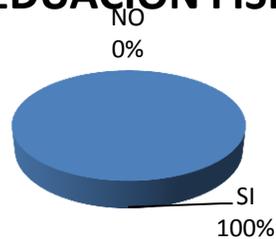
### **EL ALCOHOLISMO EN EL SENO FAMILIAR, IMPIDE EL BUEN DESEMPEÑO DE ESTUDIANTE EN LA CLASE DE EDUCACIÓN...**



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De acuerdo a los estudiantes entrevistados el 88% de ellos no presentan problemas de alcoholismo en el seno familiar y el 12% si presentan problemas, eso impide el buen desempeño del estudiante en la clase de educación física.

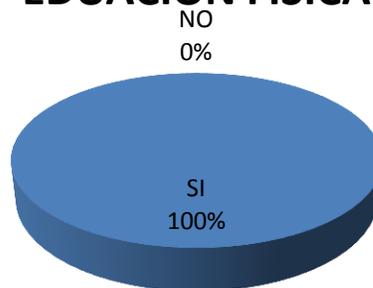
## **LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS FAVORECEN EL DESARROLLO DE LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA**



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

Cualquier espacio amplio y adecuado favorece el desarrollo de las clases de educación física, en este caso el 100% responde que sí.

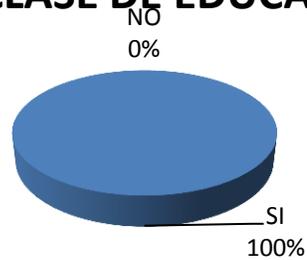
## **EL UNIFORME ADECUADO DEL ESTUDIANTE BENEFICIA EL DESARROLLO DE LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA**



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

Cuando el estudiante utiliza uniforme adecuado en la clase de educación física trae diferentes beneficios, ya que hace con comodidad su actividad física y es más motivante la clase.

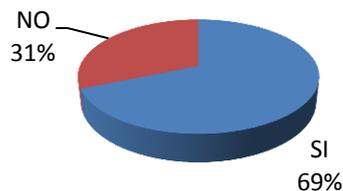
## EL MATERIAL DIDACTICO DEPORTIVO, FACILITA LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

Cuando se cuenta con material didáctico deportivos, beneficia, facilita y motiva la clase de educación física.

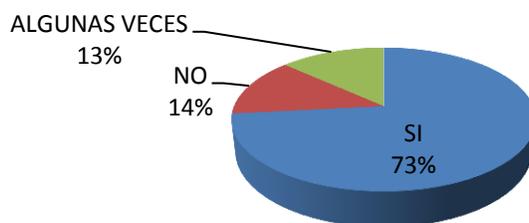
## LOS INGRESOS ECONÓMICOS DE LOS PADRES DE FAMILIA, SUSTENTAN LAS NECESIDADES BÁSICAS DE LOS ESTUDIANTES.



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De acuerdo a los estudiantes entrevistados, el 69% de los padres de familia sustentan las necesidades de sus hijos, y el 31% no sustentan las necesidades de sus hijos a causa de pobreza extrema.

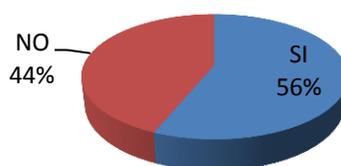
## LOS PADRES DE FAMILIA APORTAN PARA EL SUSTENTO NECESARIO DE LOS ESTUDIANTES



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De acuerdo a los estudiantes entrevistados el 73% de los padres de familia aportan el sustento necesario para sus hijos, el 13% algunas veces y el 14% no aportan sustentar la educación de sus hijos.

## AFECTA EL TRABAJO INFANTIL EN EL DESEMPEÑO DEL ESTUDIANTE EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De acuerdo a los estudiantes entrevistados el 56% de ellos trabajan para ayudar el sustento del hogar o ayudar a sus padres en el trabajo y eso afecta el desempeño de ellos en la clase de educación física, el 44% de ellos no trabajan en ningún lado.

## LOS MAESTROS DE GRADO PROMUEVEN LA ASISTENCIA DE LOS ESTUDIANTES A LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

De acuerdo a los estudiantes entrevistados respondieron que el 56% de sus maestros promueven la asistencia de ellos en la clase de educación física, y el 44% no promueven.

## LA PROFESIONALIZACIÓN Y ACTUALIZACIÓN DOCENTE DEL MAESTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA, ES IMPORTANTE PARA INNOVAR LA IMPLEMENTACIÓN DE LA METODOLOGÍA DE LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA



Fuente: Investigación de campo PADEP/def. 2016

Para una mejor calidad educativa es muy importante la profesionalización y actualización docente, ya que permite implementar diferentes métodos y estrategias para la actividad física.

## VI. Conclusiones.

1. Uno de los problemas de los estudiantes es la falta de atención en el hogar de partes de los encargados, tienen mucho libertinaje en todas las actividades que realizan, pierden esa relación con los familiares y tienen mayor confianza en sus amigos, esto sucede cuando los niños no viven con sus padres biológicos ya que estos han emigrado al extranjero y a causa de eso se pierde el interés de ellos en sus actividades educativas y en especial en la clase de Educación Física.
2. El problema de los padres de familia de la comunidad aldea Loblatzan grande es que en su mayoría se dedican a la agricultura y el comercio por esa razón se olvidan de la educación de sus hijos y la mayoría de ellos no saben leer y escribir, y a veces prefieren que sus hijos estén con ellos ayudando y no estar recibiendo clases.
3. La alimentación de los estudiantes es otro factor que les impide desempeñarse de una mejor manera en la clase de educación física, existe un porcentaje que no realiza los tres tiempos recomendados al día, otros se alimentan pero lo que consumen no tienen los insumos necesarios para el desgaste físico durante el desarrollo de la actividad física.
4. Algo muy importante al momento de realizar actividad física, la hidratación antes, durante y después, la mayor parte de estos estudiantes no se hidratan al momento de recibir su clase de educación física, lo único que reciben es la refacción escolar, esto impide también que el estudiante no llega a tener el mayor rendimiento en la clase de educación física.

5. La importancia de la actividad física en las diferentes etapas de la vida no solo beneficia si no puede prevenir algunas enfermedades que afecta la salud del ser humano, esto depende del tipo de actividad física que se está realizando, tomando en cuenta la dosificación de las cargas, el clima y el contexto donde se practica la actividad física.

## VIII. Recomendaciones.

1. A las autoridades educativas; municipales, departamentales y nacionales crear empleos para promocionar la actividad física, el deporte y la recreación y que la población de este país tenga una calidad de vida y cultura física, tomando en cuenta la aplicación de los valores que se practican diariamente y así tener un éxito total.
2. A los padres de familia en general motiven a sus hijos a realizar actividad física, sin discriminación alguna, edad, género, cultura, dejando por un lado el trabajo, la cultura, la religión. Esto lo pueden hacer de diferentes formas; paseos a pie, días de campo, etc.
3. Tener más acercamiento con los padres de familia, hablarles sobre la importancia de la actividad física, en los diferentes ámbitos, (como una escuela de padres) de parte de los docentes de la escuela.
4. Según las entrevistas realizadas a los estudiantes uno de los problemas de los padres de familia es que toleran mucho a sus hijos y no tienen un acercamiento hacia ellos, o no les dan un tiempo para compartir, llamar a la reflexión a los padres de familia que compartan con sus hijos y que no halla mucho libertinaje para sus hijos.
5. A los compañeros maestros de educación física desempeñar su labor docente con conciencia, realizar sus actividades con pasión, sabiendo que el beneficio es para los niños.

## IX. Bibliografía.

CAGIGAL, José María. Obras Selectas. Comité Olímpico Español. 1996. Vol. III.

CASTAÑER B., Marta y Oleguer Camerino F. La Educación Física en la enseñanza primaria. Barcelona. Inde Publicaciones. 1996.

c.CLENAGHAN y GALLAHUE (1985). Movimientos fundamentales. Médica Panamericana. Buenos Aires.

DAVID C. Mohr, PhD Psicología Universidad de California Centro de EM de Mt. Zion.

San Francisco, California año 2000

Elieth Gómez Almeida Universidad Industrial de Santander, Facultad de ciencias psicológicas

Enrique Gonzales Sánchez, Centro, localidad, provincia Córdova.

Franco. Universidad de Antioquia, Medellín. Publicación Revista Salud Pública. 10/2008, (2):227-238. Salud, Escuela de Nutrición y Dietética; 2006.

GONZALEZ, M. et alter (1995). Fundamentos para Educación Física en la Enseñanza Primaria. Inde. Barcelona.

Henri Perrón, Libro de Psicología España 1993

José Ballesteros, España 2000

Mc.CLENAGHAN y GALLAHUE (1985). Movimientos fundamentales. Médica Panamericana. Buenos Aires.

Sánchez Bañuelos, F. LA Actividad Física y salud en la edad infantil y la adolescencia. Universidad de Granada.

Serra Majem, Lluís (2006). Actividad física y salud: Estudio enkid. Elsevier, España

VASQUEZ, Benilde. La Educación Física en la Educación Básica. Madrid. Ed. Gymnos. 1989.

## X. Anexos.

### 9.1. Glosario:

- **Biológico:** Es un proceso de un ser vivo,
- **Hiperactividad:** significa tener mayor movimiento, acciones impulsivas, un periodo de atención y distraerse fácilmente.
- **Pedagogía:** Ciencia que estudia la metodología y las técnicas que se aplican a la enseñanza y la educación, especialmente la infantil
- **Gimnasia:** Práctica de ejercicio físico que sirve para desarrollar, fortalecer y dar flexibilidad al cuerpo
- **Elogio:** Reconocimiento de los méritos o cualidades de una persona o de una cosa mediante expresiones o discursos favorables.
- **Lúdico:** conjunto de estrategias diseñadas para crear un ambiente de armonía en los estudiantes que están inmersos en el proceso de aprendizaje.
  
- **Constructivismo:** es una corriente que consiste en dar al alumno herramientas que le permitan crear sus propios procedimientos para resolver una situación problemática, lo cual implica que sus ideas se modifiquen y siga aprendiendo.
- **Agonista:** es aquella sustancia que es capaz de unirse a un receptor celular y provocar una acción determinada en la célula generalmente similar a la producida por una sustancia fisiológica.
- **Antagonista:** es un tipo de ligando de receptor o fármaco que bloquea o detiene respuestas mediadas por agonistas en lugar de provocar una respuesta biológica en sí tras su unión a un receptor celular.
- **Sedentarismo:** Forma social de vida de una comunidad humana que se establece de forma estable en un lugar.
- **Bullying:** Acoso físico o psicológico al que someten, de forma continuada, a un alumno sus compañeros.
- **Congénita:** Que nace con la persona, es natural y no aprendido
- **temperamento:** Carácter o manera de ser de una persona.

## 9.2. Instrumentos

UNIVERSIDAD SAN CARLOS DE GUATEMALA  
CENTRO UNIVERSITARIO DE OCCIDENTE  
PROGRAMA ACADÉMICO DE DESARROLLO PROFESIONAL  
DOCENTE

SEXTO TRIMESTRE

### **TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS MUESTRAS**

**Entrevista:** Esta entrevista tiene como objetivo la recolección de datos en algunos estudiantes que tienen diferentes problemas en la clase de Educación Física. E.O.R.M. Aldea Loblatzan Grande, San Martin Sacatepéquez. Quetzaltenango.

**Edad de los Estudiantes:** 06 a 13 años

**Sexo:** Población Mixta (masculino y femenino) \_\_\_M\_\_\_ \_\_\_F\_\_\_

**Procedencia:** Área rural

**Escolaridad:** 1° \_\_\_ 2° \_\_\_ 3° \_\_\_ 4° \_\_\_ 5° \_\_\_ 6° \_\_\_

**Situación Económica:** Baja

### **INDICADOR BIOLÓGICO.**

1.- Según la edad cronológica, el niño o niña, se encuentra por debajo de su peso ideal?

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

2.- Según la edad cronológica, el niño niña, se encuentra en el estándar de la talla ideal?

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

3.- EL niño manifiesta síntomas o enfermedades a causa del ambiente escolar inapropiado?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas veces \_\_\_\_\_

4.- El niño presenta alguna enfermedad congénita o adquirida?

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

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

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas veces \_\_\_\_\_

6.- El estudiante presenta algún tipo de discapacidad adquirida o congénita?

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

7.- El estudiante realiza los tres tiempos de comida, recomendados, al día?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas veces \_\_\_\_\_

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

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

### **INDICADORES PSICOLÓGICOS**

1.- EL estudiante presenta signos de maltrato infantil?

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

2.- El estudiante es estable en sus emociones?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

3.- Presenta algún problema psicológico o psicomotor?

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

4.- Presenta algún problema de conducta: temperamento, personalidad, carácter, agresividad e hiperactividad?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

5.- La autoestima del estudiante es estable?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

6.- EL estudiante presta atención y comprensión durante el desarrollo de la clase de Educación Física?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

7.- Ha presentado problemas de conducta o temperamento a causa de la desintegración familiar?

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

8.- El estudiante es víctima de algún tipo de abuso?

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

### **INDICADOR SOCIAL**

1.- Afecta la desintegración familiar, en el aprendizaje del estudiante?

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

2.- Hay más prioridad en el sexo de parte de los padres de familia en la educación de sus hijos?

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

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

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

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

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

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

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

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

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

7.- En la clase de educación física, afecta que los padres de familia, sean tolerantes excesivos?

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

8.- El alcoholismo en el seno familiar, impide el buen desempeño del estudiante en la clase de Educación Física?

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

## INDICADOR LABORAL

1.- Las instalaciones deportivas, favorecen el desarrollo de las clases de educación física?

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

2.- El uniforme adecuado, beneficia el desarrollo de la clase de Educación física?

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

3.- El material didáctico deportivo, motiva a los estudiantes en la práctica de la clase y facilita la clase de Educación física?

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

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

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

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

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Algunas Veces \_\_\_\_\_

6.- Afecta el trabajo infantil, el desempeño del estudiante, en la clase de Educación Física?

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

7.- Los maestros de grado, promueven la asistencia de los estudiantes, a la clase de Educación Física?

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

8.- La profesionalización y actualización docente del maestro de Educación Física, es importante para innovar e implementar la metodología de la nueva clase de Educación Física?

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

VoBo. Manfredi Leonel López Maldonado

Director

### **9.3. Programa de Docencia.**

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
Centro Universitario de Occidente  
Programa Académico de desarrollo PADEP de E.F  
Sexto Trimestre

Propuesta Taller para docentes.

Lugar: Escuela oficial Rural Mixta Aldea Loblatzan grande San Martin Sacatepéquez, Quetzaltenango.

Encargado: Prof. Miguel Pérez Paz.

Tema: Importancia de la actividad física y estructura de la Clase de educación Física.

#### **PROPUESTA No. 2 docencia Educación física de calidad**

##### **RESUMEN EJECUTIVO.**

La importancia y la estructura de la clase educación física es importante que conozcan los docentes de aula ya que desconocen totalmente la ejecución de la misma, este taller tiene como objeto el aprendizaje de parte de los docentes de aula, los pasos a seguir de una clase de educación física, para que en su momento ellos puedan aplicarla de una mejor manera, ya que una clase de educación física empíricamente trabajada puede ocasionar problemas en los estudiantes por diferentes causas; calentamiento inadecuado, no hacer el calentamiento, cargas exageradas en los ejercicios.

Después de este taller el docente de grado pueda desarrollar una clase de educación física utilizando el procedimiento adecuado y esto beneficiará al estudiante en su proceso de aprendizaje y los beneficios filológicos.

##### **JUSTIFICACIÓN**

Es necesario expandir la importancia y la estructura de la clase de educación física en edad escolar, en esta ocasión se dará a conocer a los docentes de grado de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Loblatzan Grande, San Martín Sacatepéquez, la importancia y la estructura de la clase de Educación Física, los ejercicios adecuados, ya que una mala aplicación de la misma puede ocasionar lesiones físicas y mentales en la vida de los estudiantes. Después de esta actividad los docentes de la Escuela antes mencionada puedan desarrollar de una mejor manera la clase de Educación Física, provocando beneficios en la vida del estudiante, así también ellos conozcan la importancia de la actividad física en la vida personal, social, y laboral.

**Objetivo general:**

- Establecer la importancia y estructura, procedimiento adecuados de la clase de educación física a los docentes de aula, para que en su momento realicen la actividad física de una mejor manera.

**Objetivo Específico:**

- Orientar al docente de aula, de acuerdo a la estructura de la clase de educación física, tomando en cuenta sus tres partes importantes; parte inicial, parte principal, y parte final; cuando el profesor de educación física no asiste al establecimiento, el maestro de aula desarrolle la clase de educación física de una buena manera.

- Inculcar la importancia de la actividad física en la vida personal y social del docente explicando cada uno sus beneficios en la vida del ser humano.
- Desarrollar una clase de educación física para que el docente de grado experimente las fases y el proceso adecuado de la estructura de la clase de educación física.

### **Lugar y fecha de realización.**

Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Loblatzan Grande, San Martin Sacatepéquez, 03 de marzo de 2016.

### **Población Objetivo.**

Docentes Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Loblatzan Grande, San Martin Sacatepéquez, Quetzaltenango.

### **Participantes:**

Nueve docentes, un Director, dos docentes de preprimaria y seis docentes del nivel primario.

### **Metodología a utilizar:**

Taller teórico y práctico

### **Desarrollo temático:**

Importancia de la actividad física y estructura de la Clase de educación Física.

1. **PARTE INICIAL O PREPARATORIA:** Prepara las condiciones físicas y psicológicas del estudiante para la parte principal.

### **A) OBJETIVOS:**

- Facilita la adaptación progresiva del organismo y de sus grandes funciones y sistemas cardiorrespiratorio, neuro-muscular y articular.
- Reducir las posibilidades de accidentes o lesiones musculares o articulares.
- Garantizar la creación de un ambiente educativo favorable.

**B) DOSIFICACION:**

- Duración.
- Características.
- Naturaleza de los ejercicios
- Efectos fisiológicos sobre el cardiorrespiratorio

**2. PARTE PRINCIPAL:** Desarrolla las tareas o temas del proceso enseñanza-aprendizaje, donde se cumplen los objetivos instructivos y educativos, donde se aplican métodos y procedimientos organizativos.

**A) ASPECTOS A TOMAR EN CUENTA:**

- Explicar los procedimientos didácticos tales como: explicación, demostración, y la corrección d errores
- La carga física en esta parte alcanza su nivel máximo.
- Utilización de procedimientos organizativos dinámicos; individual, grupal, etc.

**3. PARTE FINAL:** Corresponde al cierre de la lección en dependencia al contenido de la clase.

**A) RECUPERATIVO.**

**B) RECREATIVO.**

**ESTRUCTURA DE LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA**

<b>ESTRUC TURA DE LA CLASE DE EDUCA CIÓN FÍSICA</b>	<b>OBJETIVO POR COMPETE NCIA</b>	<b>CONTENIDO</b>	<b>ACTIVIDADES DOSIFICACION Y</b>	<b>FORMA ORGANIZATIV A METODO Y RECURSO</b>
<b>PARTE INICIAL</b>	Prepara su organismo para la parte principal de la clase	<b>CALENTAMIENTO</b>	Movimiento articular Elevar el pulso Estiramiento 8 minutos	F.O: Frontal
<b>PAARTE PRINCIP AL</b>	Mejorar la forma de desplazars e en diferentes formas.	<b>POR LA VELOCIDAD DEL DESPLAZAMIENTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lento</li> <li>• Moderad o</li> <li>• Rápido</li> </ul>	<b>JUEGO EL SEMAFORO Y SUS VARIANTES</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Individual</li> <li>➤ En parejas</li> <li>➤ En grupos</li> <li>➤ Carreras de velocidad</li> </ul>	F.O. filas , dispersos en la cancha , parejas y grupos  R. Conos y cancha  M. Mando Directo, resolución de problemas
<b>PARTE FINAL</b>	Regresa su organismo a su estado inicial.	<b>RECUPERATIV O-RECREATIVO</b>	Gallos y gallinas 5 minutos	F.O: GRUPAL

**Recurso:**

Copias de texto, marcadores, pizarrón, conos, silbato,

**Producto esperado:**

El éxito de la actividad

**Cobertura:**

9 docentes que atienden aproximadamente 190 estudiantes,

**Evaluación de los participantes:**

**INSTRUCCIONES:** Marque con una x de acuerdo a su criterio cómo le pareció la actividad.

No.	Preguntas	Deficiente	Regular	Bueno
1	La actividad programada resultó de su interés:			9
2	El profesor demostró tener dominio del tema:			9
3	Los contenidos temáticos fueron presentados y explicados de manera adecuada:			9
4	El objetivo de esta actividad respondió a sus expectativas.			9
5	El profesor propició el material adecuado.			9
6	Se le recomendó bibliografía complementaria relacionada con el tema:		3	6
7	El tema desarrollado le generó un nuevo aprendizaje:			9
8	Los contenidos temáticos son de utilidad para mejorar la calidad de su trabajo:			9
9	Las condiciones del espacio fueron apropiadas para la actividad realizada:			9
10	En términos generales que calificación daría usted a la actividad realizada:			9

Observación \_\_\_\_\_

—

### **Evidencia de logro:**

A través de la actitud de los participaciones antes, durante y después del desarrollo del taller mostrando el interés sobre el tema, haciendo preguntas y motivado en el transcurso de la actividad, docentes que nunca habían realizado actividad física, realizaron con una actitud motivadora la clase práctica desarrollada sobre la estructura de la clase de educación física.





## **Bibliografía**

GONZALEZ, M. et alter (1995). Fundamentos para Educación Física en la Enseñanza Primaria. Inde. Barcelona.

Jorge Luis Zamora, Didáctica de La clase de Educación Física 2012

## **9.4. Programa de Extensión.**

### **Nombre del lugar de realización de la propuesta de actividad física**

Escuela oficial Rural Mixta Aldea Loblatzan grande San Martin Sacatepéquez, Quetzaltenango.

### **Encargado:**

Prof. Miguel Pérez Paz.

### **Procedimiento Específico:**

Realizar una charla motivadora inculcando a los padres de familia la importancia, beneficios de la Actividad Física y el movimiento, específicamente en edad escolar no dejando por un lado los beneficios del mismo en la vida del ser humano desde una edad temprana hasta la edad adulta.

### **Planificación y trabajo de campo:**

#### **Objetivo general:**

- Inculcar a los padres de familia la importancia de la actividad física y el movimiento en diferentes edades de la vida; preescolar, escolar y la edad adulta, aportando una variedad de beneficios en el ser humano.

#### **Objetivo Específico:**

- Establecer los beneficios de la actividad física a través de una charla con los padres de familia y al mismo tiempo desarrollar una clase de educación física teniendo como base el juego y la recreación.
- Motivar a los padres de familia a practicar actividad física en la vida personal y social.
- Desarrollar una clase de educación física con los padres de familia para que experimenten y se motiven a practicar actividad física.

## DESARROLLO TEMÁTICO:

### IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL MOVIMIENTO

#### BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA:

##### 1. BIOLÓGICO:

###### a) **En el sistema nervioso:**

- Mejora la transmisión de impulsos nerviosos.
- Mejora el tiempo de reacción ante los estímulos que se presentan.
- Mayor coordinación neuromuscular entre los músculos agonistas y antagonistas, debidos sobre todo el desarrollo de la fuerza.

###### b) **En el sistema Cardiovascular:**

- Aumento de la cavidad cardiaca y fortalecimiento de las paredes del corazón. Éste último aspecto es beneficioso aunque un sobre entrenamiento puede acarrear un fortalecimiento prematuro de éstas, lo cual no sería muy satisfactorio para el organismo.
- Disminución de la frecuencia cardiaca y de la tensión arterial.
- Mejora la elasticidad de los vasos, y por consiguiente, mejora de la conducción de la sangre.

###### c) **En el sistema Endocrino:**

- Estimula la secreción de las hormonas, relacionadas con el crecimiento y el rendimiento físico.
- Mejora la capacidad de destrucción de los productos de desecho, por parte del hígado.”

La actividad física tiene diferentes beneficios en el ser humano, uno de los favorecidos es en el ámbito biológico ya que en cada uno de las células, tejidos, sistemas, órganos, y aparatos ayudan a tener un mejor desarrollo, mejor funcionamiento, mejor capacidad de acuerdo al tipo de actividad que se está realizando.

## 2. PSICOLOGICO:

- d) **Genera autoconfianza.** es algo que la gente encuentra difícil de dominar. Hay ciertas personas, cuya baja autoconfianza influencia la manera de verse a sí mismos, e incluso su comportamiento y rendimiento. Sin embargo contrario a lo que muchos piensan, la autoconfianza no es algo que sólo algunos pocos bienaventurados puedan tener. La actividad física entonces genera en los estudiantes autoconfianza
- e) **Aumenta la autoestima:** La actividad física actúa como reforzamiento de la autoestima. Así se deberán posibilitar que los estudiantes puedan realizar diferentes actividades por sí mismos, reconozcan los ejercicios más importantes y adecuados para el beneficio del ser humano.
- f) **Aumenta la autopercepción de la imagen del cuerpo y la autoestima física.** Esta especialmente dirigido a adquirir un conocimiento y un control del propio cuerpo que resulta determinante tanto para el desarrollo de la propia imagen corporal como para la adquisición de posteriores aprendizajes motores.

Aumento del rendimiento académico, de la confianza, de la memoria, de la percepción, del bienestar, de la eficacia en el trabajo, del autocontrol, del funcionamiento intelectual.”

## 3. SOCIAL:

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

- h) La educación física de calidad, y la práctica de una variabilidad de actividades, ayudan a comprender que cada cuerpo tiene unas características diferentes, lo que hace que se acepte la diversidad de una
- i) manera más natural, y tratar de evitar las comparaciones que no siempre son acertadas.
- j) Otra aportación de la educación física es la transmisión, a través del juego, de diferentes tradiciones, contribuyendo a conocer la riqueza cultural de su entorno.

ESTRUCTURA DE LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA				
ESTRUC TURA DE LA CLASE DE EDUCAC IÓN FÍSICA	OBJETIVO POR COMPETE NCIA	CONTENIDO	ACTIVIDADES DOSIFICACION Y	FORMA ORGANIZATIV A METODO Y RECURSO
<b>PARTE INICIAL</b>	Prepara su organismo para la parte principal de la clase	CALENTAMIENT O	Movimiento articular Elevación del pulso cardiaco Estiramiento 8 minutos	F.O: Frontal
<b>PAARTE PRINCIP AL</b>	Mejorar la forma de desplazars e en diferentes formas.	DESPLAZAMIEN TO: <ul style="list-style-type: none"><li>• Moderad o</li><li>• Rápido</li></ul>	JUEGO LOS INQUILINOS y SUS VARIENTES ➤ En grupos 25 minutos ➤ Carreras de velocidad	F.O. y grupos  R. Conos y cancha  M. Mando Directo,
<b>PARTE FINAL</b>	Regresa su organismo a su estado inicial.	RECUPERATIV O-RECREATIVO	Gallos y gallinas 7 minutos	F.O: GRUPAL

**Ubicación Geográfica:**

La comunidad Aldea Loblatzan grande, se ubica a 1 kilómetro de la cabecera municipal de San Martín Sacatepéquez, este municipio se encuentra a 24 kilómetros de la cabecera departamental de Quetzaltenango.

**Número participantes:** 16 Padres de familia.

**Edad de los participantes:** 22 a 45 años

**Tema Generador:**

Importancia de la actividad física y el movimiento.

**Tipo de Actividad a desarrollar:**

Charla motivadora sobre la actividad física y el movimiento, desarrollar una clase de educación física.

**Objetivo de la Actividad:**

- Inculcar a los padres de familia la importancia de la actividad física y el movimiento en diferentes edades de la vida; preescolar, escolar y la edad adulta, aportando una variedad de beneficios en el ser humano.

**Competencias a desarrollar:**

- Reconoce la importancia de la actividad física y el movimiento desde diferentes edades y etapas de la vida, en la vida personal y social.

**Guía de desarrollo de la actividad:**

1. Apertura de la actividad con una oración.
2. Introducción del tema sobre el Área de educación física

3. Desarrollo del tema; importancia de la actividad física y el movimiento.
4. Beneficios de la actividad física.
5. Parte práctica.
6. Agradecimiento y refacción

**Tiempo de la actividad:**

60 minutos

**Estrategias a utilizar:**

- 1- Motivación.
- 2- Dinámicas.
- 3- Competencias.

**Justificación de la Actividad, desde su Aprendizaje:**

Esta actividad se realizó con el fin de dar a conocer la importancia de la actividad física y el movimiento, para que la población de esta comunidad logre comprender la importancia de la actividad física y el movimiento, teniendo varios beneficios en la vida del ser humano desde diferentes ámbitos. La participación del padre de familia en la formación de sus hijos es de mucha importancia, ya que el estudiante sale beneficiado en ese aspecto.



**Alcance de la actividad:**

La actividad no llego a tener un mayor alcance, ya que no asistieron la cantidad de padres de familia de lo que se esperaba, de los que llegaron quedaron satisfechos por el desarrollo de la plática y todos fueron convencidos de que la práctica de la actividad física y el movimiento es muy importante en la vida del ser humano en las diferentes etapas de su vida.

**Materiales a utilizar:**

- Papel bond
- Pelotas de tenis.
- Conos.
- Bolas.
- Silbato.