

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 EL INSTITUTO  
NACIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA ZONA 1, GUATEMALA, GUATEMALA  
JORNADA VESPERTINA NIVEL MEDIO, CICLO BÁSICO.**

ALBA PATRICIA POLANCO FIGUEROA

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 EL INSTITUTO  
NACIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA ZONA 1, GUATEMALA, GUATEMALA  
JORNADA VESPERTINA NIVEL MEDIO, CICLO BÁSICO.**

POR

ALBA PATRICIA POLANCO FIGUEROA  
PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE:  
PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA  
EN EL GRADO DE:  
PROFESORADO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016



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

LICENCIADO ABRAHAM CORTEZ MEJÍA  
**DIRECTOR**

M. A. MYNOR ESTUARDO LEMUS URBINA  
**SECRETARIO**

LICENCIADA DORA JUDITH LÓPEZ AVENDAÑO  
LICENCIADO RONALD GIOVANNI MORALES 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**





C.c. Control Académico  
 Archivo  
 Reg. 131-2016  
 CODIPs. 2371-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante  
 Alba Patricia Polanco Figueroa  
 PADEP/DEF  
 Escuela de Ciencias Psicológicas  
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO TRIGÉSIMO SEGUNDO (132º) del Acta CINCUENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (57-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 27 de septiembre 2016, que copiado literalmente dice:

**“CENTÉSIMO TRIGÉSIMO SEGUNDO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en el Instituto Nacional de Educación Básica zona 1, Guatemala, Guatemala jornada vespertina nivel medio, ciclo básico”**, de la carrera de profesorado de Educación Física realizado por:

**Alba Patricia Polanco Figueroa**

**CARNÉ: 200614058**

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

  
 M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
 SECRETARIO



/Sindy



**PADEP/DEF No. 134-2016**  
28 de Julio de 2016

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

Estimados Señores:

Me dirijo a ustedes para informarles que el **Licenciado Diego Alejandro Palacios Segura** ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE SISTEMATIZACIÓN** titulado:

**“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en el Instituto Nacional de Educación Básica zona 1, Guatemala, Guatemala jornada vespertina nivel medio, ciclo básico”**

Realizado por el estudiante:

**Alba Patricia Polanco Figueroa**

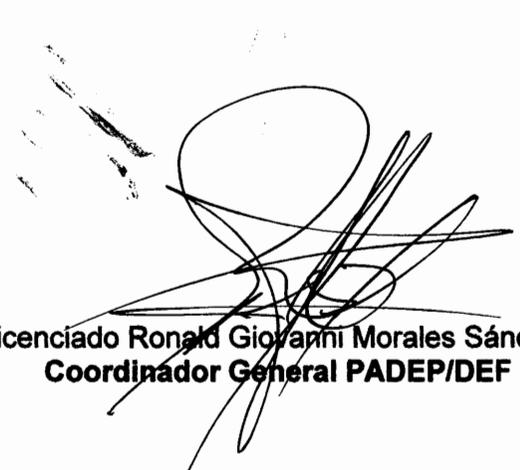
**CARNÉ: 200614058**

**Carrera: Profesorado de Educación Física**

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

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**



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





**PADEP/DEF No. 134-2016**  
28 de Julio de 2016

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

Estimados Señores:

Me dirijo a ustedes para informarles que el **Licenciado Diego Alejandro Palacios Segura** ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE SISTEMATIZACIÓN** titulado:

**“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en el Instituto Nacional de Educación Básica zona 1, Guatemala, Guatemala jornada vespertina nivel medio, ciclo básico”**

Realizado por el estudiante:

**Alba Patricia Polanco Figueroa**

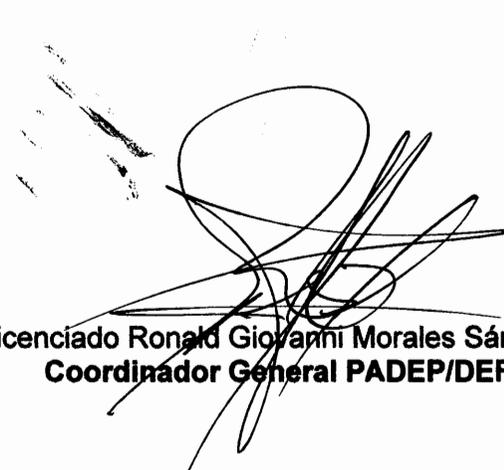
**CARNÉ: 200614058**

**Carrera: Profesorado de Educación Física**

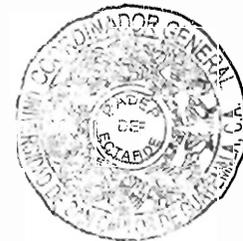
El cual fue aprobado el 26 de febrero del año en curso por el Consejo Directivo. Por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener **ORDEN DE IMPRESIÓN**.

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**



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



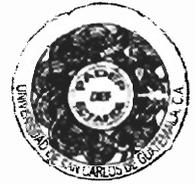




UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS  
DE GUATEMALA



ESUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA  
ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-



Guatemala 06 mayo 2016

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

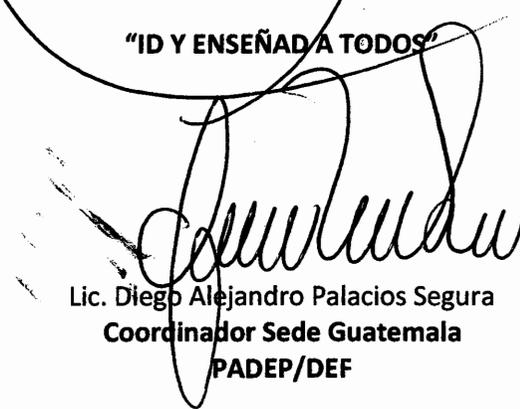
Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulado **El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en el Instituto Nacional de Educación Básica -INEB- zona 1 jornada vespertina del nivel educativo medio, ciclo básicos.** De la estudiante Alba Patricia Polanco-Figueroa, con carne 200614058 de la carrera del Profesorado de Educación Física, del Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física PADEP/DEF.

Sin otro particular y agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

**"ID Y ENSEÑANZA A TODOS"**



Lic. Diego Alejandro Palacios Segura  
**Coordinador Sede Guatemala**  
**PADEP/DEF**



C.c. Control Académico  
Archivo  
Reg. 134-2016  
CODIPs. 905-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante  
Alba Patricia Polanco Figueroa  
PADEP/DEF  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO TRIGÉSIMO SEXTO (136º) del Acta CATORCE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (14-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 26 de febrero 2016, que copiado literalmente dice:

**“CENTÉSIMO TRIGÉSIMO SEXTO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en el Instituto Nacional de Educación Básica zona 1, Guatemala, Guatemala jornada vespertina nivel medio, ciclo básico”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

**Alba Patricia Polanco Figueroa**

**CARNÉ: 200614058**

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

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

  
Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urdina  
SECRETARIO







INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA ZONA 1  
INEB Zona 1 - Jornada Vespertina  
10 calle 2-37 Zona 1 Guatemala, Guatemala  
Teléfono 2221-3991

Guatemala 01 abril 2016

Licenciado  
Ronald Giovanni Morales Sánchez  
Coordinador General  
PADEP/DEF  
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Directora de El Instituto Nacional de Educación Básica zona 1 Jornada Vespertina, la estudiante **Alba Patricia Polanco Figueroa, carné No.200614058**, desarrollo su Sistematización con el tema **"El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y laboral en el Instituto Nacional de Educación Básica zona 1, Guatemala, Guatemala jornada vespertina nivel medio, ciclo Básico"**. Durante todo el tiempo demostró puntualidad, responsabilidad y dedicación en las labores desempeñadas, concluyendo satisfactoriamente su Sistematización.

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

Atentamente,

  
Licda. Mayda Lucrecia Miranda Orozco  
Directora  
Instituto Nacional de Educación Básica Zona 1  
Jornada Vespertina





## Agradecimientos

Eternamente agradecida con Dios por la vida, por mi familia y por brindarme la oportunidad de culminar con éxitos esta etapa de mi vida.

A la Gloriosa y Tricentenario Universidad de San Carlos de Guatemala por abrirme las puertas para ser mejor persona y una excelente profesional. Así mismo a los catedráticos por todas y cada una de sus enseñanzas, por los consejos y experiencias pero sobre todo por sus anécdotas de vida ya que con ellas pongo en práctica lo aprendido durante mi proceso de formación.

A la Escuela de Ciencias Psicológicas, a la Escuela de Ciencias y Tecnología de la Actividad Física –ECTAFIDE- y al Programa Académico de Desarrollo Profesional Docente –PADEP/DEF- por la apertura de dicha carrera, por la oportunidad de crecer como persona y profesional.

Al Instituto Nacional de Educación Básica –INEB- zona 1 jornada vespertina por brindarme la oportunidad de realizar mi sistematización, a mis compañeros de trabajo por darme datos importantes del mismo y sobre todo a mis estudiantes ya que sin ellos hubiera sido imposible realizar el trabajo de campo.

A mi asesora y madrina de graduación Licenciada Sonia Judith Villatoro Jácome por todo su apoyo y acompañamiento durante este proceso.



## Dedicatoria

A Dios: Por tomarme de la mano y estar siempre a mi lado, porque todo el tiempo tuve puesta mi fe en ti y hoy veo culminada esta etapa de mi vida. El sacrificio fue grande pero tú siempre me diste la fuerza necesaria para continuar y por la intercesión de Nuestra Santísima Madre María lo pude lograr, te lo agradezco de todo corazón.

A mi Esposo e Hijo: Roberto Carlos y Carlos Alejandro; ya que sin su amor y apoyo incondicional todo este tiempo no hubiera logrado tan grande sueño, sus palabras de aliento me motivaron a que cada día me esforzara más y recordar que ustedes son y serán mi motor para luchar y salir adelante. Los amo

A mis Padres: Germán Polanco y Patricia de Polanco; doy gracias por su apoyo incondicional y desinteresado por sus sacrificios y esfuerzos constantes, por compartir conmigo alegrías, éxitos y fracasos y por creer en mí, porque a través de sus consejos logre forjar un camino para alcanzar el éxito en mi superación como profesional y se sientan orgullosos de decir: esta es mi hija. Los amo

A mis Hermanos: Gualis y Paquito por sus palabras de aliento y cariño durante todo este proceso y a sus familias por estar presentes hoy aquí.

A mis Amigos: A mi \*Grupo Estrella\* por todos esos momentos de alegría, de tristeza, de preocupación pero sobre todo por esa bella amistad que forjamos y que seguirá creciendo cada día más. A mis compañeros de la Sección B que Dios les bendiga y que sigan adelante, se les aprecia.



	Página
Tabla de contenido	
I. Marco Conceptual	2
1.1 Planteamiento del problema	2
1.2 Justificación	4
II. Marco Metodológico	5
2.1 Objetivos	5
a. General	5
b. Específicos	5
2.2 Método	5
a. Muestra discrecional	5
b. Recolección de datos	6
c. Análisis estadístico de los datos	6
✓ Media	6
✓ Mediana	6
✓ Moda	6
d. Instrumentos	6
✓ Guía de observación	6
✓ Lista de cotejo	7
✓ Rubrica	7
III. Marco Teórico	8
3.1 Fundamentación teórica	8
a. El rol del profesor de educación física	8
✓ Definición	8
✓ Desde el punto de vista de la sociedad	8
✓ Desde el punto de vista del proceso formativo	8
✓ Desde el punto de vista de los valores	9
✓ Desde el punto de vista de la disciplina	10
✓ Desde el punto de vista del afecto	10
b. Desarrollo integral de los estudiantes	11
✓ Definición de desarrollo integral	11
✓ En la familia	11
✓ En la escuela	11
✓ En las relaciones sociales	12
3.2 Ámbitos de vinculación	12
a. Ámbito biológico	12
✓ Definición de ámbito biológico	12
✓ Etapas de crecimiento de los estudiantes	12
b. Ámbito psicológico	14
✓ Definición de ámbito psicológico	14
✓ Etapas de desarrollo cognitivo	15
✓ Desarrollo psicosocial de Erick Erickson	16
✓ Teoría de aprendizaje socioconstructivista	17
c. Ámbito social	18
✓ Definición de ámbito social	18
✓ Influencia de las tribus urbanas	18
Características que afectan el ámbito social	18
o Género	19

o Grupo etario	.....	19
o Grupos étnicos	.....	19
Resiliencia	.....	19
d. Ámbito laboral	.....	20
✓ Definición de ámbito laboral	.....	20
✓ Funciones del ministerio de educación	.....	20
✓ Funciones de la dirección general de educación física	.....	21
✓ Establecimiento educativo	.....	21
IV. Marco operativo	.....	23
4.1 Diseño de la investigación	.....	23
✓ Equipo de investigación	.....	23
✓ Presupuesto	.....	23
✓ Programación	.....	23
V. Presentación de resultados	.....	25
5.1 Análisis de datos	.....	25
5.2 Interpretación de resultados	.....	25
VI. Conclusiones	.....	29
VII. Recomendaciones	.....	30
VIII. Bibliografía	.....	31
IX. Anexos	.....	33

## Introducción

La profesionalización académica en el programa de –PADEP/DEF- es una fuente inspiradora de actualización docente y sobre todo importante para el crecimiento integral de los que laboran dentro del campo de la educación física, los conocimientos nuevos refrescar los ya aprendidos llevando a una unificación de conceptos e integración de los mismos.

Establecer el rol del profesor de educación física dentro de este programa y dentro del establecimiento educativo genera una investigación profunda ya que al identificar las deficiencias motrices de los estudiantes genera preocupación desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en el que se desenvuelve cada uno de ellos. El desarrollo de las habilidades coordinativas a través de la enseñanza de las capacidades motrices se fundamenta desde la zona de desarrollo próximo cimentado la auto aceptación de los estudiantes evitando la discriminación entre ellos mismo.

Las teorías utilizadas para esta investigación muestran cada una de las etapas de crecimiento de los estudiantes hablando paso por paso de las mismas y explicando las fases por las que pasan. En el desarrollo cognitivo se citan a dos grandes como Piaget y Erikson de los cuales cada una de sus teorías refleja la importancia de la terminación exitosa de cada etapa ya que dan lugar a una personalidad sana y a tener relaciones inter e intrapersonales, vinculando con la teoría socioconstructivista y la zona de desarrollo próximo del cual es la distancia entre el nivel de desarrollo efectivo y el nivel de desarrollo potencial.

El aprender es un proceso natural de desarrollo siendo todo aquello que el estudiante pueda hacer por si solo y todo aquello que es capaz de hacer con ayuda de otra persona, así que se le brindan las herramientas necesarias para que pueda crear y construir mediante las experiencias ya vividas.



## I. Marco Conceptual

### 1.1 Planteamiento del problema

¿Cuál es el rol del profesor de educación física –PADEP/DEF- en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en el Instituto Nacional de Educación Básica zona 1 jornada vespertina nivel medio, ciclo básico?

El Instituto Nacional de Educación Básica –INEB- zona 1 jornada vespertina está ubicado en la 10ma. Calle 2-37 zona 1 del departamento de Guatemala, ciudad de Guatemala. Este edificio pertenece a la Escuela Oficial Grupo Escolar Centroamericano los cuales utilizan 2 niveles del edificio y dicho instituto utiliza el tercer nivel, cuenta con 3 secciones de 1er básico, 2 secciones de 2do básico y 2 secciones de 3er básico haciendo un total de 7 secciones. El establecimiento cuenta con 1 directora, 9 maestros de distintas especialidades, 1 maestra de Educación Física y 1 conserje para una población estudiantil de 150 varones y 95 mujeres haciendo un total de 245 estudiantes dentro de ellos cuenta con un estudiante que tiene discapacidad física en las piernas el cual utiliza silla de ruedas y con un estudiante con problemas de deformidad en los huesos de las manos llamada dedos de garra, oscilan entre las edades de 12 a 17 años.

La mayoría de estudiantes del-INEB- zona 1 han cursado el nivel primario en el GECA tanto en su jornada matutina como vespertina dichos establecimientos no han contado con un maestro (a) de educación física desde hace ya varios años y las maestras de grado son quienes sacan a los estudiantes al patio les dan una pelota de fútbol a los niños y a las niñas les dan aros o pelotas plásticas; si a esto le sumamos que muchos de ellos no cursaron el nivel preprimario y los pocos que si sin un maestro de educación física encontramos una gran cantidad de deficiencia motrices.

La población estudiantil del -INEB- en su gran mayoría o en su totalidad son de escasos recursos económicos y muchos de ellos participan o están inscritos en un programa llamado: camino seguro; el cual se dedica a rescatar jóvenes y niños que están en peligro y sus papás trabajan en el relleno sanitario de la zona 3. Este programa ayuda a los estudiantes brindándoles todo lo que necesitan tanto con uniformes, carnet escolar, dinero para actividades, tutorías y les dan lo más importante su alimentación el resto de ellos comen a la hora del receso comen bolsas de ricitos, panes con frijol, gaseosas y no se alimentan de la forma correcta.

Es así como se desarrolla el problema tanto a nivel físico como mental ya que la motivación, el querer y el gustar por recibir la clase de educación física es poca empezando desde cero, con dificultades ya que por la edad y la etapa de desarrollo en el que se encuentran es mucho más difícil.

A pesar que desde marzo del 2013 han contado con una maestra titulada se ha tenido que realizar adecuaciones curriculares dentro de las guías programáticas de la clase de educación física empezando desde 4to primaria y abarcando el contenido de esas unidades de trabajo. Muchos de los estudiantes no saben ni siquiera saltar con los pies juntos mucho menos lanzar y recepcionar un balón debido a la falta de maestros en los niveles inferiores.

La forma más conveniente de realizar este tipo de investigación es de Observación siendo los estudiantes la unidad de análisis; ya que se cuenta con tan poco tiempo dentro de la institución educativa se puede notar las grandes deficiencias motrices, las pocas habilidades coordinativas que poseen, el daño causado en los estudiantes por no tener un maestro de educación física en el nivel preprimario y sobre todo que se puede hacer para ayudar a mejorar las deficiencias motrices en cada uno de ellos.

## 1.2 Justificación

Se realizó dicha investigación con base en la falta de entusiasmo y desánimo de parte de todos los estudiantes del -INEB- en el curso de educación física ya que no se muestra deseo de aprender y de querer realizar bien las cosas por ellos mismos. El método de observación que se realizó ha permitido captar puntos claves desde la forma de cómo caminan hasta la forma de recibir la clase de educación física, no se notan nada motivados y es porque no han tenido una buena base desde el nivel pre primario. Sabiendo muy bien la importancia de la clase de educación física en el desarrollo integral y emocional de los estudiantes el nivel académico de cada uno de ellos para estos dos años ha sido muy bajo en relación con las otras materias como Matemáticas, Comunicación y Lenguaje, Danza, Ciencias Sociales, entre otras.

Ya que la realización o la práctica de alguna actividad física es relevante para el buen funcionamiento del cerebro y lograr canalizar muchas emociones de los estudiantes sabiendo que las edades que ellos tienen son las más difíciles, en donde cualquier cosa les cae mal, todo les molesta y sobre todo que caen en el juego de malas amistades e incluso en las drogas. Así que los aportes más importantes serán volver a introducir a los estudiantes al mundo de la diversión y del placer ya que si ellos realizan algo con pasión y esfuerzo podrán ver los cambios tanto en sus conductas como en sus estudios, el motivar cada día a los estudiantes indicándoles que ellos si se proponen algo lo pueden y deben cumplir ya que la vida es de esmeros y no de méritos, el hacer conciencia de la importancia de tener un estilo de vida saludables en donde puedan combinar actividad física con una alimentación balanceada y sobre todo el cambio de actitud hacia ellos mismos y hacia la vida.

Beneficiará a todos aquellos estudiantes que crean en el proyecto y lo sepan aprovechar ya que en sus manos está el cambio el cual debe de empezar por ellos mismos para ver hacia el futuro logrando sus metas y propósitos tanto personales como sociales.

## II. Marco Metodológico

### 2.1 Objetivos

#### a) General

Establecer 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 el Instituto Nacional de Educación Básica zona 1 Jornada Vespertina del nivel educativo Medio, ciclo Básicos.

#### b) Específicos

1. Identificar desde el ámbito biológico las capacidades motrices para el desarrollo de las habilidades coordinativas.
2. Fundamentar desde la teoría de aprendizaje socioconstructivista el avance de la zona de desarrollo próximo en las capacidades motrices.
3. Cimentar las capacidades motrices para fortalecer la autoaceptación desde el trabajo en sí mismo y en equipo para evitar la discriminación.
4. Adaptar las habilidades deportivas en la evaluación de las capacidades motrices.

### 2.2 Método

a. Muestra Discrecional: es un método de muestreo no probabilístico, es la técnica donde los elementos son escogidos a juicio del investigador. El muestreo no probabilístico se utiliza cuando es imposible o muy difícil obtener la muestra por métodos de muestreo probabilístico. Las muestras seleccionadas por métodos de muestreo no aleatorios intentan ser representativas bajo los criterios del investigador, pero en ningún caso garantizan la representatividad.

Este método de muestreo es aconsejable cuando el responsable del estudio conoce estudios anteriores similares o idénticos y sabe con precisión que la muestra que utilizaron fue útil para el estudio. Si la población es muy reducida y conocida por el investigador.

b. **Recolección de Datos (Encuesta):** Una encuesta es un conjunto de preguntas normalizadas dirigidas a una muestra representativa de la población o instituciones, con el fin de conocer estados de opinión o hechos específicos.

La encuesta es una investigación estadística en que la información se obtiene de una parte representativa de las unidades de información o de todas las unidades seleccionadas que componen el universo a investigar. La información se obtiene tal como se necesita para fines estadístico-demográficos.

c. **Análisis Estadístico de los Datos (Estadística Descriptiva):** La estadística descriptiva es la rama de las matemáticas que recolecta, presenta y caracteriza un conjunto de datos (por ejemplo, edad de una población, altura de los estudiantes de una escuela, temperatura en los meses de verano, etc.) con el fin de describir apropiadamente las diversas características de ese conjunto. Los conceptos estadísticos se han trabajado intuitivamente desde la antigüedad, las primeras culturas recopilaban datos poblacionales por medio de censos.

- **Media:** Es el valor obtenido al sumar todos los datos y dividir el resultado entre el número total de datos.
- **Mediana:** Es el valor que ocupa el lugar central de todos los datos cuando estos están ordenados de menor a mayor, la mediana se puede hallar solo para variables cuantitativas.
- **Moda:** Es el valor que tiene mayor frecuencia absoluta, se puede hallar para variables cualitativas y cuantitativas.

d. **Instrumentos:**

a. **Guía de Observación:** es un documento que permite encausar la acción de observar ciertos fenómenos. Esta guía, por lo general, se estructura a través de columnas que favorecen la organización de los datos recogidos. La guía de observación puede actuar como marco teórico. Al consultar esta guía, el observador accederá a información que le ayudará a saber cómo realizar su tarea y encuadrar su trabajo. Por lo tanto, podrá acudir a la guía de observación antes de cada paso.

- b. Lista de Cotejo: Consiste en un listado de aspectos a evaluar (contenidos, capacidades, habilidades, conductas, entre otras); es entendido básicamente como un instrumento de verificación. Es decir, actúa como mecanismo de revisión durante el proceso de enseñanza-aprendizaje de ciertos indicadores prefijados y la revisión de su logro o ausencia del mismo.
- c. Rúbrica: Es un conjunto de criterios y estándares, generalmente relacionados con objetivos de aprendizaje, que se utilizan para evaluar un nivel de desempeño o una tarea. Permiten estandarizar la evaluación de acuerdo con criterios específicos, haciendo la calificación más simple y transparente.

### III. Marco Teórico

#### 3.1 Fundamentación teórica

##### a. El rol del profesor de educación física

###### ➤ Definición

Este debe de ir evolucionando y aceptando los cambios que día a día se producen en pro de la sociedad y sobre todo de los estudiantes, tanto en tendencias de enseñanza como de tecnología. En este tiempo se requiere que el profesor sea moderno y dinámico ya que todo lo que le rodea está en movimiento, motivando tanto a los estudiantes como así mismo a no caer en el fracaso ni en el conformismo. La variedad de contenidos que se trabajan en la clase de educación física exige a un docente activo, motivador, animador, flexible, entre otros., ya que con cada una de estas características podrá dirigir actividades fuera y dentro de su clase, diseñar programas específicos, unidades de trabajo según sea su entorno y necesidades estudiantiles, investigar nuevos métodos de enseñanza y sobre todo captar la atención de los estudiantes siendo la única área capaz de lograr todas y cada una de estas características.

###### ➤ Desde el punto de vista de la sociedad

El ser profesor de educación física implica una gran responsabilidad de vocación y servicio hacia los demás, ya que se debe crear conciencia de la importancia y de los beneficios que se adquiere a la hora de incorporar la actividad física a la vida diaria. Fomentado hábitos y cultura física logrando así una mejor calidad de vida evitando enfermedades tales como: la diabetes, hipertensión, obesidad, entre otros., mejorando el funcionamiento de otros sistemas y bajando los niveles de estrés.

###### ➤ Desde el punto de vista del proceso formativo

Se debe recordar que la función principal del profesor de educación física es eminentemente educadora, no es un simple transmitir conocimientos sino dar las herramientas y procedimientos por medio de actividades las cuales los estudiantes deberán explorar, descubrir, experimentar y poner en práctica

logrando así el proceso de enseñanza aprendizaje. Al poner en práctica cada una de estas características estarán desarrollando en los estudiantes habilidades y capacidades tanto motrices como deportivas las cuales les ayudarán en su vida diaria. Deben de satisfacer todas sus necesidades, inquietudes, resolver problemas y dudas, ampliar sus conocimientos, mejorar su autoestima, crear autonomía, favorecer las relaciones y la comunicación con los demás y sobre todo sembrar en ellos el interés tanto de la vida como de la salud. Logrando así una función educadora y formadora.

➤ Desde el punto de vista de los valores

La clase de educación física contribuye al desarrollo de valores ya que no es necesario dar grandes explicaciones de las cosas, ni dar listado de lo que es bueno ni malo, sino que se reflejan en el diario vivir involucrando sentimientos y emociones de las personas y de la sociedad. El profesor debe recordar que en su clase no solo enseña los contenidos de una guía curricular, sino que con su ejemplo y motivación da a conocer mensajes tanto positivos como negativos a cada uno de sus estudiantes. Los valores que como profesionales debemos desarrollar en ellos son:

- La Responsabilidad: es un valor de conciencia que permite tomar decisiones y aceptar las consecuencias de las mismas, realizar las tareas que corresponden en cada espacio determinado casa, escuela, trabajo.
- La Solidaridad: es un valor de ayuda mutua y generosidad, es un sentimiento que ayuda a mantener unidas a las personas en los momentos más difíciles y se basa en metas e interese comunes.
- El Respeto: comienza en la misma persona aceptándose tal y como es, es aceptar y entender a los demás aceptando sus ideas y sobre todo no interrumpir con diferentes situaciones.
- El Cooperativismo: es una herramienta que permite el bien común o de una sociedad logrando objetivos claros y propuestos.
- La Honestidad: es el valor que se basa en decir siempre la verdad sin importar en la situación en la que se encuentran.

➤ Desde el punto de vista de la disciplina

La disciplina es la herramienta con la que debe contar todo profesor de Educación Física para poder mantener un orden y organización dentro de la clase, sabemos bien que la clase es alegría, entusiasmo, participación y dinamismo, pero al mismo tiempo es un desorden ordenado del cual los mismos estudiantes se queja si no actúan de una manera adecuada en cada actividad que realizan. Aquí es en donde vamos desarrollando valores y actitudes formando en ellos personas auto disciplinadas ya que es la mejor arma en contra de la falta de valores, la agresión y el descontrol que hoy en día se vive en nuestra sociedad. El seguimiento de instrucciones por parte de los estudiantes es vital para el buen desarrollo de la clase de educación física logrando así el cumplimiento de objetivos y competencias de cada uno de los temas y alcanzando metas trazadas por parte de ellos.

➤ Desde el punto de vista del afecto

El profesor en esta área es fundamental ya que depende de la motivación que este les dé a sus estudiantes para que formen un auto concepto de ellos mismos y el nivel de autoestima con el estén trabajando, se les puede enseñar, pero nadie puede aprender por ellos. El trabajo es individual y cada uno de ellos obtendrá sus experiencias en base a las capacidades y habilidades que previamente haya obtenido, sin afecto ni empatía no resultaría una clase de Educación Física. En estos tiempos los estudiantes requieren cada vez más de atención y palabras de aliento ya que muchas veces encuentran en la calle o en otros lugares lo que en sus casas no tienen, con un simple apretón de manos o saludo preguntado cómo están; ellos pueden encontrar esa confianza y amistad de respeto que les puede dar. Al llegar a la escuela y encontrarse con docentes de este tipo es más fácil para ellos elevar su autoestima y contar sus problemas que muchas veces callan y guardan por no tener a nadie en quien confiar.

## b. Desarrollo Integral de los Estudiantes

### ➤ Definición de Desarrollo Integral

Es el propósito de la Educación, es desarrollar en un todo a la persona y que evolucione en cada uno de los aspectos de la vida tanto: físicos, mentales, sociales y espirituales. La etapa de la infancia es clave para el buen desarrollo integral de la persona ya que en ella es donde se van formando estas capacidades y a lo largo de su vida lo van perfeccionando.

### ➤ En la familia

La familia es la base de la sociedad cuyas funciones principales son brindarles a sus integrantes la protección, cuidado, seguridad, socialización y en especial el afecto y cariño que cada uno de ellos necesita y merece. Aquí es donde los niños empiezan a formar y desarrollar su personalidad, carácter, conducta y cada uno de los valores que le van a servir a lo largo de su vida, sabiendo que se necesita de un ambiente agradable y acogedor para que cada uno de estos aspectos se vaya desarrollando adecuadamente. El ejemplo a seguir de los estudiantes son los padres de familia si ellos ven que actúan de manera adecuada así mismo actuarán ellos sin dejarse llevar por comentarios o malas influencias de otras personas, siendo la escuela el lugar en donde se reforzarán todos y cada uno de los aspectos puesto que la familia es y será siempre el principal agente educador en la vida de los estudiantes.

### ➤ En la Escuela

La escuela es el segundo hogar de los estudiantes en ella se cumplen competencias y objetivos propuestos por un ente rector, aquí se cumple el proceso de enseñanza – aprendizaje. Es aquí donde se termina de desarrollar independencia y toma de decisiones de los estudiantes, formando en ellos personas sumamente capaces y fuertes de sobresalir en problemas y adversidades que el futuro les pueda presentar tanto del lugar de donde vienen (hogar) como el contexto que lo rodea. Buscando así la realización plena tanto en hombres como en mujeres, desde lo que a cada uno de ellos corresponda en su

vida personal y social ya que ellos no se forman para sí mismos sino lo hacen de una forma sociocultural en pro de su comunidad.

➤ En las Relaciones Sociales

Para culminar con el proceso de desarrollo integral de los estudiantes se debe de trabajar con un proceso de vinculación, en el cual ellos desarrollaran características que les ayudaran a mejorar como personas tanto en su hogar como en su entorno. Comenzando con el reconocimiento y aceptación de ellos mismo tal y como son para luego conocer y aceptar a los demás como seres únicos e inigualables con diferentes pensamientos e ideas, logrando así un estado de convivencia agradable y tolerante. El profesor de Educación Física dentro de sus muchas características debe lograr que en su clase se manifieste cada aspecto siendo un agente de socializante el cual pueda crear un clima de seguridad en los estudiantes, desarrollar actividades en las cuales se eleve la autoestima positiva ya que es fundamental para que el estudiante valore y respete a los demás aceptando sus ideas y pensamientos.

### 3.2 Ámbitos de Vinculación

#### a. Ámbito Biológico

➤ Definición de ámbito biológico

En este ámbito se relacionan los principios, conceptos y características de todos los seres vivos, generalizado por el desarrollo de cada una de las etapas. Los cambios y adaptaciones al medio, el desarrollo y funcionamiento de los órganos entre sí, la reproducción y transformación de ellos mismos.

➤ Etapas de Crecimiento de los estudiantes

Se dice que es un proceso por el cual el organismo sufre cambios tanto de tamaño como de volumen, comienza por las células, luego por los tejidos hasta llegar a los órganos y sistemas. Las etapas las podemos dividir en 6 que son:

Tabla No. 1 Etapas de crecimiento humano

Etapa	Desarrollo
Recién Nacido	Este periodo dura 4 semanas y se caracteriza por los múltiples cambios por los que tiene que pasar el neonato fuera de vientre materno. Es una etapa muy delicada ya que son tan indefensos y su esqueleto es muy débil, la cabeza es más grande en relación al resto de su cuerpo, los huesos del cráneo son mayormente cartílago y este al crecer se convertirá en hueso. En su instinto de buscar alimento succiona el pecho de la madre el cual le proporcionara leche materna siendo esta rica en nutrientes y anticuerpos que lo protegerán de múltiples enfermedades.
Infancia	Este periodo abarca hasta el 1er. Año de vida del bebe, aunque todavía es dependiente de los padres tiene preferencia por su madre, gracias al desarrollo de su cerebro este puede realizar distintas acciones motrices como, sostenerse de pie, mantener la espalda recta, sujetar objetos, gatear y posteriormente caminar. Este adquiere sus primeras habilidades tanto sociales como emocionales, puede balbucear o hasta decir sus primeras palabras y tiende imitar algunas acciones.
Niñez	Este periodo está comprendido al finalizar el 1er año de vida hasta los 8 – 13 años aproximadamente. Los niños después de los 2 años crecen muy rápido, su cabeza deja de verse grande en relación a las otras partes de su cuerpo y llegan a crecer hasta 6 centímetros por años. En esta etapa los niños se vuelven muy curiosos y exploran todo lo que encuentran a su alrededor, ríen, juegan y socializan con otros niños. Junto con diversas actividades ellos van desarrollando distintas habilidades las cuales les ayudaran en su estado físico, social y mental.
	Se produce entre los 11/12 años hasta los 18 años siendo la etapa de transición entre la niñez y la adultez. Aquí la persona se ve afectada tanto por cambios físicos como mentales y muchas veces

Pubertad y Adolescencia	de manera muy dura. Los cambios tanto físicos como mentales comienzan primero en las niñas: los óvulos maduran y aparece la primera menstruación, crecen los pechos, se ensanchan las caderas, aparece el vello púbico y en las axilas también. En los niños aumenta la producción de espermatozoides, crece el pene, se ensancha el tórax, aparece el vello púbico y axilar. Se crece a un ritmo veloz y la característica principal es el desarrollo sexual, el crecimiento de los órganos tras lo cual la persona se vuelve fértil.
Juventud	Es una etapa de madurez tanto física como mental en la cual el ser humano es capaz de reproducirse ya que todos sus órganos están desarrollados en su totalidad y es aquí en donde se alcanza la altura definitiva y la capacidad de rendimiento físico llegan a su término.
Madurez	Aquí es donde se comienza a denotar cambios significativos en el cuerpo del ser humano tales como: la pérdida de masa muscular, canas, manchas en la piel y la aparición de arrugas en el rostro. En el interior del cuerpo las células van perdiendo su capacidad de reproducirse y algunos órganos comienzan a ser vulnerables a la aparición de ciertas enfermedades. Esta etapa comienza aproximadamente entre los 50/51 años.
Vejez	El ser humano va perdiendo sus capacidades tanto físicas como mentales y es más propenso a diferentes enfermedades. Presenta mayor cantidad de arrugas, escasez de cabellos y degeneración de huesos.

## b) Ámbito Psicológico

### ➤ Definición de ámbito Psicológico

Tomando en cuenta la Psicología Educativa podemos decir que dentro del centro escolar se vela por el comportamiento y desarrollo de la enseñanza y aprendizaje de los estudiantes. Es aquí donde el docente se compromete a desempeñar su rol como tal; ayudando en muchos casos a los estudiantes a

resolver algún problema en que se encuentren, escuchar situaciones difíciles y dar algún consejo para que sientan un apoyo tanto moral como físico de su docente. Se puede inspirar por medio del ejemplo y sobre todo por medio de la clase de educación física ya que los estudiantes pueden practicar algún deporte y encontrar en ellos una salida y solución a sus problemas.

➤ Etapas de Desarrollo Cognitivo

Las etapas de desarrollo cognitivo según Piaget son:

Tabla No. 2 Etapas de desarrollo cognitivo de Piaget

Etapa	Edad	Características
Sensoriomotora	0-2 años	<p>Empieza a realizar las cosas por imitación tanto de los padres como de las personas más cercanas a él</p> <p>Utiliza su pensamiento y memoria para recordar cosas.</p> <p>Reconoce que los objetos y las cosas no desaparecen cuando están ocultas o guardadas.</p> <p>Sus reflejos comienzan a desaparecer y realiza más las cosas por ser dirigidas a alguna meta.</p>
Preoperacional	2 - 7 años	<p>El lenguaje se va desarrollando de una manera más fluida y su capacidad de pensamiento es más real.</p> <p>Su capacidad de lógica y de aprender cosas nuevas es mayor. Resuelve problemas y situaciones no difíciles de acuerdo a su edad.</p> <p>Es difícil aceptar lo que las otras personas piensen u opinen ya que ellos son el centro de atención de todo y para todos.</p>
Operaciones Concretas	7 – 11 años	<p>Es capaz de resolver problemas más concretos utilizando su lógica y experiencias ya vividas.</p> <p>Es capaz de clasificar series de su interés y</p>

		analizar cada una de ellas.
Operaciones Formales	11 años en adelante	Su manera de pensar se vuelve más científica y analítica. Resuelve los problemas utilizando la lógica y las herramientas que más le convengan. El interés por los grupos sociales y participar en ellos aumenta y hablar sobre temas de identidad y cultura.

➤ Desarrollo Psicosocial de Erick Erikson

Los niños se desarrollan en un orden predeterminado, la teoría del desarrollo psicosocial está formada por ocho etapas distintas, cada una con dos resultados posibles. La terminación exitosa de cada etapa da lugar a una personalidad sana y a interacciones acertadas con los demás. El fracaso a la hora de completar con éxito una etapa puede dar lugar a una capacidad reducida para terminar las otras etapas y, por lo tanto, a una personalidad y un sentido de identidad personal menos sanos. Estas etapas, sin embargo, se pueden resolver con éxito en el futuro. Estas son:

Tabla No. 3 Etapas de desarrollo psicosocial de Erikson

<b>Etapas</b>	<b>Rango de Edades</b>	<b>Descripción</b>
Confianza Básica vs. Desconfianza	Del nacimiento – 18 meses	Desarrollo del vínculo afectivo madre e hijo. Vulnerabilidad ambiental de desconfianza
Autonomía vs. Vergüenza y duda	18 meses – a 3 años	Emancipación, habilidades y control, duda si no se maneja bien.
Iniciativa vs. Culpa	3 – 5 años	Edad del juego enérgico y locuaz; constantes preguntas.
Laboriosidad vs. Culpa	5 – 13 años	Se manejan demandas de

		aprendizaje; corre riesgo de fracaso.
Búsqueda de identidad vs. Difusión de identidad	13 – 21 años	Compromiso ideológico, orientación valorativa, polarización sexual
Intimidad frente a asilamiento	21 – 40 años	Desarrollo de relaciones íntimas o sufre sentimiento de aislamiento
Generatividad frente a estancamiento	40 – 60 años	Crisis mediana de edad, deseo de apoyar a las generaciones siguientes.
Integridad frente a desesperación	Edad adulta avanzada	Culminación en sentido de aceptación y realización de uno mismo

➤ Teoría de Aprendizaje Socioconstructivista

Esta propuesta pedagógica es de Vygotsky y considera que el comportamiento del ser humano está arraigado en la sociedad ya que es un proceso de desarrollo, la sociabilidad representa un papel de formador y constructor. El aprender es un proceso natural de desarrollo, el aprendizaje se presenta como un medio y presenta las herramientas necesarias para que el individuo pueda crear y construir sus funciones mentales mediante las experiencias ya vividas. La zona de desarrollo próximo es uno de los conceptos que este autor utilizó y dio vida a su teoría el cual dice que es la distancia entre el nivel de desarrollo efectivo del estudiante (siendo todo aquello que él pueda hacer por si solos) y el nivel de desarrollo potencial (aquello que sería capaz de hacer con ayuda de otra persona). Este concepto sirve para delimitar el margen de incidencia de la acción educativa.

### c) **Ámbito Social**

#### ➤ **Definición de ámbito social**

Dentro del centro educativo los estudiantes adquieren las herramientas necesarias para salir adelante, enfrentarse al impacto de la vida y la sociedad llevando consigo los valores y principios que estos adquirieron en el seno familiar y los reforzaron en los establecimientos. La vida de las personas crea diferentes tipos de grupos sociales: la casa, la escuela, el trabajo y los amigos en los cuales tiene que encajar, desempeñando un buen papel y logrando que cada uno de los integrantes de los mismos lo vean como una persona profesional y capaz de desenvolverse de la mejor manera ante cualquier adversidad.

#### ➤ **Influencia de las Tribus Urbanas**

Son grupos de personas que concretan su origen en común, tradiciones o culturas de un lugar, son quienes comparten mismas ideas o características de lo urbano. Se les llama así porque pueden ser subculturas de la ciudad; las características de quienes participan en este tipo de grupos pueden ser: que se visten de igual manera, comparten las mismas ideas o pensamientos, cuentan con las mismas costumbres o tradiciones. Y todas estas características hacen que se diferencien del resto de personas de la sociedad quienes suelen respetar valores y tradiciones de la cultura en general. La influencia de este tipo de grupos sociales dependerá en gran medida de cómo sea visto, sea bueno o malo la sociedad decidirá aceptar o no su ideología.

#### **Características que afectan el ámbito social**

En este mundo tan exigente que hoy en día se vive y la sociedad a la que pertenecemos nos damos cuenta que el estudiante de los diferentes centros educativos tiene que saber manejar situaciones en las cuales se ven afectados tanto en su desarrollo integral, emocional y social ya que cada una va de la mano con el entorno y medio en que se desenvuelve. Las características que se observan en el Instituto Nacional de Educación Básica INEB zona 1 Jornada Vespertina.

### Género:

Es el conjunto de características que diferencian a una sociedad asignando a hombre y mujer. El establecimiento educativo es mixto consta en su mayoría de género masculino y en minoría en género femenino, la mayoría de los ellos vienen de la zona 3, zona 18 y sus alrededores. La vida que ellos llevan ha sido marcada por grupos de maras y extorsionadores de los cuales muchos de ellos han sido sumergidos y han encontrado lo que muchas veces no encuentran en sus hogares.

### Grupo Etario:

Se refiere a los grupos de edad que se divide la población. Las edades dentro del establecimiento oscilan entre los 12 a 17 años los cuales están divididos por los tres grados de básicos, es importante que los estudiantes cursen el grado en la edad correcta ya que el grado de madurez tanto emocional como social que poseen afectara o beneficiara su proceso de enseñanza aprendizaje.

### Grupos Étnicos:

En Guatemala existen 4 diferentes tipos de grupos étnicos, los xincas, garífunas, mestizos o ladinos y mayas. En el establecimiento sobresalen los grupos de ladino y mayas, dentro del grupo de mayas existe gran diversidad y viene de diferentes lugares. Se podría decir que están divididos en un 50% los dos grupos.

### ➤ Resiliencia:

Es la capacidad de los seres vivos para sobreponerse a períodos de dolor emocional y situaciones adversas. Cuando un sujeto o grupo es capaz de hacerlo, se dice que tiene una resiliencia adecuada y puede sobreponerse a contratiempos o incluso resultar fortalecido por estos. Actualmente, la resiliencia se aborda desde la psicología positiva, la cual se centra en las capacidades, valores y atributos positivos de los seres humanos, y no en sus debilidades y patologías, como lo hace la psicología tradicional.

#### d) **Ámbito Laboral**

##### ➤ **Definición de ámbito laboral**

Se refiere al espacio o ambiente en donde las personas realizan diferentes labores. Es muy importante destacar la importancia que tiene para una persona estar trabajando en un buen ámbito laboral o ambiente laboral. El ámbito laboral está compuesto por todos los aspectos que influyen en las actividades que se desarrollan dentro de la oficina, fábrica, entre otros... Cada día las organizaciones están tomando sus precauciones referentes a lo que es un buen ambiente de trabajo fomentando para que de esta manera sus empleados se sientan a gusto desempeñando sus labores.

##### ➤ **Funciones del Ministerio de Educación**

Es el ministerio que representa la educación de Guatemala, por lo cual le corresponde lo relativo a la aplicación del régimen jurídico concerniente a los servicios escolares y extra-escolares para la educación de los guatemaltecos. Las funciones principales son:

- Formular y administrar la política educativa, velando por la calidad y la cobertura de la prestación de los servicios educativos públicos y privados, todo ello de conformidad con la ley.
- Coordinar con el Ministerio de Comunicaciones, Infraestructura y Vivienda las propuestas para formular y poner en vigor las normas técnicas para la infraestructura del sector.
- Velar porque el sistema educativo del Estado contribuya al desarrollo integral de la persona, con base en los principios constitucionales de respeto a la vida, la libertad, la justicia, la seguridad y la paz y al carácter multiétnico, pluricultural y multilingüe de Guatemala.
- Coordinar esfuerzos con las universidades y otras entidades educativas del país, para lograr el mejoramiento cualitativo del sistema educativo nacional.
- Coordinar y velar por el adecuado funcionamiento de los sistemas nacionales de alfabetización, planificación educativa, investigación, evaluación,

capacitación de docentes y personal magisterial, y educación intercultural ajustándolos a las diferentes realidades regionales y étnicas del país.

- Promover la auto-gestión educativa y la descentralización de los recursos económicos para los servicios de apoyo educativo mediante la organización de comités educativos, juntas escolares y otras modalidades en todas las escuelas oficiales públicas; así como aprobados sus estatutos y reconocer su personalidad jurídica.
- Administrar en forma descentralizada y subsidiaria los servicios de elaboración, producción e impresión de textos, materiales educativos y servicios de apoyo a la prestación de los servicios educativos.
- Formular la política de becas y administrar descentralizadamente el sistema de becas y bolsas de estudio que otorga el Estado.

➤ Funciones de la Dirección General de Educación Física

Se encarga de la coordinación y cumplimiento de la filosofía, política y directrices de la educación física nacional, incluyendo el deporte y la recreación como medios para su desarrollo.

➤ Establecimiento Educativo

- Comunidad educativa (Personal administrativo, personal docente, padres de familia y estudiantes)
- Recursos Didácticos (Material)
- Infraestructura (Instalaciones)

Tabla No. 4 Descripción general del establecimiento educativo

Aspecto	Características
Ubicación	El Instituto Nacional de Educación Básica INEB zona 1 Jornada Vespertina está ubicado en la 10ma. Calle 2-37 zona 1 del departamento de Guatemala, ciudad de Guatemala. Este edificio pertenece a la Escuela Oficial Grupo Escolar Centroamericano, ellos utilizan los dos primeros niveles por lo cual el instituto está ubicado en el tercer nivel. La puerta de entrada esta por la 2da avenida es un lugar donde los

	indigentes y personas inescrupulosas hacen de sus necesidades fisiológicas por los cual es una hedentina y da un mal aspecto.
Cantidad de Secciones	3 secciones de 1er Básico, 2 secciones de 2do Básico y 2 secciones de 3er Básico. Total, de 7 secciones
Cursos que imparto	14 periodos de Educación Física (2 periodos por sección) 7 periodos de Danza (1 periodo por sección) 7 periodos de Teatro (1 periodo por sección) 2 periodos de Valores (en sección guía) Total de periodos 30
Días a laborar	De lunes a viernes
Comunidad Educativa	1 Directora, 9 Maestros con distintas especialidades, 1 maestra de educación física, asociación de padres de familia
Responsables	Padres de familia Encargados (en ausencia de ellos)
Personal de apoyo	1 conserje
Genero Población Estudiantil	Masculino y Femenino Varones 150 Mujeres 95 Total 245 estudiantes
Grupo etario	12 a 17 años
Situación Económica	Condiciones bajas o precarias
Condiciones de salud	Está va en base a la situación económica y social en la que se encuentran las familias.
Infraestructura	Cuenta con 1 patio de unos 30 metros de largo por unos 15 de ancho, al aire libre y está dividido en dos.
Recursos Didácticos	12 aros o hulashulas medianas 10 pelotas de baloncesto 10 pelotas de futbol 10 pelotas voleibol 10 cuerdas 10 pelotas para balonmano

## IV. Marco Operativo

### 4.1 Diseño de la investigación

#### ➤ Equipo de Investigación

Investigador principal	Muestra	Personal docente de la institución educativa
Alba Patricia Polanco Figueroa	5 estudiantes de 1º. Básico de cada secciones haciendo un total de 15	Profesora Darling Corleto
	5 estudiantes de 2º. Básico de cada secciones haciendo un total de 10	Profesor Leonel Chinchilla
	5 estudiantes de 3º. Básico	Profesora Carol Romero

#### ➤ Presupuesto

Recursos materiales	Costo
2 resmas de papel bond tamaño carta	Q60.00
Tinta	Q90.00
Mensualidad ModenTigo Q200.00 x 6 meses	Q1200.00
Fotocopias de instrumentos de evaluación	Q45.00
<b>Total</b>	<b>Q1395.00</b>

#### ➤ Programación

<b>Temporalidad<sup>1</sup></b> <b>Actividad</b>	09-2015	10-2015	11-2015	12-2015	01-2016	02-2016	03-2016	04-2016
Análisis de contexto	X							
Priorización de temas de investigación	X	X						
Formulación Plan de Investigación		X	X					
Planteamiento del problema			X					
Justificación			X					
Análisis de objetivos			X					
Estado del arte				X				
Marco teórico				X	X			
Aplicación de							X	

<sup>1</sup>Mes – año / No. de semana

instrumentos								
Formulación Informe Final de Investigación							X	X
Análisis de datos								X
Interpretación de resultados								X
Conclusiones y recomendaciones								X
Examen privado de la sistematización								X
1ª. Revisión informe final								X
2ª. Revisión informe final								X
Aprobación informe final con fines de graduación								X

## V. Presentación de Resultados

### 5.1 Análisis de datos:

Población: 30 estudiantes

Edades: 12 a 17 años

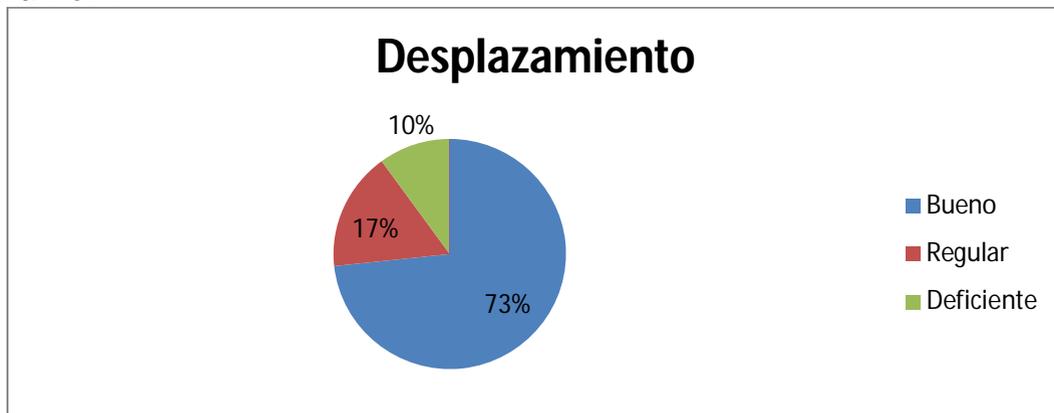
Género: 16 varones y 14 mujeres

### 5.2 Interpretación de resultados

#### Guía de Observación

1. ¿Los estudiantes tenía conocimiento al momento de realizar el desplazamiento de caminar, saltar y correr?

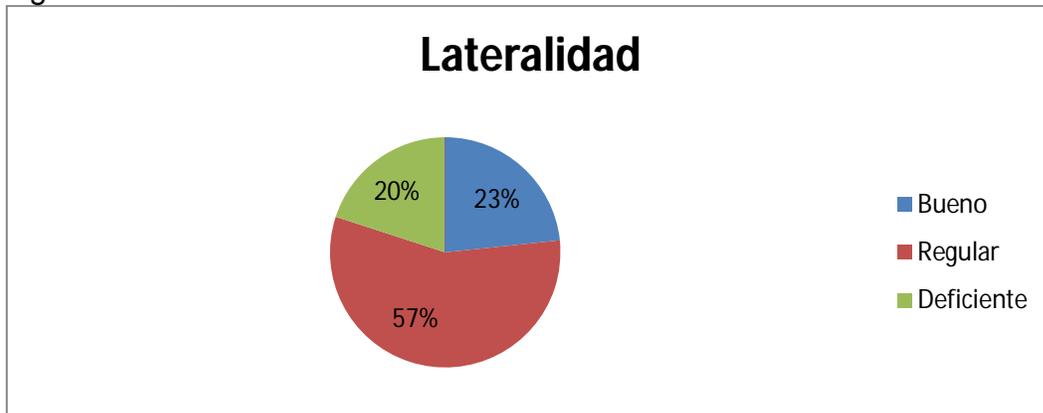
Figura No. 1



El 73% de los estudiantes contaba con un conocimiento previo de cómo realizar las actividades de desplazamiento, el 17% tuvo dificultad al momento de realizar las actividades de caminar, saltar, correr y el 10% muestra una deficiencia elevada al momento de realizar dichas actividades debido a que los estudiantes no han llevado un proceso de enseñanza aprendizaje en desde el nivel preprimario.

2. ¿Obtuvo algunos beneficios al momento de trabajar con lateralidad?

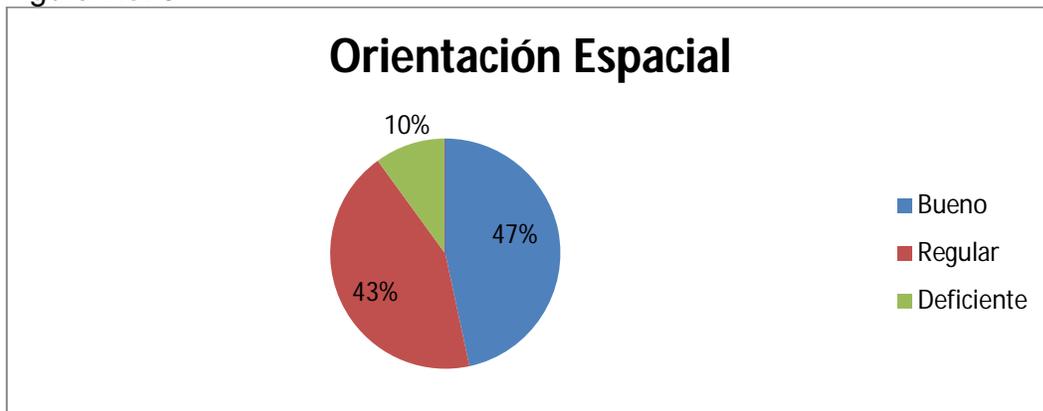
Figura No. 2



El 23% de los estudiantes muestran beneficios al momento de trabajar las actividades de lateralidad adecuadas a la iniciación deportiva, el 57% presentan dificultad al momento de realizar las actividades y el 20% tuvo un grado más elevado de deficiencia ya que no cuentan con las bases de los niveles inferiores de estudio y al momento de realizar dichas actividades presentan un grado más elevado de dificultad.

3. ¿Cuenta el estudiante con el conocimiento de orientación espacial al realizar las actividades que ejecuto?

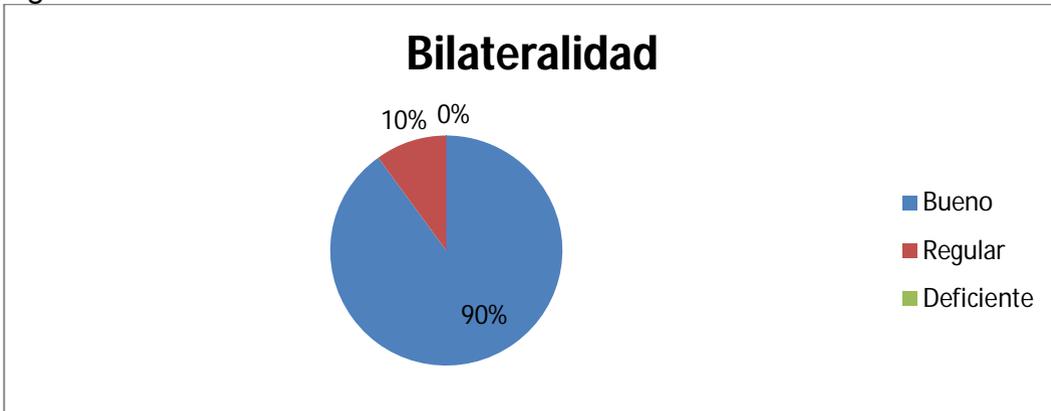
Figura No. 3



El 47% de los estudiantes cuentan con el conocimiento de la orientación espacial al realizar las actividades asignadas, el 43% presentan una leve dificultad al realizar los ejercicios adecuados a la iniciación deportiva y el 10% de ellos el grado de deficiencia mostrado es por la falta de una orientación adecuada en edades tempranas.

4. ¿Trabaja los movimientos simultáneos, alternos y disociados al momento de realizar las actividades que se piden?

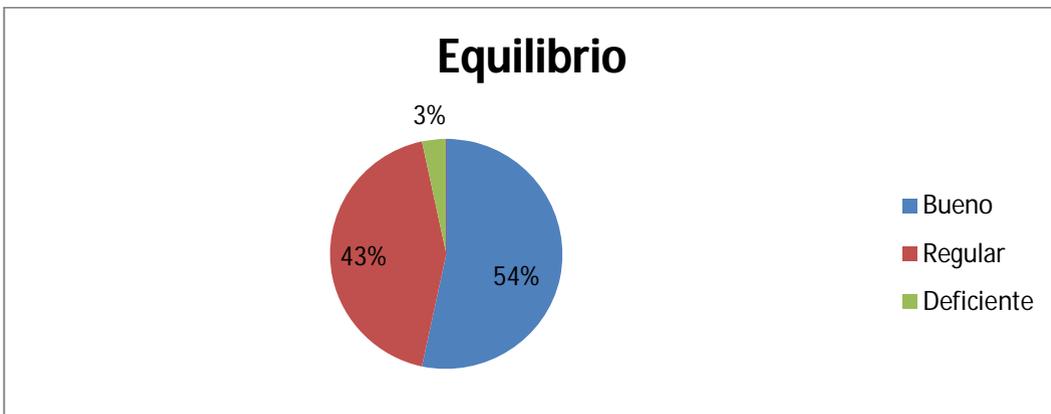
Figura No. 4



El 90% de los estudiantes se muestran seguros al momento de realizar las actividades de bilateralidad ya que al modificarlas para la iniciación deportiva realizan con fluidez los movimientos y el 10% de ellos muestran un poco de dificultad ya que los movimientos realizados son específicos y precisos.

5. ¿Obtuvo la postura correcta de equilibrio al momento de trabajar estático y dinámico?

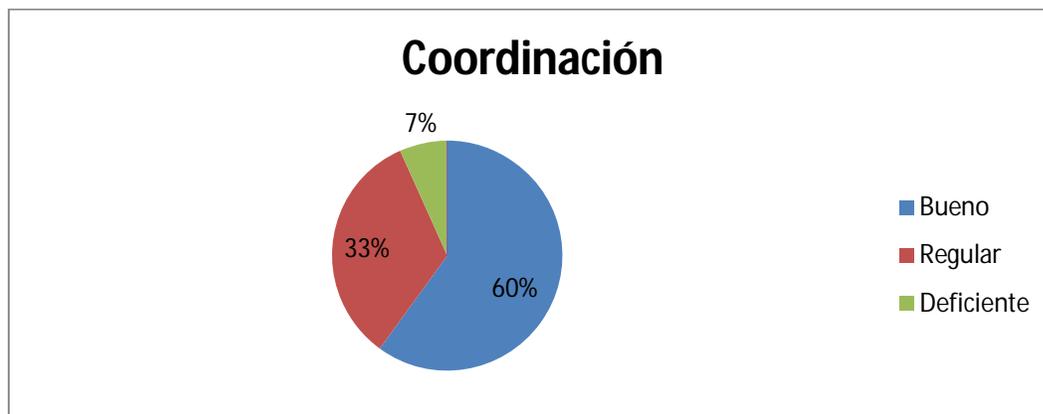
Figura No. 5



El 54% de los estudiantes obtuvieron una postura correcta la momento de ejecutar las actividades de equilibrio estático y dinámico, el 43% muestran dificultad al realizarlos ya que no mantiene el equilibrio y se mueven de un lado a otro y el 3% de ellos presentan un elevado grado de deficiencia ya que al no contar con una base de lo que es el equilibrio en los niveles inferiores de estudio no pueden adecuar las actividades a la iniciación deportiva.

6. ¿Qué dificultad presento al momento de trabajar la coordinación de óculo mano y óculo pie?

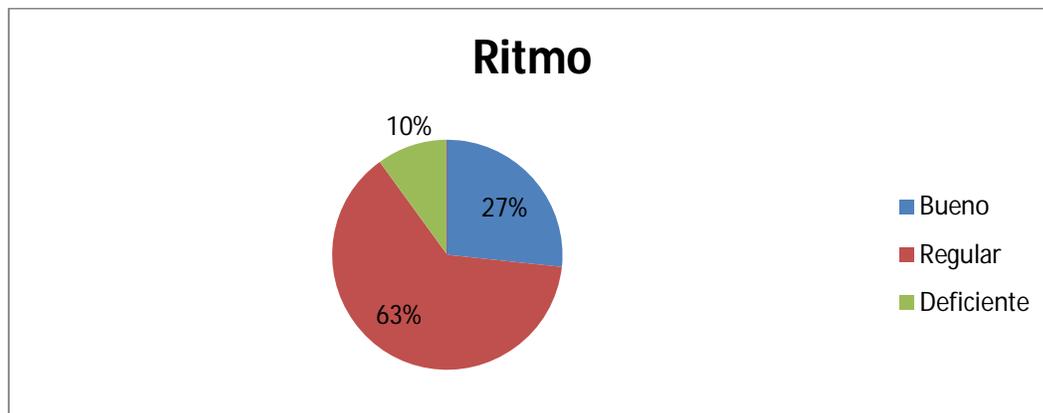
Figura No. 6



El 60% de los estudiantes muestran precisión al momento de realizar las actividades de óculo mano y óculo pie ya que al adaptarlas a la iniciación deportiva los ejercicios los realizan con soltura, el 33% presentan dificultad de coordinación de los movimientos y el 7 % de ellos el grado de deficiencia es elevado ya que no realizan con precisión ni con coordinación los ejercicios asignados.

7. ¿Trabaja el ritmo sin elementos y con elementos en las actividades que se le pidieron?

Figura No. 7



El 27% de los estudiantes realizan sin dificultad las actividades de ritmo llevando una coordinación adecuada en las mismas, el 63% de ellos muestran dificultad al realizar los ejercicios pausadamente y el 10% no realiza con fluidez las actividades ya que no cuentan con una base establecida de ritmo.

## VI. Conclusiones

1. Descubrir cuál es el papel que el profesor de educación física debe cumplir con sus estudiantes y llenar un perfil de aptitud y actitud para que este pueda desempeñar de mejor forma su trabajo.
2. Identificar la edad cronológica de los estudiantes para determinar el grado de madurez que poseen según el grado que estén cursando, ya que de aquí dependerá su proceso de enseñanza – aprendizaje.
3. Dar las herramientas necesarias para que conozcan sus capacidades y limitaciones por sí mismos y sean capaces de ver lo que pueden realizar con la ayuda de otras personas.
4. Brindar un buen consejo, escuchar situaciones difíciles, saber que estuvimos a tiempo de impedir una desgracia, que con una sonrisa o palabras de aliento le cambiamos el día a los estudiantes, nos hace comprometernos más con lo que hacemos, nos hará sentirnos mejores personas y nos dará una gran satisfacción puede ser que no monetaria pero si espiritual.
5. Implementar el programa de fisminutos en el –INEB- lograremos mejorar la salud física y mental sino también el nivel académico de los estudiantes ya que ellos se sentirán comprometidos a luchar por lo que quieren y por lo que sueñan dejando una huella imborrable en sus corazones.

## VII. Recomendaciones

1. Cubrir a nivel nacional en el sector público los niveles de preprimaria, primaria y diversificado con maestros de educación física presupuestados ya que será ahí en donde se lograra abarcar el contenido completo para la mejora de las habilidades motrices.
2. Implementar talleres de habilidades motrices por medio de festivales para alcanzar un nivel máximo de desarrollo tanto físico como integral de los estudiantes.
3. Asignar un nutricionista en cada escuela o sector el cual hará una evaluación a cada joven y señorita, realizara talleres con toda la comunidad educativa (docentes, estudiantes y padres de familia) e implementara una refacción nutritiva y de calidad a cada uno de ellos.
4. Orientación psicológica sería de gran ayuda en todos los niveles, con ella se lograría evaluar el porqué del comportamiento de los estudiantes y la pronta intervención junto con los padres de familia.
5. Motivar al docente con más programas de profesionalización, actualizaciones en los deportes y sobre todo talleres motivacionales los cuales ayudarán a la mejora de la clase de educación física.

## VIII. Bibliografía

- Brooks, B. y. (1999). *www.cca.org.mx*. Retrieved 02 12, 2016, from [http://www.cca.org.mx/profesores/cursos/cep21/modulo\\_2/rol\\_maestro.htm](http://www.cca.org.mx/profesores/cursos/cep21/modulo_2/rol_maestro.htm)
- Cristina de la Fuente Sepulveda, C. C. (2009, diciembre). *cybertesis.uach.cl*. Retrieved febrero 14, 2016, from <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2009/fff954d/doc/fff954d.pdf>
- Definicion.DE. (2008). *Definición. DE*. Retrieved 02 12, 2016, from <http://definicion.de/rol/>
- Figuroa Velasquez, J. (2013, 06 18). *http://es.slideshare.net/*. Retrieved 02 13, 2016, from <http://es.slideshare.net/>
- Finkelstein, J. (2016, 02 04). *wikipedia*. Retrieved 02 13, 2016, from <https://es.wikipedia.org/>
- Garcia, B. (2013, 11 6). *prezi*. Retrieved 02 14, 2016, from <https://prezi.com>
- Irula, A. (2013, agosto 21). *Prezi.com*. Retrieved marzo 02, 2016, from <https://prezi.com/day261yfb8mb/muestreo-no-probabilistico/>
- JuanAntonioMorenoMurcia, E. G. (2007). Los comportamientos de disciplina e indisciplina en educación física. *Revista Ibero Americana*.
- juliania-s. (2011, 10 23). *julianita-s*. Retrieved 02 13, 2016, from <http://julianita-s-tribusurbanas.blogspot.com/2011/08/influencia-en-los-jovenes.html>
- Lopez de la Cruz, A. (n.d.). Más que educación: piramide de Maslow. *Lebrija*.
- Marin, I. (2012). *la puerta pequeña*. Retrieved 02 13, 2016, from <http://www.lapuertapequena.com/>
- Medina, V. (2000). *guiainfantil.com*. Retrieved 02 14, 2016, from <http://www.guiainfantil.com/>
- Moreno Murcia: Cervello Gimeno: Martinez Galindo, J. A. (1999). *Revista Iberoamericana*. Retrieved febrero 02, 2016, from <http://rieoei.org/rie44a09.htm>
- Raffetta., P. (2012). Retrieved 02 14, 2016, from [http://paolaraffetta.com.ar/Tesis/genero\\_educacion\\_fisica\\_a\\_nitti.pdf](http://paolaraffetta.com.ar/Tesis/genero_educacion_fisica_a_nitti.pdf)
- Regader, B. (n.d.). *Psicología y mente*. Retrieved 02 13, 2016, from <https://psicologiaymente.net>

wikipedia. (2016, marzo 03). *wikipedia*. Retrieved marzo 03, 2016, from [https://es.wikipedia.org/wiki/Wikipedia:Texto\\_de\\_la\\_Licencia\\_Creative\\_Commons\\_Atribuci%C3%B3n-CompartirIgual\\_3.0\\_Unported](https://es.wikipedia.org/wiki/Wikipedia:Texto_de_la_Licencia_Creative_Commons_Atribuci%C3%B3n-CompartirIgual_3.0_Unported):

<https://es.wikipedia.org/wiki/Encuesta>

Wilson Misner. (2008-2016). *explorable.com*. Retrieved marzo 02, 2016, from <https://explorable.com/es/muestreo-discrecional>

## IX. Anexos

## 9.1 Glosario

**Autoaceptación:** Es el primer paso para una autoestima alta. Esta surge de enfrentar los retos de la vida con energía.

**Capacidades:** Se refiere a los recursos y actitudes que tiene un individuo, entidad o institución para desempeñar una determinada tarea o cometido.

**Coordinación:** Es la capacidad de los músculos esqueléticos del cuerpo de lograr una sincronización para lograr un determinado movimiento, es la habilidad de moverse, manejar objetos, desplazarse solo o con un compañero, coordinarse con un equipo en un juego, entre otros.

**Desarrollo Integral:** Es la implementación de medidas y acciones económicas, sociales, espirituales, ambientales, culturales, materiales, entre otras, para el fortalecimiento y la creación de condiciones materiales y espirituales que faciliten y fortalezcan el vivir bien de los pueblos y las sociedades.

**Desplazamiento:** Es el cambio de posición de un cuerpo entre dos instantes o tiempos bien definidos.

**Discriminación:** Es toda acción u omisión realizada por personas, grupos o instituciones en las que se da un trato diferente a una persona, grupo o institución en términos diferentes al que se da a sujetos similares.

**Equilibrio:** Estado de inmovilidad de un cuerpo sometido a dos o más fuerzas de la misma intensidad que actúan en sentido opuesto, por lo que se contrarrestan o anulan.

**Habilidades:** Es la aptitud innata, talento, destreza o capacidad que ostenta una persona para llevar a cabo y por supuesto con éxito, determinada actividad, trabajo u oficio.

**Lateralidad:** Es la preferencia que muestran la mayoría de los seres humanos por un lado de su propio cuerpo.

**Motricidad:** Se emplea para referirse al movimiento voluntario de una persona, coordinado por la corteza cerebral y estructuras secundarias que lo modulan.

**Orientación Espacial:** Es una habilidad muy útil para moverse y situarse dentro del espacio. Es necesaria para actividades tan comunes como escribir recto, leer, diferenciar entre derecha e izquierda y, en general, situar los objetos y orientar nuestros movimientos en el espacio que nos rodea.

**Ritmo:** Es un orden acompasado en la sucesión de las cosas. Se trata de un movimiento controlado o calculado que se produce por la ordenación de elementos diferentes.



		zancada			
		3. Técnica de la Carrera			
Lateralidad	Derecha/ Izquierda	1.Drible del balón			
		2 Desplazamiento			
		3.Giros			
Orientación Espacial	Adelante/ Atrás	1.Desplazamientos en recepción			
		2. Conducción de balón (diferentes bordes del pie)			
		3.Posición de equipo a la defensiva y ofensiva			
	Arriba/ Abajo	1. Tiro por encima de la cabeza y tiro de guacalito			
		2. Saque por abajo del brazo y saque por arriba del hombro			
		3. Saltos de potencia			
	Adentro/ Afuera	1. Regla de los 3 segundos en el área			
		2. Movimientos de muñeca con el Capirocho			
		3.Saltar la cuerda adentro/ afuera del aro			
	Cerca/ Lejos	1. Tiro de media y larga distancia a la canasta			
		2.Lanzamientos de pelota			

		3. Pases de balón			
Bilateralidad	Movimiento Simultáneo	1. Pase de Pecho			
		2. Saque de banda			
		3. Payasitos			
	Movimiento Alternativo	1. Soldaditos			
		2. Elevación con toque de rodillas y talones			
		3. Círculos de los hombros			
	Movimiento Disociado	1. Toque de cabeza y círculos en el área abdominal			
		2. Círculos con las manos extendidas en una dirección y los pies en sentido contrario			
		3. Lanzar la pelota con una mano y la otra rebota			
Equilibrio	Estático	1. Avioncito parados en un pie			
		2. Parados en un pie tomar el otro con ambas manos por detrás de la espalda			
		3. Parados en un pie con manos elevadas sobre la cabeza y el otro en diferentes posiciones			
	Dinámico	1. Juego del avioncito			
		2. Zancos			
		3. Saltos con giro			

Coordinación	Óculo/ Mano	1. Lanza y atrapa una pelota			
		2. Rodar la pelota sobre una línea			
		3. Pases estacionarios			
	Óculo/ Pie	1. Despeje de balón			
		2. Conducción de balón			
		3. Tiro al marco			
Ritmo	Sin elementos	1. Marcha			
		2. Series de aplausos			
		3. Series de sonidos con los pies			
	Con elementos	1. Marchar al ritmo de la música			
		2. Desplazamiento lateral al ritmo de la música			
		3. Aeróbicos y zumba			



8. ¿Sigue el ritmo de los ejercicios en diferentes circunstancias?

<b>SI</b>	<b>NO</b>
-----------	-----------

9. ¿Se evidencia el desarrollo logrado de acuerdo al nivel de educativo?

<b>SI</b>	<b>NO</b>
-----------	-----------

10. ¿Se alcanzó la zona de desarrollo próximo de los estudiantes en las capacidades motrices?

<b>SI</b>	<b>NO</b>
-----------	-----------



Universidad de San Carlos de Guatemala

Programa Académico de Profesionalización Docente 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 el Instituto Nacional de Educación Básica INEB zona 1 Jornada Vespertina.

### **Programa Docencia**

Objetivo General: adaptar juegos tradicionales en la evaluación de capacidades motrices

Objetivo específico: practicar en un rally las diferentes capacidades motrices teniendo una base más sólida sobre lo que es el desarrollo motor y puedan beneficiarse de estas actividades para el desarrollo integral de los jóvenes.

Desarrollo temático:

Motricidad: La Motricidad es la capacidad del hombre y los animales de generar movimiento por sí mismos. Tiene que existir una adecuada coordinación y sincronización entre todas las estructuras que intervienen en el movimiento (Sistema nervioso, órganos de los sentidos, sistema musculo esquelético)

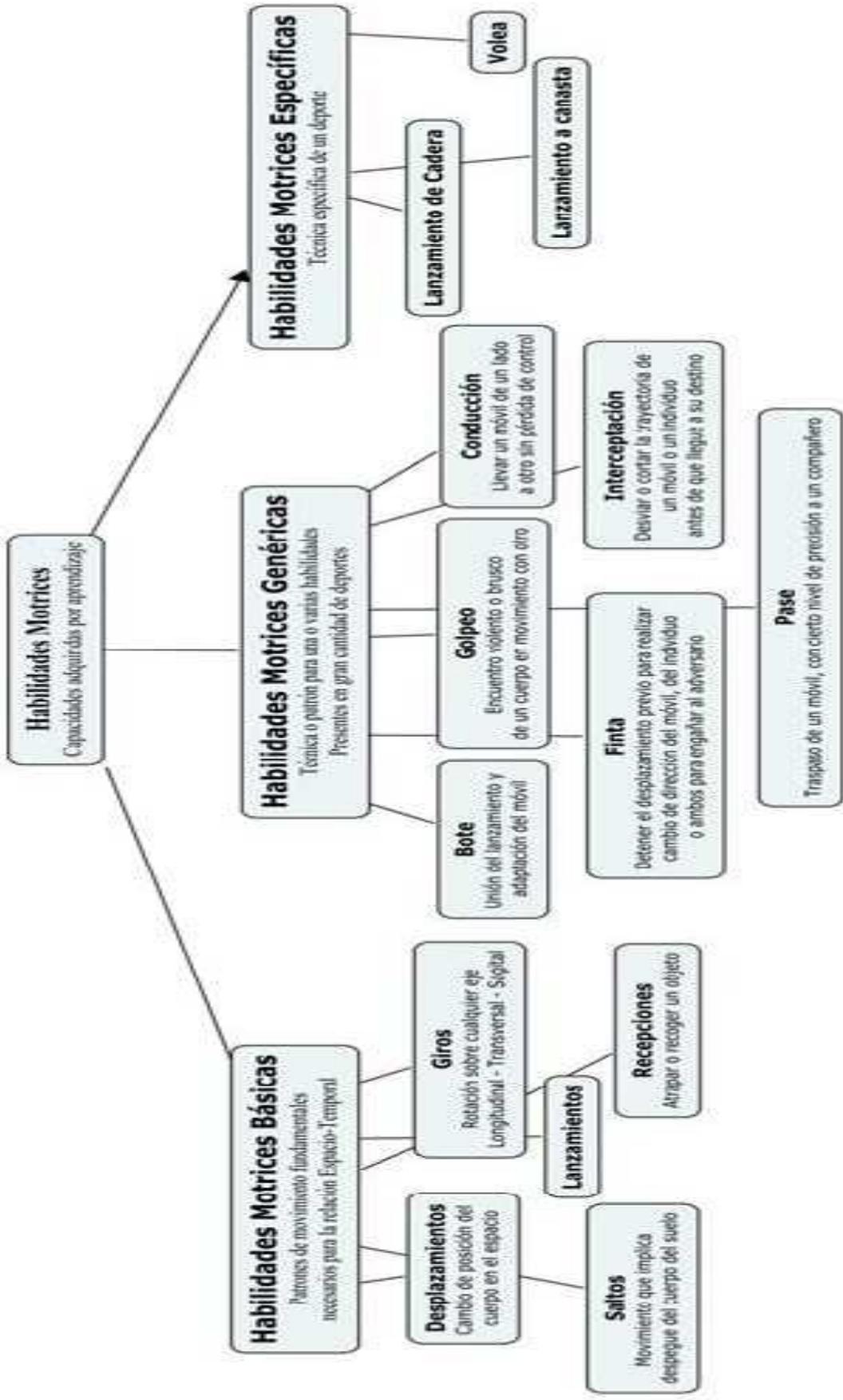
La Motricidad puede clasificarse en Motricidad Fina y Motricidad Guesa.

*Motricidad gruesa:* Hace referencia a movimientos amplios. (Coordinación general y visomotora, tono muscular, equilibrio etc.)

*Motricidad fina:* Movimientos finos, precisos, con destreza. (Coordinación óculo-manual, fonética etc.)

*Habilidades motrices básicas:* el concepto de habilidad motriz básica considera una serie de acciones motrices que aparecen conforme a la evolución humana,

tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, atajar. Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son que son comunes a todos los individuos, permiten la supervivencia y son el fundamento de aprendizajes motrices más complejos. Se consideran habilidades motrices básicas los desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones, todos ellos relacionados con la coordinación y el equilibrio. Todos ellos son aspectos a ser desarrollados entre los 6 y los 12 años, período comprendido entre la adquisición y desarrollo en el niño de las habilidades perceptivo-motrices y el desarrollo pleno de su esquema corporal. A través de su progresiva adquisición, la cual dependerá de la maduración del sistema nervioso central y del ambiente social, el niño podrá moverse en el mundo adecuadamente en la interacción con otras personas y los objetos.



**Habilidades Motrices**  
Capacidades adquiridas por aprendizaje

**Habilidades Motrices Básicas**  
Patrones de movimiento fundamentales  
necesarios para la relación Espacio-Tiempo

**Desplazamientos**  
Cambio de posición del  
cuerpo en el espacio

**Saltos**  
Movimiento que implica  
despegue del cuerpo del suelo

**Giros**  
Rotación sobre cualquier eje  
Longitudinal - Transversal - Sagital

**Lanzamientos**

**Recepciones**  
Atrapar o recoger un objeto

**Habilidades Motrices Genéricas**  
Técnica o patrón para una o varias habilidades  
Presentes en gran cantidad de deportes

**Bote**  
Unión del lanzamiento y  
adaptación del móvil

**Golpeo**  
Encuentro violento o brusco  
de un cuerpo en movimiento con otro

**Conducción**  
Llevar un móvil de un lado  
a otro sin pérdida de control

**Finta**  
Detener el desplazamiento previo para realizar  
cambio de dirección del móvil, del individuo  
o ambos para engañar al adversario

**Intercepción**  
Desviar o cortar la trayectoria de  
un móvil o un individuo  
antes de que llegue a su destino

**Pase**  
Traspaso de un móvil, con cierto nivel de precisión a un compañero

**Habilidades Motrices Específicas**  
Técnica específica de un deporte

**Lanzamiento de Cadera**

**Volea**

**Lanzamiento a canasta**

## Rally

Competencia general:

- Desarrolla sus habilidades motrices, a través del Rally conociendo las posibilidades de su cuerpo de organizar, estructurar y decidir su acción motriz.
- Demuestra sus habilidades motrices en distintas situaciones ejecutando saltos, lanzamientos, equilibrio dinámico, coordinación ojo-mano, coordinación ojo-pie, dominio espacial; adquiriendo mayor seguridad y confianza en su accionar motriz.

Colocarlo en un cuadro

- Actividad 1: A la señal las/los participantes lanzaran el aro adentro del cono.
- Actividad 2: Luego de ejecutar el lanzamiento deberán de correr en zig-zag entre los conos.
- Actividad 3: Al salir de los conos saltaran con los pies juntos adentro de los aros.
- Actividad 4: Terminando de saltar deben de correr a la portería con los aros colgados, lanzarán una pelota tratando de que la misma pase por en medio de los aros; después cada una de las/los participantes ira por la pelota que lanzo y la colocara en el lugar de inicio de la estación.
- Actividad 5: Al colocar la pelota en su lugar deben de correr a los conos con palos de bambú, y deberán pasar por debajo de los mismos.
- Actividad 6: Cuando salgan de los conos con palos de bambú deben dirigirse hacia las colchonetas, ahí se colocarán acostadas boca arriba, rodando sobre sí mismas hasta finalizar al largo de las colchonetas.
- Actividad 7: Al levantarse de las colchonetas, deben caminar encima de la línea de lana sobre el piso manteniendo su equilibrio.
- Actividad 8: Terminando de ejecutar su equilibrio dinámico, encontrarán una caja o cubetas con 8 pelotas agarrando pelota por pelota deben de llevarlas hacia la otra caja o cubeta que estará ubicada en el otro extremo.

### Material a utilizar

- Estación 1: 2 aros y 2 conos
- Estación 2: 8 conos
- Estación 3: 12 aros
- Estación 4: 1 portería, 2 aros, 1 bola de lana, 2 pelotas y 2 fritbys
- Estación 5: 10 conos, 5 palos de bambú y 1 rollo de tape del grueso
- Estación 6: 2 colchonetas
- Estación 7: 1 rollo de lana y tape
- Estación 8: 4 cajas de cartón o cubetas y 16 pelotas pequeñas.

Dosificación del tiempo: El tiempo necesario que se tarden los compañeros docentes en cada estación para pasar a la siguiente.

Evaluación de la actividad por parte de los participantes:

#### Lista de cotejo

Objetivo: establecer el grado de desarrollo alcanzado por el estudiante

Definición: lista de aspectos que conforman indicadores de logro que permiten establecer su presencia o ausencia en el aprendizaje alcanzado por los estudiantes

Lineamientos de aplicación: marque con una X la respuesta que usted considere aceptable a las siguientes preguntas

#### Preguntas

Fue de su interés el tema presentado

Cree usted que son de beneficio para los estudiantes el desarrollar las capacidades motrices

Tenía conocimiento sobre el tema de habilidades motrices

Se sintió a gusto realizando cada una de las actividades del rally

Si	No

Evidencia de logro:

Los compañeros docentes realizarán un mapa conceptual del programa de habilidades motrices con el propósito de evidenciar la importancia de desarrollar dichas habilidades en los estudiantes.



Universidad de San Carlos de Guatemala

Programa Académico de Profesionalización Docente 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 el Instituto Nacional de Educación Básica –INEB– zona 1, jornada vespertina.

### **Programa de Extensión**

Título: fisminutos<sup>1</sup>

Objetivo general: Cimentar las capacidades motrices para fortalecer la autoaceptación desde el trabajo en sí mismo y en equipo para evitar la discriminación.

Objetivo específico: Formar estudiantes capaces de relacionarse con los demás para establecer niveles de aceptación y respeto.

### **Programación temática**

Temática No.1: gimnasia básica

Desarrollo: se ejecutarán movimientos de articulaciones empezando desde la cabeza hasta los pies.

Dosificación: 5 minutos diarios antes de empezare el primer periodo de clases.

Materiales: hidratación, toallita

Variables: utilizar música

---

<sup>1</sup>Realizar cinco minutos de ejercicio con el propósito de crear hábitos de la actividad física

Evaluación de la actividad por los participantes:

### **Lista de cotejo**

Objetivo: establecer el grado de desarrollo alcanzado por el estudiante

Definición: lista de aspectos que conforman indicadores de logro que permiten establecer su presencia o ausencia en el aprendizaje alcanzado por los estudiantes

Lineamientos de aplicación: marque con una X la respuesta que usted considere aceptable a las siguientes preguntas

Preguntas

- Obtuvo algún beneficio con esta actividad
- Se sintió aceptado en el grupo
- Pudo desarrollar los movimientos
- Encontró alguna dificultad en la actividad

Si	No
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Temática No.2: aeróbicos

Desarrollo: realizaran series de ejercicios establecidos rítmicamente

Dosificación: 5 minutos diarios antes de empezare el primer periodo de clases.

Materiales: hidratación, toallita, equipo de sonido y pistas seleccionadas

Variables: ejercicios estacionarios y con desplazamiento

Evaluación de la actividad por los participantes:

### **Lista de cotejo**

Objetivo: establecer el grado de desarrollo alcanzado por el estudiante

Definición: lista de aspectos que conforman indicadores de logro que permiten establecer su presencia o ausencia en el aprendizaje alcanzado por los estudiantes

Lineamientos de aplicación: marque con una X la respuesta que usted considere aceptable a las siguientes preguntas

Preguntas

Fueron de utilidad los ejercicios aeróbicos para sus diferentes capacidades

Cree usted que obtuvo más resistencia al practicar estas rutinas

Tuvo algún inconveniente al realizar los ejercicios aeróbicos

Interactuó con sus compañeros

Si	No

Temática No.3: baile libre

Desarrollo: seleccionar diferentes ritmos musicales los cuales los estudiantes podrán aprender y practicar

Dosificación: 5 minutos diarios antes de empezare el primer periodo de clases.

Materiales: hidratación, toallita, equipo de sonido, música seleccionada

Variables: en parejas, en grupos

Evaluación de la actividad por los participantes:

**Lista de cotejo**

Objetivo: establecer el grado de desarrollo alcanzado por el estudiante

Definición: lista de aspectos que conforman indicadores de logro que permiten establecer su presencia o ausencia en el aprendizaje alcanzado por los estudiantes

Lineamientos de aplicación: marque con una X la respuesta que usted considere aceptable a las siguientes preguntas

Preguntas

Fue motivadora la actividad

Se sintió a gusto con los ritmos musicales

Aprendió los ritmos musicales practicados

Cree que es de beneficio propio la realización de estas actividades

Si	No

Cronograma de actividades:

Fecha Actividad	Enero	Febrero	Marzo - Mayo	Mayo - Julio	Agosto - Octubre
	15 al 30	1 al 5 - 8 al 29	1 de marzo al 13 de mayo	16 de mayo al 29 de julio	1 de agosto al 7 de octubre
1.	Elaboración del programa	Presentación del programa Inducción del programa	Desarrollo de la temática 1	Desarrollo de la temática 2	Desarrollo de la temática 3

Evidencia de logro:

Los estudiantes realizarán una descripción gráfica del programa fisminutos con el propósito de evidenciar el mejoramiento en sus capacidades motrices y el desenvolvimiento de cada uno de ellos.







