

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

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP/DEF EN EL
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA
OFICIAL URBANA MIXTA DOLORES BEDOYA, SANTO DOMINGO
SUCHITEPÉQUEZ JORNADA MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

WALTER ESTUARDO LÓPEZ FUENTES

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

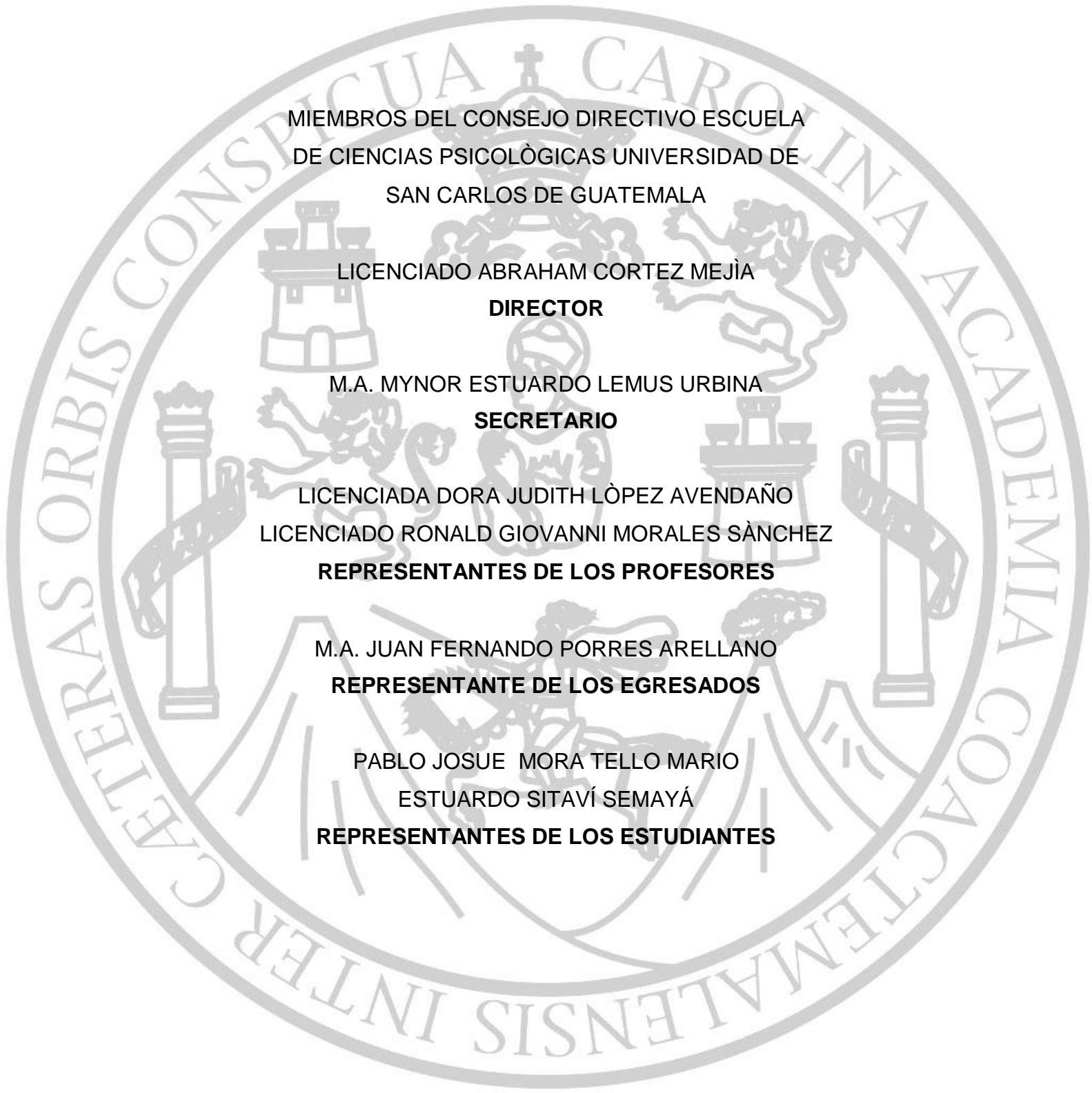
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-
-PADEP/DEF-

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP/DEF EN EL
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA
OFICIAL URBANA MIXTA DOLORES BEDOYA, SANTO DOMINGO
SUCHITEPÉQUEZ JORNADA MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

POR

WALTER ESTUARDO LÓPEZ FUENTES
PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE:
PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA
EN EL GRADO DE:
PROFESORADO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a large, circular emblem in the background. It features a central shield with a cross, flanked by two lions. Above the shield is a crown. The shield is supported by two pillars. The Latin motto "LETTERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACADEMIA COACTEMALENSIS INTER" is inscribed around the perimeter of the seal.

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

LICENCIADO ABRAHAM CORTEZ MEJÌA
DIRECTOR

M.A. MYNOR ESTUARDO LEMUS URBINA
SECRETARIO

LICENCIADA DORA JUDITH LÒPEZ AVENDAÑO
LICENCIADO RONALD GIOVANNI MORALES SÀNCHÉZ
REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

M.A. 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. 104-2016
CODIPs. 2344-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante
Walter Estuardo López Fuentes
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO QUINTO (105º) 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 QUINTO: 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 Mixta Dolores Bedoya, Santo Domingo Suchitepéquez jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Walter Estuardo López Fuentes

CARNÉ: 201415566

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. Myrior Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



PADEP/DEF No. 107-2016
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 Agustín Tenes Arrivillaga** 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 Mixta Dolores Bedoya, Santo Domingo Suchitepéquez jornada matutina nivel primario”

Realizado por el estudiante:

Walter Estuardo López Fuentes

CARNÉ: 201415566

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





USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA
ESUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA
ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-



Guatemala 01 abril de 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó el proyecto de Sistematización con fines de graduación 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 Mixta. Dolores Bedoya, Santo Domingo, Suchitepéquez., jornada matutina, nivel Primario”**. Del estudiante Walter Estuardo López Fuentes, con carné 201415566 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”



Lic. Agustín Tenés Arrivillaga
Coordinador Sede Suchitepéquez
PADEP/DEF

C.c. Control Académico
Archivo
Reg. 107-2016
CODIPs. 878-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
Walter Estuardo López Fuentes
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO NOVENO (109º) 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 NOVENO: 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 Mixta Dolores Bedoya, Santo Domingo Suchitepéquez jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Walter Estuardo López Fuentes

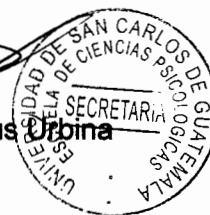
CARNÉ: 201415566

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 Orjina
SECRETARIO



/Sindy

Guatemala 01 abril 2016

Licenciado:

Ronald Giovanni Morales Sánchez

Coordinador General

PADEP/DEF

Presente.

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Director de la escuela oficial urbana mixta "Dolores Bedoya" de Santo Domingo del departamento de Suchitepéquez el estudiante **Walter Estuardo López Fuentes** desarrollo su sistematización con el tema "**El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes dese el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la escuela oficial urbana mixta "Dolores Bedoya" del municipio de Santo Domingo departamento de Suchitepéquez 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,



Francisco Yovigildo Bercian Morales

Profr. Francisco Yovigildo Bercian Morales

Director.-

DEDICATORIA

A DIOS:

Por darme la sabiduría de seguir adelante.

A MI ESPOSA:

Karin Mabel por apoyarme en todo momento

A MI HIJOS:

Diego Pablo, y Walter Daniel que mi triunfo sea un ejemplo para ellos

A MIS PADRES:

Mauro López (Q.E.P.D.)

Julia Fuentes que Dios me permita tenerla muchos años más

A MIS HERMANOS :

Lorena, Marvin, Karla, Patricia, Mauro, Walfred

A MIS COMPAÑEROS:

Mi respeto y cariño para todos



AGRADECIMIENTOS

A DIOS:

Por acompañarme en todo momento

A GUATEMALA:

Por ser el país más hermoso del mundo

**A LA UNIVERSIDAD DE
SAN CARLOS DE GUATEMALA:**

AL PROGRAMA PADEP/DEF:

Por darme la oportunidad de avanzar en mis estudios

AL MINISTERIO DE EDUCACIÓN:

Por apoyar el programa de profesionalización

**A DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN FÍSICA:**

Por costear todos los gastos de estudio

A MIS CATEDRATICOS:

Gracias por sus enseñanzas, mi respeto y cariño para cada uno de ellos

ÍNDICE

Introducción.	
I. Marco Conceptual.....	2
1.1 Planteamiento.....	2
1.2 Justificación.....	3
II. Marco Metodológico.....	4
2.1 Objetivos.....	4
2.1.1 Generales.....	4
2.1.2 Específicos.....	4
2.2 Método.....	5
2.2.1 Muestra.....	5
2.2.2 Recolección de datos.....	5
2.2.3 Análisis Estadístico.....	5
2.2.4 Instrumentos.....	5
III. Marco Teórico.....	6
3.1 El Rol del Maestro de Educación Física.....	6
3.2 Ámbito Biológico	7
3.2.1 La Desnutrición en Guatemala.....	8
3.2.2 Tipos de Desnutrición	10
3.2.2.1 Desnutrición Primaria	10
3.2.2.2 Desnutrición Secundaria	12
3.2.2.3 Desnutrición Mixta	13
3.2.2.4 Desnutrición Crónica	14
3.3 Ámbito Psicológico	15
3.3.1 Problemas de aprendizaje	15
3.4 Ámbito Social	16
3.4.1 La Economía	16
3.4.2 El desempleo	17

3.5	Ámbito laboral	18
3.5.1	Materiales e Instalaciones	18
IV.	Marco Operativo.....	19
4.1	Diseño de la Investigación.....	19
4.1.1	Equipo de Investigación.....	19
4.1.2.	Presupuesto.....	19
4.1.3.	Programación.....	20
V.	Presentación de Resultados.....	20
5.1	Análisis de Datos.....	20
5.2	Interpretación.....	30
VI.	Conclusiones.....	33
VII.	Recomendaciones.....	34
VIII	Bibliografía Y E-Grafía.....	35
IX.	Anexos.....	36
9.1	Glosario.....	36
9.2	instrumentos.....	40
9.3	Programa de Docencia.....	44
9.4	Programa de Extensión.....	53

Introduction

El rol del profesor de educación física es el que está debidamente formado por los parámetros que justifican el éxito de la docencia y que se basan en acciones concretas definidas por la relación que tiene con todo su entorno, la materia es muy diferente al pensum que llevan los alumnos. Por consiguiente el resultado de la interrelación entre ambas nos representa un rol específico para el profesor de Educación Física definiendo unas pautas de actuación, un tanto ideales, pero que pueden ser tomadas como objetivo final en la progresiva mejora de su acción docente que tiene ser manifestado por las acciones de los estudiantes.-

La Educación Física y la Escuela han tenido y mantienen un tipo de relación especial, estudiarla e intentar vislumbrar el papel del profesor de Educación Física en este contexto parece un tema apasionante de abordar si reconocemos las potencialidades de aquella en base a la capacidad educativa e integradora de su acción. Quién no ha vivido más o menos conscientemente esta relación; es evidente que la Educación Física arrastra hasta nuestros días una consideración especial que en muchos aspectos se tildaría sin más de discriminatoria, es cuestión llevar al planteamiento de si es verdaderamente una asignatura distinta, y de ser así, qué supone esta situación especial y si la solución está en discriminarla o en conocer sus verdaderas posibilidades dentro de la escuela.

I. Marco Conceptual

1.1.- Planteamiento

En la escuela oficial urbana mixta “Dolores Bedoya” jornada matutina del nivel primario que cuenta con una cantidad de estudiantes de 492 de los cuales 203 son niños y 289 son niñas se ha detectado en la clase de educación física algunos estudiantes presentan a simple vista problemas de desnutrición que es un factor que influye en el bajo rendimiento del desarrollo de la clase de educación física. El rol como maestro es de investigar a estos estudiantes y poder ayudar a conocer el origen de la desnutrición como también que tipo de desnutrición tienen, dialogar con los padres de familia para que ellos conozcan y sepan que sus hijos tienen ese problema que les impide su crecimiento y talla, lo cual puede ser debido a la inadecuada alimentación que en sus hogares recibe se ve en ellos un semblante pálido, falta de crecimiento acorde a sus edades, como la torpeza en la ejecución de los ejercicios, como también puede ser que sus padres no tengan los recursos necesarios, es un problema que afecta todos los ámbitos donde estos estudiantes se desenvuelven ya sea en la clase de educación física como también en sus clases dentro del aula como afecta el recibir las clases y por esta razón les cuesta realizar la clase de educación física y no salen a recibir la clase ellos necesitan estímulos extra como motivarlos a realizar la clase de educación física como también hablar con los padres de familia de estos niños para que el niño pueda tener un orden alimenticio adecuado, como también se ha observado estudiantes muy delgados que padecen de alguna enfermedad respiratoria el rol como maestro es de conocer a fondo que tan enfermos están estos estudiantes se debe de conocer muchos factores que rodean a los estudiantes que presentan problemas de desnutrición como lo es la economía en sus hogares si el padre de familia cuenta con un trabajo estable, como también la escuela que les pueden brindar a estos estudiantes si cuenta con las instalaciones necesarias para que los estudiantes puedan realizar la clase de educación física de una manera adecuada y si este problema de desnutrición solo los estudiantes de esta escuela lo presentan o existen en otras escuelas el mismo problema con los estudia

1.2. Justificación

El presente trabajo se realizó con el fin de mejorar las condiciones de los estudiantes de la escuela oficial urbana mixta “Dolores Bedoya” jornada matutina del nivel primario del municipio de Santo Domingo Suchitepéquez y al finalizar se comprobó la existencia de varios estudiantes que presentan enfermedades de aprendizaje como lo es dentro de las aulas y en especial en la clase de educación física, donde los estudiantes no coordinan movimientos y se cansan rápido no terminan la clase de educación física se comprobó por medio de exámenes que sufren de una desnutrición que les afecta en su crecimiento y talla y su coeficiente intelectual no es el adecuado para su edad, conjuntamente con los padres de estos estudiantes se demostró la enfermedad que tienen los alumnos y que a partir de estos resultados serán beneficiados por parte de la escuela en proporcionarles a estos estudiantes adecuaciones curriculares como también en la clase de educación física el beneficio del maestro es saber la capacidad que tienen estos estudiantes para recibir la clase de educación física y cuanto les afecta en su organismo la carga de trabajo para que puedan recibir de una mejor manera la clase de educación física, y gestionar que en la escuela sus instalaciones sean las adecuadas para realizar la clase de educación física que no sean instalaciones convencionales.-

II. Marco Metodológico.

2.1 Objetivos.

2.1.1 General.

Demostrar la importancia del 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 jornada Oficial Rural Mixta “Dolores Bedoya” del municipio de Santo Domingo, del departamento de Suchitepéquez, jornada matutina.

2.1.2 Específicos.

2.1.2.1 Conocer las causas más comunes que provoca un crecimiento lento en peso y talla de los estudiantes que sufren de desnutrición.

2.1.2.2 Ayudar a los estudiantes que presenten un nivel de desnutrición que se relacionen con los demás estudiantes en especial en la clase de educación física que son capaces de realizar todos los ejercicios y tareas que se hacen en la clase.-

2.1.2.3 Ayudar a los estudiantes que son parte de la sociedad que no son diferentes a nadie en la clase de educación física que es un estudiante mas y que no sea un blanco de burla por sus compañeros tanto en la clase de educación física como en sus otras materias dentro del aula.

2.1.2.4 En lo laboral trabajar en espacio adecuado para que el estudiantes con desnutrición tenga un ambiente propicio para realizar la clase de educación física, y no exigirle su capacidad a comparación de los demás, crear una adecuación curricular que él o ella pueda desarrollar según sus capacidades.-

2.2. Método.

2.2.1. Muestra.

Se extrajo de una población de treinta y seis estudiantes entre las edades de siete a quince años de primero a sexto grado siendo tres niñas y tres niños de cada grado.

2.2.2. Recolección de datos.

Se utilizó el método de muestreo intencional o de juicio.

Técnicas o instrumentos de investigación son los medios empleados para recolectar información, entre las que se destacan la observación, cuestionario, entrevista y encuesta.

2.2.3. Análisis Estadístico.

Para el análisis de los datos estadísticos se realizaron de siguiente forma:

- a) Se tabularan cada una de las respuestas obtenidas en la observación y la encuesta.
- b) Se realizara una gráfica por cada pregunta de la observación y la encuesta.

2.2.4 Instrumentos.

2.2.4.1 Observación Científica

Consiste en examinar directamente algún hecho o fenómeno según se presenta espontáneamente y naturalmente, teniendo un propósito expreso conforme a un plan determinado y recopilando los datos en una forma sistemática. Consiste en apreciar, ver analizar un objeto, un sujeto o una situación determinada, con la orientación de una guía o cuestionario, para orientar la observación

2.2.4.2. La Encuesta.

Es un procedimiento dentro del diseño de investigación descriptiva en el que el investigador busca recopila 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 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 en estudio.

III. Marco Teórico.

3.1. El rol del Maestro de Educación Física

Ha tenido múltiples cambios y su función está determinada por lo que la sociedad requiere en la actualidad debiendo el profesor actualizar sus conocimientos para poder ofrecer una educación física de calidad.

El docente pasó de ser el protagonista que entrega conocimientos, a ser el mediador, que facilita el aprendizaje a través de herramientas, en donde el alumno es partícipe en la construcción de estos conocimientos. También señala que se necesita tener una formación académica, que le permita estar preparado para dirigir a sus alumnos, mediante conocimientos actuales y claros; tener una formación valórica la cual le permita al docente tener una comunicación cercana, dar una formación íntegra y valorica, teniendo una relación efectiva y cognoscitiva, así como también tener la capacidad de dominio de grupo y la mejor disposición en las clases. “El docente también juega un papel socializador, facilitando las instancias de convivencia y relaciones en diferentes situaciones y contextos, ya que involucra y promueve el trabajo en equipo, la participación y cooperación entre los estudiantes” (Ministerio de Educación, 2011)¹

El profesor de educación física debe poseer diferentes características para ser un docente integral: capacidades pedagógicas, psicológicas, profesionales, físicas y morales, las que se detallan a continuación. Capacidad pedagógica del profesor de Educación Física. Las capacidad pedagógica del profesor se puede observar de la forma en cómo el profesor entrega una enseñanza con amabilidad. Utiliza las estrategias de enseñanza y estilos de enseñanza correctas en los momentos adecuados, lo que hace que una clase resulte con normalidad e incluso tenga puntos altos “todos aquellos supuestos, procedimientos y actividades que la persona que ocupa el papel de educador, aplica para inducir el aprendizaje en los estudiantes una educación física que el estudiante asimile o pueda interpretar para su propio beneficio físico y que sea el transmisor para que su familia, amigos, vecinos puedan practicar una educación física de calidad para poder tener un futuro mejor y saludable.

¹ Ministerio de Educación, 2011

3.2. Ámbito Biológico

La desnutrición es un estado patológico provocado por la falta de ingesta o absorción de alimentos o por estados de exceso de gasto metabólico. Puede ser primaria que también puede ser llamada desnutrición leve, o desnutrición secundaria, la cual si llega a estar muy grave puede llegar a ser otra patología como el cáncer o tuberculosis. Una publicación de UNICEF de 2006, expresa que todos los años nacen en el mundo más de 20 millones de niños y niñas con un peso inferior a los 5.5 libras, lo que equivale al 17% de todos los nacimientos del mundo en desarrollo, es decir una tasa que duplica el nivel de los países industrializados que es de 7%. Según el “Estado Mundial de la Infancia 2007” de UNICEF , uno de cada cuatro niños y niñas -alrededor de 146 millones- que representa el 27% de la población de menores de cinco años, tienen peso inferior al normal. Para los niños y niñas cuya situación alimentaria es deficiente, enfermedades comunes de la infancia como la diarrea y las infecciones respiratorias pueden ser fatales. De estos 146 millones, 78 viven en Asia Meridional, 22 en Asia Oriental y el Pacífico, 17 en África Occidental y Central, 16 en África Oriental y Meridional, 8 en Oriente Medio y África del Norte, y en América Latina y el Caribe, 4 millones. La desnutrición no es más que la pérdida de reservas o debilitaciones de un organismo por recibir poca o mala alimentación y hoy en día 50 millones de personas mueren alrededor del mundo cada año, Manuel Manrique de la UNICEF dice lo siguiente “Cuando la desnutrición le ocurre a un niño nos hace daño a todos, si le ocurre a mil niños ni se diga, y a Guatemala esto le afecta a un millón de niños”, la realidad de la desnutrición es la deficiencia de diferentes factores económicos y sociales de la población que se ha perpetuado por generaciones, las causas estructurales y socioeconómicas,² que sufre un país son las causas más comunes o acertadas de que se la desnutrición en un país esto tiene como consecuencia un subdesarrollo en todos los ámbitos de un país la población, la pobreza, son causas principales de un país subdesarrollado su gente no está mentalmente y físicamente preparados para sacar adelante a su país siendo la causa principal de estos subdesarrollados el estudio no

² Desnutrición infantil David L. Franklin e Izabel Vial año 16 No. 49 P. 343-358
U.N.I.C.E.F. publicación en el 2006 sobre la desnutrición
Anales de Pediatría de Grandis, E.S. Armelini, P.A. 368-373

tienen la capacidad mental de acción esto se debe en gran parte a la desnutrición en el mundo hay muchas gente que muere a causa de la desnutrición existe varios tipos de desnutrición las cuales ya no son curables en otras palabras la desnutrición es un mal irreversible en.

Latinoamérica está catalogado a nivel mundial como un grupo de países que sufren de desnutrición todos tienen un índice de desnutrición estos índices son siempre con niños menores de cinco años siendo esto un porcentaje grande de la población de los países que no contribuyen al desarrollo del país el país que sobresale en un parámetro o porcentaje de desnutrición de Latinoamérica es Haití este es el país de Latinoamérica que presenta el índice más grande de desnutrición en su población y como consecuencia se considera a Haití uno de los países del tercer mundo según la U.N.I.C.E.F. este es el país que más ayuda internaciones recibe en Latinoamérica y a nivel mundial ocupa uno de los primeros también a parte de los países se encuentran en guerra, ellos mantienen su propia guerra pero esta es contra el hambre y la pobreza que son los dos factores más importantes de un país si no existe hambre no va a existir pobreza y su resultado será tener un país en desarrollo, en el mundo a cada 10 horas hay una muerte por desnutrición en Argentina, es decir que al año mueren tres millones quinientos mil niños por desnutrición la mayoría de estos niños son menores de cinco años que no cuentan con suficiente masa corporal, existen 55 millones de niños con desnutrición aguda, 19 millones con desnutrición severa cifras alarmantes que crecen cada año por la superpoblación que se está viviendo alrededor del mundo.-³

3.2.1. La Desnutrición en Guatemala.

Guatemala es un país rico en su fauna y flora es considerado como el país de la eterna primavera visitado por mucha gente de otros países por sus costumbres y tradiciones pero en el interior del país hay una realidad que solo los Guatemaltecos vivimos y es la desnutrición por muchos factores ya sean sociales o económicos por eso Guatemala es el país con la tasa más alta de desnutrición crónica en

³ U.N.I.C.E.F.
Agencia EFE, S.A. de burgos, 8,28036 Madrid España

Latinoamérica y es el sexto a nivel mundial con una tasa de desnutrición crónica que afecta al 49 por ciento de la niñez, la desnutrición crónica en el año 2008 afecto a 1,123.000 niños en Guatemala y que no ha habido mejoramiento en talla para edad en los niños del área rural desde 1966. Para conocer mejor sobre la desnutrición existen varias clases de ella la cual se manifiesta en los niños en su mayoría menores de cinco años las cuales se dan desde el vientre de la madre y sus efectos son irreversibles y marcan a los niños para toda la vida como también a sus familias comunidades enteras por falta de información que nunca les llega o por su ignorancia no miden las consecuencias y viven de una manera precaria teniendo los medios y recursos para no hacerlo, la desnutrición es la principal causa que Guatemala sea un país subdesarrollado a comparación a otros países existen varias clases de desnutrición las cuales son desnutrición primaria, secundaria, mixta, y crónica los niños que nacen con desnutrición primaria si no se les atiende de una manera adecuada la desnutrición es progresiva y se puede tornar en una desnutrición crónica que causaría irreparablemente la muerte del niño, a los padres de estos niños les den una plática para que puedan prevenir en un futuro tener hijos que sufran de desnutrición y realizar exámenes a los que están estudiando para determinar que clase de desnutrición tienen y como pueden ellos ayudar a sus hijos a que sigan adelante ya que la desnutrición es una enfermedad irreversible, estos exámenes deben de ser psicológicos para detectar la edad cronológica que tiene su cerebro en relación a la física que el niño presente.- ⁴

Guatemala actualmente ocupa el primer lugar en desnutrición a nivel centro americano y a nivel latino americano ocupa el segundo lugar solo detrás de Haití y a nivel mundial es uno de los seis países que sufre de desnutrición es una cifra realmente alarmante ya que muchos de nosotros desconocemos estos datos que realmente son alarmantes al saber que Guatemala es uno de los países que presenta mayor desnutrición a nivel mundial aquí en Guatemala existimos alrededor de más de dieciséis millones de guatemaltecos según estadísticas del registro

⁴ U.I.C.E.F.

<http://www.iadb.org/es/temas/salud/desnutricion-en-guatemala,3866.html>

nacional de la persona (RENAP) y un dato de U.N.I.C.E.F. Guatemala del año 1992 al año 2014 tuvo un aumento notable en el número de niños desnutridos que de 1.4 millones que presentaba en el año mil novecientos noventa y dos subió al 2.2 de millones de habitantes que sufren de desnutrición un dato alarmante esto quiere decir que un 14 por ciento de toda la población Guatemalteca sufre de una desnutrición hoy en día se cree que tres millones de Guatemaltecos sufre de una de las clases de desnutrición recordemos que existen varias clases de desnutrición la primaria, secundaria, mixta, aguda, y crónica cada una de ellas tiene sus consecuencias y en su orden así son de peligrosas también recordemos que la desnutrición un mal irreversible solo tenemos que aprender a vivir con ella el ministerio de salud pública y asistencia social lanzo su estrategia llamada la Ventana de los mil días cuyo objetivo es de prevenir y reducir la desnutrición crónica en Guatemala este periodo transcurre desde el embarazo de la mujer que son un promedio de doscientos setenta días hasta los dos años de vida del niño se enfoca en reducir la mortalidad materno-infantil en garantizar cuidados prenatales a la madre, atención calificada del parto, buenas prácticas alimentarias sin olvidar la lactancia materna, suplementos de vitaminas a los menores y la información debe de llegar a todas las personas si no tienen los medios para acudir a centro hospitalario el ministerio es el encargado de llevar la información a las comunidades más lejanas.-⁵

3.2.2 Tipos de desnutrición:

3.2.2.1. Desnutrición Primaria

Aquí en Guatemala esta desnutrición es la principal causa por la que Guatemala es considerado uno de los países del tercer mundo por lo consiguiente su estatus económico, social es muy pobre o no llega los recursos a las poblaciones más necesitadas siendo esta las áreas rurales del país afectando principalmente a la población indígena, por lo tanto las personas carecen de recursos económicos para tener una adecuada alimentación como también carecen de información para la

⁵ R.E.N.A.P. Registro Nacional de la Persona
U.N.I.C.E.F.

planificación familiar y como se debe de tratar un embarazo antes durante y después del parto. La desnutrición primaria se debe a la ingesta insuficiente de alimento, ya sea porque éste no se encuentre disponible o porque aunque existe no se consume. Por lo general tiene origen socioeconómico y cultural, así mismo se relaciona con el poder adquisitivo insuficiente. La existencia de un sistema social inadecuado, que se mantiene durante generaciones consecutivas en la misma población, produce factores modificadores que aunque no se heredan sí se transmiten de padres a hijos (herencia social), y limitan la disponibilidad de bienes y servicios, al mismo tiempo que provocan efectos deletéreos a la nutrición. El doctor Rafael Ramos Galván señala: Nadie escapa el hecho de que la nutrición de los seres humanos está determinada por la acción sinérgica de factores intrínsecos y extrínsecos, cuya dinámica es necesario conocer a fin de promover, mejorar o sostener la correcta alimentación de las colectividades; tampoco pasa desapercibido que la desnutrición es un problema mundial no resuelto, situación a la que contribuyen numerosas circunstancias⁶. Tratándose de niños, el panorama es aún más complicado porque en ellos la nutrición lleva implícitos los requerimientos del crecimiento así como del desarrollo, y porque la satisfacción de sus necesidades está supeditada a la autoridad o al autoritarismo de los adultos.".-

Ante esta desnutrición el rol del maestro de educación física es verificar estos casos en sus alumnos y en mi caso me afecta a la hora de dar la clase de educación física ya que los niños que padecen de desnutrición primaria son más lentos a la comparación de un niño normal sus reacciones a los ejercicios y la atención a la clase es tardía se cansan rápido en el ámbito psicológico afecta ya que los niños que sufren de esta desnutrición son los últimos en terminar los ejercicios y los demás niños tienden a hacer de ello una broma o un señalamiento con nombres como muy lento, perezoso en lo social afecta al niño en su autoestima ya que no logra interrelacionarse con sus compañeros ya su actividad es más lenta y notoria que los demás niños normales aquí en Guatemala tenemos una población según RENAP⁷ de

⁶ U.N.I.C.E.F

⁷ RENAP

más dieciséis millones de habitantes y un 14% de la población sufre con desnutrición desde el año 1992 a 2014 la población Guatemalteca a crecido en niños con desnutrición en 1992 los niños que sufrían de desnutrición era 1.4 millones niños comprendidos la mayoría en menos de cinco años de edad y para el año 2014 2.2 millones de niños esto quiere decir que un 14 por ciento de la población Guatemalteca o de habitantes sufre de desnutrición en Latinoamérica Guatemala es el país que más ha aumentado la cifra de niños con desnutrición solo atrás de Haití, en Guatemala no existe un programa de parte del ministerio de salud que indique con exactitud cuántos niños padecen de desnutrición primaria y como evitar que estos niños lleguen a padecer en un futuro es una desnutrición secundaria que a la vez si no se trata a tiempo se puede volver mixta o sea crónica donde el niño si es tratado con cuidado puede sufrir hasta la muerte.-

3.2.2.2. Desnutrición secundaria:

Esta desnutrición se da en los niños de educación primaria padecen de otras enfermedades los aportes nutricionales son los adecuados pero por sus enfermedades la absorción o utilización de estos alimentos no es adecuado a continuación se detallan algunas de las enfermedades que los niños padecen que impiden que los nutrientes de los alimentos mejoren su desnutrición: Interfieren con la ingestión: enfermedades neurológicas, motoras, psiquiátricas, estomatológicas, infecciosas y/o digestivas que producen anorexia o vómito, consumo de sustitutos alimentarios o programas dietéticos especiales mal diseñados que favorecen el desequilibrio en la ingesta de calorías, proteínas, grasas, minerales, vitaminas u oligoelementos. Aumentan los requerimientos energéticos y/o las necesidades de regeneración tisular: infecciones crónicas, quemaduras, traumatismo múltiple, hipertiroidismo, fístulas arteria-venosas, insuficiencia cardiaca, etc. Interfieren con la digestión y absorción: deficiencias enzimáticas digestivas congénitas o adquiridas, enfermedad celiaca, fibrosis quística del páncreas, insuficiencia hepática, alteraciones de vías biliares, pancreatitis, procesos inflamatorios crónicos de tubo digestivo como enfermedad de Crohn o colitis ulcerativa crónica inespecífica, infecciones o infestaciones enterales. Dificultan la utilización: Diabetes mellitas,

neoplasias, enfermedades congénitas del metabolismo de carbohidratos, proteínas o grasas, hipoxemia por anemia, enfermedades pulmonares crónicas, cardiopatías congénitas, hemocromatosis, Aumentan la excreción: diarrea crónica, fístulas enterales, urinarias o pleurales, problemas renales que afectan al glomérulo (síndrome nefrótico), a la función tubular (acidosis tubular renal, síndrome de Fanconi y otras tubulopatías

la clase de educación física se nota como es el comportamiento de los niños que no tienen problema de desnutrición comparados con los niños que sufren de una desnutrición secundaria es un trabajo con ellos ya que se debe de trabajar tripartitamente con el director (a) del establecimiento como a los padres de familia, y el maestro tanto de aula como el de educación física lo peligroso que puede ser para el niño el realizar la clase de educación física sufriendo de una desnutrición secundaria, en lo psicológico actuar ante el niño como si él no tuviera ninguna enfermedad tratarlo de la misma manera como los demás solamente su carga de trabajo será menor y de menos intensidad que los demás, en lo social hacerle ver a los niños que le enfermedad que este niño padece no es contagioso que no deben de discriminarlo al contrario tomarlo en cuenta en todas las tareas dentro o fuera del aula, en el ámbito laboral afecta ya que en el área que desempeño las clases de educación física son áreas soleadas que tienden a desgastar o cansar rápidamente a los niños en especial a los que padecen de desnutrición el área adecuada para impartir la clase de educación física sería en un área con sombra o contar con instalaciones techadas.

3.2.2.3. Desnutrición Mixta.

Esta desnutrición se presenta en los niños después de un tiempo de tener las primeras dos etapas de la desnutrición es un estado trascendental del niño ya que su organismo ya se acostumbró a los nutrientes de los alimentos que recibe y está a un solo paso a que esta desnutrición llegue hacer crónica depende mucho de los cuidados de la familia como también la ayuda que busquen ya sea particular o de un centro hospitalario. El doctor Federico Gómez propuso, en 1946, una cuantificación de la severidad basada en el déficit de peso para la edad, la cual ha sufrido

modificaciones posteriores, de tal manera que actualmente la intensidad puede clasificarse en: Desnutrición de primer grado: el peso corporal corresponde de 76 al 90% del esperado para la edad y la talla, así como la velocidad de crecimiento, el desarrollo psicomotriz y la pubertad, son normales o tienen un retraso leve. Se asume que en estas condiciones se consumen las reservas nutricionales pero se mantiene la función celular. Desnutrición de segundo grado: el peso corporal corresponde de 61 al 75% del esperado para la edad y la talla, o la velocidad de crecimiento, el desarrollo psicomotriz y/o la pubertad se retrasan de manera moderada a severa. Se han agotado las reservas nutricionales naturales y se utilizan elementos plásticos para obtener energía, por lo que la función celular se lesiona pero se mantiene la termogénesis. vida saludable no están al alcance de las personas ni tienen los medios o recursos para adquirirlos ya sea de una forma gratuita de parte del gobierno o particular para tener un sistema de alimentación adecuada en esta etapa de la desnutrición se unen la primaria con la secundaria el niño está viviendo una etapa muy dura ya que está a un solo paso a que la desnutrición pase a ser crónica recordemos que la desnutrición es una enfermedad que no tiene cura únicamente tratamiento para que esta no sea la causa de una muerte prematura:-⁸

3.2.2.4 Desnutrición Crónica:

Esta es la última etapa que vive el niño que sufre de desnutrición en Guatemala según el informe de gobierno con datos recopilados del registro nacional de la persona (RENAP) y el ministerio de salud afirman que la muerte de niños menores de cinco años por desnutrición es de 11 niños al año, pero un reportaje en 2014 demostró que las cifras que el gobierno presento de las muertes por desnutrición crónica no eran las verdaderas y ellos reportaron después de un estudio que las cifras correctas eran de 18 niños fallecidos por desnutrición crónica el

⁸ <http://es.wikipedia.org/wiki/desnutrición>

organización mundial de la salud (OMS)

gobierno había modificado las cifras para ajustarlas a su informe final por la lucha contra el hambre. La malnutrición aguda grave o crónica se caracteriza por un peso muy bajo para la estatura (puntuación inferior a -3 de la media de los patrones de crecimiento de la OMS), emaciación grave visible o presencia de edema nutricional. El descenso en la mortalidad infantil y la mejora de la salud materna dependen mucho de la reducción de la malnutrición, que directa o indirectamente es responsable del 35% de las muertes entre los niños menores de cinco años. A pesar de que la mediana de la tasa de letalidad por malnutrición aguda grave en menores de cinco años oscila entre el 30% y el 50%, si se tienen en cuenta los cambios fisiológicos y metabólicos puede reducirse considerablemente. El tratamiento de la malnutrición aguda grave conforme a las directrices de la OMS redujo la tasa de letalidad en cerca del 55% en entornos hospitalarios, y estudios recientes señalan que para tratar esa afección en entornos comunitarios puede utilizarse la estrategia del suministro de alimentos terapéuticos listos para el consumo. Para adiestrar a los trabajadores de salud en la aplicación de esta estrategia, la OMS ha preparado un curso que se ha impartido en diversos países de las regiones de África, Asia sudoriental, el Caribe, América del Sur y el Pacífico occidental con la ayuda de asociados institucionales de Bangladesh, Chile, Gambia, Malawi y el Reino Unido.⁹

3.3 Ámbito Psicológico.

3.3.1 Problemas de Aprendizaje.

En la escuela oficial urbana mixta “Dolores Bedoya” jornada matutina del nivel primario del municipio de Santo Domingo Suchitepéquez que cuenta con 492 estudiantes 203 niños y 289 niñas se ha notado en la clase de educación física a muchos estudiantes con problemas de aprendizaje ya que debido a padecer de una desnutrición su edad cronológica y su comportamiento no es el mismo al de otros niños de su edad y grado, también se observado que tienen un problema físico a raíz de la desnutrición como puede ser el no escuchar muy bien, el no hablar con claridad o fluidez según la U.N.I.C.E.F. un estudio que realizo que también dice que no es tan confiable porque depende del país y la región dicen que alrededor de noventa y

⁹ Organización Mundial de la salud

tres millones de niños en el mundo sufre de alguna discapacidad física esto quiere decir que uno de 20 niños tiene un problema de discapacidad, también dice que deben de ser tratados como cualquier niño normal sin discriminarlos el maestro es el encargado de trabajar un método para que estos niños puedan realizar la clase de educación física antes deben de conocer porque el niño esta discapacitado o tiene in impedimento físico, para ello el maestro puede trabajar Estilo individualizado se divide en enseñanza reciproca que se refiere a la ejecución de las actividades en pareja en donde los alumnos pueden tener la oportunidad de observar al compañero para después ejecutar el ejercicio conforme a su ritmo y su nivel¹⁰. Grupos reducidos se basa en la realización de grupos de 3 a 4 alumnos y cada uno de ellos tendrá la oportunidad de realizar el ejercicio siendo observados por los demás compañeros. Micro enseñanza, este estilo está enfocado que la clase sea enriquecida con las prácticas de los propios alumnos, donde realiza la actividad y la explicación en grupos, aquí el papel o rol del maestro de educación física es únicamente de observar y corregir en cada grupo o pareja siempre van a estar integrado con uno que tenga algún impedimento físico y de esta manera el trabajo en la clase se desarrollara de una manera efectiva tomando en cuenta a los niños con problemas de desnutrición.¹¹

3.4 Ámbito Social:

3.4.1 La economía:

Guatemala es un país en desarrollo y su economía interna es para un grupo de comerciantes o industriales por lo que lo hace pobre los más de dieciséis millones de habitantes que tiene Guatemala hay un buen porcentaje que vive desempleado o con una entrada económica mínimo al salario justo que debe de recibir un obrero y esto afecta socialmente a la población provocando en su población la falta de recursos tanto médicos como académicos ya que muchos no gozan de lo necesario para asistir a una escuela pública como también no gozan de una asistencia médica gratuita sus hospitales hoy en día se encuentran colapsados sin medicamentos no pueden atender a la población necesitada todo esto repercute en la familia criando a

¹¹ UNICEF

sus hijos de una manera no correcta con limitantes tanto en su alimentación desde su gestación provocando en ellos que padezcan de desnutrición. La economía de Guatemala es propia de un país en desarrollo, constituyendo la mayor economía de América Central, y la novena de América Latina.¹² Su PIB, representa un tercio del PIB regional. El país mantiene unos fundamentos macroeconómicos sólidos en los últimos años, con un nivel de reservas elevado, un nivel controlado del déficit público (2,8% en 2011) y del déficit exterior y una deuda pública baja, del 24,3% del PIB en 2011. El nivel económico de la población es medio bajo con un 50% de sus habitantes que se encuentran por debajo del umbral de la pobreza y un 15% en pobreza extrema. El sector más grande en la economía guatemalteca era tradicionalmente la agricultura, siendo Guatemala el mayor exportador mundial de cardamomo, el quinto exportador de azúcar y el séptimo productor de café. El sector del turismo es el segundo generador de divisas para el país tras las remesas de los adelante, hoy en día un jornalero gana el salario mínimo que es Q.81.87 diario su sueldo mensual es de Q.2, 497.04 con este dinero debe de mantener a su familia.¹³

3.4.2. El desempleo:

En la escuela oficial mixta “Dolores Bedoya” jornada matutina del nivel primario del municipio de Santo Domingo del departamento de Suchitepéquez que cuenta con 492 estudiantes 203 niños y 289 niñas sea a notado a cierta cantidad de alumnos que no realizan la clase de educación física ya que presentan un problema de desnutrición que le impiden realizar la clase, se ha notado que muchos de los alumnos son de escasos recursos económicos este sin duda alguna debe de ser el motivo principal del porque estos alumnos se encuentran enfermos ya que muchos de sus padres no cuentan con un empleo estable por no contar con estudios o un título de profesional la mayoría trabaja en esta área cuando empieza la zafra en los ingenios azucareros lo hacen cortando caña este trabajo dura únicamente cuatro meses y los demás meses trabajan informalmente en lo que consigan no tienen un trabajo estable que garantice el cuidado de su familia que muchas de ellas son numerosas, esto hace que muchos de sus hijos no reciban los alimentos necesarios

¹² Elperiodico.com.gtcanastabasica

¹³ Ministerio de trabajo

y adecuados para su crecimiento y desarrollo provocando en ellos enfermedades algunas de ellas que con el tiempo se pueden tratar pero la desnutrición es una enfermedad que únicamente se puede tratar pero no se puede curar, según la tasa de desempleo en Guatemala el 4 % de la población que trabaja activamente actualmente se encuentra sin un trabajo, según el instituto nacional de estadística (INE). Según esta región o la mayoría de las regiones del país el hombre o sea el esposo es el único que trabaja la mujer se queda haciendo los oficios domésticos esta forma de vivir viene hacer más problemático para estas familias que al final son los hijos los afectados por no contar con lo necesario para sobrevivir, y la falta de información es un factor que afecta estas comunidades el no saber planificar tienen familias muy numerosas es un problema social, donde de una u otra manera nos afecta a todos.¹⁴

3.5 Ámbito Laboral.

3.5.1 Materiales e Instalaciones:

En la escuela oficial mixta “Dolores Bedoya” jornada matutina del nivel primario del municipio de Santo Domingo del Departamento de Suchitepéquez se trabaja con el material que la dirección general de educación física (DIGEF) entrega al maestro de educación física un material que sirve para todo el año es un material que es para todos los estudiantes no viene materiales para trabajar con niños especiales en este caso aquellos que por padecer de desnutrición tienen impedimentos físicos por lo que les cuesta participar en la clase de educación física con un buen material se podría trabajar con ellos, material que motiven al estudiante a realizar la clase, materiales que propicie la comunicación entre ellos, afecta en la clase de educación física el no contar con un material adecuado que sirva de apoyo al maestro de educación física para poder desarrollar sus clases de una manera más adecuada a las necesidades que se les presente con los niños que padecen de un problema físico provocado por la desnutrición, las instalaciones con las que cuentan la escuela para realizar la clase de educación física son instalaciones no

¹⁴http://www.centralamericadata.com/es/search?q1=content_es_le:%22tasa+de+desempleo%22&q2=mattersInCountry_es_le:%22Guatemala%22

convencionales se usa los espacios que proporciona la escuela y por el clima que es cálido es un aspecto que se toma en cuenta para que los niños no reciban las clases de educación física en las horas más calurosas de la mañana por esta razón las instalaciones no son las adecuadas para que los estudiantes reciban la clase de educación física con las instalaciones adecuadas sería más fácil el impartir la clase de educación física no sería al aire libre si se contara con una cancha techada que tanta falta hace en todas las escuelas de esta área, también está el material didáctico donde el CNB debería de tener contenidos en educación física enfocados o adecuados a los niños que padecen de un impedimento físico causado por muchos motivos incluyendo aquellos impedimentos causados por la desnutrición.

IV. Marco Operativo.

4.1. Diseño de la Investigación.

4.1.1 Investigador principal. Walter Estuardo López Fuentes.

4.1.1.2 Director Francisco Yovigildo Bercian.

4.1.2 Presupuesto

No.	Descripción	Costo
1.	Papel bond	Q. 50.00
2.	Lapiceros	Q. 10.00
3.	Lápices	Q. 10.00
4.	Fólder	Q. 05.00
5.	Impresiones	Q. 200.00
6.	Internet	Q. 300.00
7.	Encuadernación	Q. 20.00
	Total	Q. 595.00

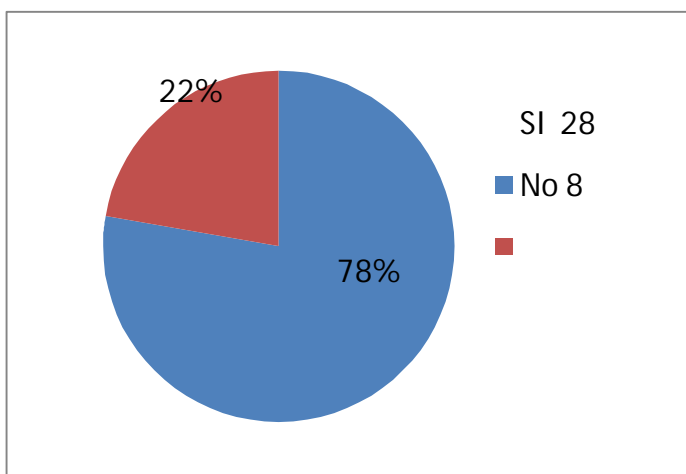
4.1.3 Programación

GRAFICA DE GANTT.

ACTIVIDADES	ENERO		FEBRERO				MARZO				ABRIL			
	SEMANA		SEMANAS				SEMANAS				SEMANAS			
	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN			■											
DISEÑO DE LA PRUEBA				■	■									
ELABORACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN				■	■									
APLICACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN					■	■								
ANÁLISIS Y TABULACIÓN DE RESULTADOS							■							
INFORME FINAL								■						

V .Presentación de Resultados:

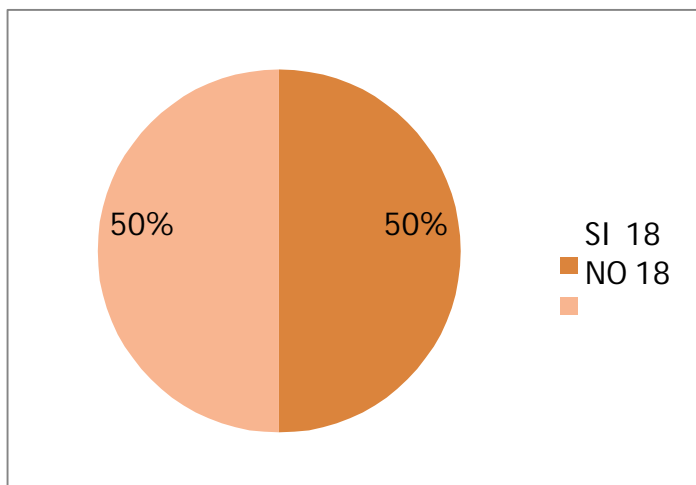
1.- ¿Desayuna antes de venir a la escuela?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	28	78%
NO	8	22%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

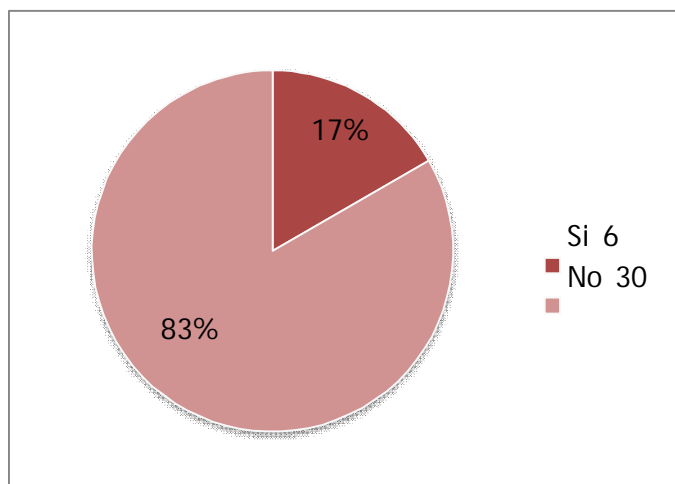
2.- ¿Se cansa cuando realiza la clase de educación física?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	18	50%
NO	18	50%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

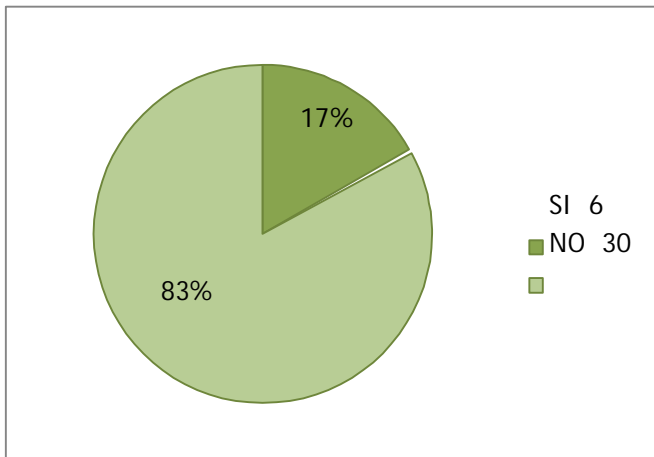
3.- ¿A parte de los alimentos ingiere alguna clase de vitaminas?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	6	17%
NO	30	83%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

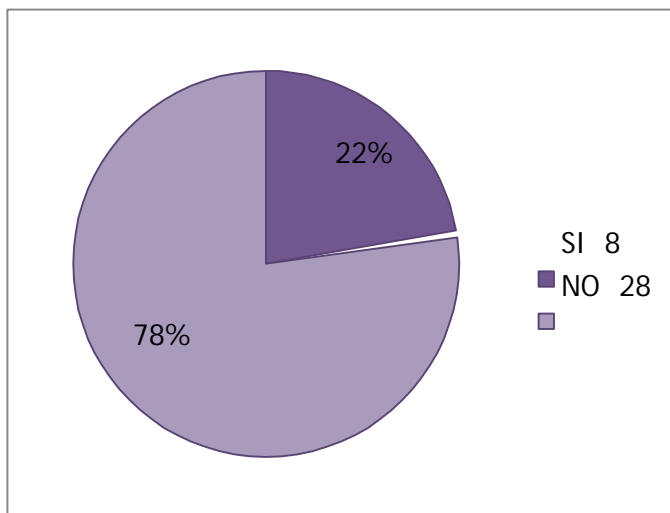
4.- ¿Es la clase de educación física es muy cansada?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	6	17%
NO	30	83%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

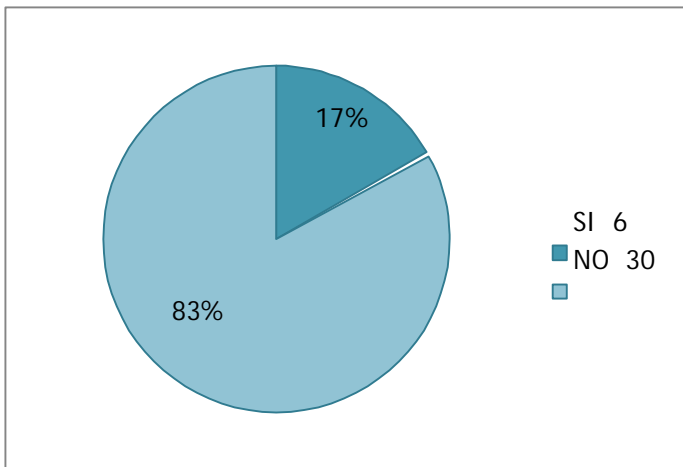
5.- ¿ Lo llevan con regularidad sus padres con el doctor?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	8	22%
NO	28	78%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

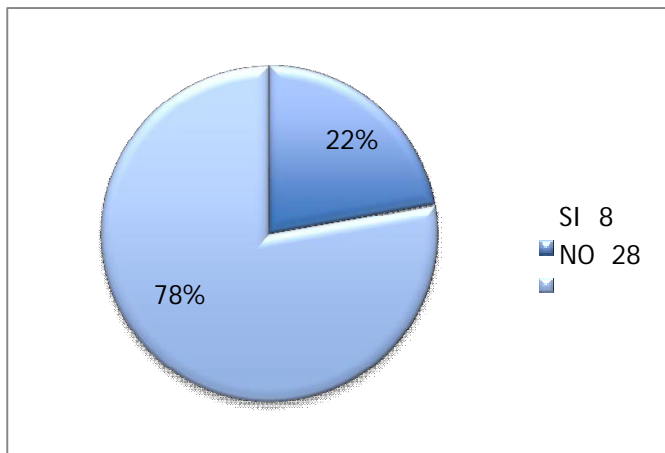
6.- ¿ Le afecta en su salud el realizar actividades físicas?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	6	17%
NO	30	83%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

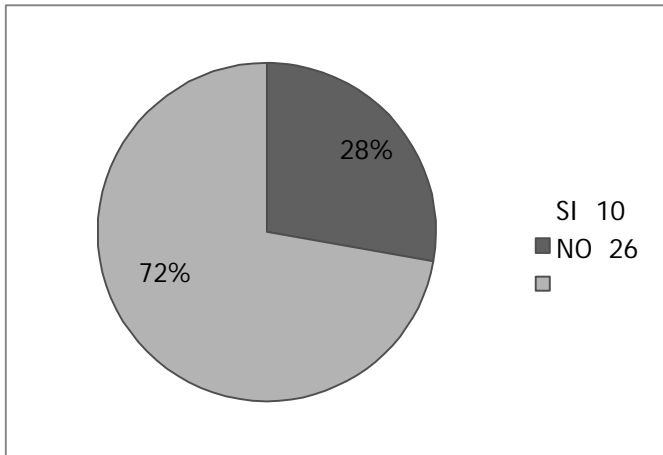
7.- ¿Le afecta el recibir la clase de educación física bajo el sol?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	8	22%
NO	28	78%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

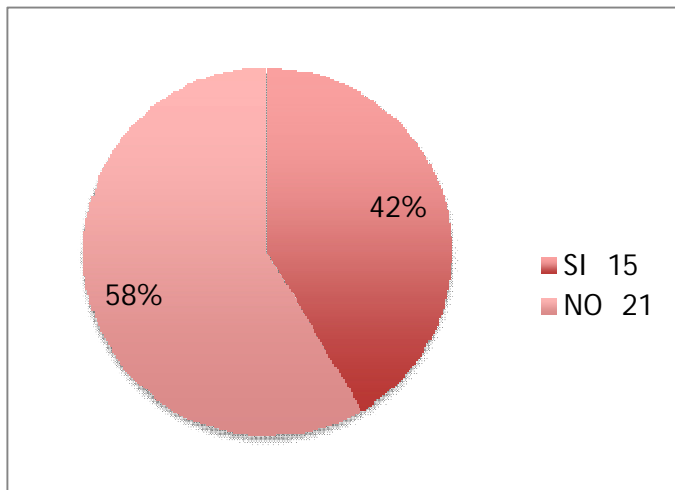
8.- ¿Trae refacción a la escuela?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	10	28%
NO	26	72%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

9.- ¿ Cree que el estar mucho tiempo sentado es malo para su salud ?

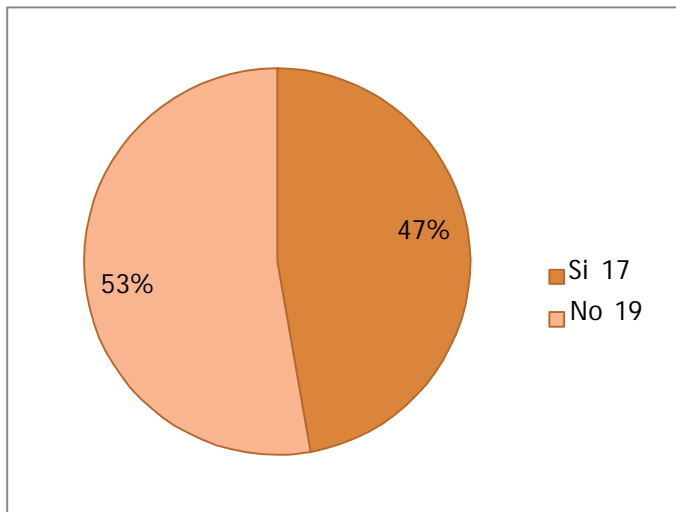


RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	15	42%
NO	21	58%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

10.-¿Se enferma muy seguido?

De los 36 encuestados 17 respondieron que se enferman y 19 que no lo hacen esto hace un 47% Si, y un 53% No. Para hacer un 100%.-

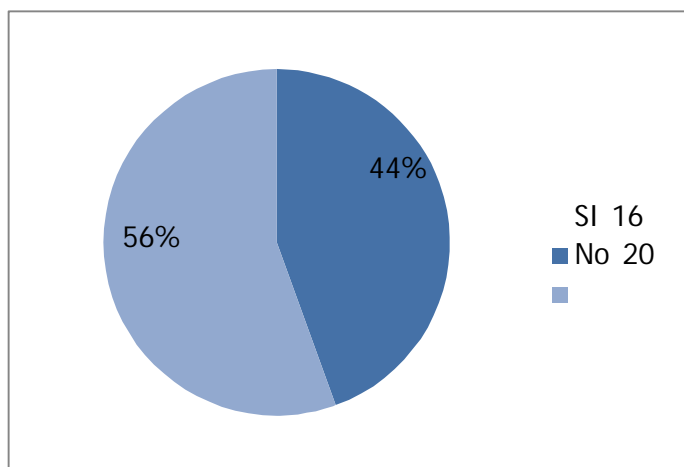


RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	17	47%
NO	19	53%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

Encuesta:

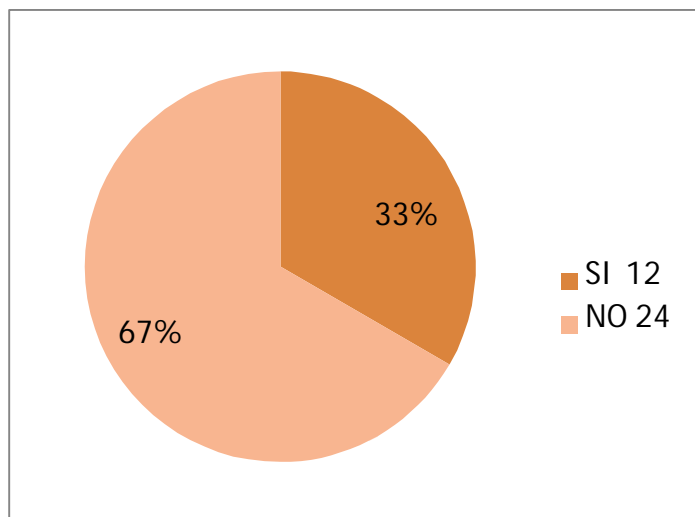
1¿los estudiantes presentan síntomas de palidez?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	16	44%
NO	20	56%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

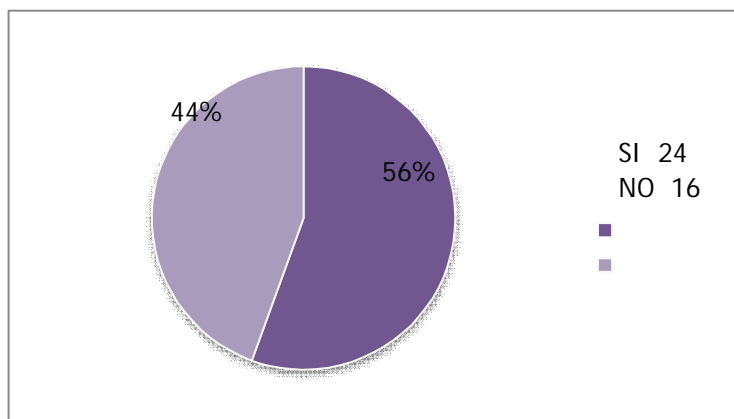
2.- ¿ La talla de los estudiantes varían entre uno y otro?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	12	33%
NO	24	67%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

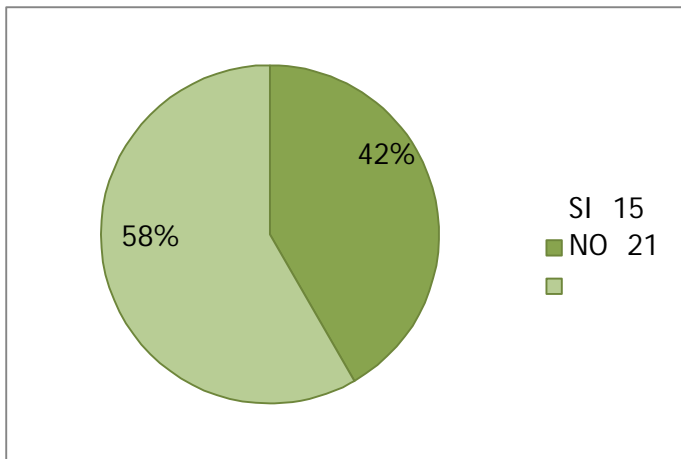
3.- ¿Se ausentan muy seguido en la clases de educación física?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	24	56%
NO	16	44%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

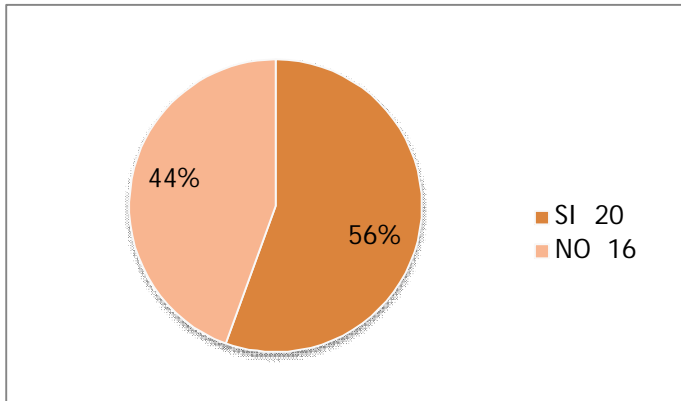
4. ¿ Sufren de bullying a causa de su condición?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	15	42%
NO	21	58%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

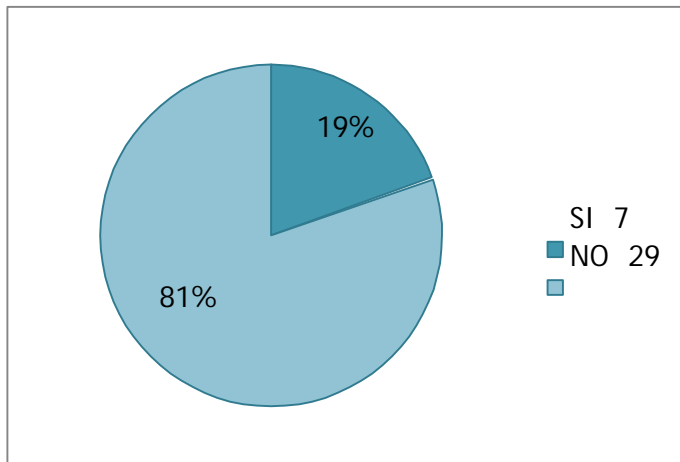
5.- ¿La mayor parte del tiempo se la pasan muy distraídos?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	20	56%
NO	16	44%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

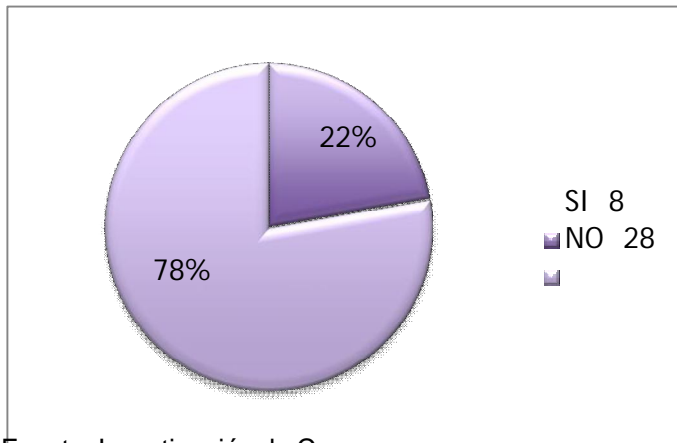
6.- ¿ Tienen impedimentos físicos?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	7	19%
NO	29	81%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

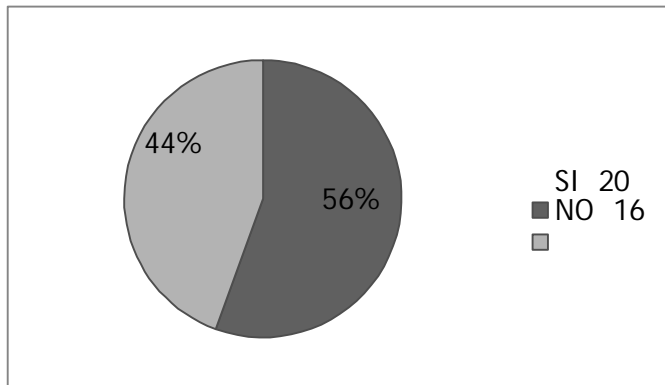
7.- ¿ No son participativos en la clase de educación física?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	8	22%
NO	28	78%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

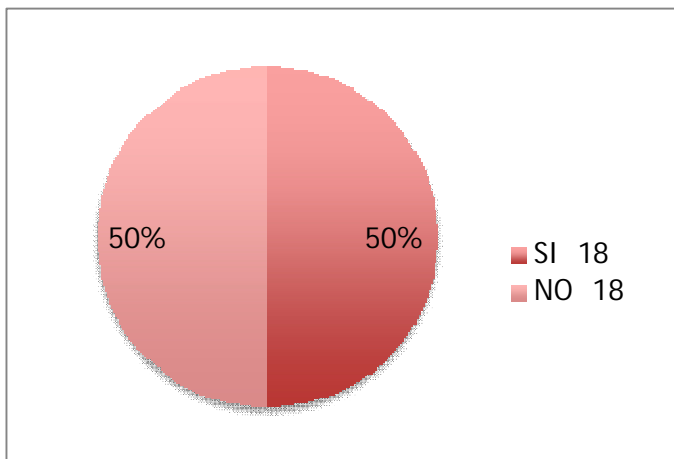
8.- ¿ Necesitan adecuaciones curriculares?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	20	56%
NO	16	44%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

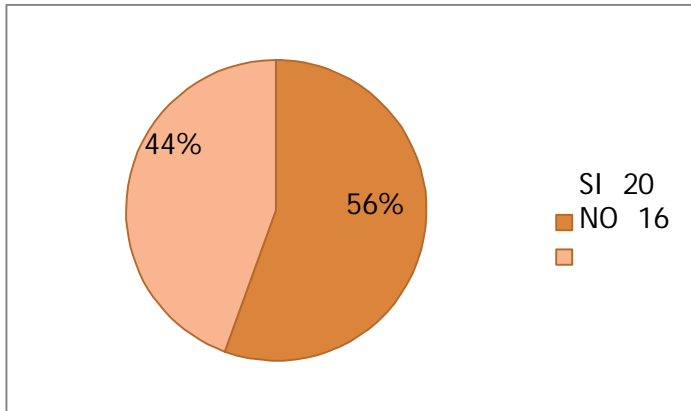
9.- ¿ Las condiciones climáticas les afecta?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	18	50%
NO	18	50%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
 Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
 Padep/Def 2016

10 ¿ El estudiante se cansa muy rápido?



RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	20	56%
NO	16	44%
TOTAL	36	100%

Fuente: Investigación de Campo
Estudiante: Walter Estuardo López Fuentes
Padep/Def 2016

5.2 Interpretación

1. ¿Desayuna antes de venir a la escuela? De los 36 encuestados 28 desayunan y 8 no lo hacen esto hace un 78% Si, y 22% No, para hacer un 100%.-
2. ¿Se cansa cuando realiza la clase de educación física? De los 36 encuestados 18 respondieron que se cansan y 18 que no se cansan esto hace un 50% Si, y un 50% No, para hacer un 100%.-
3. ¿A parte de los alimentos ingiere alguna clase de vitaminas? De los 36 encuestados 6 respondieron ingieren vitaminas y 30 no lo hacen esto hace un 17% Si, y un 83% No, para hacer un total de 100%.-
4. - ¿Es la clase de educación física es muy cansada? De los 36 encuestados 6 respondieron que es muy cansada la clase y 30 respondieron que no lo es esto hace un 17% Si, y un 83% No, para hacer un total de 100%.
5. ¿Lo llevan con regularidad sus padres con el doctor? De los 36 encuestados 8 respondieron que los llevan al doctor y 28 que no los llevan esto hace un 22% Si, y un 78% No. Para hacer un total del 100%.
6. ¿Le afecta en su salud el realizar actividades físicas? De los 36 encuestados a 6 les afecta el hacer actividad física y a 30 no le afecta esto hace un 17% Si, y un 83% No, para hacer un 100%.-

7. ¿Le afecta el recibir la clase de educación física bajo el sol? De los 36 encuestados 8 respondieron que lo afecta el sol y 28 que no les afecta esto hace un 22% Si, y un 78% No, para hacer un 100%.-
8. ¿Trae refacción a la escuela? De los 36 encuestados 10 respondieron que traen refacción a la escuela y 26 que no traen esto hace un 28% Si, y un 72% No, para hacer un 100%.
9. ¿Cree que el estar mucho tiempo sentado es malo para su salud? De los 36 encuestados 15 respondieron que es malo para la salud el estar sentado y 21 que no es malo esto hace un 42% Si, y un 58% No, para hacer un 100%.-
10. ¿Se enferma muy seguido? De los 36 encuestados 17 respondieron que se enferman y 19 que no lo hacen esto hace un 47% Si, y un 53% No. Para hacer un 100%.-

Encuesta:

1. ¿los estudiantes presentan síntomas de palidez? De los 36 encuestados 16 presentan los síntomas Y 20 no, esto hace 44% si y un 56% no para hacer un 100%
2. ¿La talla de los estudiantes varían entre uno y otro? De los 36 encuestados 12 si varia la talla 24 no, esto hace un 33% si, y un 67% no, para hacer un 100%
3. ¿Se ausentan muy seguido en las clases de educación física? De los 36 encuestados de esta pregunta 24 se ausentan seguido de la clase de Educación Física y 16 no, esto hace un 56% si, y 44% no, para hacer un total del 100%
4. ¿Sufren de bullying a causa de su condición? De esta pregunta 15 contestaron que sufren de bullying y 21 contestaron que no, esto hace un 42% si, un 58% no para hacer un total de 100%.-
5. ¿La mayor parte del tiempo se la pasan muy distraídos? De los 36 encuestados 20 son distraídos y 16 no lo son esto hace un 56% si, y un 44% no, para hacer un total del 100%.
6. ¿Tienen impedimentos físicos? De los 36 encuestados 7 presentan impedimentos físicos y 29 no, por lo tanto el 19% si, y el 81% no, esto hace un 100%.-

7. ¿No son participativos en la clase de educación física? los 36 encuestados 8 son participativos en la clase y 28 no lo son esto hace un 22% si, y un 78% no, para hacer un total de 100%.-
8. ¿Necesitan adecuaciones curriculares? De los 36 encuestados 20 necesitan adecuaciones y 16 no esto hace un 56% si, y un 44% no, para hacer un total de 100%
9. ¿Las condiciones climáticas les afecta? De los 36 encuestados a 18 les afecta el clima y a 18 no les afecta esto hace un 50% si, y un 50% no, para hacer un 100%.-
10. ¿El estudiante se cansa muy rápido? De los 36 encuestas 20 se cansan rápido y 16 no se cansan esto hace un 56% si, y un 44% no, para hacer un 100%

VI Conclusiones.

6.1. El presente trabajo se finaliza con satisfacción.

6.2 Después de la investigación se tiene un concepto claro de lo que es desnutrición.

6.3. Se obtiene conocimiento de los estudiantes con problema de desnutrición.

6.4. Se propone mejorar la clase de educación física.

6.5. Los estudiantes con desnutrición recibirán ayuda con adecuaciones curriculares.-

6.6 Se les mejorará el entorno en la que se desenvuelven los estudiantes con desnutrición o que sufran alguna discapacidad.

VII. Recomendaciones.

- 7.1. El trabajo con los estudiantes con discapacidad debe de ser personalizado.
- 7.2. Crear adecuaciones curriculares para trabajar con estudiantes con desnutrición u otro impedimento.
- 7.3. Crear espacios adecuados donde los estudiantes se puedan desenvolver por sus propios medios.-
- 7.4. Los estudiantes con desnutrición u otro impedimento físico deben de ser tratados por igual.-
- 7.5. En cada establecimiento educativo crear una plaza para una persona idónea para atender casos de desnutrición u otro impedimento.-
- 7.6. Involucrar a la comunidad educativa cuando se presente un problema con un estudiante que presente síntomas de discapacidad o atraso mental debido a la desnutrición u otra enfermedad.

VIII Bibliografía Y E-Grafía.

- 1.- Agencia EFE, S.A. de burgos, 8,28036 Madrid España.
- 2.- Anales de Pediatría de Grandis, E.S. Armelini, P.A. 368-373.
- 3.- Caritas Arquidiosesana de Guatemala.
- 4.- Currículo Nacional Base (CNB)
- 5.- Dirección General de Educación Física (DIGEF)
- 6.- Elperiodico.com.gtcanastabasica.
- 7.- <http://eswikipedia.org/wiki/desnutrición>.
- 8.- Ministerio de Trabajo de Guatemala, w.w.w.mintrabajo.gob.gt.
- 9.- Organización Mundial de la Salud (OMS)
10. Registro Nacional de la Persona (RENAP)
11. U.N.I.C.E.F.

XV. Anexos.

9.1 Glosario.

- 1.- Acilglicéridos: Esteres de ácidos grasos con glicerol, formados mediante una reacción de condensación llamada esterificación.
- 2.- Adquisitivo: Es la disponibilidad de recursos que tiene una persona para satisfacer sus necesidades materiales.
- 3.- Alimentación: Es la ingestión de alimento por parte de los organismos para proveerse de sus necesidades alimenticias, fundamentalmente para conseguir energía y desarrollarse.
- 4.- Anaeróbico: Es aquel tipo de ejercitación que implicará actividades cortas únicamente basadas en la fuerza, por ejemplo, levantar pesas, realizar abdominales.
- 5.- Anemia: Síndrome que se caracteriza por la disminución anormal del número o tamaño de los glóbulos rojos que contiene la sangre o de su nivel de hemoglobina.
- 6.- Ansiedad: Estado mental que se caracteriza por una gran inquietud, una intensa excitación y una extrema inseguridad.
- 7.- Autoestima: Es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser y de comportarnos, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter.
- 8.- Calcio: El calcio es un metal suave grisáceo, y es el quinto más abundante en masa en la corteza terrestre.
- 9.- Compañerismo: Relación amistosa, de colaboración y solidaridad entre compañeros.
- 10.- Cáncer: Tumor maligno, duro o ulceroso, que tiende a invadir y destruir los tejidos orgánicos circundantes.
- 11.- Deficiencia: Defecto o imperfección que tiene una persona o cosa, especialmente por la carencia de algo.

12.- Depresión: Enfermedad o trastorno mental que se caracteriza por una profunda tristeza, decaimiento anímico, baja autoestima, pérdida de interés por todo y disminución de las funciones psíquicas.

13.- Desnutrición: Pérdida de reservas o debilitación de un organismo por recibir poca o mala alimentación.

14.- Diarrea: Alteración intestinal que se caracteriza por la mayor frecuencia, fluidez y, a menudo, volumen de las deposiciones.

15.- Discapacidad: Falta o limitación de alguna facultad física o mental que imposibilita o dificulta el desarrollo normal de la actividad de una persona.

16.- Discriminación: Trato diferente y perjudicial que se da a una persona por motivos de raza, sexo, ideas políticas, religión, etc.

17.- Ejercicio Aeróbico: Es el ejercicio físico que necesita de la respiración. Abarca los ejercicios más comunes como caminar, trotar, bailar, esquiar, pedalear, etc. Tienen por objetivo conseguir mayor resistencia. Para obtener la energía necesaria para realizar estas actividades es preciso quemar hidratos y grasas, y para ello se necesita oxígeno.

18.- Enfermedad: Alteración leve o grave del funcionamiento normal de un organismo o de alguna de sus partes debida a una causa interna o externa.

19.- Esteroides: Son un tipo de compuestos orgánicos derivados del núcleo del esterano que se compone de carbono e hidrógeno formando cuatro anillos fusionados, tres con seis átomos y uno con cinco; posee en total 17 átomos de carbono.

20.- Estrés: Estado de cansancio mental provocado por la exigencia de un rendimiento muy superior al normal; suele provocar diversos trastornos físicos y mentales.

21.- Fauna: Conjunto de todas las especies animales, generalmente con referencia a un lugar, clima, tipo, medio o período geológico concretos.

22.- Flora: Conjunto de plantas de una zona o de un período geológico determinado.

- 23.- Ignorancia: Falta general de instrucción o de conocimientos.
- 24.- Infección: Invasión y multiplicación de agentes patógenos en los tejidos de un organismo.
- 25.- Irreversible: Acción o proceso que no puede volver a un estado o situación anterior.
- 26.- Lactancia: Período de la vida de las crías de los mamíferos durante el cual se alimentan básicamente de leche, especialmente de la que maman de su madre.
- 27.- Metabolismo: Es el proceso por el cual se transforman en el organismo los hidratos de carbono, las proteínas, las grasas, y otras sustancias.
- 28.- Minerales: Mineral es aquella sustancia natural, homogénea, inorgánica, de composición química definida; poseen una disposición ordenada de átomos de los elementos de que está compuesto, y esto da como resultado el desarrollo de superficies planas conocidas como caras.
- 29.- Moléculas: Se llama molécula a un conjunto de al menos dos átomos enlazados covalentemente que forman un sistema estable y eléctricamente neutro.
- 30.- Nutrientes: Es un producto químico procedente del exterior de la célula y que ésta necesita para realizar sus funciones vitales. Es tomado por la célula y transformado en constituyente celular a través de un proceso metabólico de biosíntesis llamado anabolismo, o bien, es degradado para la obtención de otras moléculas y energía.
- 31.- Órgano: Los órganos son estructuras formadas por la asociación de diversos tipos de tejidos que se encargan de realizar actos concretos; el corazón es el órgano que bombea la sangre; el accidente no le ha dañado ningún órgano vital; las glándulas son órganos cuyas células están especializadas en la fabricación y secreción de las hormonas.
- 32.- Pobreza: Escasez o carencia de lo necesario para vivir.
- 33.- Precaria: Situación o estado que es poco estable, poco seguro o poco duradero.
- 34.- Prevenir: Tomar precauciones o medidas por adelantado para evitar un daño, un riesgo o un peligro.

35.- Psicología: Ciencia que estudia los procesos mentales, las sensaciones, las percepciones y el comportamiento del ser humano, en relación con el medio ambiente físico y social que lo rodea.

36.- Psicomotricidad: Relación que se establece entre la actividad psíquica de la mente humana y la capacidad de movimiento o función motriz del cuerpo.

38.- Salud: Estado en que un ser u organismo vivo no tiene ninguna lesión ni padece ninguna enfermedad y ejerce con normalidad todas sus funciones.

39.-Tejido Muscular: Tejido que posibilita la contracción de los músculos y está formado por células alargadas que pueden contraerse o relajarse cuando son estimuladas.

40.- Tradiciones: Costumbre, composición literaria, doctrina, etc., que se comunica, se transmite o se mantiene de generación en generación.

9.2 Instrumentos.



Ficha No. 1

OBSERVACIÓN CIENTÍFICA.

La Observación científica. Consiste en examinar directamente algún hecho o fenómeno según se presenta espontáneamente y naturalmente, teniendo un propósito expreso conforme a un plan determinado y recopilando los datos en una forma sistemática. Consiste en apreciar, ver analizar un objeto, un sujeto o una situación determinada, con la orientación de una guía o cuestionario, para orientar la observación.

Nombre del establecimiento educativo Escuela Oficial Mixta "Dolores Bedoya" Santo Domingo Such.
 Jornada Matutina Nivel Primario

No.	Características de la población	
1.	Edad	7 a 15 años
2.	Sexo (masculino, femenino)	Mixta
3.	Procedencia (si pertenece al área urbana o rural)	Urbana
4.	Escolaridad (grado en que se encuentra)	De primero a Sexto
5.	Situación Económica. (Baja, media baja, alta, etc.)	Baja
6.	Condiciones de Salud. (si presentan algún tipo de discapacidad o problema evidente de salud)	Desnutrición

No.	Descripción	SI	NO
1.	¿los estudiantes presentan síntomas de palidez?		
2.	¿ La talla de los estudiantes varían entre uno y otro?		
3.	¿Se ausentan muy seguido en la clases de educación física?		
4.	¿ Sufren de bullying a causa de su condición?		

5	¿La mayor parte del tiempo se la pasan muy distraídos?		
6	¿ Tienen impedimentos físicos?		
7	¿ No son participativos en la clase de educación física?		
8	¿ Necesitan adecuaciones curriculares?		
9	¿ Las condiciones climáticas les afecta?		
10	¿ El estudiante se cansa muy rápido?		

Firma y sello
 Director(a)
 Centro Educativo

Vo. Bo.
 Coordinador

LA ENCUESTA

La encuesta es un procedimiento dentro del diseño de investigación descriptiva 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 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 en estudio, integrada a menudo por personas, con el fin de conocer estados de opinión, ideas, características o hechos específicos.

Nombre del establecimiento educativo Escuela Oficial Urbana Mixta "Dolores Bedoya" Santo Domingo Such. Jornada Matutina Nivel Primario

No.	Características de la población	
1.	Edad	7 a 15 años
2.	Sexo (masculino, femenino)	Mixta

1	Procedencia (si pertenece al área urbana o rural)	Urbana
4.	Escolaridad (grado en que se encuentra)	De 1ro a 6to
5.	Situación Económica. (Baja, media baja, alta, etc.)	Baja
6	Condiciones de Salud. (si presentan algún tipo de discapacidad o problema evidente de salud)	Desnutrición

No.	Descripción	SI	NO
1.	¿Desayuna todos los días antes de venir a la escuela?		
2	¿Se cansa cuando realiza la clase de educación física?		
3	¿A parte de los alimentos ingiere alguna clase de vitaminas?		
4	¿Es la clase de educación física es muy cansada?		
5	¿ Lo llevan con regularidad sus padres con el doctor?		
6	¿ Le afecta en su salud el realizar actividades físicas?		
7	¿Le afecta el recibir la clase de educación física bajo el sol?		
8	¿Trae refacción a la escuela?		
9	¿ Cree que el estar mucho tiempo sentado es malo para su salud ?		
10	¿Se enferma muy seguido?		

Firma y sello
 Director(a)
 Centro Educativo

Vo. Bo.
 Coordinador

9.3 Programa de Docencia



Universidad de San Carlos de Guatemala
Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte
PADEP DEF 2015 SUCHITEPEQUEZ

Educación Física de Calidad

Nombre: Walter Estuardo López Fuentes
Suchitepéquez

Resumen Ejecutivo

Nuestra vida es muy hermosa y la educación física es esencial para ella, ya que una vida sana, es sociedades resistentes y la lucha contra la violencia, pero esto no sucede de forma espontánea la acción de todos los docentes y el apoyo de la comunidad donde se desarrolla son necesarios “La educación física en la escuela y en todas las demás instituciones educativas es el medio más efectivo para dotar a todos los niños y jóvenes de competencias, aptitudes, actitudes, valores, conocimientos y comprensión para su participación en la sociedad a lo largo de la vida.”

Se ha definido como aquella capaz de equipar a las personas con las aptitudes, conocimientos y actitudes necesarios para, conseguir un trabajo digno, convivir como ciudadanos activos tanto a escala nacional como mundial, comprender y prepararse para un mundo en que la degradación ambiental y el cambio climático supongan una amenaza para la vida y el sustento sostenibles y comprender sus derechos.

Es la experiencia de aprendizaje planificada, progresiva e inclusiva que forma parte del currículo en educación infantil, primaria y secundaria, en este sentido la educación actúa como punto de partida de un compromiso, con la actividad física y deporte a lo largo de la vida, la experiencia de aprendizaje que se ofrece a los niños y jóvenes a través de las clases de educación física debe ser apropiada para ayudarles a adquirir las habilidades psicomotrices, la comprensión cognitiva y las aptitudes sociales y emocionales que necesitan para llevar una vida físicamente activa.

Justificación

La presentación de la educación física de calidad está disminuyendo en todas las regiones de nuestro país y nuestra comunidad, ya que se ha identificado los crecientes niveles de sedentarismo en los estudiantes, así como el sustancial riesgo de enfermedades que conllevan la falta de actividad física. La falta de la educación física sólo conseguirá incrementar este problema de forma exponencial. Además de los problemas para la salud, es esencial que los docentes y padres de familia tomen medidas para garantizar que esta asignatura goza del lugar que le corresponde en los currículos escolares y que, por lo tanto, los alumnos están expuestos a dominios de aprendizaje alternativos.

Los logros académicos, la práctica regular de educación física de calidad y otras formas de actividad física pueden mejorar la capacidad de atención del niño, mejorar su control cognitivo y acelerar su procesamiento cognitivo. Inclusión: la educación física de calidad es una plataforma de inclusión más amplia en la sociedad, especialmente en términos de desafío al estigma y superación de estereotipos. Salud: la educación física es el punto de entrada hacia la práctica de una actividad física durante toda la vida. En todo el mundo, muchas de las principales causas de mortalidad están relacionadas con enfermedades no transmisibles asociadas al sedentarismo, como la obesidad, las enfermedades cardíacas, los accidentes cerebrovasculares, el cáncer, las enfermedades respiratorias crónicas y la diabetes. De hecho, se puede decir que el sedentarismo es el responsable de muchas muertes a causa de la falta de la actividad física de calidad.

También para lograr un impacto en los estudiantes el docente debe presentar un menú de actividades acorde a las necesidades de los estudiantes para que estos disfruten de la clase de educación física de calidad y puedan observar los beneficios que se obtienen mediante dicha clase de educación física.

Objetivo General:

Brindar distintas oportunidades por medio de la educación física de calidad para adquirir aptitudes características de ciudadanos con confianza en sí mismos y socialmente responsables utilizando nuevos métodos y técnicas de enseñanza.

Objetivo Específico:

Adquirir aptitudes y hábitos de la actividad física de calidad mediante una gran gama de actividades, utilizando nuevos métodos y técnicas que favorezcan el desarrollo de los estudiantes.

Lugar y Fecha de Realización: Miércoles 02 de Marzo de 2016, Escuela Oficial Urbana Mixta Dolores Bedoya, Santo Domingo Suchitepéquez.

Población Objetivo: Docentes

Participantes: 10 participantes; 9 Femeninas 1 Masculino

Metodología a Utilizar: Conferencia

DESARROLLO DEL TEMA

EDUCACIÓN FÍSICA DE CALIDAD

La educación física es esencial para los seres humanos, y propone una vida sana, sociedades resistentes y la lucha contra la violencia. Pero esto no sucede de forma espontánea la acción de los gobiernos y el apoyo de la comunidad internacional son necesarios. Basándose en tres principios fundamentales La igualdad, La protección y La participación significativa, según estudios por la falta de una educación física de calidad el sedentarismo se está apoderando de la población y los riesgos son altos de muchas enfermedades.

La planificación de la educación física es ampliamente superada por los altos dividendos en ahorros para la salud y los objetivos educativos, la participación en la educación física de calidad ha demostrado poder inculcar una actitud positiva hacia la actividad física, disminuir las posibilidades de que los estudiantes se involucren en comportamientos de riesgo y tener un impacto positivo en el rendimiento académico, ofreciendo una plataforma más amplia para la inclusión social. La educación física expone a los estudiantes una serie de experiencias que les permitan desarrollar las

habilidades y conocimientos necesarios para aprovechar todas las oportunidades que existen hoy y dar forma a nuevas formas de ciudadanía global. Sin embargo, a pesar de este poder reconocido de la educación física, hay una disminución global en su entrega.

La falta de una educación Física de calidad contribuye a alimentar una crisis mundial de la salud, la inactividad física representa un porcentaje alto de la mortalidad mundial, los interesados de mejorar la calidad de vida buscan los recursos con el fin de garantizar la prestación de la educación física de calidad a los estudiantes de todo el mundo, independientemente de su situación socioeconómica, etnia, cultura o género.

Debemos empezar ahora, para ayudar a los jóvenes a desarrollar una participación permanente en la actividad física, para el beneficio de toda la sociedad.

Beneficios de la actividad física de calidad

Está demostrado que practicar ejercicio de forma regular contribuye a mantener una buena salud y a prevenir enfermedades, realizar de forma regular y sistemática una actividad física ha demostrado ser una práctica muy beneficiosa en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, a la vez que ayuda al carácter, la disciplina y a la toma de decisiones en la vida cotidiana, por lo tanto es necesarios motivar a los estudiantes a la realización de una educación física de calidad y con mucha constancia.

El ejercicio físico, ya sea de corta o larga duración, contribuye a establecer un bienestar mental y que contribuye al rendimiento escolar, mejorando la autonomía de la persona, la memoria, rapidez de ideas, y mejor salud mental, y promoviendo sensaciones como el optimismo o la euforia, al tiempo que se mejora la autoestima de las personas, lo que produce beneficios en diferentes enfermedades como la osteoporosis, la hipertensión o las crisis diabéticas.

Todas las actividades encaminadas a mejorar la forma física, por ejemplo, tras un período largo de inactividad, deben realizarse de manera progresiva ya que el cuerpo ha estado en sedentarismo y debe llevar un proceso sistemático para el nuevo

desarrollo de la actividad física, la intensidad y la carga deben ser determinadas de forma individual, ya que dependen del nivel técnico y de la condición física de cada persona.

Beneficios Biológicos

- Mejora la forma y resistencia física.
- Regula las cifras de presión arterial.
- Incrementa o mantiene la densidad ósea.
- Mejora la resistencia a la insulina.
- Ayuda a mantener el peso corporal.
- Aumenta el tono y la fuerza muscular.
- Mejora la flexibilidad y la movilidad de las articulaciones.
- Reduce la sensación de fatiga.

Beneficios Psicológicos

- Aumenta la autoestima.
- Mejora la autoimagen.
- Reduce el aislamiento social.
- Rebaja la tensión y el estrés.
- Reduce el nivel de depresión.
- Ayuda a relajarte.
- Aumenta el estado de alerta.
- Disminuye el número de accidentes laborales.
- Menor grado de agresividad, ira angustia...
- Incrementa el bienestar general.

La educación física de calidad requiere de mucho esfuerzo del maestro de educación física y de los docentes del establecimiento, haciendo conciencia sobre la importancia de la misma, ya que esta contribuye al desarrollo de la calidad de vida de cada uno de los estudiantes.

Recursos: Cañonera, Papelógrafo, Marcadores, etc.

Producto Esperado: 11 Docentes Asistentes

Impacto: Cambiar el Concepto sobre la clase de Educación Física tradicional y presentar una educación física de calidad.

Evaluación de la Conferencia sobre
Educación Física de calidad

Con el fin de evaluar la calidad de la conferencia, suplicamos sírvase marcar con una x en el espacio correspondiente.

No.	Criterio	Muy Bueno	Regular	Necesita Mejorar
1	¿Cumplió con sus expectativas el tema planteado?			
2	¿El Expositor fue claro y preciso con el tema de la conferencia?			
3	¿Utilizo los recursos necesarios para facilitar el desarrollo del tema?			
4	¿El expositor utilizo el vocabulario técnico adecuado a la temática tratada?			
5	¿Capacidad de integración lógica y coherente de lo expuesto?			

EVIDENCIAS DE LOGRO:



BIBLIOGRAFÍA

1. UNESCO, Educación Física de Calidad, Ediciones Unesco, de Margaret Talbot, guía y baluarte de la educación física, cuya pasión y compromiso con la inclusión y la igualdad perdurará a través de esta publicación.
2. IOM: Llevar la actividad física y la educación física a la escuela. Washington, DC: The National Academies Press; 2013. (Consultado el 20 de noviembre de 2014).

9.1 Programa de Extensión



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



Universidad de San Carlos de Guatemala
Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte
PADEP DEF 2016 Suchitepéquez

Trabajo de Campo
"Mini Raly"

Nombre: Walter Estuardo López Fuentes

Suchitepéquez

Fecha: 04 de Marzo de 2016

9.4 Programa de Extensión

“Mini Rally”

Comunidad: Santo Domingo Suchitepéquez

Fecha: 04 de Marzo de 2016

Hora Inicio: 8:30 AM

Hora de Finalización: 11:00

Edad de los Participantes: 8 a 17 años

Cantidad de Participantes: 100 estudiantes

Establecimiento: Escuela Oficial Urbana Mixta Dolores Bedoya, Santo Domingo Suchitepéquez.



INTRODUCCIÓN

La educación física de calidad contribuye al desarrollo armónico del educando mediante la práctica sistemática de actividades que favorecen el crecimiento sano del organismo, y propician el descubrimiento y el perfeccionamiento de las posibilidades de acción motriz.

Asimismo mediante la educación física de calidad podemos llevar a cabo el mini maratón y de la práctica de juegos y deportes se fortalece la integración del alumno a los grupos en los que participa.

Esta actividad invita a poner a prueba todas las habilidades y esfuerzo físico de los participantes para lograr superar con éxito cada una de las pruebas.

Gimnasia Matutina

Todos los días que podemos realizamos la gimnasia matutina para activar nuestro cuerpo a primera hora del día y estar con predisposición para aprender, ser, sentir y relacionarnos de forma adecuada, a veces utilizamos canciones, en ocasiones utilizamos materiales como, cuerdas, globos, pelotas, aros, periódicos, etc., otras veces sólo utilizamos nuestro cuerpo como fuente de expresión, y hacemos ruido con él, otras hacemos uso de los instrumentos musicales para activarnos y trabajar ritmos, saltos, etc.

Descripción de la mini rally:

Es un tipo de actividad que se encuentra dentro de la clasificación de la estrategia didáctica y de juegos recreativos; es decir, son actividades que se organizan por recorrido, en las cuales se debe cumplir con una tarea de las distancias del recorrido. En esta actividad las tareas a cumplir será de una distancia de 3 kilómetros todo terreno.

Características:

Se establece el tipo de actividad a realizar, se brindan las indicaciones de seguridad para el grupo, se presentan a los encargados de dicha actividad para que los participantes se dirijan a ellos por algún caso, así como los puntos de hidratación y de primero auxilios.

Objetivo general:

- Fomentar la práctica adecuada de la ejercitación física habitual, como uno de los medios para la conservación de la salud, por medio de la educación física de calidad.

Objetivo Específico:

- Proporcionar elementos básicos de la cultura física para detectar y resolver problemas motrices, crear el hábito de higiene y salud.

Promoción de la salud:

En este aspecto se agrupan los contenidos cuyo propósito específico es la formación de hábitos. Se considera la actividad física un medio valioso que junto con la alimentación balanceada, el descanso, la higiene personal y la conservación del medio, condicionan la salud del ser humano.

Interacción social:

Es un factor provechoso para la integración de los niños en un entorno social. La simplicidad de las reglas y la naturaleza inofensiva de los eventos propuestos, permite a los niños cumplir el papel de oficiales y entrenadores. Estas responsabilidades que ellos realmente asumen son momentos especiales donde pueden experimentar una ciudadanía.

Carácter de Aventura y Motivación:

El sentido aventurero es parte esencial en esta actividad. El reto por lo desconocido, lo nuevo, mantiene en alto el deseo de retarse a sí mismo y al grupo

Esta es una actividad que da cabida a que los niños y maestros convivan y tengan un día agradable y sano. Rescatando la cooperación, astucia y sobre todo el trabajo y el alcanzar sus metas.

Comisión Primeros Auxilios:

Consisten en la atención inmediata que se le da a una persona enferma o lesionada en el lugar de los acontecimientos, antes de que llegue el personal entrenado y se haga cargo de la situación, o bien antes de ser trasladado a un centro asistencial u hospitalario. . Los primeros auxilios son limitados a los conocimientos de la persona que lo aplica de acuerdo a sus conocimientos, por esto el socorrista nunca debe

pretender reemplazar al personal médico, pueden ser de primera instancia o de segunda instancia.

Justificación de la actividad desde el punto de vista del aprendizaje:

EL aprovechamiento del tiempo libre, la recreación y la práctica deportiva han despertado en los últimos años el interés por parte de los estudiantes ya que brinda diferentes posibilidades de entretenimiento y de desarrollo de destrezas y alcanzar una educación física de calidad. Quienes practican educación física de calidad y deporte pertenecen a un sector importante en nuestra sociedad, y de igual manera, quienes se acercan a otras manifestaciones, por tal razón y teniendo en cuenta la realidad de nuestra comunidad se brinda la posibilidad de desarrollar los talentos que poseen los estudiantes dentro del contexto escolar, encaminado a una población física, psíquica y emocionalmente sana a un futuro no muy lejano donde aporte en la transformación de nuestra realidad.

Alcance de la Actividad:

Es evidente que la educación física de calidad y la recreación satisface necesidades humanas básicas, como el relacionarse con otros estudiantes, hacer deporte, disfrutar actividades al aire libre, tener aficiones, participar de actividades artísticas, contribuyendo al desarrollo humano integral, gran parte de las actividades recreativas se desarrollan en el hogar en el que la mujer, la madre, tiene un rol prioritario, y muchas más se realizan en el entorno inmediato es decir el hogar o lugar de residencia, en algunos casos las comunidades, dependiendo de su extensión y población tienen establecimientos educacionales, lugares de trabajo, plazas y áreas verdes e incluso áreas comerciales.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES:

No.	Descripción	Fecha	Alcance
1	Convocatoria a Mini Maratón e inicio de inscripciones	26/02/2016	
2	Categorías, Cierre de Inscripciones	29/02/2016	
3	Evento de Mini Maratón y Premiación	04/03/2016	

Materiales a Utilizar:

- ✓ Tabla de Shannon
- ✓ Cronómetros
- ✓ Copias de Bases
- ✓ Trofeos
- ✓ Medallas
- ✓ Números distintivos
- ✓ Hidratación
- ✓ Botiquín de primeros auxilios
- ✓ Audio

