

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 DE PADEP/DEF
EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE
EL ÁMBITO BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN
LA ESCUELA OFICIAL URBANA DE VARONES EL FUTURO,
CHIANTLA, HUEHUETENANGO, JORNADA MATUTINA, NIVEL
PRIMARIO .”**

RAISA YEKATERINA CARTAGENA ALVARADO

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 DE PADEP/DEF
EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE
EL ÁMBITO BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN
LA ESCUELA OFICIAL URBANA DE VARONES EL FUTURO,
CHIANTLA, HUEHUETENANGO, JORNADA MATUTINA, NIVEL
PRIMARIO.”

POR

RAISA YEKATERINA CARTAGENA ALVARADO

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



C.c. Control Académico
Archivo
Reg. 35-2016
CODIPs. 2275-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante
Raisa Yekaterina Cartagena Alvarado
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto TRIGÉSIMO SEXTO (36°) del Acta CINCUENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (57-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 27 de septiembre 2016, que copiado literalmente dice:

“TRIGÉSIMO 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 la Escuela Oficial Urbana de Varones El Futuro, Chiantla Huehuetenango, jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Raisa Yekaterina Cartagena Alvarado

CARNÉ: 200942361

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



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIAS Y TECNOLOGÍA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE - ECFAD



PADEP/DEF No. 035-2016

28 de Julio de 2016

Señores
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano

Estimados Señores:

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

“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Urbana de Varones El Futuro, Chiantla Huehuetenango, jornada matutina nivel primario”

Realizado por el estudiante:

Raisa Yekaterina Cartagena Alvarado

CARNÉ: 200942361

Carrera: Profesorado de Educación Física

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General PADEP/DEF



/Sindy



Guatemala 06 mayo 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulado **El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico Social y Laboral en la Escuela Oficial Urbana de Varones El Futuro, Chiantla Huehuetenango, jornada matutina, nivel primario**. De la estudiante Raisa Yekaterina Cartagena Alvarado, con carne 200942361 de la carrera del Profesorado de Educación Física, del Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física PADEP/DEF.

Sin otro particular y agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

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





C.c. Control Académico
 Archivo
 Reg. 035-2016
 CODIPs. 806-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
 Raisa Yekaterina Cartagena Alvarado
 PADEP/DEF
 Escuela de Ciencias Psicológicas
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto TRIGÉSIMO SEXTO (36º) del Acta CATORCE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (14-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 26 de febrero 2016, que copiado literalmente dice:

“TRIGÉSIMO 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 la Escuela Oficial Urbana de Varones El Futuro, Chiantla Huehuetenango, jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de profesorado de Educación Física realizado por:

Raisa Yekaterina Cartagena Alvarado

CARNÉ: 200942361

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 Myrnor Estuardo Lemus Urbina
 SECRETARIO



/Sindy

Guatemala 01 abril 2016



Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Director de la Escuela Oficial Urbana de Varones "El Futuro" Chiantla, Huehuetenango, la estudiante **Raisa Yekaterina Cartagena Alvarado, carné No. 200942361**, desarrollo su Sistematización con el tema **"El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y laboral en la Escuela Oficial Urbana de Varones "El Futuro" Chiantla, Huehuetenango, jornada matutina nivel primario"**. Durante todo el tiempo demostró puntualidad, responsabilidad y dedicación en las labores desempeñadas, concluyendo satisfactoriamente su Sistematización.

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

Atentamente,

Lic. Luis Felipe Rodríguez del Valle
Director
Escuela Oficial Urbana de Varones "El Futuro"
Chiantla, Huehuetenango.

AGRADECIMIENTOS

A: Dios, por darme la sabiduría y el don de entendimiento durante el tiempo de estudio.

A: La tricentenaria Universidad de San Carlos De Guatemala
Id y Enseñad.

A: Mi Asesora
Licda. Dora Virginia Tobías Calderón
Agradecimiento por su apoyo

A: Mis Padres, por su apoyo moral e incondicional durante todo el tiempo de estudio.

A: mi hija, por su comprensión durante el tiempo de estudio.

DEDICATORIA

A: Mis padres.

Alvaro Ronaldo Cartagena del Valle

Silda Johana Alvarado Mérida

A: Mi hija

Aileen Yekaterine Herrera Cartagena

Índice

Introducción.....	1
I. Marco conceptual.....	2
1.1 Planteamiento del problema.....	2
1.2 Justificación.....	3
II. Marco metodológico.....	4
2.1 Objetivos.....	4
a. General.....	4
b. Específicos.....	4
2.2 Método.....	4
c. Muestra.....	4
d. Recolección de datos.....	5
e. Instrumento.....	6
III. Marco teórico.....	7
3.1 Rol del Docente.....	7
3.2 Docente.....	8
3.3 Educación Física.....	9
3.4 Importancia de la Educación Física.....	11
a. Educación.....	11
b. Aprendizaje.....	13
c. Enseñanza.....	14
3.5 Desarrollo Integral.....	14
3.6 Ámbito Biológico del Estudiante.....	19
3.7 Ámbito Psicológico del Estudiante.....	21
3.8 Ámbito Social del Estudiante.....	25
3.9 Ámbito Laboral.....	27

IV. Marco operativo.....	28
4.1 Diseño de la investigación.....	28
4.1.1 Equipo de investigación.....	28
4.1.2 Presupuesto.....	29
4.1.3 Programación.....	29
V. Presentación de resultados.....	30
5.1 Análisis de datos.....	30
5.2 Interpretación de resultados.....	30
VI. Conclusiones.....	38
VII. Recomendaciones.....	39
VIII. Bibliografía.....	40
IX. Anexo.....	42
9.1 Glosario.....	42
9.2 Instrumentos.....	43
9.3 Programa de Docencia.....	46
9.4 Programa de Extensión.....	51

Introducción

Este proyecto corresponde específicamente al Rol del Profesor de Educación Física que estudia en el Programa Académico de Desarrollo Profesional Docente, en el área específica de Educación Física, tomando en consideración el desarrollo integral en su ámbito biológico, psicológico, social y laboral en la Escuela Oficial Urbana de Varones “El Futuro”, Jornada Matutina, Nivel Primario, del municipio de Chiantla, departamento de Huehuetenango.

El Programa Académico de Desarrollo Profesional Docente conocido por sus siglas PADEP/DEF, considera que principalmente la meta de la Educación Física, es la transformación del docente dentro y fuera de las clases, para coadyuvar a la formación de niños y niñas creativos, inventores y descubridores y que sean capaces de realizar cosas nuevas y no simplemente de repetir lo que hacen otros.

Dicho Programa también trata de innovar el proceso de enseñanza-aprendizaje, especialmente cuando el niño construye su propio aprendizaje, para convertirlo en un aprendizaje significativo. Se adquieren valores que se desarrollan actitudes que coadyuvan a tener una mejor calidad de vida y así lograr nuevas generaciones que desarrollen su personalidad, su inteligencia, su potencial y permitir que se integren a la vida social como factor positivo de bienestar, superación y desarrollo integral.

I. Marco conceptual

1.1. Planteamiento del Problema:

La escuela está ubicada en el área urbana del municipio, en el I Ciclo cuenta con 8 maestros, 3 grados: Primer grado con 3 secciones; Segundo grado con sus tres secciones y Tercer grado con sus dos secciones, haciendo un total de 8 secciones en el I Ciclo. Tiene una población estudiantil de 245 alumnos, sexo masculino. Desde hace tiempo los docentes han sido debatidos en sus conocimientos pedagógicos, permaneciendo y poniendo en duda su formación y competencias. Con relación a los rasgos del profesor de Educación Física, para realizar su trabajo de mejor manera, debe tener ciertas cualidades, pero al mismo tiempo, pocas veces se toma y en raras ocasiones se adoptan las opiniones de los alumnos, siendo ellos los jueces más precisos del trabajo del docente.

Con la investigación en curso se pretende fortalecer el rol del maestro de educación física en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral de la escuela oficial urbana de varones “El Futuro”, Chiantla, Huehuetenango. Pues estos en muchas ocasiones no cuentan con las aptitudes necesarias para desenvolverse en el ámbito de la enseñanza educativa de una manera integral. En este aspecto, los docentes a nivel nacional están en una etapa de cambio y profesionalización que esperamos se haga de manera continua y con ciertos grados académicos para alcanzar un nivel competitivo y profesional, para enfrentar la educación física en un mundo globalizado.

1.2. Justificación:

El concepto de salud abarca lo que es la salud física, mental y social. La salud física la adecuada actividad física del organismo; a modo de que la salud mental el equilibrio psicológico de una persona; y por salud social como la capacidad de interactuar en forma apropiada con las personas y su contexto, manejando las relaciones interpersonales de forma adecuada y eficiente.

La misión de los docentes de educación física es el cuidado de la salud a través de la educación física, en otras palabras, de una prevención primaria o aquella que alguien puede realizar antes de enfermarse a partir del ejercicio físico. Los beneficios que se obtendrán al efectuar el trabajo de investigación, no solo quedarán plasmados aquí, sino servirán de apoyo a futuras investigaciones, sino servirá de guía y consulta a futuras generaciones a abordar el mencionado tema. Servirán para determinar cuál es el rol del docente de educación física en el desarrollo de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral de la Escuela Oficial Urbana de Varones "El Futuro, Chiantla, Huehuetenango.

II. Marco metodológico

2.1. Objetivos

a. General:

Fortalecer el rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral de la Escuela Oficial Urbana de Varones “El Futuro”, Jornada Matutina, Nivel Primario, municipio de Chiantla, departamento de Huehuetenango.

b. Específicos:

- ✓ Determinar las condiciones biológicas de los estudiantes.
- ✓ Conocer el estado psicológico de los alumnos.
- ✓ Identificar los problemas sociales que le afectan a los alumnos.
- ✓ Establecer una buena relación: docente alumnos.

2.2. Método

c. Muestra: Muestra utilizada: Intencional o de juicio.

Escuela Oficial Urbana de Varones El Futuro, Chiantla, Huehuetenango.

En la actualidad la Escuela cuenta con 8 docentes, 8 secciones se atiende el nivel primario, en el I Ciclo. Teniendo una población de 245 niños inscritos en el ciclo escolar 2016. Comprendidos entre las edades de 7 a 11 años de edad.

Grado de Selección. 1ro., 2do. y 3er. grado

Edades. De 7 a 11 años.

Genero. Masculino

Procedencia. Área urbana

Modalidad. Monolingüe

Total docentes. 8

Total alumnos. 245

Muestra utilizada: Intencional o de juicio.

Total de personas a encuestar: Alumnos 15

d. Recolección de datos:

En la siguiente lista de cotejo se pudo recolectar todos los datos, referente al instrumento realizado.

No.	Pregunta	SI	NO
1	Desayunas antes de venir a la escuela	16	4
2	Crees que te alimentas sanamente	20	0
3	Presenta alguna discapacidad	1	19
4	Sufres alguna enfermedad complicada	1	19
5	Te sientes bien en la escuela	20	0
6	Consideras que tu comportamiento es bueno, en la clase de educación física	10	10
7	Crees que puedes mejorar tu conducta en la clase de educación física	15	5
8	Eres agresivo con tus compañeros	11	9
9	Te gusta compartir con tus compañeros en la clase de Educación Física	18	2
10	Vives con tu papá, mamá y hermanos	14	6
11	La relación con tu familia es buena	18	2
12	Sufres algún tipo de maltrato en tu hogar	9	11
13	Te sientes discriminado en la escuela	1	19
14	Crees que los maestros te podamos ayudar a eliminar este problema	1	19
15	Te sientes bien al recibir la clase de educación física	20	0

e. Instrumento

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

Descripción: En la presente investigación se desea obtener información referente al rol del profesor de Educación Física de la Escuela Oficial Urbana de Varones “El Futuro”, Chiantla, Huehuetenango, Jornada Matutina, Nivel Primario. Se pretende identificar los factores que afectan el desarrollo integral de los estudiantes en los ámbitos biológico, psicológico y social en la Educación Física.

III. Marco teórico

3.1. Rol del docente:

<http://definicion.de/rol-docente/#ixzz400YYBWOK>. Se refiere a: *El término rol deriva de role, un vocablo inglés, aunque su raíz etimológica nos remite. El rol es la función o el papel asumido por un ser humano en un cierto contexto. Docente, por su parte, es el adjetivo que refiere a aquel que enseña. El término también se emplea como sustantivo para denominar a las personas que ejercen la docencia.*

El rol docente, por lo tanto, es la función que asumen los maestros y los profesores. Se trata de un rol complejo que abarca múltiples dimensiones y que tiene efectos importantes en la sociedad. La persona que cumple el rol docente se encarga de educar a otras. En el sentido más básico, brindar educación consiste en suministrar información y desarrollar explicaciones para que los alumnos estén en condiciones de asimilar los contenidos.

El rol docente, por otra parte, implica la transmisión de valores. La sociedad espera, en general, que las personas que ejercen la docencia inculquen valores positivos en los estudiantes: el respeto por las normas, el ejercicio de la solidaridad, etc. Es importante destacar que el rol docente también exige garantizar la disciplina en el entorno educativo.

Los maestros tienen que lograr que los alumnos se comporten de manera adecuada: si no lo hacen, el rol docente también contempla la posibilidad de sancionar las faltas.

Tampoco se puede dejar de mencionar que el rol docente abarca cuestiones intangibles y simbólicas, como el aporte de contención a los niños y la construcción de un vínculo de afecto entre el maestro y el alumno. En este proceso de aprendizaje constructivo, el profesor cede su protagonismo al estudiante quien asume el papel fundamental en su propio

proceso de formación. Es el propio estudiante quien habrá de lograr la transferencia de lo teórico hacia ámbitos prácticos, situados en contextos reales”.

El Rol Docente se refiere a la facilidad que el maestro o profesor tenga al transmitir el aprendizaje para que los contenidos los asimilen de la mejor manera y a la vez sea incluido el método constructivista, que se trata que el alumno sea el protagonista de su aprendizaje.

3.2. Docente:

Wikipedia 2000. Se refiere a: Un docente es aquel individuo que se dedica a enseñar o que realiza acciones referentes a la enseñanza. La palabra deriva del término latino docens, que a su vez procede de docēre (traducido al español como “enseñar”). En el lenguaje cotidiano, el concepto suele utilizarse como sinónimo de profesor o maestro, aunque su significado no es exactamente igual.

El docente o profesor es la persona que imparte conocimientos enmarcados en una determinada ciencia o arte. Sin embargo, el maestro es aquel al que se le reconoce una habilidad extraordinaria en la materia que instruye. De esta forma, un docente puede no ser un maestro (y viceversa). Más allá de esta distinción, todos deben poseer habilidades pedagógicas para convertirse en agentes efectivos del proceso de aprendizaje.

El docente, en definitiva, reconoce que la enseñanza es su dedicación y profesión fundamental. Por lo tanto, sus habilidades consisten en enseñar de la mejor forma posible a quien asume el rol de educando, más allá de la edad o condición que éste posea.

Cabe resaltar que existen docentes en todos los niveles (primario, secundario, terciario y universitario), que pueden ejercer

su trabajo en la enseñanza pública o en instituciones privadas. Un docente puede trabajar por cuenta propia (como profesional libre) o bajo alguna modalidad de contratación con su empleador.

La docencia, entendida como enseñanza, es una actividad realizada a través de la interacción de tres elementos: el docente, sus alumnos y el objeto de conocimiento. Una concepción teórica e idealista supone que el docente tiene la obligación de transmitir sus saberes al alumno mediante diversos recursos, elementos, técnicas y herramientas de apoyo. Así, el docente asume el rol de fuente de conocimientos y el educando se convierte en un receptor ilimitado de todo ese saber. En los últimos tiempos, este proceso es considerado como más dinámico y recíproco.

El importante papel que desempeña el docente en la vida de cualquier persona, pues es el que le aporta una serie de valores y de conocimientos importantes para su trayectoria profesional y personal”.

En los últimos tiempos el docente asume el rol de fuente de conocimiento, tiene la obligación de transmitir sus saberes al alumno mediante diversos recursos, elementos, técnicas y herramientas de apoyo, es el facilitador y guía teniendo al estudiante como eje central y primordial del proceso enseñanza-aprendizaje.

3.3. Educación Física:

https://es.wikipedia.org/wiki/Educaci%C3%B3n_f%C3%ADsica. Se refiere a: *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. Para el logro de estas metas se vale de ciertas fuentes y medios que, dependiendo de su enfoque, ha variado su concepción y énfasis con el tiempo.

Sin embargo, lo que es incuestionable, son las aportaciones que la práctica de la educación física ofrece a la sociedad: contribuye al cuidado y preservación de la salud, al fomento de la tolerancia y el respeto de los derechos humanos, la ocupación del tiempo libre, impulsa una vida activa en contra del sedentarismo, etc. Los medios utilizados son el juego motor, la iniciación deportiva, el deporte educativo, la recreación, etc. La tendencia actual en educación física es el desarrollo de Competencias que permitan la mejor adaptabilidad posible a situaciones cambiantes en el medio y la realidad.

De esta forma, la educación física pretende desarrollar las competencias siguientes: la integración de la corporeidad, la expresión y realización de desempeños motores sencillos y complejos, el dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas. Historia en la prehistoria, el hombre practicaba el ejercicio físico para buscar seguridad, sobrevivir y saber cómo cazar los animales más fácilmente por medio del ejercicio, a través de la agilidad, fuerza, velocidad y energía.

Durante la época Visigoda, ya se practicaban deportes tales como: lucha, saltos, lanzamiento de jabalina y esgrima. La gimnasia moderna nació a principios del siglo XIX en Suiza y Alemania con deportes como: saltos, carreras, luchas al aire libre, natación, equilibrio, danza, esgrima, escalamiento y equitación. En Inglaterra nacieron el fútbol, el rugby, el cricket y los deportes hípicas.

A fines del siglo XIX nacen los deportes de velocidad, tales como el ciclismo y el automovilismo, los cuales combinan la habilidad física con la eficiencia mecánica.

La educación física como hoy la entendemos, se originó a través de las actividades físicas que el hombre trató de sistematizar en la antigüedad para mejorar su condición física para la guerra.

Las actividades de la Educación física la desarrollaban los profesores de manera voluntaria; estas actividades fueron incrementando y en el año 1912 se nombraron los primeros profesores de la Educación Física luego en 1929 el Estado nombra el primer director general de la Educación Física y Deportes, aun no estaba complementada la información de docentes para laborar en dicha área.

En la actualidad la Educación Física ha tenido una evolución significativa donde ya no es tradicionalista, por que utiliza nuevos métodos de enseñanza, en el que el docente es el facilitador y el alumno es el protagonista de su aprendizaje.

3.4. Importancia de la Educación Física:

a. Educación:

*<https://es.wikipedia.org/wiki/Educaci%C3%B3n>. Se refiere a: *Los tiempos de hoy en día llevan a muchas personas a Descuidar su Cuerpo, dejando de lado no solo las horas de descanso necesarias, sino también teniendo una Mala Alimentación, que implica no solo no tener una Dieta Equilibrada sino a veces no alcanzar la cantidad de nutrientes necesaria para las exigencias básicas del organismo, lo que lleva muchas veces a pensar que comer bastante, es comer bien.**

Y es allí cuando comienzan los Problemas de Sobrepeso, acompañado además del trabajo de oficina que lleva a una Vida Sedentaria, y empezamos a preocuparnos por nuestro cuerpo, por lo que una de las primeras opciones que pensamos es la de Hacer Ejercicio, aunque ello a veces puede ser perjudicial si se realiza sin los controles pertinentes y los conocimientos adecuados para la realización de las actividades.

Una de las ramas del conocimiento que se encarga de evitarnos esos dolores de cabeza es justamente la Educación Física, que como su nombre lo indica, la principal premisa a la que apunta es la realización de una Formación Pedagógica de los cuidados de nuestro cuerpo, aplicados no solo a la Salud Física, sino también a los órdenes que debemos tener para llevar una Vida Saludable.

Lógicamente, uno de los puntos fundamentales es Evitar el Sedentarismo, fomentando a llevar una vida con una Actividad Física moderada, pero también está relacionada a las Actividades Deportivas como parte de una socialización, aprendiendo a acatar reglas, trabajar en equipo y plantearse distintos objetivos, siendo necesaria su aplicación en la Edad Escolar.

Es por ello que, desde pequeños en el colegio, en las horas de Educación Física, se nos enseña los valores de la Sana Competencia además de poder relacionarnos con distintos compañeros realizando Deportes de Grupo, permitiendo no solo un desarrollo de la adaptación sino también inculcando valores de tolerancia, respeto y compañerismo.

La Educación Física se considera como área obligatoria según lineamientos del Ministerio de Educación Nacional para la educación básica. Se ha constituido como disciplina fundamental para la educación y formación integral del ser humano, especialmente si es implementada en edad temprana, por cuanto posibilita en el niño desarrollar destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su diario vivir y como proceso para su proyecto de vida.

A través de la Educación Física, el niño expresa su espontaneidad, fomenta su creatividad y sobretodo permite conocer, respetar y valorarse a sí mismo y a los demás. Por ello, es indispensable la variedad y vivencia de las diferentes

actividades en el juego, lúdica, recreación y deporte para implementarlas continuamente, sea en clase o mediante proyectos lúdico-pedagógicos.

Por lo general, las instituciones educativas desconocen la importancia que la Educación Física representa para la básica primaria, porque ella, como otras disciplinas del conocimiento, a través del movimiento, contribuyen también con el proceso de formación integral del ser humano para beneficio personal, social y conservación de su propia cultura.

Si la Educación Física se estructura como proceso pedagógico y permanente se pueden cimentar bases sólidas que le permitirán la integración y socialización que garanticen continuidad para el desarrollo y especialización deportiva en su vida futura. A través de la clase de Educación Física los niños aprenden, ejecutan y crean nuevas formas de movimiento con la ayuda de diferentes formas jugadas, lúdicas, recreativas y deportivas.

En estas clases el niño puede desenvolverse, ser creativo y mostrar su espontaneidad como un ser que quiere descubrir muchas alternativas que pueden ser aplicables en un futuro en su vida social y que no lo pueden lograr fácilmente en otras asignaturas del conocimiento. Para hablar de una educación integral, en la que ningún aspecto del ser humano quede librado al azar, debemos considerar (y esto no es ninguna novedad) el cuerpo y la mente conformando una unidad, por lo que la educación física no debe ubicarse dentro del escalafón programático como la hermana menor de las disciplinas intelectuales, sino en un nivel de paridad, ya que una contribuirá con la otra para el desarrollo de logros cada vez más complejos”.

b. Aprendizaje:

Jorge L. Zamora. (2009). Indica: *Es la acción de aprender, sin más; o sea de adquirir conocimientos o destrezas que no se poseen cuando se inicia el acto de aprendizaje, Para Piaget; “Es el medio para introducir nuevas experiencias”.*

Para Guthrie: "Llamamos aprendizaje a los cambios de conducta que siguen a otra conducta.". Para Planchard: "Es el perfeccionamiento progresivo de la actividad como consecuencia del ejercicio".

c. Enseñanza:

Pila Teleña Agosto (1981). Indica: *Equivale a mostrar, indicar, poder delante, dar guía y dirección. O bien el proceso de transmitir conocimientos, experiencias hábitos de una persona a otra.*

De varias formas puede materializársela enseñanza. Sin embargo, se aceptan dos modalidades básicas: la deducción y la inducción. La deducción parte de la hipótesis de que el maestro posee una información (conocimiento y experiencias) que debe dar a sus alumnos según estos vayan madurando para recepcionarla y valorarla. La inducción, por el contrario, se afinca en el alumno y en su maduración, que bajo la hábil conducción va descubriendo los conocimientos y experiencias que reclaman sus distintos estadios evolutivos".

En los últimos años ha tenido una importancia trascendental en la que el Ministerio de Educación y la Dirección General de Educación Física, se han unido para fortalecer el área de Educación Física, incorporando a los docentes en los establecimientos, y a la vez los capacitan constantemente, para que éstos realicen o modifiquen su metodología al contexto en el que él se desenvuelve. Y que a la vez vaya transformando los paradigmas dando participación al estudiante, con el afán de conseguir su desarrollo integral, físico, emocional, psicológico, cognitivo; cimentando valores: deportivos, sociales y culturales.

3.5. Desarrollo Integral:

<http://www.efdeportes.com/efd131/la-educacion-fisica-y-la-formacion-integral-del-hombre.htm>. Se refiere a: *"La Educación Física constituye una asignatura que integra acciones principalmente de carácter físico. Se imparte en*

los centros educacionales desde edades tempranas y cumple con objetivos precisos en cada una de las etapas o períodos de enseñanza que tributan a la educación de los alumnos para enfrentar la vida.

Su propia esencia plantea llevar a cabo un conjunto de acciones que tributan al desarrollo del ser humano, condicionando las bases para enfrentar la vida en diferentes esferas.

Como asignatura, “La Educación Física es un proceso pedagógico dirigido al mejoramiento del desarrollo físico y a proporcionar el alcance de un adecuado nivel de preparación física, así como a ofrecer conocimientos específicos sobre los contenidos que abarca; en su desarrollo se cumplen las múltiples y complejas tareas de la cultura física”.

Su organización y planificación en los diferentes niveles de enseñanza está sujeta a las características de los alumnos hacia los cuales está dirigida, siempre tributando a un desarrollo íntegro de éstos. En este sentido es preciso y lógico señalar que su expresión como actividad propia de un proceso pedagógico depende en gran medida de las características generacionales de los educandos y de los requerimientos que demanda la sociedad para la formación de los ciudadanos.

Con el de cursar de los años la Educación Física ha evolucionado considerablemente, principalmente en cuanto a métodos, procedimientos, concepciones, estructura organizativa entre otros aspectos. Todo este proceso de evolución ha sido consecuencia de los aportes científicos que han tenido lugar en esta esfera. Sin embargo, su esencia lógicamente sigue siendo la misma (contribuir a la preparación del hombre para enfrentar la vida), lo que ha permitido que adquiera cada vez más importancia dentro de los planes de estudio en los diferentes niveles de enseñanza.

La Educación Física como asignatura integrante de los programas educacionales, constituye un eslabón importante en la integración de las acciones que ayudan a la formación de individuos capaces para enfrentarse con éxito a los requerimientos

de la sociedad. Es por ello que su cumplimiento resulta necesario e imprescindible en el proceso de formación de los educandos.

La propia dinámica de la sociedad, impone al hombre una preparación constante para enfrentar la vida en consecuencia con los cambios que en ella van sucediendo. En este sentido la Educación Física adquiere una importancia relevante, pues desde un perfil práctico contribuye al desarrollo de los sujetos tanto desde el punto de vista físico como psicológico.

En cuanto a la forma en que los alumnos se apropian de los conocimientos, hábitos y habilidades en la Educación Física también radica una de sus peculiaridades de gran importancia, pues por las propias características de la asignatura es común el aprendizaje a través de la información propioceptiva derivada de las ejecuciones, lo que constituye una variante productiva en el cumplimiento de los objetivos a alcanzar, garantizando así una mayor solidez en lo que se aprende.

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 alumnos. 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 alumnos 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.

a. Salud:

http://munisalud.muniguate.com/2011/01feb/estilos_saludables03.php. Se refiere a: *“En primera instancia debemos conocer la definición de salud para poder saber de qué estamos hablando, según la Organización Mundial de la Salud en su definición de 2009 refiere que la salud se define como: “El completo bienestar físico, psicológico, social y espiritual y no sólo la ausencia de enfermedad”, partiendo de ésta definición vemos que la salud es un tema por demás complejo de abordar pero fácil de entender, hay que estar bien en todos los aspectos de la vida para considerarnos sanos; pero ¿Cómo hacemos esto con nuestros hijos? y más importante aún, ¿Cómo afecta esto su rendimiento académico?, pues bien algunas respuestas se enlistan a continuación.*

El bienestar físico de los adolescentes es un tema digno de hacer mención, en este aspecto se incluyen temas como: la alimentación, el ejercicio físico, las horas de sueño, la resistencia inmunológica a enfermedades, entre otras. Así mismo es muy importante observar cambios en hábitos alimenticios, intestinales, apareamiento de dolores o molestias que antes no existían, es vital ser observadores y ver cómo se va desarrollando el estado nutricional de los niños y adolescentes. En el aspecto psicológico es fundamental poner atención a la conducta, las palabras que dicen, los hábitos y costumbres, la forma en que se relacionan con los demás, como se percibe a sí mismo, entre otros aspectos importantes de la mente del adolescente.

c. Cansancio:

<https://es.wikipedia.org/wiki/Cansancio>. Se refiere a: *El cansancio se suele presentar en situaciones normales de la vida por causa de aburrimiento, infelicidad, desilusión, hastío, tedio, fastidio, carencia de sueño, o trabajo duro. En este caso se trata del cansancio considerado normal, ya que es una respuesta importante y normal tras un esfuerzo físico, tensión emocional, o carencia de sueño; y desaparece después de un periodo adecuado de descanso. También se puede definir como una sensación subjetiva de falta de energía física o intelectual o de ambas.*

El cansancio también es conocido como astenia, agotamiento o letargo.

Existe un cansancio patológico, anormal y desproporcionado que se presenta sin haber trabajado de forma excesiva, y que es conocido con el nombre de fatiga crónica. La fatiga crónica puede ser el síntoma que delata a un paciente hipotiroideo, porque las personas con esta enfermedad se sienten cansadas o agotadas.

c. Prevención en la clase de educación física:

<http://www.efdeportes.com/efd130/prevencion-de-accidentes-y-lesiones-deportivas-en-la-clase-de-educacion-fisica.htm>. Se refiere a: Para llevar a cabo una EF saludable sin perjuicios negativos en nuestro organismo hemos de tener en cuenta varios aspectos importantes como: Seguridad e higiene en el medio: El lugar donde se vaya hacer EF tiene que estar en perfectas condiciones. Limpio, sin obstáculos, pista sin irregularidades, que no esté mojado etc.

El material: Debe estar en buen estado, y sobre todo adaptado a las características del alumno y de la tarea.

La vestimenta: La adecuada para realiza ejercicio, chándal, zapatillas, ropa a ser posible de algodón, hilo, lino evitando las prendas poliéster ya que dificultan la transpiración. Llevar ropa de aseo para el cambio de la ropa sudada.

El calentamiento y la vuelta a la calma (Relajación): Son elementos imprescindibles en toda actividad física, ya que ayuda a poner en condiciones adecuadas al organismo para la actividad, nos ayuda a evitar ciertas lesiones musculares, articulares etc. La vuelta a la calma nos ayuda para recuperar la normalidad de nuestro organismo, por eso son aspectos de relajación.

El aseo: En la clase de Educación Física, hemos de dejar al final un tiempo para asearse y cambiarse d ropa. Hemos de saber trasladar al alumno esta importancia de salud e higiene.

Otros aspectos: Tener en cuenta: Características individuales, no realizar competiciones, no realizar ejercicios específicos etc. Otro aspecto de prevención es el “Examen Médico Anual”, además es importante que el maestro de EF contenga también el informe médico de los alumnos.

3.6. Ámbito Biológico del Estudiante

3.6.1. Definición de Biología:

*<https://es.wikipedia.org/wiki/Biolog%C3%ADa>. Se refiere a: *La biología (del griego «βίος» bíos, vida, y «-λογία» -logía, tratado, estudio, ciencia) es la ciencia que estudia a los seres vivos y, más específicamente, su origen, su evolución y sus propiedades: nutrición, reproducción (asexual y sexual), 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. De este modo, trata de estudiar la estructura y la dinámica funcional comunes a todos los seres vivos, con el fin de establecer las leyes generales que rigen la vida orgánica y los principios explicativos fundamentales de ésta.**

3.6.2. Factores que afectan al estudiante:

a. Alimentación:

<https://es.wikipedia.org/wiki/Alimentaci%C3%B3n>. Se refiere a: “Es la ingestión de alimento por parte de los organismos para proveerse de sus

necesidades alimenticias, fundamentalmente para conseguir energía y desarrollarse. No se debe confundir alimentación con nutrición, ya que esta última se da a nivel celular y la primera es la acción de ingerir un alimento”.

b. Nutrición:

<https://es.wikipedia.org/wiki/Nutrici%C3%B3n>. Se refiere a: *“La nutrición es el proceso biológico en el que los organismos asimilan los alimentos y los líquidos necesarios para el funcionamiento, el crecimiento y el mantenimiento de sus funciones vitales. La nutrición también es el estudio de la relación que existe entre los alimentos y la salud, especialmente en la determinación de una dieta”.*

c. Desnutrición:

<https://es.wikipedia.org/wiki/Desnutrici%C3%B3n>. Se refiere a: *“Estado patológico de distintos grados de seriedad y de distintas manifestaciones clínicas causado por la asimilación deficiente de alimentos por el organismo. La desnutrición puede ser causada por la mala ingestión o absorción de nutrientes. Tiene influencia en las condiciones sociales o psiquiátricas de los afectados. Ocurre frecuentemente entre individuos de bajos recursos y principalmente en niños de países subdesarrollados”.*

d. Obesidad:

<https://es.wikipedia.org/wiki/Obesidad>. Se refiere a: *“La obesidad es una enfermedad crónica de origen multifactorial prevenible, la cual se caracteriza por acumulación excesiva de grasa o hipertrofia general del tejido adiposo en el cuerpo; es decir, cuando la reserva natural de energía de los humanos y otros mamíferos —almacenada en forma de grasa corporal— se incrementa hasta un punto en que pone en riesgo la salud o la vida. El sobrepeso y la obesidad son el quinto factor principal de riesgo de defunción humana en el mundo. La obesidad forma parte del síndrome metabólico, y es un factor de riesgo conocido, es decir, es una indicación de la predisposición a varias enfermedades,*

particularmente enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, apnea del sueño, ictus y osteoartritis, así como para algunas formas de cáncer, padecimientos dermatológicos y gastrointestinales”.

e. Discapacidad Física:

<https://es.wikipedia.org/wiki/Discapacidad>. Se refiere a: *“La discapacidad es aquella condición bajo la cual ciertas personas presentan alguna deficiencia física, mental, intelectual o sensorial que a largo plazo afectan la forma de interinar y participar plenamente en la sociedad.*

La Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, aprobada por la ONU en 2006, define de manera genérica a quien posee una o más discapacidades como persona con discapacidad. En ciertos ámbitos, términos como "discapacitados", "ciegos", "sordos", etcétera, aun siendo correctamente empleados, pueden ser considerados despectivos o peyorativos, ya que para algunas personas dichos términos «etiquetan» a quien padece la discapacidad, lo cual interpretan como una forma de discriminación. En esos casos, para evitar conflictos de tipo semántico, es preferible usar las formas «personas con discapacidad», «personas sordas», «personas con movilidad reducida» y otros por el estilo, pero siempre anteponiendo «personas» como un prefijo, a fin de hacer énfasis en sus derechos humanos y su derecho a ser tratados con igualdad”.

3.7. Ámbito Psicológico del Estudiante

3.7.1. Definición de Psicología:

<http://definicion.de/psicologia/>. Se refiere a: *“La psicología es la disciplina que investiga sobre los procesos mentales de personas y animales. La palabra proviene del griego: psico- (actividad mental o alma) y -logía (estudio). Esta disciplina analiza las tres dimensiones de los mencionados procesos: cognitiva, afectiva y conductual.*

La psicología moderna se ha encargado de recopilar hechos sobre las conductas y las experiencias de los seres vivos, organizándolos en forma sistemática y elaborando teorías para su comprensión. Estos estudios permiten explicar su comportamiento y hasta en algunos casos, predecir sus acciones futuras”.

3.7.2. Factores que afectan al estudiante:

a. Personalidad:

<https://es.wikipedia.org/wiki/Personalidad>. Se refiere a: “Conjunto dinámico de características psíquicas de una persona, a la organización interior que determina que los individuos actúen de manera diferente ante una determinada circunstancia. El concepto puede definirse también como el patrón de actitudes, pensamientos, sentimientos y repertorio conductual que caracteriza a una persona, y que tiene una cierta persistencia y estabilidad a lo largo de su vida de modo tal que la manifestación de ese patrón en las diferentes situaciones posee algún grado de predictibilidad.

La personalidad puede sintetizarse como el conjunto de características o patrón (UCCELLI) de sentimientos, emociones y pensamientos ligados al comportamiento, es decir, los pensamientos, sentimientos, actitudes, hábitos y la conducta de cada individuo, que persiste a lo largo del tiempo frente a distintas situaciones distinguiendo a un individuo de cualquier otro haciéndolo diferente a los demás. La personalidad persiste en el comportamiento de las personas congruentes a través del tiempo, aun en distintas situaciones o momentos, otorgando algo único a cada individuo que lo caracteriza como independiente y diferente. Ambos aspectos de la personalidad, distinción y persistencia, tienen una fuerte vinculación con la construcción de la identidad, a la cual modela con características denominadas rasgos o conjuntos de rasgos que, junto con otros aspectos del comportamiento, se integran en una unidad coherente que finalmente describe a la persona”.

b. Conducta:

<http://definicion.de/conducta/#ixzz41zuCREcu>. Se refiere a: “La conducta está relacionada a la modalidad que tiene una persona para comportarse en diversos ámbitos de su vida. Esto quiere decir que el término puede emplearse como sinónimo de comportamiento, ya que se refiere a las acciones que desarrolla

un sujeto frente a los estímulos que recibe y a los vínculos que establece con su entorno”.

c. Emociones:

Levenson, (1994). Indica: “Son reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos del individuo cuando percibe un objeto, persona, lugar, suceso, o recuerdo importante. Psicológicamente, las emociones alteran la atención, hacen subir de rango ciertas conductas guía de respuestas del individuo y activan redes asociativas relevantes en la memoria. Los sentimientos son el resultado de las emociones y pueden ser verbalizadas (palabras. Los diversos estados emocionales son causados por la liberación de neurotransmisor (o neuromediador) y hormonas, que luego convierten estas emociones en sentimientos y finalmente en el lenguaje. Conductualmente, las emociones sirven para establecer nuestra posición con respecto a nuestro entorno, y nos impulsan hacia ciertas personas, objetos, acciones, ideas y nos alejan de otros. Las emociones actúan también como depósito de influencias innatas y aprendidas, y poseen ciertas características invariables y otras que muestran cierta variación entre individuos, grupos y culturas”.

d. Carácter:

Santos (2004). Se refiere a: "El carácter es el sello que nos identifica y diferencia de nuestros semejantes, producto del aprendizaje social.", Esto nos hace pensar que somos personas únicas que poseemos un conjunto de reacciones y hábitos de comportamiento único que a lo largo de nuestras vidas hemos adquirido.

El carácter probablemente no se manifieste de una forma total y definitiva, si no que pase por un proceso evolutivo que se desarrolla hasta llegar a su completa expresión en el final de la adolescencia”.

e. Afectividad:

<http://www.definicionabc.com/social/afectividad.php>. Se refiere a: “Capacidad de reacción que presente un sujeto ante los estímulos que provengan del medio interno o externo y cuyas principales manifestaciones serán los sentimientos y las emociones.

La afectividad siempre se producirá en un marco interactivo, porque quien siente afecto por alguien es porque también, de parte del otro, recibe el mismo afecto. Su predisposición para ayudar siempre a mi familia es una de las causas fundamentales de mi afecto para con él”.

f. Motivación:

(Pinillos, 1997). Indica: “Se deriva del latín motivus o motus, que significa ‘causa del movimiento’. La motivación puede definirse como «el señalamiento o énfasis que se descubre en una persona hacia un determinado medio de satisfacer una necesidad, creando o aumentando con ello el impulso necesario para que ponga en obra ese medio o esa acción, o bien para que deje de hacerlo». Otros autores definen la motivación como «la raíz dinámica del comportamiento»; es decir, «los factores o determinantes internos que incitan a una acción».La motivación es un estado interno que activa, dirige y mantiene la conducta”.

g. Atención:

<https://es.wikipedia.org/wiki/Atenci%C3%B3n>. Se refiere a: “La atención es la capacidad que tiene alguien para entender las cosas o un objetivo, tenerlo en cuenta o en consideración. Desde el punto de vista de la psicología, la atención no es un concepto único, sino el nombre atribuido a una variedad de fenómenos. Tradicionalmente, se ha considerado de dos maneras distintas, aunque relacionadas. Por una parte, la atención como una cualidad de la percepción hace referencia a la función de la atención como filtro de los estímulos ambientales, decidiendo cuáles son los estímulos más relevantes y dándoles prioridad por medio de la concentración de la actividad psíquica sobre el objetivo, para un procesamiento más profundo en la conciencia. Por otro lado, la atención es entendida como el mecanismo que controla y regula los procesos cognitivos; desde el aprendizaje por condicionamiento hasta el razonamiento complejo”.

h. Hiperactividad:

http://www.guiainfantil.com/salud/cuidadosespeciales/la_hiperactividad.htm. Se refiere a: “La hiperactividad es un trastorno de la conducta de los niños, descrito por primera vez en 1902, por Still. Se trata de niños que desarrollan una

intensa actividad motora, que se mueven continuamente, sin que toda esta actividad tenga un propósito. Van de un lado para otro, pudiendo comenzar alguna tarea, pero que abandonan rápidamente para comenzar otra, que a su vez, vuelven a dejar inacabada.

Esta hiperactividad aumenta cuando están en presencia de otras personas, especialmente con las que no mantienen relaciones frecuentes. Por el contrario, disminuye la actividad cuando están solos”.

i. Discriminación:

<https://es.wikipedia.org/wiki/Discriminaci%C3%B3n>. Se refiere a: *“La discriminación (del latín discriminatio, -ōnis), es toda aquella 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, de los que se sigue un prejuicio o consecuencia negativa para el receptor de ese trato. Habitualmente, este trato se produce en atención a las cualidades personales del sujeto que es objeto del mismo, aunque también puede deberse a otros factores, como el origen geográfico, sus decisiones u opiniones en lo social, lo moral, lo político u otra área de interés social”.*

3.8. Ámbito Social del Estudiante

3.8.1. Definición del ámbito social:

https://es.wikipedia.org/wiki/Entorno_social. Se refiere a: *“Entorno social es aquel lugar donde los individuos se desarrollan en determinadas condiciones de vida, trabajo, nivel de ingresos, nivel educativo y está determinado o relacionado a los grupos a los que pertenece. El entorno social de un individuo, también es llamado contexto social o ambiente social, es la cultura en la que el individuo fue educado y vive, y abarca a las personas e instituciones con las que el individuo interactúa en forma regular”.*

3.8.2. Factores que afectan al estudiante:

a. Desintegración familiar:

<http://desintegracion-familiar-psicologia.blogspot.com/>. Se refiere a: *“La desintegración familiar debe de entenderse no como la separación y/o el divorcio, sino que es la descomposición de las relaciones entre miembros de una familia originando conflictos, disputas, etc. Esta muchas veces se da por problemas de drogadicción, religión, violencia, etc. Que provocan la separación de una familia, y que al separarse los hijos son en sí, los más afectados, más aún si estos son adolescentes ya que en esta edad necesitamos del ejemplo de ambos padres y del apoyo de estos para solucionar nuestros problemas, y también necesitamos que estos nos impulsen y ayuden a realizar nuestros sueños, pero para eso hace falta una comunicación muy buena y que esta se dé entre padres e hijos. Muchas veces la falta de esta comunicación es lo que ocasiona la desintegración de una familia ya que los padres no prestan atención a sus hijos, a los problemas de estos y a sus necesidades afectivas, psicológicas, etc., y solo se encuentran en solucionar sus necesidades económicas, sin darse cuenta que un cariño, una palabra de aliento, un buen consejo, pueden evitar que su hijo caiga en algún tipo de vicio. Pienso que todas las familias deberían de tomarse un tiempo para conversar y platicar de los distintos problemas que cada uno de los miembros de ésta tienen que, compartir sus alegrías, sus opiniones, etc”*.

b. Maltrato Infantil:

https://es.wikipedia.org/wiki/Maltrato_infantil. Se refiere a: *“Se denomina maltrato infantil o abuso infantil a cualquier acción (física, sexual o emocional) u omisión no accidental en el trato hacia un menor, por parte de sus padres o cuidadores, que le ocasiona daño físico o psicológico y que amenaza su desarrollo tanto físico como psicológico”*.

3.9. Ámbito Laboral

3.9.1. Definición del ámbito laboral:

<http://conceptodefinicion.de/ambito-laboral/>. Se refiere a: *“El 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, fabrica, etc. 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”*.

3.9.2. Factores que afectan al estudiante:

a. Económico:

<http://definicion.de/economia/#ixzz42Y1loT37>. Se refiere a: *“La economía puede enmarcarse dentro del grupo de ciencias sociales ya que se dedica al estudio de los procedimientos productivos y de intercambio, y al análisis del consumo de bienes (productos) y servicios. El vocablo proviene del griego y significa “administración de una casa o familia”*.

IV. Marco operativo

4.1. Diseño de la investigación:

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

Descripción: En la presente investigación se desea obtener información referente al rol del maestro de Educación Física de la Escuela Oficial Urbana de Varones “El Futuro”, Jornada Matutina, Nivel Primario, del municipio de Chiantla, departamento de Huehuetenango.

4.2. Equipo de la Investigación

Raisa Yekaterina Cartagena Alvarado investigadora del rol del profesor de Educación Física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes en el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en la Escuela Oficial Urbana de Varones El Futuro, Chiantla, Huehuetenango. Realizó una encuesta a los estudiantes que tienen dificultad en los diferentes ámbitos del desarrollo integral, en la escuela antes mencionada a los grados del I Ciclo.

Lic. Luis Felipe Rodríguez del Valle, director del establecimiento educativo, apoya e impulsa la investigación con el fin primordial de brindarles ayuda a los estudiantes con problemas en su desarrollo integral.

4.3. Presupuesto:

Cantidad.	Descripción	Precio
1 Modem	Internet	Q. 200.00
200 Impresiones	Entrega sistematización por partes para su revisión.	Q. 200.00
1 computadora	Para poder elabora toda la sistematización	Q. 5,000.00
15 encuestas	Cada encuesta contando con tres hojas cada una	Q.50.00
1 plan	Internet de 4G para las investigaciones	Q.800.00
1 cámara fotográfica	Para obtener evidencia de las actividades.	Q. 1,000.00
	Sub total	Q. 7,250.00
	TOTAL	Q. 7,250.00

4.4. Programación:

ACTIVIDADES	TIEMPO																													
	SEMANA 1					SEMANA 2					SEMANA 3					SEMANA 4					SEMANA 5									
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
Elaboración del Marco Teórico	█	█	█	█	█																									
Diseño de la Prueba						█	█	█	█	█																				
Administración del Proyecto											█	█	█	█	█															
Trabajo de Campo																█	█	█	█	█										
Presentación del Informe final																					█	█	█	█	█					

V. Presentación de Resultados

5.1. Análisis de datos:

El impacto alcanzado en el proceso de actualización docente, se puede evidenciar a través de los cambios de actitud que los escolares presentan en la actualidad con su aprendizaje, ya que demuestran un gran interés en aprender y cooperar mutuamente.

Las dificultades de aprendizaje en los niños pueden causar un desajuste en torno a lo que se esté trabajando en clase con ellos, cada niño es único y debe ser aceptado y bien recibido en la sociedad por tal motivo nuestro trabajo es ayudarles para que esta carga sea menos pesada haciéndoles que estas dificultades no sea más que algo que los acompañe a lo largo de su vida académica pero sin causarles ningún tipo de problema.

5.2. Interpretación de Resultados:

Ámbito Biológico

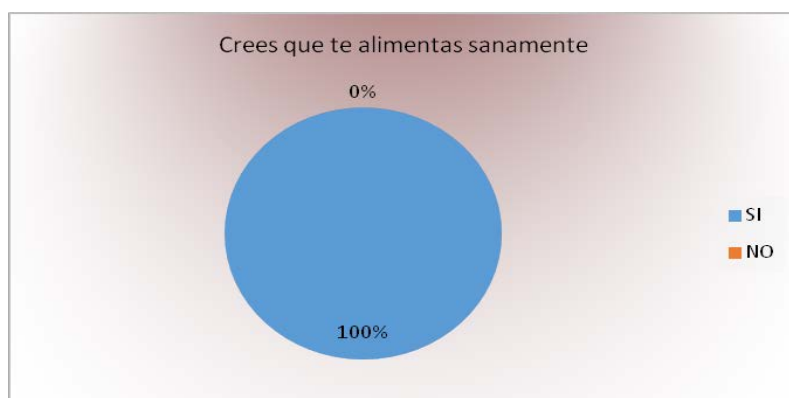
Gráfica No. 1



FUENTE: Investigación de Campo PADEP/DEF, 2016.

De los niños encuestados el 80% dijo que si desayunaba, y el 20% dijo que no, los niños que no desayunan es porque los padres no le proporcionan los alimentos y que en algunos casos no le daba tiempo, porque se levantaban tarde, esto les afecta a los alumnos porque no tienen la energía necesaria para realizar los ejercicios en la clase de educación física.

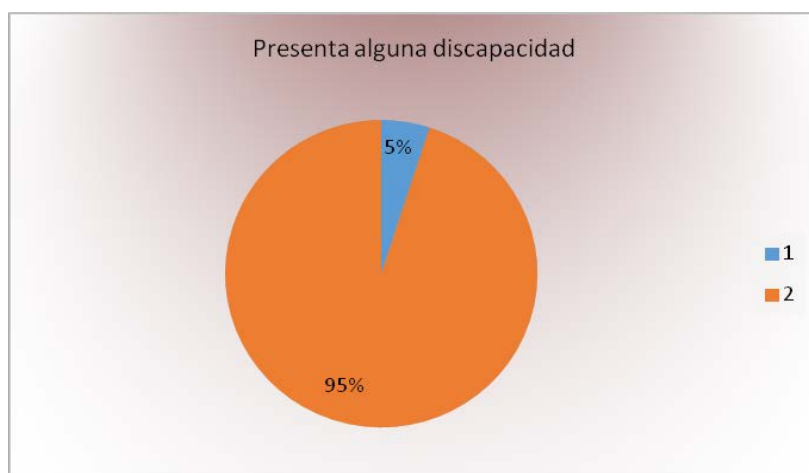
Gráfica No. 2



FUENTE: Investigación de Campo PADEP/DEF, 2016.

De los niños encuestados todos dijeron que si se alimentaban sanamente, porque consumen: frutas, verduras y carnes; para obtener un mejor desarrollo en su crecimiento; y también en el desenvolvimiento de la clase de educación física.

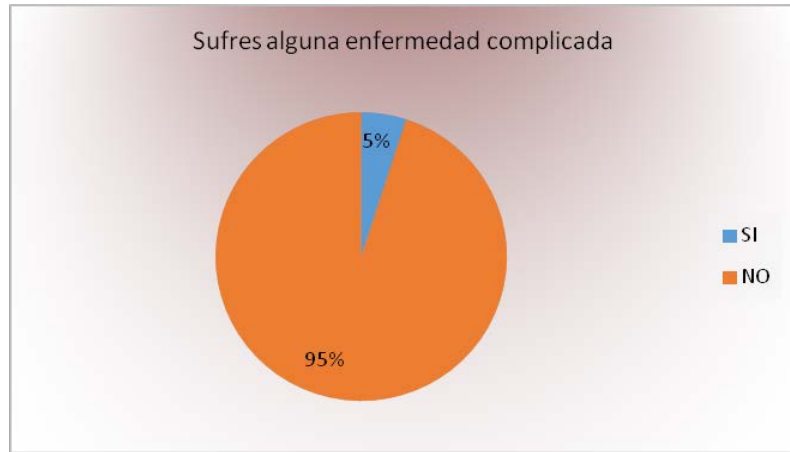
Gráfica No. 3



FUENTE: Investigación de Campo PADEP/DEF, 2016.

De los niños encuestados, solo un niño presenta discapacidad física, en sus extremidades inferiores, por lo que le dificulta recibir el curso de educación física, porque no puede sostenerse de pie.

Gráfica No. 4

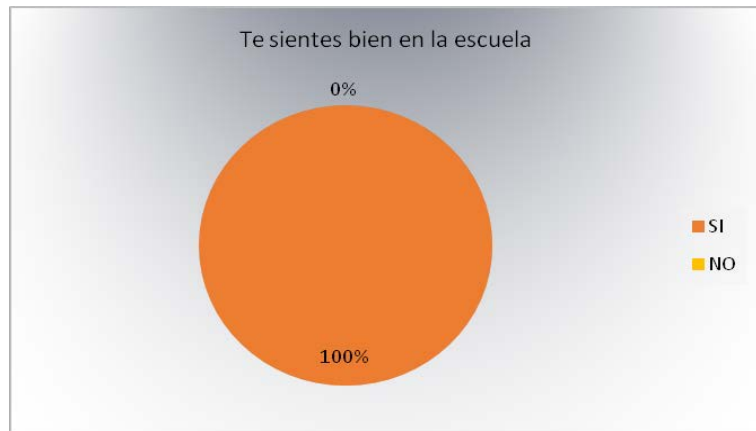


FUENTE: Investigación de Campo PADEP/DEF, 2016.

De los niños encuestados, solo un niño presenta enfermedad anémica, por lo que le dificulta recibir el curso de educación física, porque se fatiga con facilidad.

Ámbito Psicológico

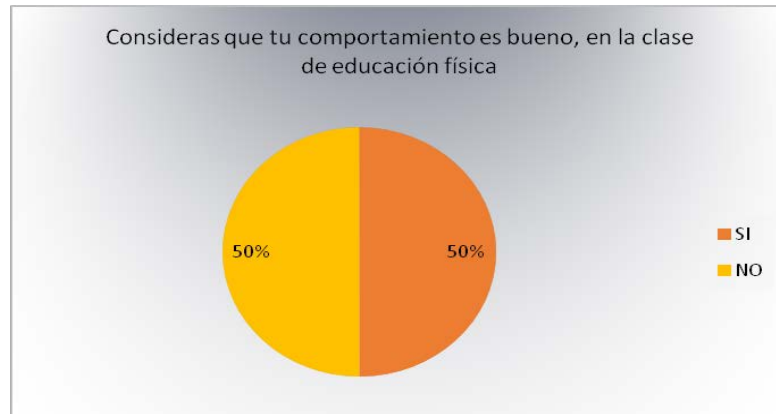
Gráfica No. 5



FUENTE: Investigación de Campo PADEP/DEF, 2016.

De los niños encuestados, todos se sienten bien en la escuela, manifestando que van a aprender cosas nuevas e interesantes. Y en la clase de educación física aprenden a que deben cuidar su cuerpo y a hacer ejercicios.

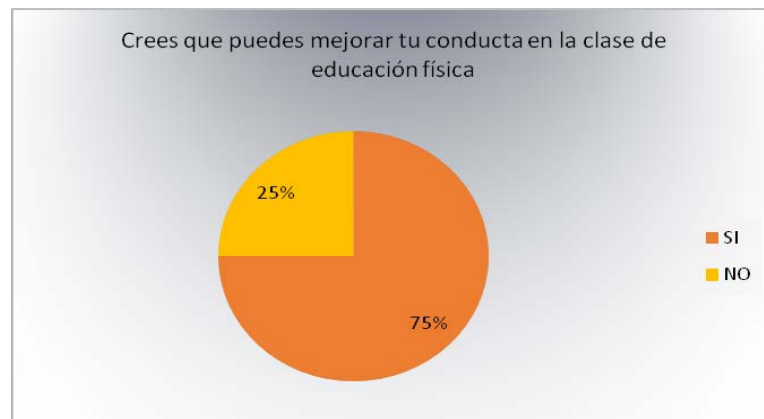
Gráfica No. 6



FUENTE: Investigación de Campo: PADEP/DEF, 2016.

De los niños encuestados, el 50% contestó que su comportamiento es bueno, y el otro 50% contestó que su comportamiento es malo; porque molestan y no obedecen a la maestra. Es un problema porque en la clase de educación física, ellos quieren hacer su voluntad, ya que en sus hogares son muy consentidos.

Gráfica No. 7



FUENTE: Investigación de Campo PADEP/DEF, 2016.

El 75% respondió que si puede cambiar su conducta en la clase de educación física, el otro 25% dijo que no, porque realizan la práctica física de una buena manera. En la clase de educación física han cambiado su comportamiento y han notado cambios significativos en su rendimiento escolar.

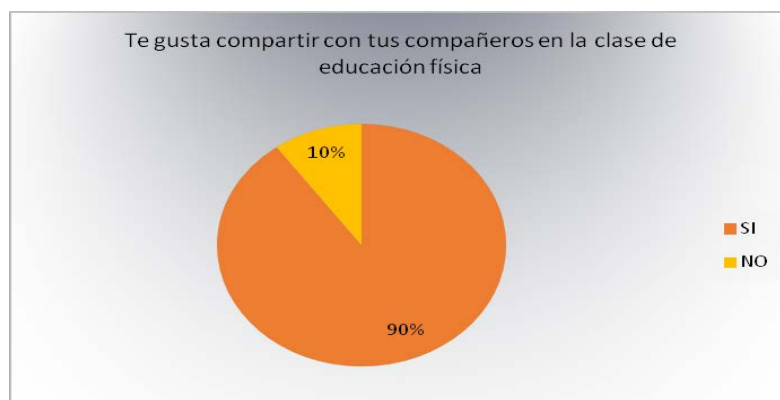
Gráfica No. 8



FUENTE: Investigación de Campo, PADEP/DEF, 2016.

El 55% respondió que son agresivos porque los provocan y no se dejan, pero también en algunos les gusta ser así; y el 45% respondió que no, porque evitan tener problemas. Este es un problema que afecta en la clase de educación física, porque al realizar algún tipo de ejercicio se eleva su temperamento y a veces actúan de forma violenta, porque no pueden controlar sus impulsos.

Gráfica No. 9

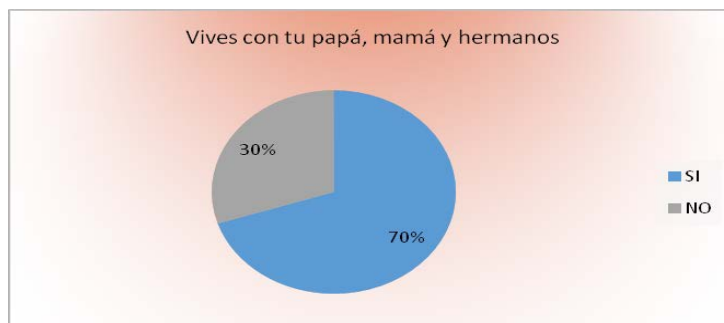


FUENTE: Investigación de Campo PADEP/DEF, 2016.

De la población encuestada el 90% respondió que si les gusta compartir con sus compañeros, mientras que el 10% no, porque no se sienten bien compartiendo con los demás. Esto afecta en la clase de educación física porque limita las relaciones interpersonales en su entorno escolar.

Ámbito Social

Gráfica No. 10



FUENTE: Investigación de Campo PADEP/DEF, 2016.

El 70% respondió que vive con su papá, mamá y hermanos, y el otro 30% su familia es desintegrada porque vive con mamá y hermanos, o abuelitos y tíos. Es un problema psicológico que afecta grandemente al desarrollo integral del niño, provocándoles desequilibrios mentales que provocan su bajo rendimiento escolar.

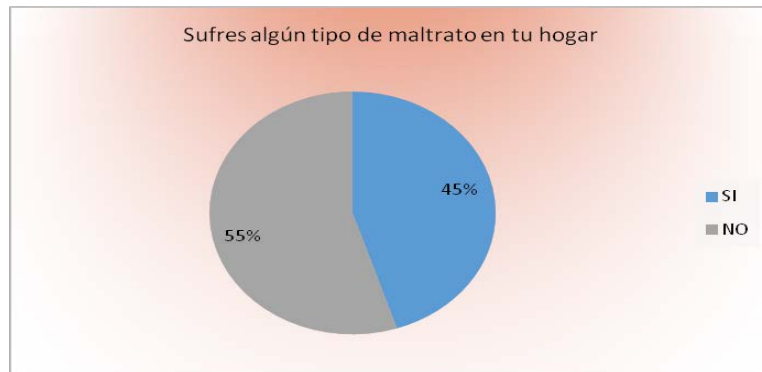
Gráfica No. 11



FUENTE: Investigación de Campo PADEP/DEF, 2016.

De los niños encuestados, el 90% respondió que se llevan bien todos en su familia, pero el 10% respondió que no se llevan bien. Esto afecta en gran manera ya que la convivencia familiar reduce el rendimiento escolar, esto les dificulta socializar con sus compañeros a nivel individual y en equipo.

Gráfica No. 12



FUENTE: Investigación de Campo PADEP/DEF, 2016.

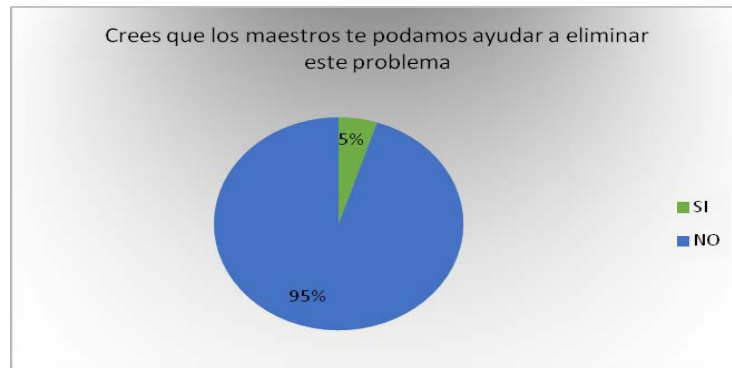
El 55% respondió que no sufre de maltrato físico en su hogar, mientras que el 45% respondió que si lo sufre, pero es porque ellos se portan mal en su hogar y la reacción de los padres al tratarlos así. Es irónico pero es nuestra triste realidad, ya que estamos hechos a la ley del palo, porque mientras haya castigo, habrá respeto y obediencia.

Gráfica No. 13



FUENTE: Investigación de Campo PADEP/DEF, 2016.

El 95% respondió que no se siente discriminado, mientras que el 5% si se siente discriminado dentro de la escuela. Los niños sufren discriminación racial y social debido a su status económico, por lo que le afecta tanto en su educación física y en el salón de clase.



FUENTE: Investigación de Campo PADEP/DEF, 2016.

El 95% contestó que no puede ayudar porque ellos no sufren ese problema, mientras que el 5% contestó que si, porque el que sufre ese problema ya se siente con libertad de contárselo a los maestros y así eliminar este problema que le afecta. El docente como guía tiene la obligación de integrar al grupo de alumnos a su cargo y evitar por todos los medios algún tipo de discriminación y exclusión dentro de las clases.

Gráfica No. 15



FUENTE: Investigación de Campo PADEP/DEF, 2016.

De los niños encuestados el 100% respondió que si se siente bien al recibir la clase de educación física, porque en dicha clase ellos se divierten, juegan, aprenden como ejercitarse. La práctica de educación física contribuye al desarrollo integral de los niños ya que en cuerpo sano, mente sana, lo que les permite oxigenar el cerebro y asimilar con facilidad los nuevos conocimientos, que permitirán la integración de los mismos a un mundo global y competitivo.

VI. Conclusiones

1. La misión de los docentes de educación física es el cuidado de la salud a través de la educación física, una prevención primaria que alguien puede realizar antes de enfermarse a partir del ejercicio físico.
2. La práctica de educación física es una actividad social en la que los alumnos comparten e interaccionan con sus demás compañeros.
3. La educación física fomenta el desarrollo físico, psicológico y social de los niños.
4. Para realizar una adecuada práctica de educación física, es necesario que los niños se alimenten sanamente, de esta manera tendrán la energía necesaria para desempeñar bien sus funciones fisiológicas durante la clase.
5. La educación física permite el desarrollo integral de niños, docentes y padres de familia.

VII. Recomendaciones

1. Los profesores de educación física deben tener un control minucioso de los niños que posean un impedimento físico, porque un mal entrenamiento o ejercicio podría ser crucial para el estado físico del niño.
2. Durante la práctica de educación física deben promoverse valores como la colaboración, el respeto y la disciplina con los niños.
3. Debe fomentarse la buena alimentación en los niños e indicar que tipo de comidas son las que proporcionan la energía necesaria para que se desenvuelvan adecuadamente en el área del ejercicio.
4. Todos los niños tienen una fisionomía diferente, por eso debe tenerse un cuidado especial para cada niño.
5. Se debe contar con un botiquín de primeros auxilios, ante cualquier eventualidad.

VIII. Bibliografía

Recopilado de <http://definicion.de/rol-docente/#ixzz400YBWOK>

Recopilado de Wikidepedia 2000

Recopilado de Wikipedia 2001

Jorge L. Zamora Didáctica de la Educación Física

Pila Teleña Augusto, Educación Física Deportiva Enseñanza-Aprendizaje. Edit Pila Teleña, Madrid, España, 1981.

Recopilado de <http://www.efdeportes.com/efd131/la-educacion-fisica-y-la-formacion-integral-del-hombre.htm>

Recopilado de http://munisalud.muniquate.com/2011/01feb/estilos_saludables03.php

Recopilado de <https://es.wikipedia.org/wiki/Cansancio>

Recopilado de <https://es.wikipedia.org/wiki/Biolog%C3%ADa>

Recopilado de <https://es.wikipedia.org/wiki/Alimentaci%C3%B3n>

Recopilado de <https://es.wikipedia.org/wiki/Nutrici%C3%B3n>

Recopilado de <https://es.wikipedia.org/wiki/Desnutrici%C3%B3n>

Recopilado de <https://es.wikipedia.org/wiki/Discapacidad>

Recopilado de <http://definicion.de/psicologia/>

Recopilado de <https://es.wikipedia.org/wiki/Personalidad>

Recopilado de <http://definicion.de/conducta/#ixzz41zuCREcu>

Recopilado de <http://www.definicionabc.com/social/afectividad.php>

Recopilado de <https://es.wikipedia.org/wiki/Atenci%C3%B3n>

Recopilado de http://www.guiainfantil.com/salud/cuidadosespeciales/la_hiperactividad.htm

Recopilado de <https://es.wikipedia.org/wiki/Discriminaci%C3%B3n>

Recopilado de https://es.wikipedia.org/wiki/Entorno_social

Recopilado de <http://desintegracion-familiar-psicologia.blogspot.com/>

Recopilado de https://es.wikipedia.org/wiki/Maltrato_infantil

Recopilado de <http://conceptodefinicion.de/ambito-laboral/>

Recopilado de <http://definicion.de/economia/#ixzz42Y1loT37>

IX. Anexos

9.1 Glosario

- ✓ Propioceptiva: es el sentido que informa al organismo de la posición de los músculos, es la capacidad de sentir la posición relativa de partes corporales contiguas. La propiocepción regula la dirección y rango de movimiento, permite reacciones y respuestas automáticas, interviene en el desarrollo del esquema corporal y en la relación de éste con el espacio, sustentando la acción motora planificada.

- ✓ Psicofisiológica: se distingue de la psicología fisiológica en que la psicofisiología analiza el modo en que las actividades psicológicas producen respuestas fisiológicas, mientras que la psicología fisiológica analiza los mecanismos fisiológicos que conducen a actividad psicológica.

9.2. Instrumento

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELAS DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
PROGRAMA ACADÉMICO DE DESARROLLO PROFESIONAL DOCENTE**

El rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral

Cuestionario dirigido a estudiantes de la Escuela Oficial Urbana de Varones “El Futuro”, Jornada Matutina, del municipio de Chiantla, departamento de Huehuetenango.

A continuación, se le presentan una serie de preguntas para las cuales se le solicita responder de acuerdo a sus experiencias.

Género:

Femenino

Masculino

Edad: **Dirección:** _____ **Grado:** _____

1. ¿Desayunas antes de venir a la escuela?

Sí

Si su respuesta

No

es “No”

¿Por qué?

2. ¿Crees que te alimentas sanamente?

Si

No

¿Porqué?

3. ¿Presenta alguna discapacidad?

Sí

No

Si su respuesta es Si ¿Cuál?

4. ¿Sufres alguna enfermedad complicada?

Sí No

Si tu respuesta es Si ¿Cuál?

5. ¿Te sientes bien en la escuela?

Si No

¿Porqué?

6. ¿Consideras que tu comportamiento es bueno en la clase de educación física?

¿Porqué?

7. ¿Crees que puedes mejorar tu conducta en la clase de educación física?

Si No

¿Porqué?

8. ¿Eres agresivo con tus compañeros?

Si No

¿Porqué?

9. ¿Te gusta compartir con tus compañeros en la clase de Educación física.?

Si No

¿Porqué?

10. ¿Vives con tu papá, mamá y hermanos?

Sí

No

¿Con quién?

11. ¿La relación con tu familia es buena?

Si

No

¿Porque?

12. Sufres algún tipo de maltrato en tu hogar

Si

No

¿Cuál?

13. Te sientes discriminado en la escuela

Si

No

14. ¿Crees que los maestros te podamos ayudar a eliminar este problema?

Sí

No

Si su

respuesta

es

“Sí”

¿cómo?

15. ¿Te sientes bien al recibir la clase de educación física?

Si

No

¿Porque?

Vo.Bo. _____
Lic. Luis Felipe Rodríguez del Valle
Director de la EOUV El Futuro, JM.
Chiantla, Huehuetenango.

9.3. Programa de Docencia

Resumen Ejecutivo: La Actividad con los Docentes, se desarrolló con el personal docente, manifestando su interés por la actividad física que tanto les hacía falta, y que estuvieron participando activamente en cada uno de los ejercicios, y así liberando todo el estrés causado por el diario vivir, dentro de los salones de clase, sintiéndose motivados y recomendando que se realicen constantemente para mejorar su estado físico y mental.

Justificación:

Dicha actividad se realizó integrando a los docentes, para que participen activamente en la práctica física como terapia relajante, para minimizar el estrés que a diario nos afecta en nuestra actividad docente, recordemos que en cuerpo sano, mente sana.

Tema: La Clase de Educación Física

Objetivo General

- Lograr que los docentes tomen conciencia de la clase de Educación Física
- Capacitar para que resuelva problemas de movimiento con espontaneidad, decisión y confianza.

Objetivos Específicos

- Capacidad de encontrar soluciones a la tarea que el maestro propone.
- Desarrollar las formas básicas del movimiento: caminar, correr, saltar, etc.

Lugar y Fecha de realización:

Chiantla, 09 de marzo de 2016.

Población Objeto:

Docentes de 1ro. a 3er. grado primaria, en sus diversas secciones.

Participantes:

07 docentes

Metodología a utilizar:

Mando Directo

Desarrollo Temático

- Historia de la Educación Física
- Importancia de la clase de Educación Física
- Estructura de la Clase de Educación Física
 - ✓ Parte Inicial
 - Gimnasia Básica
 - ✓ Parte Principal
 - Coordino mi Desplazamiento:
 - Por la Velocidad del Desplazamiento
 - Por el Objeto del Desplazamiento
 - ✓ Parte Final
 - Juego Recreativo

Recursos:

- 24 aros
- 3 cuerdas
- 24 conos
- 8 balones
- 20 globos

Producto esperado:

Satisfacción personal al haber realizado esta actividad física, que sirvió de gran beneficio a los docentes para liberar el estrés del que hacer educativo.

Cobertura:

Docentes de 1er. a 3er. grado primario, en sus diversas secciones.

Impacto:

Positivo que se reflejó en el bienestar general de los docentes que atienden dichos grados.

PLAN DE CLASE O MICROCILO

Numero de Micro cicló de iniciación	Objetivo por competencia	contenido	Actividades y dosificación	Forma organizativa métodos y recursos.
MICRO CICLO I	Propensa su cuerpo a realizar cualquier actividad.	Calentamiento	Movimientos de articulaciones y estiramientos.	F.O. bloque M. Inductivo
	Desplazará de distintas formas y velocidades: lenta, moderada y en diferentes situaciones.	Por la Forma y Velocidad del Desplazamiento Caminando Trotando Cuadrupedia Corriendo	En hileras, correr alrededor de aros a la señal sentarse dentro de él. En tercias, relevos desplazándose en cuadrupedia. En hileras, caminar llevando un cono en la cabeza, llevando un balón en cada mano. En parejas, caminar, atados de piernas o se de tres pies. En fila, trotar pasando entre aros, al final se colocan conos, que deben saltar sobre ellos. En hileras, todos en posición de gateo, el de atrás tomará los pies del de adelante y se deben desplazar lentamente sin soltarse hasta llegar al otro extremo de la cancha. En hileras, trotando, saltar la cuerda. En hileras, correr hasta llegar al cono, lanzar el balón al tablero.	F.O. hileras. M. Mando Directo. R. 24 aros 8 balones 3 cuerdas 24 conos
	Regresar a su estado inicial por medio de un juego.	Juego Recreativo	Gusano con globos	.F.O. hileras M. Inductivo R. globos

Instrumento de Evaluación

Cuestionario

Instrucciones: A continuación se le presentan diferentes preguntas, las cuales debe de contestar lo más claro posible.

1. ¿Qué idea tenía usted de la clase de educación física?

2. ¿Le gustó la actividad de hoy?
Si_____ No_____
Porqué_____
3. ¿Cree que se aprovechó el tiempo en la clase?
Si_____ No_____
Porqué_____
4. ¿Cree que el desempeño de la maestra de educación física fue aceptable?
Si_____ No_____
Porqué_____
5. ¿Qué concepto tiene de la clase de educación física después de la experiencia vivenciada?

6. ¿Se sintió bien en la actividad?
Si_____ No_____
¿Porqué?

7. ¿Le gustaría que se volviera a hacer esta actividad?
Si_____ No_____
¿Porqué?

Vo.Bo. _____

Lic. Luis Felipe Rodríguez del Valle
Director EOUV "El Futuro", Chiantla, Huehuetenango

Evidencias de Logro:

Rúbrica

No.	Actividad	Excelente (5 puntos)	Bueno (4 puntos)	Regular (3 puntos)	Necesita Mejorar (2 a 0 Puntos)
1	Participación Activa	X			
2	Coordinación de movimiento	X			
3	Equilibrio	X			
4	Resistencia	X			
5	Ritmo	X			
6	Indumentaria		X		

Bibliografía:

Jorge L. Zamora Teoría y Organización de la Educación Física

Jorge L. Zamora Didáctica de la Educación Física

Fotografías:



9.4. Programa de Extensión

Tema: Importancia del Movimiento

Nombre del Lugar de realización de la Propuesta de Actividad Física:

Gimnasio Municipal de la Villa de Chiantla

Nombre del estudiante que realiza su trabajo:

Raisa Yekaterina Cartagena Alvarado

Procedimiento específico:

Inductivo-Deductivo

Planificación y desarrollo de trabajo de campo

Ubicación geográfica:

5ª. Av. 4-19, zona 1, Chiantla, Huehuetenango

Número y edad de los participantes:

Participantes: 20

Edad de los participantes: 18 a 45 años

Importancia de definir el tema generador:

Por la necesidad de que la Comunidad vive en un estado sedentario, casi no realizan actividad física, por múltiples ocupaciones y por no contar con instalaciones adecuadas y falta de presupuesto.

Tipo de actividad a desarrollar:

Práctica

Objetivos de la Actividad

Objetivo General:

- Dar información general sobre la importancia del movimiento natural en el ser humano.

Objetivos Específicos:

- Reconocer las partes de su cuerpo y la función de cada uno de ellos.
- Desarrollar sus capacidades motrices.
- Educar su cuerpo a los movimientos rítmicos sin dificultad.

Tiempo de la actividad:

1 hora y 15 minutos.

Estrategias a desarrollar:

- ✓ Participación activa de los participantes.
- ✓ Motivación constante.

Justificación de la actividad, desde su aprendizaje:

Dicha actividad surgió con el propósito de buscar el bienestar físico de los padres de familia que no realizan actividad física, así tomarse un tiempo de relajación y convivencia armónica e interrelacionándose padres de familia y docente del curso de educación física.

Programa de la Actividad:

- Acreditación 10 minutos
- Bienvenida
- Oración
- Charla sobre la Importancia del Movimiento
- Actividades Prácticas

Alcance de la actividad:

Considero que fue un éxito total, porque los padres realizaron los ejercicios de una manera adecuada y ordena.

Materiales a utilizar:

- 24 aros
- 3 cuerdas
- 24 conos
- 8 balones
- 20 globos

Programación Temática: Importancia del Movimiento

Plan de Clase

Numero de Micro ciclo de iniciación	Objetivo por competencia	contenido	Actividades y dosificación	Forma organizativa métodos y recursos.
MICRO CICLO I	Propensa su cuerpo a realizar cualquier actividad.	Calentamiento	Movimientos de articulaciones y estiramientos.	F.O. bloque M. Inductivo
	Desplazará de distintas formas y velocidades: lenta, moderada y en diferentes situaciones.	Por la Forma y Velocidad del Desplazamiento Caminando Trotando Cuadrupedia Corriendo	En hileras, correr alrededor de aros a la señal sentarse dentro de él. En tercias, relevos desplazándose en cuadrupedia. En hileras, caminar llevando un cono en la cabeza, llevando un balón en cada mano. En parejas, caminar, atados de piernas o se de tres pies. En fila, trotar pasando entre aros, al final se colocan conos, que deben saltar sobre ellos. En hileras, todos en posición de gateo, el de atrás tomará los pies del de adelante y se deben desplazar lentamente sin soltarse hasta llegar al otro extremo de la cancha. En hileras, trotando, saltar la cuerda. En hileras, correr hasta llegar al cono, lanzar el balón al tablero.	F.O. hileras. M. Mando Directo. R. 24 aros 8 balones 3 cuerdas 24 conos
	Regresar a su estado inicial por medio de un juego.	Juego Recreativo	Gusano con globos	.F.O. hileras M. Inductivo R. globos

Instrumento de Evaluación

Cuestionario

Instrucciones: A continuación se le presentan diferentes preguntas, las cuales debe de contestar lo más claro posible.

1. ¿Qué le pareció la actividad de hoy?

Bien _____ Mal _____

Porqué _____

2. ¿Cree que es importante realizar movimientos?

Si _____ No _____

Porqué _____

3. ¿Usted realiza ejercicio después de su trabajo?

Si _____ No _____

Porqué _____

4. ¿Después de esta actividad, le daría más importancia al movimiento?

Si _____ No _____

Porqué _____

5. ¿Usted estaría dispuesto a compartir esta experiencia con los demás padres que no asistieron?

Si _____ No _____

Porqué _____

6. ¿Se sintió bien en la actividad?

Si _____ No _____

Porqué _____

7. ¿Le gustaría que se volviera a hacer esta actividad?

Si _____ No _____

Porqué _____

Vo.Bo. _____

Lic. Luis Felipe Rodríguez del Valle

Director EOUV "El Futuro", Chiantla, Huehuetenango.

Evidencia de Logro:

Rúbrica

No.	Actividad	Excelente (5 puntos)	Bueno (4 puntos)	Regular (3 puntos)	Necesita Mejorar (2 a 0 Puntos)
1	Participación Activa	X			
2	Coordinación de movimiento	X			
3	Equilibrio	X			
4	Resistencia	X			
5	Ritmo	X			
6	Indumentaria	X			

Fotografías:



