

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

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP DEF EN EL  
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO  
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA OFICIAL  
URBANA MIXTA MARIANO ROSSELL ARRELLANO NIVEL PRIMARIO DE  
MIXCO, GUATEMALA**

**DANIEL MARROQUIN LEMUS.**

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

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

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP DEF EN EL  
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO  
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA “ESCUELA  
OFICIAL URBANA MIXTA MARIANO ROSSELL ARRELLANO MIXCO,  
GUATEMALA”**

POR

DANIEL MARROQUIN LEMUS  
PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE:  
PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA  
EN EL GRADO DE:  
PROFESORADO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

LICENCIADO ABRAHAM CORTEZ MEJÍA

**DIRECTOR**

M. A. MYNOR ESTUARDO LEMUS URBINA

**SECRETARIO**

LICENCIADA DORA JUDITH LÒPEZ AVENDAÑO

LICENCIADO RONALD GIOVANNI MORALES SÀNCHEZ

**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

LICENCIADO JUAN FERNANDO PORRES ARELLANO

**REPRESENTANTE DE LOS EGRESADOS**

PABLO JOSUE MORA TELLO

MARIO ESTUARDO SITAVÍ SEMAYÁ

**REPRESENTANTES DE LOS ESTUDIANTES**

## Agradecimientos

Quiero comenzar agradeciendo a la Universidad de San Carlos de Guatemala por haber abierto sus puertas para poder desarrollarme como persona y como profesional, a la facultad de psicología por tener la bondad de brindarnos sus salones donde se impartieron los conocimientos adquiridos durante casi dos años de profesionalización docente y por hacer de estas aulas más que un espacio de estudio, donde se compartió alegrías, disgustos, desacuerdos, debates, y lo más importante compartir una gran amistad.

Al programa de profesionalización docente PADEP/DEF por haber puesto el empeño necesario y tener la visión de tener una mejor Guatemala por medio de la actualización de la Educación Física Nacional, al Ministerio de Educación por haber puesto la confianza en cada uno de los docentes para poner en marcha un proceso de actualización docente para la niñez guatemalteca.

Y por último a la Escuela Oficial Urbana Mixta Mariano Rossell Arellano por darme la oportunidad de hacer mi investigación y así también para poner en práctica lo aprendido durante estos 2 años de profesionalización docente

## Dedicatoria

Dedico este trabajo primeramente a Dios por haberme dado la sabiduría y el entendimiento necesario para desarrollar las diferentes situaciones establecidas en este programa

A mi Madre Rosa Nohemí Lemus Elías a mi padre Crisanto Marroquin Tique, por haberme dado su apoyo en cada momento de mi vida y animarme para seguir alcanzando mis sueños con sus consejos y sus oraciones.

A Katherine Mishelle Motta por ser mi inspiración y por ser el motivo principal de seguir profesionalizándome como persona te amo.

A mi Familia en general por darme su apoyo y sus palabras de aliento

A todos mis amigos de sección que de una u otra manera me dieron su apoyo con ayuda dentro y fuera de la universidad para poder seguir adelante.

A mis docentes por haberme dado de sus conocimientos y de su paciencia y en especial a la licenciada Sonia Judith Villatoro por haberme guiado con sus conocimientos para llegar a esta etapa tan importante.

Y por último y no así menos importante a mis estudiantes que gracias a ellos estoy aquí luchando cada día por ser mejor y brindarles una educación física de calidad.

# Índice

## Tabla de Contenido

Introducción .....	1
I.    Marco conceptual.....	4
1.1. Planteamiento del problema .....	4
1.2. Justificación .....	8
II.   Marco metodológico.....	12
2.1. Objetivos.....	12
2.2. Método.....	12
III.  Marco teórico.....	16
3.1. Rol del profesor de Educación Física.....	16
3.2. Desarrollo integral del estudiante.....	20
3.3. Ámbito biológico.....	24
3.4. Ámbito psicológico .....	27
3.5. Ámbito social.....	31
3.6. Ámbito laboral .....	40
IV.  Marco operativo.....	49
4.1. Diseño de la investigación .....	49
4.1.1. Equipo de investigación.....	49
4.1.2. Presupuesto.....	49
4.1.3. Programación .....	50
V.    Presentación de resultados.....	51
5.1. Análisis de datos.....	51
5.2. Interpretación de resultados.....	51
VI.  Conclusiones.....	59

VII. Recomendaciones.....	60
VIII. Bibliografía .....	61
IX. Anexo .....	63
9.1 Glosario.....	63
9.2. Instrumentos.....	1
9.3 Programa de Docencia .....	5
9.4 Programa de Extensión .....	7

## Introducción

El desarrollo como persona y como profesional es importante ya que el ser humano cada día necesita saber y conocer más para poder desenvolverse en la vida, en el caso de la Educación Física cada día se están aplicando nuevas metodologías de enseñanza y es necesario la actualización como docentes ya que si queremos que la educación tenga un mejor resultado tenemos que tener los conocimientos necesarios.

En el desarrollo y actualización como docentes en el PADEP/DEF fue un gran avance para la Educación Física nacional ya que se mesclo la experiencia de lo tradicional y lo actual en formas de enseñanza y cómo hacer que el estudiante tenga una mejor forma de recibir la clase de Educación Física, la profesionalización como docentes no solo se vio reflejado en el cambio de la estructuración de la clase sino también en el comportamiento del estudiante al ver los cambios efectuados en las distintas etapas de la clase, en donde el estudiante dejo de ser una herramienta de aprendizaje para ser un descubridor de su propio aprendizaje.

La investigación fue básica ya que de ahí se observó lo que intervenían en el desarrollo del estudiante y cuales habían sido los cambio que resultaron de la actualización, en este caso el uso del juego como metodología de aprendizaje, los cambios que influían en cada uno de las capacidades motoras del estudiante y el desarrollo de las mismas desde el ámbito biológico, Social, psicológico y laboral.

La investigación por medio del juego y por medio de juegos tradicionales fue una forma de tener resultados válidos, eficaces ya que el estudiante se le observo en un ambiente natural, en su entorno y la adaptación del juego a su diario vivir sin llegar a fatigarlo y hacerlo sentir que se estaba evaluando.

La actualización en cada docente en Guatemala es necesaria ya que solo así se verá el avance que se tiene en cada uno de los aspectos que intervienen en



el desarrollo ya sea biológico, social, y psicológico del estudiante y así tener una sociedad integra con valores a practicar y lo más importante ser capaces de resolver sus propios dilemas y ser una sociedad sobresaliente por medio de una educación actualizada y profesionalizada.

Lograr el desarrollo integral de los estudiantes por medio de la educación física que tributa el perfeccionamiento de las capacidades y habilidades físicas, la propia actividad que esto implica contribuye al desarrollo de la psiquis del estudiante, a una mejor calidad de vida al dar beneficios en los diferentes sistemas del organismo (cardiorrespiratorio, osteomuscular, endocrino, entre otros), a tener una buena imagen de sí mismo, autoestima alta. Como docente se debe conocer las etapas de desarrollo humano y sus características para entender al estudiante biológicamente, conocerlo psicológicamente para entender sus comportamientos deseables y no deseables; controlar mediante la actividad física su ansiedad o depresión, ya que el ejercicio bien estructurado y elaborado, produce químicos de la felicidad, mejora sus relaciones sociales, previene deterioro cognitivo, entre muchos otros; socialmente lo integrara, porque el rol del profesor de educación física de PADEP/DEF inculca en su clase valores como la cooperación, cumplimiento de normas, respeto, dialogo, trabajo en equipo, etc.; y laboralmente el ejercicio o actividad física durante la clase de educación física, al estudiante le ayuda a tener mayor concentración en la clase y maximiza el rendimiento intelectual.

El padre de familia, los docentes, la sociedad e incluso el estado, deben hacer bien su trabajo para que la niñez y juventud se forje un buen futuro y viva en un país productivo, que logre erradicar las tribus urbanas que son las que han venido a darle a la sociedad la problemática de cada vez ir en decadencia, si la cabeza funciona mal, el resto del cuerpo no tendrá su funcionamiento óptimo, es por eso que como padres, deben romper con la raíz de tanto fenómeno social que aqueja a la sociedad y esa raíz es la desintegración y maltrato familiar; como docentes se deben capacitar periódicamente para estar a la vanguardia de la tecnología educativa y social y el estado proporcionar los bienes y medios didácticos y pedagógicos, capacitar a los docentes para mejorar la calidad de vida de los

estudiantes, para que egresen con un perfil apto a desenvolverse en una sociedad que día a día exige más preparación académica profesional.

Es así que para lograr el desarrollo integral de los estudiantes, el profesor de educación física debe ser un agente biopsicosociolaborable polifacético que actualiza sus conocimientos en nuevas y viejas corrientes educativas, logrando en los estudiantes un aprendizaje significativo constructivista, que tenga buenos hábitos a la actividad física individual y grupal en su sociedad, tanto familiar como comunitaria.

En la siguiente sistematización en lector encontrará cual es el rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbitos biológico, psicológico, social y laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta Mariano Rossell Arellano, Colonia El Milagro Zona 6 de Mixco Guatemala.

## I.Marco conceptual

### 1.1. Planteamiento del problema

¿Cuál es el rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde los ámbitos biológicos, psicológicos, sociales y laborales en la Escuela Oficial Urbana Mixta Mariano Rossell Arellano, Colonia El Milagro Zona 6 de Mixco Guatemala Nivel Primario?

Cómo cambiar la falta de interés y el pensamiento negativo de algunos niños, jóvenes, padres e incluso algunos profesores de educación física y de aula ante la clase de educación física, que busca la integridad humana de todos, con actividades para identificar las capacidades motrices, y así lograr el desarrollo de las habilidades coordinativas de los estudiantes, asimismo la falta de material didáctico adecuado y capacitación al docente.

El profesor debe velar por el desarrollo integral de un ser, en este caso el ser es la mayor herramienta de trabajo, es el formador en todos los ámbitos del diario vivir, en especial el desarrollo de sus habilidades coordinativas.

El rol del profesor de educación física es polifacético, es decir, tiene una profesión que abarca muchas facetas, son seres biopsicosociolaborales, educando mediante actividades físicas, lúdicas, recreativas, deportivas, etc., tienen que desempeñarse en una sociedad contemporánea muy exigente, desarrollando en los estudiantes la integridad, ser personas biopsicosociolaborales capaces de desempeñarse en cualquier ámbito de su vida cotidiana, lograr que sean jóvenes desinhibidos, capaces de resolver sus propios problemas y los de su sociedad, comunidad, país, etc., el profesor de educación física necesita que los patronos lo capaciten más sobre el ámbito biológico, psicológico, social y laboral, ya que empíricamente con la experiencia adquirida les toca actuar como tales en distintas facetas de sus estudiantes; afortunadamente como estudiantes de PADEP/DEF, se pueden dar cuenta, que si es realmente necesario saber más científicamente sobre los temas mencionados,

saber más sobre la biología de los estudiantes, sobre sus diferentes conductas, sobre su desempeño social ante tanto fenómeno que afecta a la sociedad actual y laboralmente se debe amar lo que se hace, al igual que lo deben hacer los estudiantes, padres, etc.

La realidad que vive el profesor de educación física, es la falta de implementación didáctica adecuada para desempeñar con eficiencia su trabajo; su espacio, tanto el área de trabajo como la bodega para guardar el poco material que posee; falta de capacitaciones que se adapten a su realidad educativa, donde tienen niños y jóvenes con deficiencias alimenticias, económicas, emocionales, etc. La falta de interés, motivación, incentivación de los profesores de educación física para dar su clase “ponerle amor a lo que se hace”, es por eso que necesitan que los capaciten más, como se vuelve a repetir en Biología, Psicología, Sociología y lo Laboral, para así comprender a los estudiantes. Aparte de todo esto, lo que condujo como tema a investigar es el rol como profesor de educación física de PADEP/DEF ¿Cómo se puede lograr el desarrollo integral de niños, jóvenes, padres e incluso al mismo profesor? ante tanto fenómeno social, como es la falta de buena alimentación, afecto por parte de los padres, participación activa de los padres en el proceso escolar de sus hijos, entiéndase activa – positiva, ya que por lo general se ha dado el fenómeno que la participación de los padres es activa – negativa, es decir, que van a ver el rendimiento escolar de sus hijos, pero como se dice vulgarmente con el machete desenvainado, ya que los Derechos Humanos han venido a afectar, el papa con esto le ha dado alas a sus hijos a que ellos se comporten como quieran en su rendimiento escolar, portándose a veces irrespetuosos, haraganes; es algo que debe ir cambiando o adaptarse a nuevas metodologías de trabajo, dadas por la DIGEF.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Dirección General de Educación Física

Se trabajó la investigación para observar, medir y evaluar las capacidades motrices de la muestra discrecional en la cancha polideportiva techada y áreas verdes de la escuela, logrando la participación activa de los treinta estudiantes.

Gracias a la colaboración del Ministerio de Educación representado en la escuela por la directora, claustro de docentes de los grados de 4to, 5to y 6to; y personal operativo proporcionado por la municipalidad de Mixco zona 6 Colonia El Milagro Guatemala.

La población objeto de estudio son preadolescentes o adolescentes entre 10 y 14 años de edad, cursantes de 4to, 5to y 6to grado de primaria, tanto niños como niñas provenientes de la misma comunidad, de clase pobre alta, es decir que su salario mensual oscila entre 2,000 a 4,000 quetzales mensuales, con condiciones de salud favorables, ya que la comunidad posee centro de salud, acceso cercano a la ciudad capital de Guatemala, que cuenta con hospitales nacionales y médicos privados, con una nutrición no buena, pero si aceptable, que provoca cierta discapacidad física, desde el punto de vista motor, por la leve desnutrición y ante la falta de afecto por los padres o uno de ellos, (maltrato y desintegración familiar).

La investigación abarco el periodo comprendido del quince de septiembre de dos mil quince al diez y seis de abril de dos mil diez y seis, se aplicaron las guías de observación, la guía de evaluación y se les capacito a los docentes sobre el tema de capacidades motrices.

Hay muchos aspectos a abordar, pero lo que toma relevancia es la falta de interés de algunos profesores de educación física en dar una clase bien planificada; es por eso que se debe capacitar a los profesores que laboran tanto en lo público como en lo privado, que el profesor se interese en ser mejor cada día, capacitarse o actualizarse por su cuenta; como profesores tienen una gran responsabilidad, lograr el desarrollo integral de los estudiantes, por consiguiente,

deben conocerlos desde muchos aspectos como el biológico, su alimentación, su funcionamiento, su desarrollo humano, su adaptación a nuevas habilidades coordinativas etc.; psicológicos, como se sienten, su conducta, el amor de sus padres, etc.; social, que conozcan la infinidad de problemas sociales a que pueden ser víctimas, que hay cosas buena y malas; y laboralmente, que tanto sus padres como ellos tienen responsabilidades, derechos y obligaciones a cumplir; padres ganar el dinero para que la familia tenga lo necesario y los hijos su única y gran responsabilidad el estudio; como saber esto, investigando utilizando las entrevistas, encuestas, observación de campo, etc., partiendo de cuatro preguntas principales:

- ¿Cómo profesor de educación física y de grado está haciendo bien su trabajo para el desarrollo integral del estudiante?
- ¿Se cuenta con el mobiliario, equipo y material didáctico para impartir la clase?
- ¿Qué calidad de vida tienen los estudiantes en el establecimiento educativo?
- ¿Qué calidad de vida tienen los estudiantes en su hogar, en la calle?

El rol del profesor de educación física, es que debe conocer en distintas facetas a sus estudiantes, cada uno trae sus propias costumbres, creencias, conductas deseables y no deseables por lo cual nace el siguiente paradigma: el comportamiento deseable o no deseable del estudiantes depende de la formación del hogar, o de la calle, o de sus establecimientos educativos, o incluso de la forma de dar su clase el profesor de grado y en especial el profesor de la clase de educación física que no imparte una clase adecuada, como se dice vulgarmente, “solo tira la pelota”, es un paradigma negativo que ha venido afectando a la sociedad por años, cuando anterior a eso era lo militarista, es por eso que para romper con ciertos paradigmas negativos, deben los profesores capacitarse o ser capacitados, que se actualicen en las nuevas corrientes educativas y así construir o crear paradigmas sociales que sean positivos constructivistas, que logren el

desarrollo integral de los niños, jóvenes, padres e incluso profesores de educación física, que tengan interés, que cambien sus pensamientos negativos con respecto a la clase, que sean seres íntegros biopsicosociolaborales.

La tecnología ha hecho de la juventud seres muy dependientes, no de sus padres, sino de la misma tecnología, en específico de las redes sociales, han venido a dar sedentarismo en los estudiantes, que a veces ya no quieren realizar actividades físicas; y como profesores, el rol es despertar en los estudiantes el interés por practicar ejercicios físicos dirigidos, que con el tiempo deben formarlos como hábitos “se debe cambiar el pensamiento de todos”, integrando en la sociedad o comunidad, los juegos tradicionales que se han ido perdiendo, que pueden ser adaptados como una herramienta para evaluar las capacidades motrices y lograr la auto aceptación e ir aboliendo la discriminación biológica, psicológica social y laboral, que es lo que a veces aleja al estudiante a realizar educación física en la escuela o cualquier otro lugar, entiéndase como discriminación biológica a las deficiencias en las capacidades motrices que lo hacen sentirse psicológicamente desmotivado a realizar actividad, socialmente entiéndase a la presión que ejerce la sociedad por lo pluricultural y multilingüe de Guatemala, que es una de las razones de la discriminación; y laboral por el nivel económico que posea el estudiante. Como profesores debemos inculcar los valores morales, éticos, cívicos, etc. en los estudiantes para tener una mejor calidad de vida en sociedad, para lo cual la clase de educación física se presta para formar los buenos hábitos a dichos valores.

## 1.2. Justificación

Inicios en la docencia de hace 8 años: los primeros dos años, fueron como sentirse sin vocación para la clase de educación física, ya que habían estudiantes, que tenían solo la chamusca y la pelota de fut bol en la cabeza, porque el profesor anterior, era como dicen “Rondas y tirar la pelota”, tenían ese paradigma establecido, el cual llevo cerca de 5 años cambiar, que hasta la fecha ya no hay secuelas de eso, se logró que la clase fuera más interesante, enseñando a los estudiantes los cuatro deportes principales: atletismo, baloncesto, vóley bol y fut

bol. ¿Qué motivó para realizar esta investigación?, que los estudiantes son la razón de ser, se encuentran tantas variedades de comportamientos, personalidades, como estudiantes se tienen, cada uno es especial y diferente; hay mucho potencial por desarrollar en ellos, y como profesor, en especial de educación física, se es de mucha importancia para los estudiantes, se identifican muy bien por el tipo de actividades prácticas que se realizan en la clase, es por ello, que los profesores se deben capacitar y actualizarse en su campo y hacer de la clase, un atractivo que llame la atención de los estudiantes, para que encaucen toda su energía en actividades físicas, lúdicas, recreativas, deportivas, etc., ya que la sociedad demanda de mucha creatividad y esmero en lo que se hace; ¿cómo lograr el desarrollo integral en los estudiantes?, investigando su funcionamiento biológico, mediante test o apoyo en los centros de salud cercanos, aprender más de ellos, que no les gusta, que sí, el porqué de sus comportamientos deseables o no deseables, porque hay estudiantes que aborrecen la clase, etc. Hay tantos fenómenos que se dan en la clase, por ejemplo: la mentira, que muchos niños se inventan estar enfermos por no hacer la clase de educación física, por haraganes o por simple influencia de sus padres, que a veces dicen, la clase de educación física no sirve para nada, sin saber que es la causa de que el estudiante se desinhiba con todas las actividades motoras y lúdicas que se realizan para la mejora psicomotriz, es por eso que es necesario investigar, porque algunos profesores tanto de grado como de educación física, solo se acomodan a medio dar su clase y ya, no se preocupan en analizar, el porqué de algunos comportamientos deseables o no deseables de los estudiantes, es por eso que el rol, es lograr el desarrollo integral de los estudiantes, adentrándose más en investigar su vida diaria, tanto en la escuela, en el hogar y aún mejor en la calle, conociendo todo esto mejorara el rol como profesores; y así prepararse científicamente, conociendo tanto el interior y exterior físico y emocional de la niñez y juventud de nuestra comunidad, ¿qué importancia académica tiene esta investigación?, conocer la nutrición de los estudiantes, la económica, etc., y así poder dosificar las cargas, el tiempo de trabajo, prepararse académicamente con nuevas corrientes educativas, que ayuden a hacer una clase más científicamente



preparada. La importancia social que tiene todo esto, es darle a la comunicad, personas más seguros de sí mismas, que se sientan capaces de ser laboriosos de buenos hábitos tanto higiénicos como de actividad física, y no desperdicien su vida al ser arrastrados por fenómenos sociales, como la drogadicción el vandalismo, etc.

Los profesores deben desempeñar bien el rol, el programa PADEP/DEF, da las herramientas para conocer a los estudiantes biológicamente, psicológicamente y no se diga socialmente, a despertar el interés por ser cada día mejores, amar la labor docente, respetar y conocer las individualidades de los estudiantes, que son infinitas, cada estudiante es un mundo por explorar y explotar al máximo las potencialidades de la niñez y juventud, para ello se debe, no solo centrarse en la cancha y delimitarse por las líneas laterales y de fondo, sino ir más allá de las líneas, conocer su vida en la calle, en su hogar y sin hostigar su proceso de adolescencia. Se pretende con la investigaciones dar una gran labor social a la comunidad, que sepan que la educación física no es simplemente, correr, hacer ejercicio o tirarle una pelota a los estudiantes, sino que conlleva grandes beneficios en salud mental y física, que es la base para otras áreas académicas como la lectura, la escritura, la matemática, el lenguaje, la seguridad, la expresión, desinhibirse y ser capaz de discernir que es bueno y que es malo en la sociedad, tomar lo bueno desechar lo malo, como los vicios, las tribus urbanas, los conflictos emocionales, etc. Que el hábito a la actividad física tiene un valor social y pertinente incalculable. Debe de admirarse mucho y tomarse de ejemplo la comunidad de Amatlán, por la razón que se ve mucha gente de todas las edades realizando actividad física, bueno fuera lograr esa cultura a la actividad física en todo el país; se evidenciaba el buen aprovechamiento de su tiempo libre en ocio positivo.

Que mejor que implementar un programa social, utilizando los juegos tradicionales para medir y mejorar las habilidades coordinativas de los estudiantes de 4to, 5to y 6to primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta de San Antonio La

Paz; e integrar a la comunidad de todas las edades en dicho programa, desde un enfoque socio constructivista de Vygotsky que le permita al estudiante irse adaptando al desarrollo próximo de las capacidades motrices.

## II. Marco metodológico

### 2.1. Objetivos

#### 2.1.1. General

Establecer el rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito bio-psico-socio-laboral en la “Escuela Oficial Urbana Mixta Mariano Rossell Arellano”.

#### 2.1.2. Específicos

- Identificar desde el ámbito biológico las capacidades motrices para el desarrollo de las habilidades coordinativas.
- Fundamentar desde la teoría de aprendizaje socio constructivista el avance de la zona de desarrollo próximo en las capacidades motrices.
- Cimentar las capacidades motrices para fortalecer el auto aceptación desde el trabajo en sí mismo y en equipo para evitar la discriminación.
- Adaptar juegos tradicionales en la evaluación de las capacidades motrices.

### 2.2. Método

Es un instrumento de recolección de datos, es en principio cualquier recurso de que pueda valerse el investigador para acercarse a los fenómenos y extraer de ellos información. Por ejemplo

#### 2.2.1. Muestra: se utilizó el muestreo discrecional.

Cuándo utilizar el muestreo discrecional

El diseño del muestreo discrecional generalmente se utiliza cuando un número limitado de individuos posee el rasgo de interés. Es la única técnica de muestreo viable para obtener información de un grupo muy específico de personas. También es posible utilizar el muestreo discrecional si el investigador conoce a un profesional o autoridad fiable que él cree que es capaz de reunir una muestra representativa.

### 2.3. Recolección de datos

Para encontrar datos se utilizan varios métodos, pero en esta ocasión utilizaremos la encuesta.

La encuesta, es una investigación realizada sobre una muestra de sujetos representativa de un colectivo más amplio, utilizando procedimientos estandarizados de interrogación con intención de obtener mediciones cuantitativas de una gran variedad de características objetivas y subjetivas de la población.

Mediante la encuesta se obtienen datos de interés sociológico interrogando a los miembros de un colectivo o de una población. Algunas características de la encuesta:

- La encuesta es una observación no directa de los hechos, sino por medio de lo que manifiestan los interesados.
- Es un método preparado para la investigación.
- Permite una aplicación masiva que mediante un sistema de muestreo pueda extenderse a una nación entera.
- Hace posible que la investigación social llegue a los aspectos subjetivos de los miembros de la sociedad.

#### 2.4. Análisis estadístico de los datos

El análisis de datos de la encuesta tiene como objetivo la detección de grupos variables altamente relacionados, para ello se utilizan los siguientes análisis.

##### 2.4.1. Estadística descriptiva

Ayudará a observar el comportamiento de la muestra en estudio, a través de tablas y gráficas.

Los resultados recogidos en la muestra se resumen en una matriz de datos  $N \times M$ , en la cual  $N$  es el número de unidades de análisis utilizadas (número de casos) y  $M$  es el número de características de dichas unidades, unidades de las que tenemos información

#### 2.5. Instrumentos

##### 2.5.1. Guía de observación

La observación es la primera forma de contacto o de relación con los objetivos que van a hacer estudiados. Constituye al proceso de atención, para el cual el investigador se apoya en sus sentidos (vista, oído, olfato, tacto, sentido

kinestésicos y cenestésicos), para estar al pendiente de los sucesos y analizar los eventos ocurrientes en una visión global, en todo un contexto natural. De este modo no se limita al uso de la vista.

La observación es una actividad del ser humano y además es un elemento fundamental para las investigaciones, permite observar los hechos tal como ocurren y sobre todo aquellos que le interesan y considere significativos el investigador. Se emplean básicamente para recolectar datos del comportamiento o conducta del sujeto o grupo de sujetos hechos o fenómenos. En toda observación intervienen elementos muy precisos como son el observador.

#### 2.5.2. El observador

Persona que se encarga de codificar las situaciones o eventos ocurrientes, el instrumento de registro, que puede ser directamente los interesados o instrumentos mecánicos como cámaras de video, fotográficas, termómetro, cinta métrica, escala de color, grabador, entre otros y la situación observada, que es un complejo de múltiples eventos y relaciones del cual hay que seleccionar lo que se pretende estudiar.

#### 2.5.3. Escala de Likert

La escala de Likert es de nivel ordinal y se caracteriza por ubicar una serie de frases seleccionadas en una escala con grados de acuerdo/desacuerdo, estas frases, a las que es sometido el entrevistado, están organizadas en baterías y tienen un mismo esquema de reacción, permitiendo que el entrevistado aprenda rápidamente el sistema de respuestas. Podemos medir actitudes y conocer el grado de conformidad del encuestado con cualquier afirmación que le proponemos.

La principal ventaja que tiene es que todos los sujetos coinciden y comparten el orden de las expresiones. Esto se debe a que el mismo Likert (psicólogo creador de esta escala) procuró dotar a los grados de la escala con una relación de muy fácil comprensión para el entrevistado.

## 2.6. Medidas de tendencia central:

Las medidas de tendencia central que más se usan son

### 2.6.1. Media

Es el que más se usa. Es el promedio aritmético de un conjunto dado.

### 2.6.2. Mediana

Es el valor central de una distribución de datos

### 2.6.3. Moda

Es el valor más frecuente de una distribución de datos. Algunas distribuciones tienen dos modas, llamado bimodal, o hasta más de dos llamado plurimodal.

### III.Marco teórico

#### 3.1. Rol del profesor de Educación Física

Partiendo de hacer referencia sobre el perfil del profesor de educación física: Según (Xander, 2015) *“los lineamientos marcados del Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar, el docente debe conseguir que el estudiante se forme como persona, por lo que debo de hacerlo bajo un enfoque integral y constructivista. Todo este proceso se acelera o no, dependiendo de las capacidades profesionales del docente de educación física”*.

Como se ha mencionado, lograr que el profesor de educación física se capacite, para impartirle una clase más formativa y constructivista a los estudiantes, se puede decir que de esta manera, el profesor mejorara sus herramientas, técnicas, métodos, etc., para hacer la enseñanza aprendizaje más significativa constructivista, es decir, que con los saberes empíricos de los estudiantes y la construcción de nuevos saberes por parte del docente, el estudiante moldeara su carácter, personalidad, se interesara por la actividad física e ira formándose el habito a ejercitarse en su tiempo libre, como medio de su desarrollo integral, identificando sus capacidades motrices; logrando un equilibrio en su desempeño como ser biopsicosociolaboral, que es a lo que se quiere que el estudiante actual llegue en su edad adulta a un equilibrio emocional y físico para mejorar su calidad de vida.

El perfil o rol general del profesor de educación física actual, que necesita estar a la vanguardia de la tecnología y la educación, parte de tres aspectos muy importantes que a continuación se detallan.

- “Aspecto Social
- Solida Cultura general en la que este inmersa la problemática socio económica a nivel local, regional y nacional.

- Reflexione sobre la realidad de su entorno y asume el compromiso en la conservación de la vida, la salud y el medio ambiente, promoviendo las actividades físicas, deportivas y recreativas.
- Ejercer y plasmar valores de la verdad, la justicia, solidaridad, cooperación y la defensa de los derechos humanos.
- Concepción clara acerca del hombre y Espíritu democrático.
- Aspecto Profesional
  - Demostrar una adecuada formación pedagógica que le permita comprender y solucionar los problemas dentro del ejercicio de su actividad profesional.
  - Conduce el proceso de enseñanza aprendizaje de la educación física, en los diferentes niveles educativos.
  - Habilidad para adecuar las estrategias educativas a la realidad aprovechando la diversidad de recursos y medios para bien de la comunidad en la que se desenvuelva.
  - Conocimientos científicos tecnológicos y pedagógicos de la cultura física que le permita plantear y ejecutar proyectos en busca de la participación de la comunidad educativa.
  - Capacidad de administrar, investigar y ejecutar las actividades de educación física, el deporte y la recreación, en todos los niveles educativos, y en los demás sectores de la comunidad local, regional y nacional.
  - Conoce y procesa la diversidad geográfica, ecológica, social y cultural como fuentes de una verdadera diversificación curricular de educación física.
  - Programar, conducir y evaluar actividades lúdicas gimnásticas y deportivas destinadas al desarrollo del potencial físico motriz de personas afectadas en su capacidad física.
- Aspecto Personal
  - Formación teórica y práctica que le permita iniciar su trabajo con idoneidad y responsabilidad.



- Cualidades personales que le permitan liderar y efectuar diversas actividades físicas, deportivas, y recreativas de proyectos sociales en beneficio de la comunidad.
- Conduce personal sustentado en principios y valores morales y ética esencial y actitud crítica permanente.
- Respeta la libertad de creencias y de pensamiento tanto en la escuela como en la comunidad.
- Capacidad para desempeñar tareas de conducción y organización.
- Creatividad y afectividad.” (Educacion Fisica, 2016)

Este es el rol general, el perfil o las características que debe tener el profesor de educación física para poder lograr la integridad y calidad de vida que los estudiantes se merecen. Humanos biológicamente capaces de adaptarse a nuevas habilidades coordinativas al hábito de realizar actividad física continua durante toda la vida; psicológicamente preparados para el avance de la zona de desarrollo próximo en la capacidades motrices, para enfrentar diferentes problemáticas de su entorno social; socialmente seguros de desenvolverse en diferentes situaciones cotidianas de su vida diaria, evitando la discriminación y en lo laboral, con deseos de adaptar sus capacidades motrices desarrolladas a situaciones reales de la vida diaria; profesionalizarse para integrar una sociedad donde hay mucha demanda de empleos, deseosos de profesionalizarse constantemente para poder ser competitivos en el aspecto laboral y tener el hábito al ejercicio. Equilibrar su vida sin descuidar ninguno de los cuatro aspectos antes mencionados, lo más importante es saber distribuir su tiempo para poder realizar actividad familiar y social con goce.

#### 3.1.1. Disciplina

Es importante que el profesor tenga disciplina en lo que hace y mediante el ejemplo cimente la misma en los estudiantes, ya que le permitirá tener bien establecidos sus valores morales, éticos, cívicos, etc.; y sea un agente de cambio productivo en la sociedad.

### 3.1.2. Afecto

El querer a sí mismo, le permitirá tanto al profesor como al estudiante querer a los demás, y ambos deben tener ese afecto para que la comunicación entre profesor y estudiante sea excelente, se logre un aprendizaje socio constructivista que le permita adaptarse a nuevas capacidades motrices para lograr el desarrollo pleno de sus habilidades coordinativas y así lograr el desarrollo integral de un ser biopsicosociolaboral.

### 3.1.3. Amar lo que se hace

Como profesor, persona profesional y digna de impartir la clase de educación física, debe amar lo que hace, es decir, que como profesor de educación física debe tomar como una de sus prioridades el desarrollo de las capacidades motrices en los estudiantes, ser ejemplo, cada clase debe realizarse con esmero, dejar problemas a un lado, dedicarse de lleno y con entrega total, con amor pleno a la clase de educación física, reflejar en el estudiante que debe amar lo que hace para poderlo desempeñar bien. Usando el método biopsicosociolaboral, se convierta en un ser que equilibre su vida, de forma que este bien con su cuerpo tanto físico y mental, como con su familia y sociedad, que cumpla con sus responsabilidades laborales, sabiendo distribuir su tiempo para realizar una adecuada actividad física, en pro de mantener sus capacidades motrices en óptimas condiciones.

### 3.1.4. Actualizarse como profesor y estudiante del PADEP/DEF

Aparte de amar dar clases de educación física, realizarlo con esmero y entrega el docente debe actualizarse constantemente para mejorar las herramientas, técnicas, metodologías para impartirla, adaptarse a las nuevas corrientes educativas que actualicen y mejoren la calidad de enseñanza aprendizaje.

Todos los profesores no importando el área de trabajo, deben especializarse, profesionalizarse, actualizarse para impartir mejores clases y los estudiantes salgan más preparados, con un desarrollo de la corporeidad

satisfactoria, con habilidades motoras acéptales, desarrollando en el estudiante el hábito hacia la actividad física para toda la vida. Es muy importante que el profesor se prepare tecnológicamente, ya que la juventud de ahora debido a la tecnología, viene más preparada que los adultos actuales, es por eso que se debe estudiar, para saber más y ser mejores profesionales.

### 3.2. Desarrollo integral del estudiante

*“Del mismo modo que la Educación Física tributa al perfeccionamiento de las capacidades y habilidades físicas, la propia actividad que esto implica contribuye al desarrollo de la psiquis del practicante. En este sentido es acertado reconocer el papel de esta asignatura en el desarrollo psicológico de la personalidad, no sólo enfocándose éste en la esfera cognoscitiva, sino también desde el punto de vista afectivo.*

*A través de la Educación Física y como aporte muy importante de la misma, se puede ejercer una influencia considerable en la formación de valores en los estudiantes. Como proceso pedagógico, esta asignatura responde a los intereses de la sociedad, lo que se proyecta en la intención formativa y desarrolladora que en ella se lleva a cabo.*

*A partir de los múltiples beneficios que ofrece la práctica de ejercicios físicos para el hombre, la Educación Física debe dotar a los estudiantes de los conocimientos necesarios para que puedan incorporar la ejercitación de sus cuerpos como un hábito de vida, lo que tributa al desarrollo personal garantizando una mayor calidad de vida en todos los sentidos.*

*Resulta un reto para todo profesor de Educación Física, no sólo encaminar las acciones de las clases al desarrollo propiamente dicho de los educandos desde el punto de vista físico y psicológico, sino también a crear en ellos la toma de conciencia sobre la necesidad de incorporar la práctica de ejercicios físicos como parte del estilo de vida en una sociedad que se hace cada vez más exigente.*

*La vida contemporánea exige ver a la Educación Física como una vía de gran importancia para asegurar el progreso humano en todos los sentidos y como dijera Ashmasin y Ruiz en su libro “Teoría y metodología de la Educación Física”, como una asignatura que constituye un proceso de dirección del aprendizaje que educa en cada instante y del cual depende la salud del hombre.*

*En esencia, se puede concluir que la Educación Física tributa considerablemente al desarrollo integral del hombre para la vida, resumiéndose dentro de sus aportes fundamentales los siguientes:*

- Contribuye al desarrollo de las capacidades motoras básicas.
- Contribuye al desarrollo de habilidades que resultan básicas para realizar diferentes actividades propias de la vida en la sociedad.
- Desarrolla habilidades básicas para la práctica del deporte de rendimiento.
- Tributa a una mayor calidad de vida al reportar beneficios en los diferentes sistemas del organismo (cardiorrespiratorio, osteomuscular, endocrino, entre otros).
- Tributa al desarrollo de las capacidades coordinativas.
- Constituye una vía de gran importancia para la formación de valores en los educandos.
- Fomenta hábitos relacionados a la práctica sistemática de ejercicios físicos que resultan importantes para garantizar una mayor calidad de vida.
- Constituye una vía de experimentación del placer derivado de la práctica del ejercicio físico.
- Tributa a un mayor conocimiento del estudiante respecto a su propio cuerpo.
- Logra incrementar la interacción social a partir del rescate y conocimiento de juegos tradicionales, bailes y otras actividades que enmarcan el acervo cultural de los pueblos.
- Desarrolla hábitos higiénicos en los educandos (Dietéticos, estéticos, entre otros).

- Contribuye a la formación de la personalidad de los estudiantes.
- Desarrolla las cualidades de la voluntad en los estudiantes.
- Educa en los estudiantes el espíritu de competencia, fomentando los principios básicos que rigen la actividad competitiva (educa el espíritu de lucha, el respeto a los contrarios, a los propios compañeros, a los árbitros o jueces y al propio reglamento de la competencia).
- Favorece las capacidades intelectuales de los estudiantes.” (Escudero, 2009)

La educación física logra integrar al estudiante a una sociedad cada vez más exigente en todos los ámbitos por ejemplo el ámbito biológico, psicológico social y laboral. *Biológico*, adaptarse a cambios en sus capacidades motrices que le permiten con la práctica constante no solo en su clase de educación física, sino en el aprovechamiento de su tiempo libre, el desarrollo de sus habilidades coordinativas; en el ámbito *psicológico*, adaptarse a nuevas capacidades motrices, con las que ya tiene, es el llamado socio constructivismo de Vygotsky que le permite avanzar en su zona de desarrollo próximo; en lo *social*, le permite una auto aceptación en sí mismo y ante los demás; y en lo *laboral*, adaptarse a las sociedades tradicionalistas, que buscan el desarrollo integral del ser humano mediante la actividad física para toda la vida; que mejor que la educación física para lograrlo, que se vale de una gran gama de herramientas para identificar desde la edad escolar las capacidades motrices y mediante un sin fin de actividades psicomotoras logra el desarrollo de las habilidades coordinativas de los estudiantes, para que puedan desenvolverse en su familia, en su escuela en sus relaciones personales, tener buenos valores, hábitos y sobre todo moldee su personalidad para lograr una independencia absoluta y productiva en la sociedad.

### 3.2.1. Auto concepto

*“El auto concepto es la imagen que tiene cada persona de sí misma, así como la capacidad de "autor reconocerse". Cabe destacar que el auto concepto no es lo mismo que la autoestima, sin embargo su relación es muy estrecha y no*

*podría entenderse uno sin la presencia del otro. El auto concepto puede definirse como todas aquellas ideas, hipótesis y creencias que tenemos de nosotros mismos, es decir, la forma en la que nos percibimos. Mientras que la autoestima es la valoración que realizaremos a nuestros auto conceptos. Cuando esta valoración es positiva, la autoestima es "alta", por el contrario, cuando la valoración es negativa, la autoestima es "baja".*

*Se destacan tres características esenciales*

- *No es innato: el auto concepto se va formando con la experiencia y la imagen proyectada o percibida en los otros. Además depende del lenguaje simbólico.*
- *Es un todo organizado: el individuo tiende a ignorar las variables que percibe de él mismo que no se ajustan al conjunto y tiene su propia jerarquía de atributos a valorar.*
- *Es dinámico: puede modificarse con nuevos datos, provenientes de una reinterpretación de la propia personalidad o de juicios externos.*

*Además, como atributo dinámico el auto concepto se ve retroalimentado (positiva o negativamente) por nuestro entorno social, siendo determinante las opiniones o valoraciones de las personas". (Wikipedia, Wikipedia la enciclopedia libre, 2016)*

Se entiende el auto concepto como lo que se cree que es cada uno; desde el punto de vista de la educación física le ayuda al estudiante a tener un juicio bueno de sí mismo, ya que mediante las actividades físicas deportivas, lúdicas, recreativas, etc., para desarrollar las habilidades coordinativas permite desinhibirse, ser más independiente de sus propias actividades, desarrolla el cooperativismo, ya que la educación física permite sociabilizar con diferentes cultural sociales permitiendo una convivencia sana, que le ayuda a tolerar a la diversidad de personalidades y caracteres que se encuentran en un grupo heterogéneo como lo es en la edad escolar, interactuando sus conocimiento con el

profesor y demás compañeros, le permite desarrollar o tener un auto concepto en el cual el estudiante tenga afecto por sí mismo y hacia los demás, logrando así tener una elevada autoestima que le permita desenvolverse en una sociedad cada vez más exigente.

En resumen el auto concepto es verse como se es interna y externamente, tanto en lo físico, mental, espiritual, etc., se diferencia de la autoestima, ya que esta no es más que darle valor al auto concepto que se tenga uno, puede ser alta o bajo, según su entorno o como se desenvuelva en la vida diaria.

### 3.3. Ámbito biológico

#### 3.3.1. El rol del profesor de educación física en el ámbito biológico;

- Definición de biológico

*“En el diccionario castellano biológico significa perteneciente o relativo a la biología.*

*La biología es la ciencia que tiene como objeto de estudio a los seres vivos y, más específicamente, su origen, su evolución y sus propiedades: nutrición, morfogénesis, reproducción, patogenia, etc. Se ocupa tanto de la descripción de las características y los comportamientos de los organismos individuales como de las especies en su conjunto, así como de la reproducción de los seres vivos y de las interacciones entre ellos y el entorno”. (lexicoon, 2016)*

La biología permite analizar a los estudiantes tanto externa como internamente, conocer todo el proceso de desarrollo humano e identificar sus capacidades motrices y como lograr el desarrollo progresivo de sus habilidades coordinativas, mediante una planificación bien elaborada, acorde a las necesidades y entorno de la comunidad, la edad de los estudiantes y en este caso se trabaja con chicos de 10 a 14 años, a continuación se detalla el desarrollo humano de los mismos.

### 3.3.2. Etapas del desarrollo humano

*“Diferentes características de las etapas del desarrollo humano:*

*Las etapas del desarrollo humano y sus características según la etapa en la que está atravesando son muy distintas, siendo totalmente diferentes unas con otras. Ser consciente de este fenómeno será crucial para entender el sentido de la vida y de la especie en sí.*

*Para poder entender las etapas del desarrollo humano y sus características hay que conocer las fases de las cuales atraviesa una persona. Así que sin más dilación, lo vamos a exponer a continuación.*

- *La infancia*

*La infancia se comprende entre el nacimiento y los 6-7 años de edad. La característica principal de esta fase es que el individuo experimenta y aprende constantemente con su entorno, incluido familiares y amistades. Es cuando comienza a caminar, a hablar y a construir su personalidad.*

- *La pubertad*

*La característica principal de la pubertad es que su estado hormonal está cambiando. Está en la etapa de abandono de la infancia hacia la adultez. Los síntomas más evidentes son:*

- *Cambio de voz*
- *Aparición de vello*
- *Desarrollo de sus órganos sexuales (masculinos y femeninos que incluye la aparición de la menstruación)*
- *Cambios hormonales y primeros deseos sexuales*



- *Adolescencia*

*La característica principal de la adolescencia son sus primeras experiencias a nivel sexual, siendo uno de las etapas del desarrollo humano más importantes. Es la fase donde existe por primera vez la atracción al sexo opuesto. También es la fase de toma de decisiones porque se le presentaran cosas en su vida tanto positiva como negativa.*

- *Juventud*

*La característica principal de la juventud son las primeras relaciones de pareja y experiencias diversas de su sexualidad. También será la época donde su formación académica y laboral jugara un papel importante.*

- *Adultez*

*La característica principal de la adultez es la consolidación de su personalidad, de su vida personal y laboral. También es la fase que con su pareja crea una nueva vida. Es donde aportaran a su hijo/a todas sus experiencias adquiridas al cabo del tiempo.*

- *Vejez*

*Es la fase donde el individuo se prepara para la muerte, ya que ha cumplido todos los objetivos: crecimiento, experiencia y reproducción". (Lopez, 2015)*

El objeto de estudio es la etapa del desarrollo llamada pubertad que es donde el estudiante sufre cambios bien drásticos, saber su desarrollo nos permite hacer énfasis en que es una etapa de transición fuerte es el momento en el estudiante llega a su madurez motriz, es decir es la culminación de sus capacidades coordinativas, el estudiante a esta edad ya debe poseer la mayoría

de habilidades coordinativas, como medio de su desarrollo integral que le permite llegar a la adolescencia, que es donde la educación física se perfila o el rol del profesor de educación física cambia a trabajar más las capacidades físicas como formación al hábito al ejercicio físico para toda la vida.

Lo principal en este caso es lograr la vitalidad, la adaptación al ejercicio físico con actividades o cargas físicas bien programadas y dosificadas progresivamente, logrando los siguientes beneficios:

- Controla el sobrepeso
- Favorece una mayor mineralización de los huesos
- Previene enfermedades
- Maduración del sistema nervioso motor
- Aumento de las destrezas motoras
- Preservar la salud
- Protege de los riesgos derivados del sedentarismo
- Conocer las limitaciones y posibilidades corporales

### 3.4. Ámbito psicológico

#### 3.4.1. El rol del profesor de educación física en el ámbito psicológico

- Definición

*“El papel del ejercicio físico en la mejora del bienestar individual y social está siendo cada vez más importante en la medida que se incrementa el número de personas con problemas de ansiedad o depresión. El ejercicio aeróbico está asociado a reducciones en estas últimas. Su relación con el bienestar psicológico tiene un carácter correlacionar más que causal. Los efectos de los ejercicios físicos tienden a ser más agudos que crónicos, y las personas dicen sentirse mejor inmediatamente después del ejercicio, efecto que suele permanecer durante varias horas.*

*El ejercicio físico ha demostrado tener un impacto positivo en una diversidad de esferas, como el fortalecimiento de la autoestima, el aumento de la sensación de control, la mejora de la autoconfianza y la mejora del funcionamiento mental. Se han sugerido explicaciones psicológicas, fisiológicas y sociales para las distintas formas en que el ejercicio físico mejora el bienestar psicológico. Dado que el ejercicio físico está relacionado con esos cambios positivos, su práctica deberá ser alentada, promovida y facilitada por las personas e instituciones responsables". (Cabezas, 2001)*

La realización adecuada de la actividad física, mejora las funciones cognitivas, y por consiguiente se mencionan los beneficios psicológicos que provee una buena actividad física o una excelente clase de educación física:

- Produce químicos de la felicidad
- Reduce el stress
- Mejora la autoestima
- Mejora tus relaciones sociales
- Alivia la ansiedad
- Previene el deterioro cognitivo
- Mejora la memoria
- Aumenta la capacidad cerebral
- Te ayuda a ser más productivo
- Ayuda a controlar la adicción

El rol del profesor de educación física en este ámbito, es lograr o despertar el interés y cambiar el pensamiento negativo de muchas personas, estudiantes o no, la sociedad o comunidad en sí. A quitar esos estereotipos negativos de que la educación física pérdida de tiempo, que el profesor de educación física es un haragán solo pone a correr a los estudiantes o a jugar pelota, eso lo pueden hacer en la casa dicen algunos padres, por esta razón el profesor de educación física debe integrar a la familia completa del estudiante a que le encuentren el goce a la educación física, que entienda que la actividad física logra el desarrollo integral del

estudiante tanto en lo individual como socialmente, le da un bienestar emocional, quita el stress, la depresión, aceptación de sí mismo, eleva el autoestima, etc.

Básicamente proporciona salud física y mental, siempre y cuando el profesor tome en consideración las capacidades motoras y dé una clase bien estructurada y motivada, respetando las individualidades de los estudiantes, realizando un buen estudio de las capacidades motrices y así preparar la clase con actividades bien dosificadas que le permitan al estudiante avanzar a la zona de desarrollo próximo y lograr la mejora constante de sus habilidades coordinativas

### 3.4.2. Psicología educativa del desarrollo socio constructivista de Vygotsky

Figura No. 1 Zona de desarrollo próximo

“

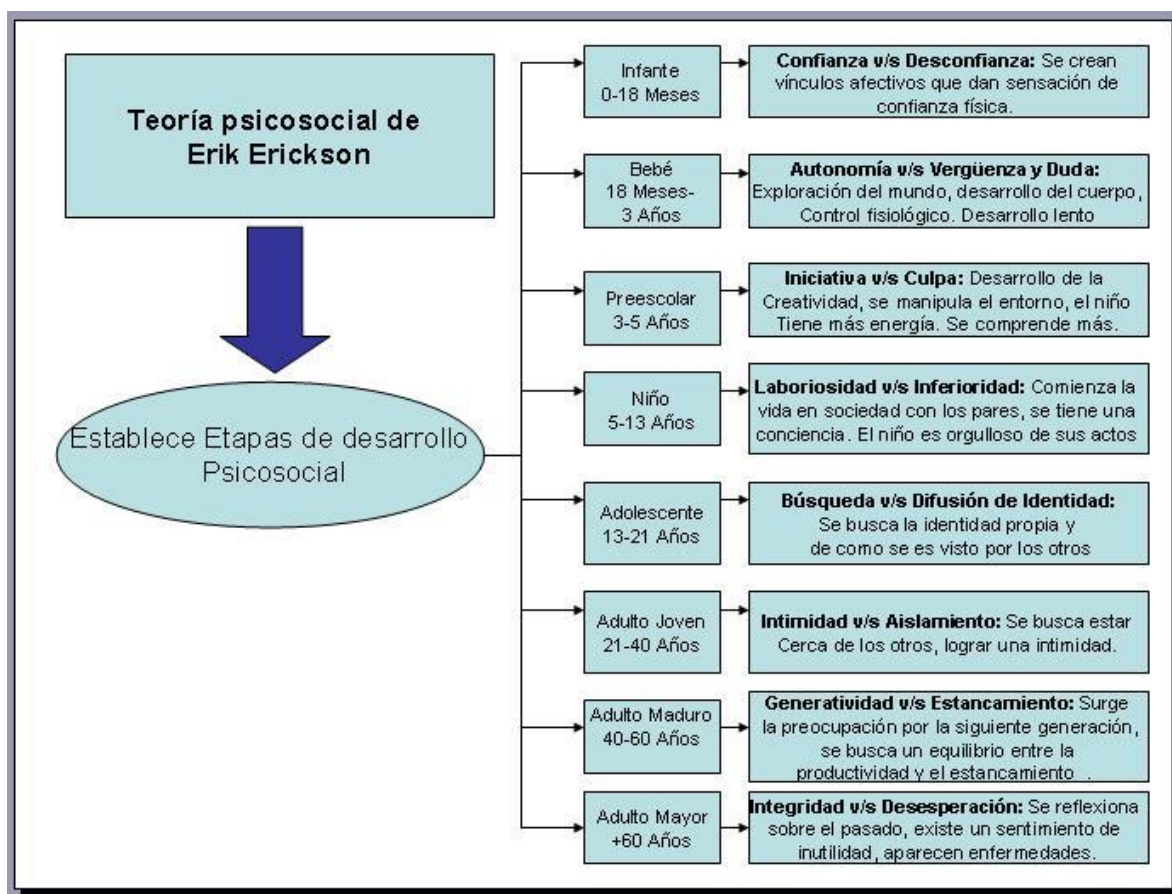


”Fuente: (Yauri, 2015)

La Educación física se caracteriza por la diversidad de actividades para mejorar la corporeidad del estudiante y el constructivismo de Vygotsky nos permite analizar y entender las nuevas adopciones motoras de los estudiantes, mediante la zona de desarrollo próximo y poder dosificar nuestro tiempo, espacio, cargas físicas, etc., para lograr el desarrollo de las habilidades coordinativas del estudiante. El desarrollo motor que el estudiante tenga, el profesor pueda mejorar el que ya trae u otro nuevo desarrollo más efectivo, mediante toda una gama de actividades bien programadas progresivamente.

### 3.4.3. Teoría del desarrollo de Erick Erickson

Figura No. 2 Teoría del desarrollo de Erickson



Fuente: (RNEUD, 2015)

Estudiar esta teoría, permite comprender el desarrollo emocional de los estudiantes y saber cómo llevar su proceso sin dañar su autoestima ya que en la

etapa niño 5-13 años de Erickson, Laboriosidad vs. Inferioridad, el niño empieza a despertar su interacción social, disfruta mucho de interactuar con otros de la misma edad o condición física y social, el profesor puede aprovechar sus actividades a que vayan dirigidas al trabajo individual, como en lo grupal. Si se le motiva bien al estudiante, disfrutara mucho de las actividades que se le pongan a trabajar, sea consiente y se sienta bien con sus actos, que preferentemente sean buenos. Se sienta capaz y orgulloso con los actos que realice.

### 3.5. Ámbito social

#### 3.5.1. El rol del profesor de educación física en el ámbito social

- Definición de social

*“Del latín sociales, social es aquello perteneciente o relativo a la sociedad. Recordemos que se entiende por sociedad al conjunto de individuos que comparten una misma cultura y que interactúan entre sí para conformar una comunidad.*

*En este sentido, lo social puede otorgar un sentido de pertenencia ya que implica algo que se comparte a nivel comunitario. Por ejemplo, la noción de convivencia social se refiere al modo de convivir que tienen los integrantes de una sociedad.*

*Asimismo nos encontraríamos con la presión social que podemos decir que es aquella influencia contundente que la sociedad ejerce sobre todos y cada uno de los miembros que la componen.” (definiciones, 2008)*

El profesor por medio del desarrollo de las habilidades coordinativas, le permite al estudiante desinhibirse y desenvolverse en una sociedad cada vez más exigente, mediante la clase educación física se logra inculcar valores morales y éticos, así mismo podemos mencionar los siguientes beneficios:

- Ocupación adecuada del ocio positivo
- Facilita la relación, la integración y el respeto

- Aprender a convivir y canalizar bien su energía
- Cooperación
- Cumplimiento de normas
- Dialogo
- Autonomía e iniciativa personal
- Aceptarse como se es (auto aceptación y autoestima alta)
- Conocer y valorar la riqueza cultural
- Romper estereotipos

### 3.5.2. Resiliencia

*“Resiliencia es la capacidad que tiene una persona o un grupo de recuperarse frente a la adversidad para seguir proyectando el futuro. En ocasiones, las circunstancias difíciles o los traumas permiten desarrollar recursos que se encontraban latentes y que el individuo desconocía hasta el momento.”*  
(definiciones, 2008)

El entender este término, ayuda al profesor a preparar al estudiante a mejorar su autoestima, valorando su auto aceptación ante las adversidades que esta edad conlleva que utilice el desarrollo de las capacidades motrices como medio distractor para recuperarse ante situaciones críticas personales de cualquier índole que le pueden afectar su desarrollo integral en la mejora de su calidad de vida. Aceptar la diversidad cultural y lingüística de Guatemala, ya que posee una diversidad de tipos de comunidad que se agrupan en 4 pueblos: maya, xinca, garífuna y ladino, aceptar la equidad de género que todos valen igual, nadie es más, nadie es menos, lo que los diferencia es el esfuerzo que cada quien debe ponerle para ser cada día mejor; enseñándoles a cuidarse de las tribus urbanas, que es lo que está acongojando a las sociedades modernas, el profesor debe inculcar a los estudiantes, no pertenecer a estas tribus urbanas que cada vez más se apoderan de la sociedad, si se estimula la Resiliencia y auto aceptación, se lograra el desarrollo integral de los estudiantes con nuestra mejor herramienta que el ejercicio físico, poniendo al cuerpo en movimiento y cimentar las capacidades

motrices en los estudiantes, que se sientan parte de una sociedad y evitar la discriminación de cualquier índole. Un estudiante con Resiliencia podrá superar las adversidades y proyectarse como un adulto provechoso en la sociedad.

### 3.5.3. Tiempo libre

Según (ABC, 2007) dice que: *“se conoce como Tiempo Libre a aquel tiempo que la gente le dedica a aquellas actividades que no corresponden a su trabajo formal ni a tareas domésticas esenciales.”*

También llamado ocio, el tiempo libre u ocio debería ser utilizado en actividades productivas de actividad física, pero por la vida ajetreada que llevan, las personas se limitan a usar el tiempo libre, para ir al médico, hacer sus mandados o simplemente descansar, el rol como profesores de educación física es que deben de interesar al estudiante a un tiempo de ocio, en el que pueda realizar actividades lúdicas, recreativas, físicas o deportivas familiares, para lograr un desarrollo integral sano, que le permita sentirse bien biológicamente, es decir, que el hábito a la actividad física le permita tener un buen funcionamiento de su cuerpo, así mismo la actividad física durante su tiempo libre le permita estar psicológicamente bien, cosa que el ejercicio le distrae la mente y le da salud mental, en lo social, le permite compartir con su familia su comunidad incluso su nación; y laboralmente, pues las actividades al aire libre le permiten desligarse de su trabajo que es lo que le consume el mayor tiempo de su vida y su tiempo libre lo puede aprovechar para bajar su stress laboral, que es lo que a la mayoría agobia, por la situación que la mayoría de laborantes no están donde les gusta, sino donde tienen la oportunidad para mantener o tratar de tener una mejor calidad de vida para la familia, y el rol es hacer conciencia en los estudiantes, que para tener un desarrollo integral deben utilizar su tiempo libre en actividades que les ayude a ser mejores, como el ejercicio, interesarse y cambiar esos pensamientos negativos que afectan a la comunidad entera, así evitar el sedentarismo que provoca enfermedades como la obesidad, hipertensión y diabetes.



Existen dos tipos de tiempo libre: como lo es el ocio positivo y el ocio negativo.

- Ocio positivo

*“El tiempo de recreo para los estudiantes es necesario, sabemos que requieren de descansar y distraerse pero seamos sinceros, muchos de los chicos en realidad se cansan durante esa media hora pues juegan, corren o realizan deporte. Se puede decir que es un periodo de ocio positivo ya que no están aprendiendo en una clase pero sí ejercitando habilidades motrices, sociales e intelectuales al jugar.” (Rivas, 2015)*

Esto permite un buen descargo de energía tanto física como mental, como también el stress acumulado después de una tarea laboral, esto es lo que se debe recomendar a todos los miembros de la familia tener un ocio positivo en donde se pueda relajar sanamente con actividades deportivas, recreativas, lúdicas o simplemente actividad física. Un cambio total de actividad diaria permite a la mente estar más despejada para iniciar nuevamente en el trabajo, el estudio, etc. El ocio positivo les permite a los estudiantes un desarrollo integral que les inculca la autonomía, las relaciones personales, desinhibirse y ser más seguros de sí mismos, tomar buenas decisiones de que quieren ser o hacer en su vida.

- Ocio negativo

Es todo lo contrario al ocio positivo ya que en este no se hace nada provechoso para el desarrollo integral del ser humano, es decir que está en inactividad completa, se propicia mucho el sedentarismo que es lo que lleva a las enfermedades cardiacas, respiratorias, la obesidad, etc. Provocadas por dormir demasiado o pasar todo el día sentado frente a la televisión que le provoca a la niñez y juventud e incluso a los padres o hasta los mismos profesores de educación física la pérdida de habilidades coordinativas y el interés por la clase de educación física. Pasan tanto tiempo en inactividad que cuando desean realizarlo son arrítmicos o con problemas psicomotores que los pone toscos en sus

movimientos y pierden el interés por pertenecer a grupos que practican o aprovechan su tiempo libre con el ocio positivo.

*“Cómo diferenciar el ocio positivo del ocio negativo*

*El ocio positivo*

- *Crea*
- *Construye para crear*
- *Fomenta la introspección*
- *Hace pensar fuera de la casa*
- *Entretiene o divierte*
- *Estimula la imaginación*

*El ocio negativo*

- *No aporta nada*
- *Destruye por el placer al caos*
- *Fomenta la laguna mental*
- *Crea una mentalidad idiotizada*
- *Aburre*
- *Entorpece el razonamiento”*

(LosFuerte.com, 2014)

#### 3.5.4. Beneficios de la clase de educación física

La clase de educación física da muchos beneficios a nivel corporal y mental, ya que mediante una infinidad de actividad bien sistematizadas, programadas, planificadas y bien guiadas por el profesor de la misma, permite que el estudiante se forme valores morales, éticos e incluso cívicos y forma o inculca el habito al ejercicio físico para toda la vida en familia, como medio del aprovechamiento del tiempo libre u ocio positivo, a continuación se mencionan algunos beneficios o características de la clase de educación física:

- *“Ampliar y diversificar sus posibilidades motoras.*
- *Desarrollar las cualidades motoras básicas que conforman la aptitud física.*
- *Propiciar el desenvolvimiento de los elementos que intervienen en el desarrollo psicomotor.*
- *Favorecer un adecuado desarrollo morfo funcional.*
- *Canalizar su amplia necesidad de expresión cinética.*
- *Estimular y favorecer un adecuado proceso de socialización.*
- *Propiciar un comportamiento más autónomo.*

- *Favorecer la seguridad y la estabilidad emocional.*
- *Preservar la salud.” (Ximenarp, 2007)*

La educación física no se enfoca en una sola cosa, no es limitante, sino que le permite al ser humano integrarse con facilidad en otras áreas de la vida diaria, podría decirse que la educación física es la base de otras áreas académicas como la matemática, el lenguaje, etc. Que tienen como base las capacidades motrices, que la educación física se encarga de identificar y desarrollar, mediante las actividades lúdicas deportivas recreativas etc., en mejora de la corporeidad del estudiante mediante el movimiento con una diversidad de actividades bien dirigidas por el profesor de educación física.

#### 3.5.5. Ser biopsicosociolaboral

Se les puede llamar así a las personas modernas, que tienen que encontrar un equilibrio entre estos cuatro aspectos, que más que la educación física para lograrlo, ya que abarca muchas cosas, lo principal es lograr el desarrollo integral de los seres humanos por igual, mediante la actividad física que mejora la corporeidad y destrezas motoras necesarias para mejorar la calidad de vida, es por eso que la educación física logra o quiere lograr en los seres biopsicosociolaborables. La educación física es interdisciplinaria, es decir integra varias disciplinas que le ayudan al estudiante a desenvolverse en una sociedad cada vez más exigente, les enseña la importancia del ejercicio físico en la vida, evita el sedentarismo, las enfermedades como obesidad, que se está convirtiendo en una pandemia que ataca fuertemente a la humanidad y su mayor aliado es la tecnología que día a día hace seres sedentarios, problema que ha empezado a tomar mucha afluencia en la niñez, cosa que el profesor de educación física, debe ir rompiendo creando seres biopsicosociolaborables activos al cien por ciento que sepan dosificar su tiempo para tener espacio para la actividad física, que le ayudara a prevenir problemas de índole cardiaco, buscar trabajar en equipo y desenvolverse laboralmente en un mundo muy competitivo, así mismo la educación física permite visualizar campeones olímpicos.

Es así que en los cuatro pilares que ayuda la educación física son vistos de mucha importancia para lograr el desarrollo integral de la juventud. Los cuatro pilares son: *biológico*, permite lograr el equilibrio interno y externo del cuerpo del ser o estudiante, evitando o controlando mediante la actividad física las enfermedades relacionadas con el sedentarismo como la obesidad; dar hábito y la adopción al ejercicio físico. *Psicológico*, permite equilibrar al ser, con la autorrealización, a sentirse seguro de sí mismo, capaz de competir en una sociedad cada vez más demandante. *Social*, aprovechando el tiempo libre en ocio positivo, permite al ser, sociabilizar con otros grupos, que se ayudaran entre si logrando un buen trabajo en equipo tanto en el núcleo familiar como social. Y *laboral*, ya que el ser, al organizarse realizara actividad física que le disminuirá sus niveles de estrés laboral; y al regresar después de una buena actividad física familiar o social, podrá sentirse como se dice vulgarmente con la batería recargada para seguir en su pilar laboral.

Lograr este equilibrio en el ser biopsicosociolaboral, se inicia en la familia los padres, deben inculcar en los hijos el equilibrio en estos cuatro pilares muy importantes que le ayudaran a tener una mejor calidad de vida; en la familia es la primer escuela, luego vienen los profesores que terminara de formar un excelente ser biopsicosociolaboral, que mejor que la educación física para contribuir a formar seres independientes, autónomos que mediante el hábito a la actividad física, logren el desarrollo integral que les lleve a tener una mejor calidad de vida, cambiando la mente negativa que tiene la sociedad con respecto a la educación física, que según algunas sociedades no sirve para nada, cuando sabemos que perfectamente no es así, la educación física debe interesar a la humanidad a realizar actividad física para toda la vida en familia.

- Desde el punto de vista del estudiante

El estudiante para ser un ser biopsicosociolaboral, su única regla para serlo es. ser más responsable, participativo, no dependiente de la tecnología buscar unirse a un grupo donde realicen ocio positivo, de cualquier índole, como

deportivo, recreativo, lúdico o simplemente actividad física por disfrute, sin descuidar sus estudios y tomarle mucha importancia a la clase de educación física por ser la base de todas las demás áreas académicas y educativas que su principal objetivo es lograr el desarrollo de las habilidades coordinativas, mediante las diferentes actividades que se realizan mediante el movimiento.

- Desde el punto de vista del profesor

Como profesor de educación física o cualquier otro profesor, debe predicar con el ejemplo enseñando a los estudiantes la importancia de lograr o tener un equilibrio de un ser biopsicosociolaboral activo, que tenga en el tiempo libre hábitos al ejercicio que le permiten tener salud mental, salud física, sociabilizar con la familia, su sociedad y su comunidad, mediante actividades físicas, recreativas, lúdicas y deportivas que le permitan sentirse mejor en su trabajo y saber hacer su tiempo para realizar actividad física favorable, saber organizarse.

#### 3.5.6. Fenómenos sociales

*“Un fenómeno social es aquel suceso que resulta de una sociedad desordenada y que tiene como consecuencia el desequilibrio de esta. Es decir; vivimos en una sociedad donde existe la discriminación, la delincuencia el maltrato a los demás, la explotación de personas, niño y adulto, etc. Esta es una sociedad desequilibrada y por esta razón se dan los fenómenos antes mencionados, ósea que algunas personas piensan que si vivieron en la violencia también deben tratar a los demás con violencia, si fueron discriminados también discriminan a los demás, bueno a quienes piensan así pero deben darse cuenta que eso está muy mal si recibieron malos tratos deben de tratar bien a los demás, si fueron discriminados no deben discriminar, si fueron explotados no deben explotar a los demás al contrario deben ayudar a quienes lo necesiten sea quien sea y no tratarlos con la misma manera en que nos tratan para no seguir fomentando los fenómenos sociales y de esta manera tener una vida mejor.” (conalep139mayra, 2010)*

Esto es lo que ha venido a afectar a la sociedad, a la niñez y juventud específicamente, debido al siguiente problema o fenómeno social, que es uno entre muchos, pero es el esencial que se puede mencionar que le ha venido a dar la problemática a la falta de interés de participar en la clase de educación física, y más aún los malos pensamientos de algunos adultos, es la desintegración y/o violencia familiar.

- Desintegración familiar y/o violencia familiar

La base al parecer de todos los problemas sociales, aunado al maltrato o violencia familiar, ya que a partir de aquí al sentirse los niños en desamor, su estado emocional o autoestima baja desvaloran su auto concepto, no disciernen entre el bien y el mal, no conocen los límites de que está bien o mal, caen en las calle y lastimosamente no en buenas manos, sino en muy malas manos que los obligan a delinquir, esto se ha convertido en un círculo vicioso, que cada vez más involucra a niños más pequeños de edad.

Otro problema que afecta gravemente es la economía, que por falta de empleos dignos, los padres no pueden llevar el sustento necesario a la casa, lo que provoca la desnutrición en nuestros estudiantes, que en la clase de educación física no rinden en óptimas condiciones, así es que otro de los grandes fenómenos sociales que afectan al desarrollo integral de los chicos es el desempleo. Las tribus urbanas (maras o pandillas), lo que más está destruyendo a la sociedad, cada vez son más jóvenes los que las integran. La drogadicción, alcoholismo y el tabaquismo, es otro fenómeno que priva a mejorar la calidad de vida de la niñez y adolescencia, cada vez es más el número de víctimas a estas situaciones.

La tecnología es otro fenómeno que ha motivado a que nuestra sociedad de todos las edades se vuelvan sedentarios, ya que a muchos padres es más fácil darle el teléfono a su hijo para que juegue, encenderle la televisión para que este quieto, esto no le permite desarrollarse en actividades al aire libre que le ayudaran

al estudiante tener mejores capacidades motrices para que cuando llegue a la escuela tenga la suficiente habilidad coordinativa, actitud positiva para realizar satisfactoriamente la clase de educación física, en un ambiente sano y agradable que lo motive a tener una cultura a la actividad física en su comunidad. Los padres deben regularles a sus hijos el uso de la tecnología, para que no se vuelvan dependientes de ella, enseñarles el interés por una adecuada actividad física familiar y social.

El profesor de educación física debe cambiar el pensamiento negativo de muchos padres y hasta autoridades con respecto a realizar actividad física para lograr vencer con la fuerza del caso, el sedentarismo de muchas familias que el fin de semana prefieren pasar pegados al televisor o simplemente descansar, sin saber que realizando actividad física adecuada y progresiva, también se puede descansar el cuerpo, e incluso conciliar de mejor forma el sueño.

### 3.6. Ámbito laboral

#### 3.6.1. El rol del profesor de educación física en el ámbito laboral

- Definición de laboral

*“Se entiende por laboral a todas aquellas situaciones o elementos vinculados de una u otra forma con el trabajo, entendido este último como cualquier actividad física o intelectual que recibe algún tipo de respaldo o remuneración en el marco de una actividad o institución de índole social”. (ABC, 2007)*

Todas las comunidades educativas, administrativas, como el MINEDUC<sup>2</sup>, la DIGEF, hasta el estado, empezando por el estudiante, el padre de familia, la comunidad, la infraestructura, el personal docente, los recursos didácticos, todos juntos tienen la labor de lograr el desarrollo integral del estudiante para mejorar su calidad de vida en pro de una sociedad que aproveche su tiempo libre en un ocio positivo que lleve al país en subdesarrollo a desarrollo. Cada quien debe

---

<sup>2</sup> Ministerio de Educación

desempeñar su labor como debe ser, ya que cada uno independientemente de lo que haga recibe su remuneración, que le permite tener una mejor calidad de vida, el labor del estudiante es dedicarse a sus estudio y el labor del profesor es enseñarle y crear un ser biopsicosociolaborable equilibrado y desenvuelto en una sociedad cada vez más exigente.

Si hacemos bien nuestro trabajo logrando formar el habito a la actividad física mediante el desarrollo de las capacidades motrices, utilizando herramientas como los juegos tradicionales aprovechados en nuestro tiempo libre en la parte del ocio positivo se puede controlar el estrés acumulado de una ardua semana laboral o día laboral, la actividad física o educación física nos brinda los siguientes beneficios

- Optimiza la azúcar en la sangre
- Optimiza los niveles hormonales de la función cerebral máxima
- Mayor concentración en lo que se hace
- Maximiza el rendimiento laboral
- Aumenta la función del cerebro
- Aumenta la memoria
- Aumento del funcionamiento intelectual

### 3.6.2. Base legal

- Decreto número 76-97

La dirección General de Educación Física (DIGEF) es el órgano responsable de coordinar y cumplir la filosofía y la política, así como de seguir las directrices dictadas en materia de educación general y de educación física, según lo establecido en el decreto Numero 76-97 del congreso de la república, Ley Nacional para el desarrollo de la cultura física y el deporte; y a las atribuciones que le otorga el reglamento orgánico interno del Ministerio de Educación. Tiene como objetivo esencial promover la práctica sistemática de la educación física, la recreación y el deporte, en todos los niveles del sistema educativo nacional tanto



en el sistema escolar como en el extraescolar. Algunas funciones de la Dirección general de Educación Física (DIGEF)

- Promover la práctica sistemática de la educación física en todos los niveles del sistema educativo nacional.
  - Descentralizar y regionalizar la práctica de la educación física
  - Elaborar y aprobar los planes y programas de educación física, para todos los niveles y ciclos educativos
  - Autorizar y supervisar el funcionamiento de centro educativos oficiales como privados de formación de docente de educación física dentro del sistema educativo nacional
  - Dirigir, ejecutar, evaluar y supervisar los proyectos programas y acciones de educación física, de acuerdo a las políticas educativas que se dicten
  - Promover el mecanismo de integración interinstitucional e intersectorial con entidades afines a la educación física.
- Consejo de DIGEF

El consejo de la Dirección General de Educación física se constituye como un órgano asesor, coordinar y regulador de las políticas, proyectos, directrices y estrategias de dicha dirección. Se integran por Convocatoria del Ministerio de Educación con los siguientes miembros.

- El director General de Educación Física, Quien lo preside
- Un delegado de la presidencia de la Republica
- Un representante del despacho del ministerio de educación
- Un representante por las asociaciones de maestros de educación física
- El director de la escuela Normal Central de Educación física
- Un representante del Ministerio de Salud pública y asistencia Social
- Un representante de la unidad académica de educación física superior de la Universidad de San Carlos de Guatemala.
- Un representante de la unidad académica de educación física superior de las universidades Privadas de Guatemala.

- Otros miembros que el Despacho Ministerial a través de su titular determine integrar.<sup>3</sup>

### 3.6.3. Rol de los padres, familiares, docentes, sociedad y el Estado ante la educación de los niños y jóvenes.

Si la comunidad desea crear seres biopsicosociolaborables sanos que busquen el desarrollo integral, para mejorar la calidad de vida humana, deben unirse y que cada quien realice su rol de la mejor forma posible. Como se mencionó anteriormente la familia es la base donde se forman a los niños es su escuela inicial, es por eso que los padres deben preocuparse por hacer mejores personas a sus hijos, no solo con amor, ni solo con corrección, sino con ambos, como padres deben saber cuándo dar amor y cuando dar corrección y cuando dar ambos, el Estado debería de preocuparse por crear programas publicitarios o capacitaciones donde enseñen a ser padres, como padres deben inculcar la importancia de realizar una buena educación física no solo en la escuela, sino en familia; y no solo el núcleo familiar papa – mama – hermanos, sino que también toda la demás familia debe involucrarse en el desarrollo integral de los estudiantes.

Los profesores, en especial el de educación física debe inculcar el hábito a la actividad física en los estudiantes, dándoles a entender que es la mejor medicina del futuro.

La sociedad es otro agente importante en la formación de seres más independientes, y ¿cómo la sociedad contribuye? no destruyendo, ni ensuciando parques, calles, etc., que es en donde se puede realizar muy cómodamente una actividad física programada y sistematizada, en bien de la comunidad.

Y lo más importante en todo esto “EL ESTADO” que es el encargado de velar por el bienestar de su país, y que mejor forma de hacerlo brindando buen

---

<sup>3</sup> Decreto Numero 76-97 ley Nacional para el desarrollo de la cultura Física y el Deporte.

material didáctico por medio de la DIGEF para trabajar en óptimas condiciones la clase de educación física, crear plazas para docentes de educación física y que mejor capacitar a un nivel muy alto a los profesores, no solo de educación física, sino todos los profesores por igual.

El docente de educación física, es uno de los encargado de crear valores y principios morales, éticos, etc. en los estudiantes y que mejor que hacerlo mediante la educación física bien estructurada que le permita al estudiante lograr un desarrollo integral tanto en el ámbito biológico, psicológico, social y laboral, es por eso que el profesor debe amar lo que hace, capacitarse en su área específica para poder ayudar a los estudiantes a mejorar su calidad de vida, estar a la vanguardia de las evoluciones tecnológicas de cualquier índole.

#### 3.6.4. Educación física

- Definición

*"La educación física es la disciplina que abarca todo lo relacionado con el uso del cuerpo. Desde un punto de vista pedagógico, ayuda a la formación integral del ser humano. Esto es, que con su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior. De igual manera, se promueve el disfrute de la movilización corporal y se fomenta la participación en actividades caracterizadas por cometidos motores. De la misma manera se procura la convivencia, la amistad y el disfrute, así como el aprecio de las actividades propias de la comunidad."* (Wikipedia, Wikipedia la Enciclopedia Libre, 2011)

El profesor de educación física debe interesar al estudiante, cambiar la mentalidad de los padres de familia e incluso a los mismos profesores, que mediante las actividades tanto físicas como lúdicas que se realizan para identificar las capacidades motrices del estudiante, se logra desarrollar las habilidades coordinativas; se debe buscar el desarrollo integral y desinhibir al estudiante, para que sea un ser humano que pueda tomar sus propias decisiones, para que tenga una mejor calidad de vida y pueda ser capaz de vivir en una sociedad con muchas

cosas malas como buenas; que pueda discernir entre lo bueno y lo malo; tome conciencia propia de tomar lo bueno de las cosas y desechar lo que no le sirva, así mismo el profesor, en especial el de educación física debe capacitarse para estar a la vanguardia de los avances tecnológicos y educativos, para tener una mejor clase y solicitar a sus superiores material didáctico adecuado en buen estado y capacitaciones para impartir la misma.

Una buena educación física progresiva, sistematizada, planificada, permitirá inculcar en los estudiantes valores éticos, morales, cívicos etc., para que así puedan formar sus familias con buenos cimientos. La clase de educación física en sí tiene inmersos todo tipo de valores, por ejemplo la higiene personal, el respeto a sí mismo y a los demás, la sociabilización sana y plena, etc., que le permite ser un ser bio-psico-socio-laboral capaz de afrontar situaciones reales de la vida, formando familias integradas que no sean afectadas o desintegradas por los problemas o fenómenos psicosociales actuales, que afectan en sí el interés por la buena práctica de la educación física; como la desintegración familiar, desnutrición, desempleo, entre muchos más. Para lograr el desarrollo integral de los estudiantes, se debe fomentar el hábito hacia el ejercicio físico durante toda su vida activa, y así mismo no pierda sus capacidades motrices.

- Estructura

Para identificar las capacidades motrices y lograr el desarrollo de las habilidades coordinativas, se estructura de la siguiente forma:

*“La clase de Educación Física está dividida en 3 fases o momentos:*

- *Fase (inicial o de puesta en acción): es la fase de recibimiento e información: favorece el encuentro recibiendo y saludando a los estudiantes. Indica las formas de organización que se van a utilizar. Explica la importancia que tiene aprender “bien” lo que se va a tratar. No debe exceder de un 20% del tiempo destinado a la clase. Se destina a actividades preliminares de organización, introducción y la adaptación especial del cuerpo para el trabajo posterior de mayor intensidad así como la preparación psicológica de los y las estudiantes.*

Tabla No. 1. Estructura de la clase de educación física

1. Fase de Adaptación o Inicial	2. Fase Principal	3. Fase Final
Entrada en calor mediante actividades de locomoción y coordinación general. Ejercicios genéricos de activación. Movilización general de todo el cuerpo.	Fase de logro de objetivos: Actividades intencionales para el logro de objetivos. Secuenciación de las tareas. La interacción social como facilitador del aprendizaje. Ocupa aproximadamente el 60% del tiempo previsto para la sesión de clase. Se destina para el logro de los objetivos propuestos mediante los ELEMENTOS de fijación, el control, la aplicación o la medición según sea el tiempo de clase	Fase de vuelta a la calma: Actividades calmantes y/o de relajación si la sesión ha sido destinada a un contenido de gran esfuerzo o intensidad. Juegos reposados si la actividad ha sido excesivamente enérgica.

Fuente: Elaboración propia

- Fase de análisis de los resultados: Síntesis o verbalización de las experiencias realizadas, intensidad del trabajo, etc. Reflexión de lo conseguido y su relación con lecciones precedentes y actuaciones futuras. Despedida de los estudiantes.” (Encina, 2014)

La fase puesta en acción, es como la charla, la antesala, la sociabilización con los y las estudiantes, que permite romper el hielo, interesar al estudiante, cambiarle la mentalidad con respecto a la clase de educación física y que la disfrute, que la vea como una herramienta de mejorar la manifestación de su corporeidad, mediante actividades motoras y lúdicas dirigidas. Formarle al estudiante el habito a la actividad física, como medio para su desarrollo integral y coordinativo de sus capacidades motrices, con el método biopsicosociolaboral (equilibrio y tiempo aprovechado)

La fase de adaptación o inicial; la fase inicial, la fase principal y la fase final: son las que van bien estructuradas y dosificadas en el formato de micro ciclo, es

donde se realizan las cargas físicas adecuadas que determinaran el desarrollo físico e intelectual de los estudiantes; identificar las capacidades motrices para desarrollar sus habilidades coordinativas. Es buscar cumplir con los objetivos propuestos.

La fase de análisis de los resultados, no es más que la satisfacción o la crítica sobre el trabajo realizado, es la reflexión de que se puede mejorar, quitar o poner en nuestra planificación, es el momento de evaluar mediante la observación el estado de ánimo de los estudiantes, es la despedida de los mismos y lograr el interés a que vuelvan con deseos de realizar nuevamente la clase de educación física.

#### 3.6.5. Hábito al ejercicio físico

Se sabe bien que para formar un hábito de cualquier índole requiere de mucho tiempo y paciencia, se recomienda tomar en conciencia formar el hábito al ejercicio físico, tal como se ha hecho con el aseo personal, el comer, el dormir a ciertas horas, ser responsable en el trabajo, etc., así mismo se puede formar el hábito a la actividad física, solo es cuestión de tener un porqué de las cosas, comemos porque tenemos hambre, nos aseamos porque queremos estar limpios, y así podemos mencionar un sin número de cosas de por qué hacemos algo. Entonces porque no hacer actividad física o ejercicio físico y formar el hábito. Para que se produzca el hábito al ejercicio físico, deben tomarse motivos, y que mejor motivo que el de la salud; es por lo mismo que se debe iniciar las sesiones de trabajo físico con poquito y poco a poco ir aumentando el tiempo de trabajo de ejercicio físico, se debe programar después de algo para que se vaya formando el hábito, por ejemplo: hacerlo después del trabajo, después de recoger a sus hijos, o después de dejarlos en el colegio, es así como se debe crear una rutina que permita ir creando el hábito a la actividad física, siempre recordando no sobrecargar el tiempo de trabajo y lo más importante tener un chequeo médico constante que permita definir el estado físico antes de iniciar a ejercitarse, recordando empezar con poquito e ir aumentando poco a poco la carga física y el tiempo efectivo de trabajo buscar un espacio cómodo y adecuado que permita

sentirse gozoso de realizar actividad física progresiva, por ejemplo en un parque en donde se encuentra mucha gente realizando actividad física para la salud, le animara también a llevar una rutina diaria sana de trabajo. Tener tiempo a la actividad física antes, durante o después del trabajo.

#### IV. Marco operativo

##### 4.1. Diseño de la investigación

##### 4.1.1. Equipo de investigación

La muestra de las 6 secciones para un total de 30 estudiantes, la directora y claustro de docentes de 4to, 5to y 6to, la asesora de la investigación y el estudiante investigador de PADEP/DEF

No.	Investigador principal	Muestra	Personal docente de la institución educativa
1	Daniel Marroquin Lemus	5 estudiantes de cuarto primaria sección "A"	Directora del establecimiento
2	Licenciada Sonia Judith Villatoro Jácome	5 estudiantes de cuarto primaria sección "B"	2 docentes de cuarta primaria
3		5 estudiantes de quinto primaria sección "A"	2 docentes de quinto primaria
4		5 estudiantes de quinto primaria sección "B"	2 docentes de sexto primaria
5		5 estudiantes de sexto primaria sección "A"	
6		5 estudiantes de sexto primaria sección "B"	
<b>Total</b>	<b>2</b>	<b>30</b>	<b>7</b>

Fuente: elaboración propia

##### 4.1.2. Presupuesto

La parte económica de la investigación.

No.	Recursos materiales	Costo
1	2 resmas de papel bond tamaño carta	Q.60.00
2	Tinta	Q.90.00
3	Mensualidad internet Claro Q.160.00 x 6 meses	Q.960.00
4	Transporte Q.100.00 x 6 meses	Q.600.00
5	Alimentación	Q.200.00
6	Hidratación	Q.90.00
7	Fotocopia de instrumentos de evaluación	Q.10.00
	<b>Total</b>	<b>Q.2,010.00</b>

Fuente: elaboración propia



### 4.1.3. Programación

El cronograma de toda la investigación que comprende del 15 de septiembre de 2015 al 16 de abril de 2016

No.	Temporalidad <sup>4</sup> Actividad	09- 2015	10- 2015	11- 2015	12- 2015	01- 2016	02- 2016	03- 2016	04- 2016
1	Análisis de contexto								
2	Priorización de temas de investigación								
3	Formulación Plan de Investigación								
4	Planteamiento del problema								
5	Justificación								
6	Análisis de objetivos								
7	Estado del arte								
8	Marco teórico								
9	Aplicación de instrumentos								
10	Formulación Informe Final de Investigación								
11	Análisis de datos								
12	Interpretación de resultados								
13	Conclusiones y recomendaciones								
14	Examen privado de la sistematización								
15	1ª. Revisión informe								
16	2ª. Revisión informe								
17	Aprobación informe para la graduación								

Fuente: elaboración propia

<sup>4</sup> Mes - año

## V. Presentación de resultados

### 5.1. Análisis de datos

30 niños y niñas entre los 10 y 14 años

No.	Población	Edad	Genero
1	30	De 10 a 14 años	15 niñas
2			15 niños

Fuente: elaboración propia

### 5.2. Interpretación de resultados

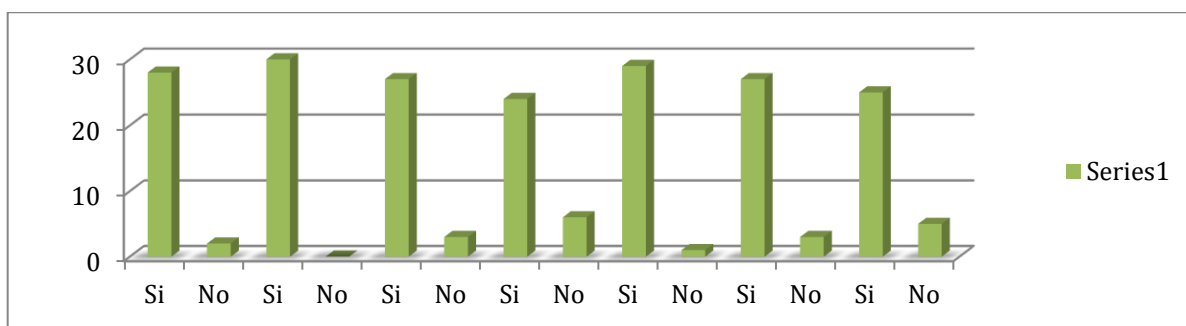
#### 5.2.1. Guía de observación de las capacidades motrices

- Muestra 30 estudiantes

Fue lo que se observó en los estudiantes durante la aplicación de las guías de evaluación de las capacidades motrices

¿Participa de manera propositiva durante la actividad de desplazamiento: caminar, correr, saltar?		¿Reconoce que necesita realizar actividades para mejorar su lateralidad?		¿Reproduce sistemáticamente las orientaciones espaciales?		¿Amplía su habilidad coordinativa en los fundamentos de bilateralidad simultáneo, alternos y disociados?		¿Supera su nivel de habilidad motriz con las capacidades de equilibrio estático y dinámico?		¿Mejora su coordinación óculo mano, óculo pie?		¿Mejora su capacidad de coordinación motriz para su rendimiento en la práctica del ritmo con y sin elementos?	
Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No
28	2	30	0	27	3	24	6	29	1	27	3	25	5

Figura No. 3. Observación de capacidades motrices



Interpretación: la mayoría de los estudiantes mostraron interés en las actividades, fueron pocos los que se observó que no, debido a circunstancias como la falta de interés, timidez al tipo de actividad por ser de carácter lúdico participativo individual y grupal.

#### 5.2.2. Guías de evaluación de las capacidades motrices

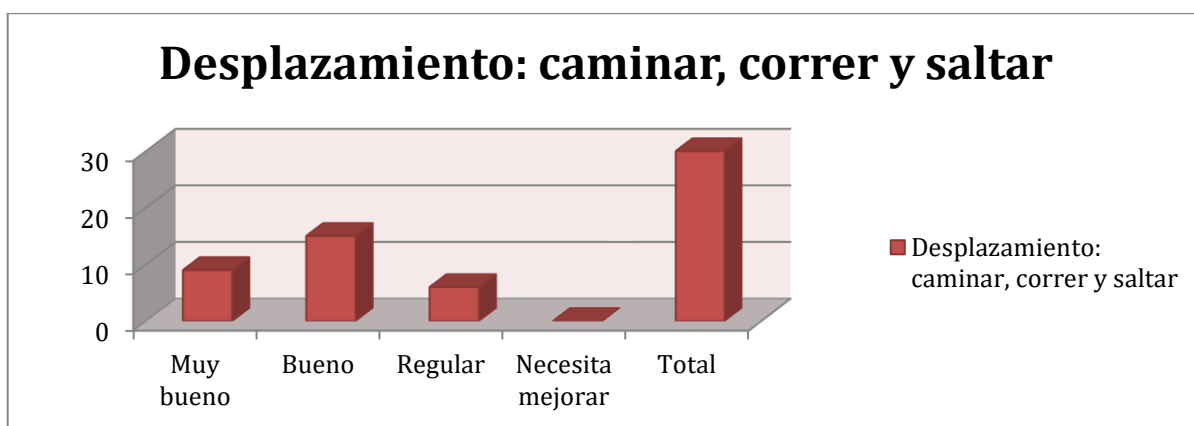
- Muestra 30 estudiantes

Juego: "quita la Cola"

Capacidad coordinativa	Muy bueno	Bueno	Regular	Necesita mejorar	Total
Desplazamiento: caminar, correr y saltar	9	15	6	0	30

Fuente: elaboración propia

Figura No 4. Resultados del juego lúdico quita la cola



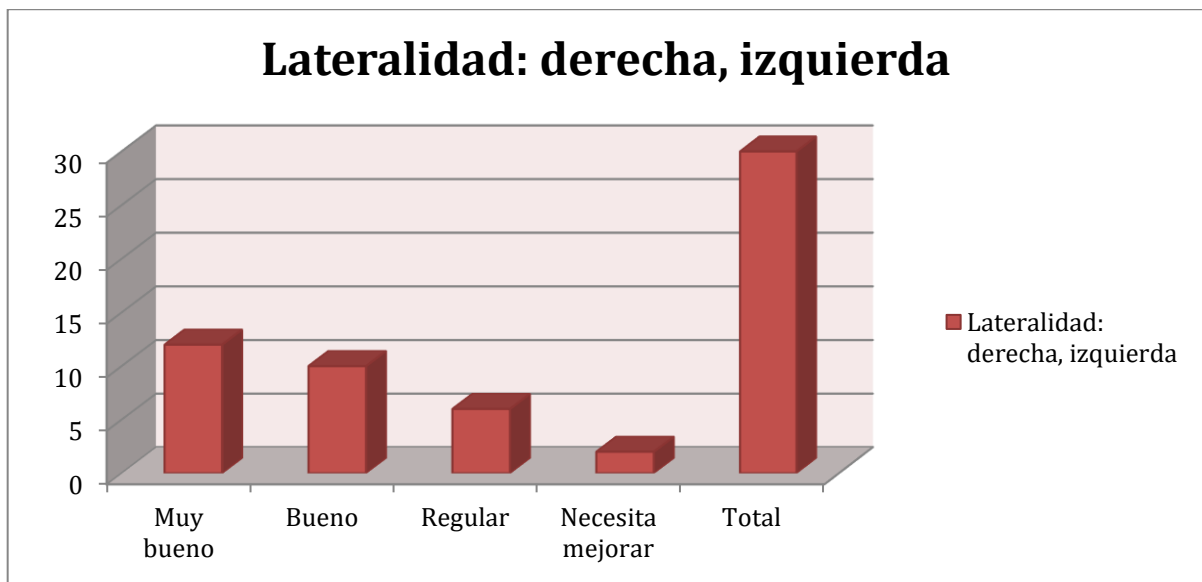
Interpretación: se observó dificultad en el desplazamiento por la ansiedad a querer quitar la cola, por lo mismo se distraía y no realizaba el tipo de desplazamiento designado.

Juego: "Cincho Caliente"

Capacidad coordinativa	Muy bueno	Bueno	Regular	Necesita mejorar	Total
Lateralidad: derecha, izquierda	12	10	6	2	30

Fuente: elaboración propia

Figura No. 5. Evaluación de la lateralidad de los estudiantes



Interpretación: la mayoría conocen muy bien su lateralidad, el resto mostro dificultad debido a lo creativo de la actividad, que les resulto como distractor mental para recocer con dificultad su derecha y su izquierda, es cosa de poner más actividades de este tipo para que los estudiantes desarrollen de buena manera la habilidad coordinativa de esta capacidad motriz.

Juego: "Pájaro sin Nido"

Capacidad coordinativa	Muy bueno	Bueno	Regular	Necesita mejorar	Total
Orientación espacial: adelante - atrás, arriba - abajo, adentro - afuera y cerca lejos	19	6	3	2	30

Fuente: elaboración propia

Figura No. 6. Se evaluó a los estudiantes como se orientan en su espacio.



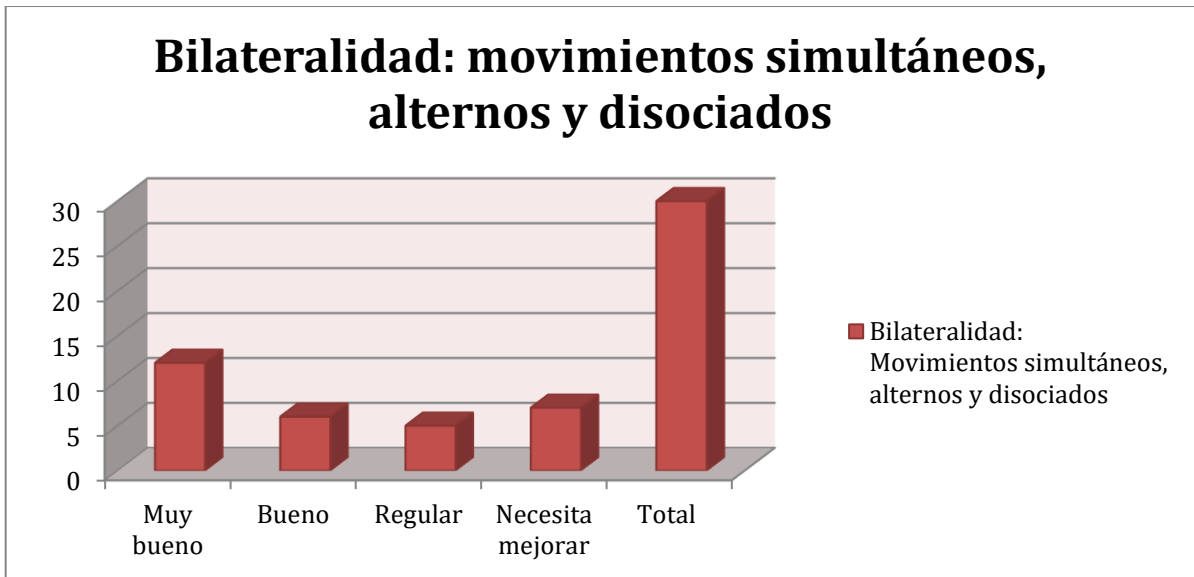
Interpretación: se pudo medir que de la muestra discrecional 19 de ellos se orientaba muy bien el resto está en muy bueno y regular, lo alarmante en esta evaluación fue encontrar a 2 estudiantes con dificultad en su orientación espacial, debido a la timidez y por lo mismo negarse un poco a la participación activa, realmente si es necesario más actividades de este tipo para interesar y desinhibir a los estudiantes.

Juego: "Salto de Cuerda"

Capacidad coordinativa	Muy bueno	Bueno	Regular	Necesita mejorar	Total
Bilateralidad: Movimientos simultáneos, alternos y disociados	12	6	5	7	30

Fuente: elaboración propia

Figura No. 7. Resultados de la evaluación de la bilateralidad



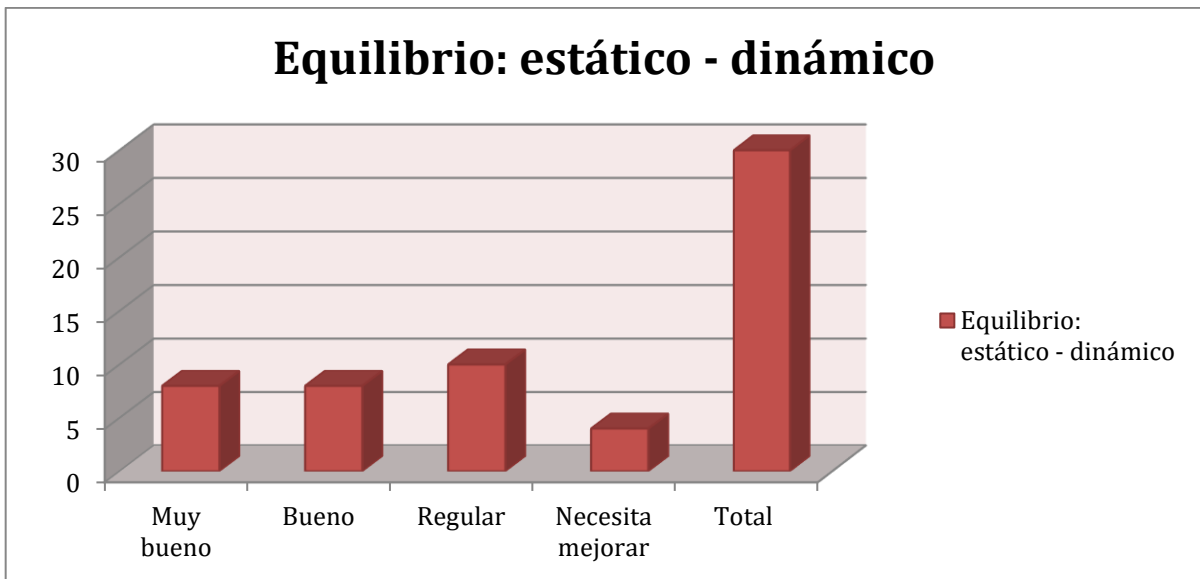
Interpretación: la bilateralidad algo muy importante en el estudiante para mejorar y coordinar la capacidad motriz del desplazamiento, por el movimiento de brazos y piernas que exige del desplazamiento en sí. Es recomendable que los estudiantes en su casa practiquen más el salto de cuerda en donde involucren los movimientos simultáneos, alternos y disociados que le permite el desarrollo neuronal para lograr un mejor desarrollo de las capacidades coordinativas.

Juego: “Un Dos Tres Cruz Roja Estatuas”

Capacidad coordinativa	Muy bueno	Bueno	Regular	Necesita mejorar	Total
Equilibrio: estático - dinámico	8	8	10	4	30

Fuente: elaboración propia

Figura No. 8. Evaluación del equilibrio



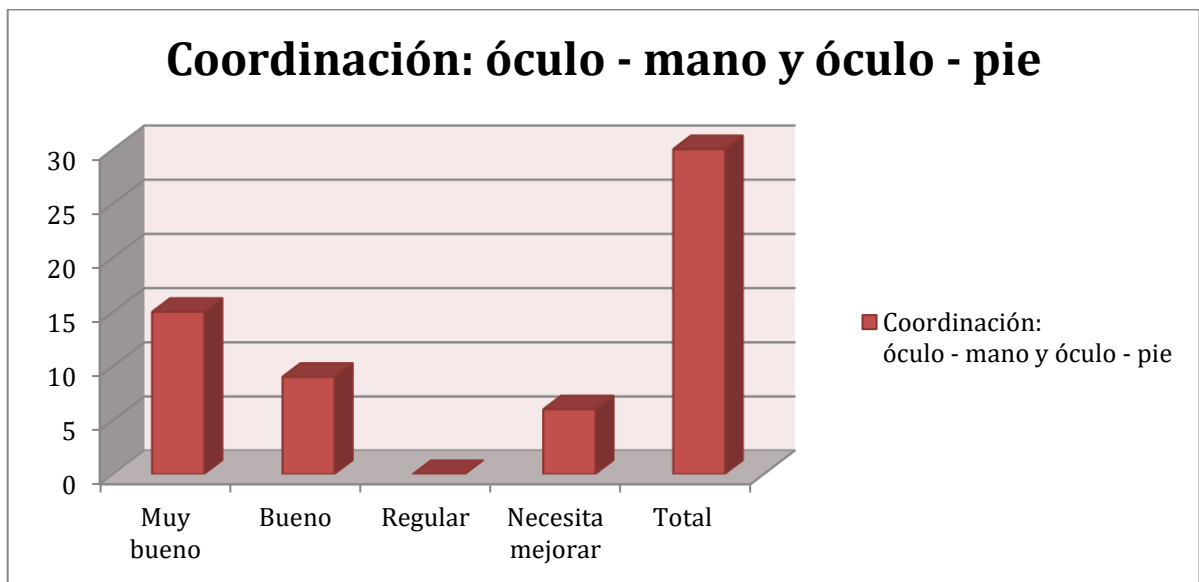
Interpretación: el desarrollo de la capacidad motriz del equilibrio en esta evaluación presento baja habilidad coordinativa, por lo mismo que se ha venido mencionando por lo lúdico de la actividad el estudiante se preocupaba más por ganar que por la evaluación del equilibrio, típico en esta edad. Pero con la aplicación constante de esta actividad el estudiante puede ir mejorando su equilibrio en distintas actividades de su vida diría.

Juego: "Futbol Araña"

Capacidad coordinativa	Muy bueno	Bueno	Regular	Necesita mejorar	Total
Coordinación: óculo - mano y óculo - pie	15	9	0	6	30

Fuente: elaboración Propia

Figura No. 9. Evaluación de como coordinada su sentido de la vista con sus extremidades superiores e inferiores.



Interpretación: capacidad motriz muy completa, que además de evaluar la coordinación óculo – mano y óculo – pie se pudo observar el desplazamiento en cuadrupedia, el resultado de la evaluación demostró que muchos niños necesitan de más práctica de estas actividades para mejorar esta habilidad coordinativa, el problema fue que evidenciaron mucho cansancio, lo cual les perjudico en su medición.

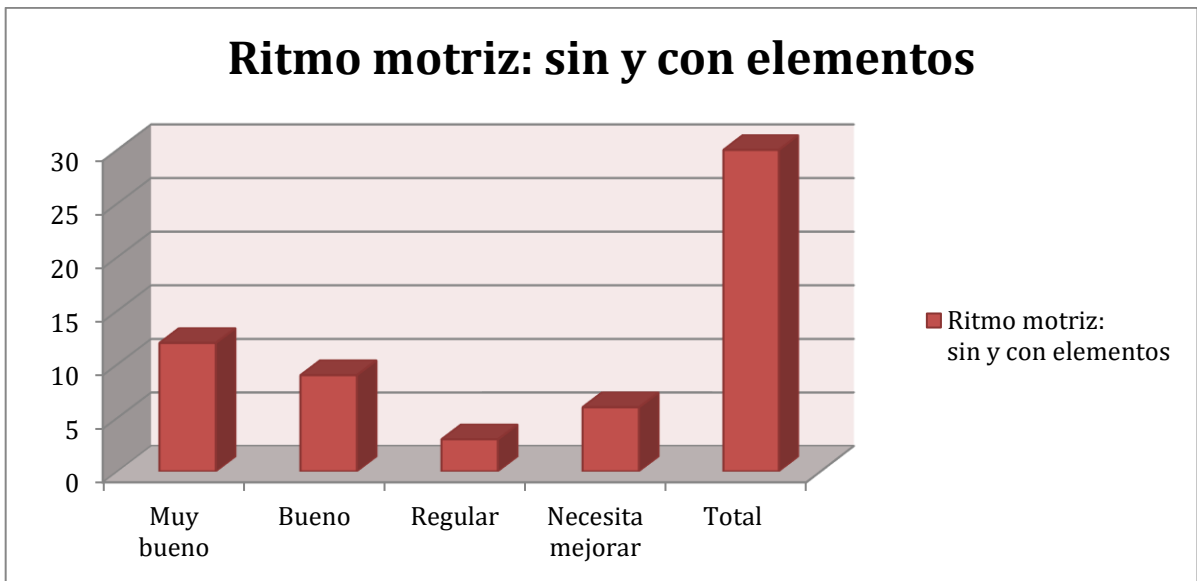


Juego: "Coreografía de una Canción La Macarena"

Capacidad coordinativa	Muy bueno	Bueno	Regular	Necesita mejorar	Total
Ritmo motriz: sin y con elementos	12	9	3	6	30

Fuente: elaboración propia

Figura No. 10. Evaluación del ritmo motriz



Interpretación: en esta evaluación se puede observar mucha dificultad en la capacidad motriz del ritmo, ya que los estudiantes no están acostumbrados a este tipo de actividad, mostraron mucha renuencia y timidez al tipo de actividad que prácticamente consistía en bailar.

## VI. Conclusiones

- Interesar y cambiar el pensamiento de los estudiantes, padres y algunos docentes de todas las áreas académicas y técnicas; como profesores de educación física del PADEP/DEF deben de capacitarse en nuevas corrientes educativas y tecnológicas, que le ayuden a ser un mejor profesional en su rama para impartir una mejor clase que le permita lograr el desarrollo integral de los estudiantes, mediante el desarrollo de las habilidades coordinativas.
- Estructurar mejor la clase para el desarrollo integral de los estudiantes, se debe tener el espacio adecuado de trabajo, el material didáctico necesario y el tiempo de dosificación de la misma para poder medir las capacidades motrices para lograr el desarrollo adecuado de sus habilidades coordinativas.

## VII.Recomendaciones

- Capacitar constantemente las áreas educativas y tecnológicas, para mejorar los métodos para identificar desde el ámbito biológico las capacidades motrices para el desarrollo de las habilidades coordinativas.
- Conocer más a los estudiantes tanto interna como externamente en los ámbitos biológicos, psicológicos, sociales y laborales para fomentar en ellos el hábito al ejercicio físico, mediante el avance del desarrollo próximo de las capacidades motrices.
- Crear en los estudiantes el profesionalismo de salir de su área de trabajo o escuela y expandirse a su comunidad o entorno de trabajo para hacer una mejor sociedad.
- Involucrar a toda la comunidad en la formación educativa de los estudiantes mediante el rescate de los juegos tradicionales.
- Rescatar los juegos tradicionales como medio para la unión familiar y medir o evaluar las capacidades motrices desarrolladas en la clase de educación física.

## VIII. Bibliografía

- Educacion Fisica*. (8 de febrero de 2016). Recuperado el 8 de febrero de 2016, de Educacion Fisica: [http://www.une.edu.pe/general/peda\\_perfil\\_fisica.htm](http://www.une.edu.pe/general/peda_perfil_fisica.htm)
- ABC, D. (- de - de 2007). *Definicion ABC tu Diccionario Hecho Facil*. Recuperado el 8 de febrero de 2016, de Definicion ABC tu Diccionario Hecho Facil: <http://www.definicionabc.com/social/tiempo-libre.php>
- B. Scott, P. (2016). Introduccion a la Investigacion y Evaluacion Educativa. En P. B. Scott, *Introduccion a la Investigacion y Evaluacion Educativa* (págs. 139, 137 y 138). Guatemala: Direccion General de Docenciaa, Didactica de Desarrollo Acaemico.
- Cabezas, M. M. (- de diciembre de 2001). *efdeportes.com*. Recuperado el 14 de febrero de 2016, de efdeportes.com: <http://www.efdeportes.com/efd43/benef.htm>
- conalep139mayra. (9 de abril de 2010). *Concepto de Sociedad*. Recuperado el 9 de febrero de 2016, de Concepto de Sociedad: <http://conalep139mayra.blogspot.com/2010/04/fenomeno-social.html>
- definiciones. (- de - de 2008). *Definicion.de*. Recuperado el 14 de febrero de 2016, de Definicion.de: <http://definicion.de/social/>
- Encina, D. (15 de Agosto de 2014). *SlideShare*. Recuperado el 14 de Febrero de 2016, de SlideShare: <http://es.slideshare.net/DarioEncina/momentos-de-la-clase-de-educacin-fsica-38037529>
- Escudero, D. (- de abril de 2009). *efdeportes.com*. Recuperado el 14 de febrero de 2016, de efdeportes.com: <http://www.efdeportes.com/efd131/la-educacion-fisica-y-la-formacion-integral-del-hombre.htm>
- lexicoon. (- de - de 2016). *diccionario*. Recuperado el 14 de febrero de 2016, de diccionario: <http://lexicoon.org/es/biologico>
- Lopez, J. (11 de marzo de 2015). *Etapas del desarrollo humano y sus características*. Recuperado el 14 de febrero de 2016, de Etapas del desarrollo humano y sus características: <http://etapasdeldesarrollohumano.net/etapas-del-desarrollo-humano-y-sus-caracteristicas/>

LosFuerte.com. (6 de septiembre de 2014). *Mini Aula*. Recuperado el 8 de febrero de 2016, de Mini Aula: <http://losfuerte.com/miniaula/que-es-el-ocio-positivo/>

Rivas, J. M. (27 de febrero de 2015). *Mini Aula*. Recuperado el 8 de febrero de 2016, de Mini Aula: <http://losfuerte.com/miniaula/que-es-el-ocio-positivo/>

RNEUD. (16 de abril de 2015). *TripleSunset*. Recuperado el 14 de febrero de 2016, de Psicología: <https://triplesunset.wordpress.com/2015/04/16/resumen-teoria-del-desarrollo-psicosocial-de-erik-erikson-parte-1/>

Wikipedia. (2 de agosto de 2011). *Wikipedia la Enciclopedia Libre*. Recuperado el

I

## IX.Anexo

### 9.1 Glosario

- “Contemporáneo: Se denomina como contemporáneo a todo aquello que sucede en el tiempo presente y que pertenece al período histórico de tiempo más cercano a la actualidad.
- Cultura: es el conjunto de formas y expresiones que caracterizarán en el tiempo a una sociedad determinada.
- Didáctica: es aquella rama dentro de la Pedagogía que se especializa en las técnicas y métodos de enseñanza destinados a plasmar las pautas de las teorías pedagógicas.
- Discapacidad: Se designa con el término de discapacidad a aquella limitación que presentan algunas personas a la hora de llevar a cabo determinadas actividades y que puede estar provocada por una deficiencia física o psíquica.
- Discernir: la distinción que es posible de realizar sobre dos cosas, cuestiones, alternativas, propuestas.
- Empírico: la usamos de manera extendida en nuestro idioma como adjetivo para calificar aquello que se encuentra basado y asociado a la experiencia, la práctica y la observación de sucesos.
- Faceta: admite diferentes usos dependiendo del contexto en el cual se la emplea.
- Integral: En términos generales, el término integral se utilizará cuando se quiera dar una idea de totalidad o globalidad alrededor de una determinada cuestión.
- Lúdico: se refiere a todo aquello propio o relativo al juego, a la diversión, es decir, un juego de mesa, una salida con amigos a un parque de diversiones son todas actividades lúdicas.
- Paradigma: La palabra “paradigma” viene del griego y significa “modelo” o “ejemplo”. La concepción de paradigma data de fines de la década del '60 y refiere a un determinado modelo de pensamiento o de interpretación de las

entidades que se corresponde con una disciplina y un contexto socio histórico dados. En cualquiera de los casos, un paradigma supone un determinado entendimiento de las cosas que promueve una forma de pensar en particular por sobre otras.

- Polifacético: El término polifacético es un adjetivo de tipo calificativo que se utiliza para designar a aquellas personas que pueden tener más de una faceta en lo que hace a su vida.







16.															
17.															
18.															
19.															
20.															
21.															
22.															
23.															
24.															
25.															
26.															
27.															
28.															
29.															
30.															

Fuente: elaboración propia

---

Vo.Bo. Director(a) del establecimiento

---

Profesor de Educación Física



10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									
29									
30									
Vo.Bo del director del plantel                      Profesor de educación física									

Fuente: elaboración Propia

### 9.3 Programa de Docencia

El rol del profesor de educación física de PADEP-DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito bio-psico-socio-laboral en nivel primario.

#### Programa docencia

- Objetivo

Fundamentar desde la teoría de aprendizaje socio constructivista el avance de la zona de desarrollo próximo en las capacidades motrices.

- Desarrollo temático.

El taller se organiza en tres sesiones. En la primera, de forma sencilla y directa, se analizan todas las capacidades coordinativas del niño. Desde la edad de 10 a 14 años.

La segunda sesión se completa en las actividades de motricidad adaptadas al estudiante con sus capacidades y que despierten emociones positivas, con el propósito de mostrar cuales son todas las capacidades que el estudiante debe de obtener.

En la tercera sesión se reflexiona sobre cómo llevar a la práctica estas ideas. Cada profesor/a compara las actividades de enseñanza con la guía que el capacitador les entregara.

- Método a utilizar

Con un contenido eminentemente práctico, utiliza el método de estudio de casos y juegos de rol como base para la reflexión y el aprendizaje. El trabajo en pequeños grupos, la puesta en común de los resultados y el diálogo entre todos los participantes, son la base para que cada uno/a de ellos/as descubra cómo los modelos de capacidades de motricidad pueden ayudar al estudiante a influir positivamente sobre todo el desarrollo motriz.

- Recursos:

Hojas, salón, pizarra, cañonera, marcadores, cartulinas, cancha, conos, cuerdas, aros, etc.

- Planificación y gestión de la docencia:

Ser capaz de poner en práctica las estrategias en dentro y fuera de aula, sobre todas las capacidades motrices para el desarrollo de las habilidades coordinativas

Tabla No. 2. Evaluación de las actividades por los participantes.

ASPECTOS A EVALUAR	MARQUE CON UNA (X) DE LO QUE OBSERVO EN EL CONFERENCISTA.	
	SI	NO
Los ejemplos fueron acorde al tema.		
Supo motivar la conferencia.		
Resolvió dudas.		
Utilizo bien su lenguaje con los demás docentes.		
Llevo a la práctica lo que se planteó en teoría.		
Utilizo material didáctico acorde al tema.		
Tuvo sentido este taller sobre los temas explicados.		
Considera conveniente realizar otro taller sobre el mismo tema.		

Fuente: elaboración propia

- Información general:

Duración: 5 horas.

Fechas \_\_\_\_\_ horario \_\_\_\_\_ y lugar de realización:

Se publicará el día \_\_\_\_\_

#### 9.4 Programa de Extensión

##### - Actividad Socio-recreativa Familiar

### Recuerda, Juega y aprende

#### - Dirigido a:

El Milagro Zona 6 de mixco, Guatemala Mixco En la Escuela Oficial Urbana Mixta Mariano Rossel Arellano.

#### - Lugar y Fecha:

6 marzo 2016- Colonia el Milagro

13 marzo 2016- Colonia el Milagro

20 marzo 2016- Colonia el Milagro

27 marzo 2016- Colonia el Milagro

#### - Organizadores

PEM Claudia Isabel Morales Molina

PEM Crisanto Oswaldo Tezén Chajón

PEM Elvis Mejía Gámez

PEM Carlos Balcárcel García

PEM Lester Ordoñez Sagché

PEM Daniel Marroquín Lemus

PEM Mynor Suhul Ajché

Director(a) y claustro de la Escuela Oficial Urbana Mixta Mariano Rossell Arellano Colonia El Milagro Zona 6 de Mixco Guatemala.

#### - Objetivo general

Adaptar Juegos Tradicionales En La Evaluación De Las Capacidades

#### Motrices

#### - Objetivos específicos:

Ejecutar los juegos en compañía de la familia promoviendo la participación activa de los asistentes.

Demostrar las habilidades de los diferentes grupos y las diferentes edades cronológicas.

Evidenciar las capacidades motrices de los participantes a través de los juegos tradicionales

- Desarrollo temático:

Esta actividad tiene como fin promover la participación integral de las familias en actividades físicas. La aplicación de juegos tradicionales será el medio para alcanzar una integración de la comunidad educativa a la formación de los estudiantes. Además de los beneficios que podrán obtener con la práctica de actividad física.

La invitación a la participación, está abierta a las personas que pertenezcan a los sectores de referencia según calendario.

Se coordinará con la municipalidad del lugar, para el apoyo de insumos, hidratación, alimentación y algunos de los juegos tradicionales que se necesiten.

Al finalizar la actividad se agradecerá a los establecimientos y otorgara un diploma haciendo constar que es un establecimiento activo y lúdico.

Tabla No. 3. Cronograma de actividades

Hora inicia	Lugar y Fecha				Hora Finaliza	OBSERVACIONES
	6 marzo Aldea Agua Caliente	13 marzo Aldea el Hato	20 marzo Aldea El Chorro	27 marzo Casco Urbano		
7:30	Llegada y organización de material				8:00	
8:00	Llegada de los grupos de trabajo				8:10	
8:10	Actividades (PEM) Juego				11:30	
11:40	Hidratación, Refacción, Evaluación				12:00	
12:00	Retorno a Hogares					

Fuente: elaboración propia

- Listado de juegos: Rondas, avión cuerdas, etc.
- Juegos cooperativos
- Llevar el vaso
- Sacar el ladrillo del círculo
- La autopista
- Pasar la pelota por la canaleta



- Sacar los aros del ladrillo

Tabla No. 4. Recursos

Material didáctico	Recurso humano	Otros recursos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aros</li> <li>- Conos</li> <li>- Cuerdas</li> <li>- Yoyos</li> <li>- Trompos</li> <li>- yax</li> <li>- Capiruchos</li> <li>- Pelotas De Tenis</li> <li>- Cajas</li> <li>- Paracaídas</li> <li>- Pita</li> <li>- Pelotas De Esponja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Maestros</li> <li>- Alumnos</li> <li>- Padres de familia</li> <li>- Directores</li> <li>- Organizadores</li> <li>- Municipalidad</li> <li>- Bomberos Municipales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sonido</li> <li>- Transporte</li> <li>- Tarima</li> <li>- Bolsas para basura</li> <li>- Hidratación</li> <li>- Refacción</li> </ul>

Fuente: elaboración propia

- Evaluación de la Actividad

Se realizara junto a Directores y maestros un FODA de la actividad.

Tabla No. 5 Evaluación FODA

Fortalezas	Oportunidades	Debilidades	Amenazas

Fuente: elaboración propia

PEM. Daniel Marroquin Lemus  
VO. BO. DIRECTOR (A)

PEM. Elvis Mejía  
VO.BO. Presidente  
COMUDE

