

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
RURAL MIXTA ALDEA POZA VERDE, SANSARE EL PROGRESO JORNADA
MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

POR

CARLOS MIGUEL MARROQUÍN MONZÓN

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 circular emblem. It features a central shield with a figure on horseback, a crown above, and various heraldic symbols like castles and lions. The shield is flanked by two columns with banners that read 'PLUS' and 'ULTRA'. The outer ring of the seal contains the Latin motto 'CÆTERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACCADEMIA COACTEMALENSIS INTER'.

CONSEJO DIRECTIVO
Escuela de Ciencias Psicológicas
Universidad de San Carlos de Guatemala

Licenciado Abraham Cortez Mejía
DIRECTOR

M.A Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO

Licenciada Dora Judith López Avendaño
Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez
REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

Pablo Josue Mora Tello
Mario Estuardo Sitaví Semeyá
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES

M.A Juan Fernando Porres Arellano
REPRESENTANTE DE EGRESADOS

C.c. Control Académico
Archivo
Reg. 157-2016
CODIPs. 2397-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante
Carlos Miguel Marroquín Monzón
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO QUINCUGÉSIMO OCTAVO (158º) 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 QUINCUGÉSIMO OCTAVO: 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 Rural Mixta Aldea Poza Verde, Sansare El Progreso jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de profesorado de Educación Física realizado por:

Carlos Miguel Marroquín Monzón

CARNÉ: 201415535

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



PADEP/DEF No. 160-2016
28 de Julio de 2016

Señores
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano

Estimados Señores:

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

“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde, Sansare El Progreso jornada matutina nivel primario”

Realizado por el estudiante:

Carlos Miguel Marroquín Monzón

CARNÉ: 201415535

Carrera: **Profesorado de Educación Física**

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General PADEP/DEF





UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA



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



Guatemala, 28 de abril 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, Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde, Sansare El Progreso jornada matutina nivel primario”** Del estudiante Carlos Miguel Marroquín Monzón, con carné 2014155535 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. Diego Alejandro Palacios Segura
Coordinador Sede Guatemala
PADEP/DEF





C.c. Control Académico
 Archivo
 Reg. 160-2016
 CODIPs. 931-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
 Carlos Miguel Marroquín Monzón
 PADEP/DEF
 Escuela de Ciencias Psicológicas
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO SEXAGÉSIMO SEGUNDO (162º) 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 SEXAGÉSIMO SEGUNDO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde, Sansare El Progreso jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de profesorado de Educación Física realizado por:

Carlos Miguel Marroquín Monzón

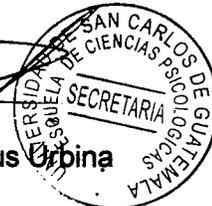
CARNÉ: 201415535

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 Minor Estuardo Lemus Urbina
 SECRETARIO



/Sindy

Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde

Aldea Poza Verde Sansare El Progreso 01 abril 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Directora de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde en Sansare El Progreso, el estudiante **Carlos Miguel Marroquín Monzón**, carné No.2014155535, 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 Rural Mixta Aldea Poza Verde, Sansare El Progreso jornada matutina nivel primario". Durante todo el tiempo demostró puntualidad, responsabilidad y dedicación en las labores desempeñadas, concluyendo satisfactoriamente su Sistematización.

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

Atentamente,


Prof. Evelyn Adalgisa Méndez Duarte.
Directora
Escuela Oficial Rural Mixta
Aldea Poza Verde
Sansare, El Progreso



AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, darle gracias al señor por guiarme y darme las fuerzas necesarias para dar cada uno de mis pasos los que me llevaron a terminar mi carrera, por poner la tenacidad y valentía en los momentos más difíciles que atravesé a lo largo de este proceso de estudio en el cual ahora estoy culminando ya que con Cristo todo lo puedo que me fortalece”.

Gran agradecimiento a la tricentenaria Universidad San Carlos De Guatemala, por la oportunidad de adquirir nuevos conocimientos y así seguir formándome como una persona más culta, como también a los licenciados que contribuyeron con sus conocimientos ya que fueron buenos maestros, guías y amigos

Agradecerles a mis hijos Oscar Giancarlo y Carlos André y esposa por su amor comprensión y fortaleza que me brindaron en los momentos que tuve que separarme de ellos durante este proceso ya que sin su ayuda no hubiera logrado mi objetivo.

A mis padres por su amor la dedicación que tuvieron para formarme una persona de bien por los valores que me inculcaron por crearme una persona capaz de cumplir los objetivos que se plantea y nunca desmayar.

A mis amigos y compañeros por compartir momentos inolvidables a lo largo de este proceso tanto buenos como malos, pero los cuales supe superar gracias a su apoyo, consejos y por convertirse en más que amigos.

Dedicatoria

Primeramente, le dedico este triunfo en mi vida a Dios Nuestro Creador, por darme la existencia, como así por darme salud, sabiduría, tenacidad y fortaleza necesaria para no flaquear en los momentos difíciles y así seguir el camino que tiene preparado para mí.

De igual manera, a mis Padres, quienes, con su amor, consejos, valores, dedicación, esfuerzos, cuidados fueron mis pilares fundamentales para lograr cada uno de mis objetivos planteados a lo largo de mi vida, en especial a mi madre Blanca Marroquín por el gran amor que me brindo y el gran ejemplo de vida por el sacrificio que realizo para darme una buena forma de vivir ya que gracias a ella estoy culminando este proceso.

Y primordialmente mis hijos Giancarlo y André y mi esposa, por apoyarme en cada momento de este proceso por aguantar los momentos de estudio en los cuales nos tuvimos que separar y sin importarles las horas para el regreso siempre me esperaron con los brazos abiertos y con una gran sonrisa como por el amor que me brindan en cada momento sin importar la situación que atraviere y en este logro que es de mucha felicidad en mi vida deseando que este triunfo les sirva de ejemplo en un futuro.

TABLA DE CONTENIDO

Introducción.....	1
I Marco Conceptual.....	2
III Marco Metodológico.....	6
2.1 Objetivos.....	6
2.2 Método.....	6
III Marco Teórico.....	9
3.1 Educación Física.....	9
3.2 Educación Física Escolar.....	9
3.3 Educación Física y la Cultura Sobre El Cuerpo.....	10
3.4 Constitución política de la República de Guatemala.....	11
3.4.1 Artículo No. 91.....	11
3.4.2 Artículo 78 – Magisterio.....	12
3.5 Ley de Educación Nacional 12 – 91.....	12
3.5.1 Artículo No. 59° Definición:.....	12
3.5.2 Artículo No. 60° Finalidades.....	12
3.5.3 Artículo No. 61° Derechos Fundamentales.....	13
3.6 Ley de la Cultura Física y la Recreación 76 – 97.....	13
3.7 Beneficios de la Clase de Educación Física.....	15
3.7.1 Salud.....	15
3.7.2 Cambios Físicos.....	16
3.7.3 A Nivel Respiratorio.....	16
3.7.4 A Nivel Metabólico.....	17
3.7.5 A Nivel Articular.....	17
3.7.6 A Nivel Muscular.....	17
3.8 Valores de la Clase de Educación Física.....	19
3.8.1 Respeto.....	19
3.8.2 Perseverancia.....	19
3.8.3 Colaboración.....	19
3.8.4 Puntualidad.....	20

3.9 Recursos.....	20
3.9.1 Humano. =El Rol del Maestro de Educación Física.....	20
3.9.2 Niños. = El Rol de los Niños.....	23
3.9.3 Instalaciones Adecuadas.....	23
3.10 Metodología.....	24
3.10.1 Estilos de Enseñanza.....	24
3.11 Principios de la Clase de Educación Física.....	25
3.12 Ciencias Auxiliares a la Educación Física.....	26
3.12.1 Psicología.....	26
3.12.2 Biología.....	27
3.12.3 Didáctica.....	28
3.13 Medios de la Clase de Educación Física.....	28
3.13.1 El Juego.....	28
3.13.2 La Recreación.....	29
3.13.3 El Deporte.....	29
3.13.4 La Gimnasia.....	30
IV Marco Operativo.....	31
4.1.1 Diseño de la Investigación	31
4.1.2 Equipo de Investigación.....	32
4.1.3 Programación.....	32
V Presentación de Resultados.....	34
5.1 Análisis de Datos.....	34
VI Conclusiones.....	39
VII Recomendaciones.....	40
VIII Bibliografía.....	41
IX Anexo.....	42
9.1 Glosarios.....	42
9.2 Instrumentos.....	45
9.3 Programa de Docencia.....	48
9.4 Programa de Extensión.....	57

Introducción

La educación física está ligada desde los primeros días de vida de una persona por lo tanto es indispensable la práctica de esta a lo largo de nuestras vidas, ya que en todo movimiento de nuestras partes del cuerpo realizamos actividad física por eso dentro de la comunidad educativa debe de ser indispensable o obligatoria la práctica de una buena clase de educación física.

Dentro del siguiente estudio dirigido a la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde, Sansare El Progreso se puede verificar el desconocimiento del rol del profesor de educación física y lo importante que es en el desarrollo integral de sus alumnos en los ámbitos biológico, psicológico, social y laboral y la importancia que tiene dentro del desarrollo del niño la práctica de una clase de educación física dentro de un espacio adecuado o una instalación deportiva y todos los beneficios que les trae.

Y partiendo de toda esa información se le dio a conocer a la comunidad educativa basado en la recopilación de datos el análisis y las conclusiones

Con toda esta información recaudada se realizaron propuestas educativas y talleres para conocer lo esencial que es la clase de educación física dentro de la escuela y de la comunidad educativa.

Haciéndoles de su conocimiento que la educación física viene evolucionando a través del tiempo y q ahora en la actualidad la educación física es integral, innovadora que busca formar persona capaces de tomar decisiones por si solas, de resolver problemas que se le planteen en cualquier momento y que tomen la conciencia que la educación física busca el bienestar físico como mental que ahora en día tantas enfermedades que atacan al ser humano por no realizar ninguna actividad física, deporte o recreación.

I. Marco conceptual

1.1 Planteamiento del problema

El problema que surge dentro de la clase de educación física de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde que cuenta con un espacio no adecuado para la práctica de educación física el espacio físico es de 6 metros de ancho x 8 metros de largo el cual fue habilitado para la práctica de actividad física y deporte por lo cual la cantidad de estudiantes por sección son demasiados para este espacio limitado tendrá el docente que desarrollar una clase de educación física con un promedio por sección de 40 niños por lo que se puede observar que no es didácticamente adecuado para el desarrollo de las habilidades motrices y capacidades físicas de cada niño de la antes mencionada escuela.

Dentro de esta investigación se busca identificar qué factores son los que influyen en el bajo rendimiento en la clase de educación física, y la deserción de la clase de educación física de los niños esta escuela y como se puede ayudar los o darle una solución a este problema de esta comunidad.

El contexto del problema antes descrito es que dentro de la escuela el rol del maestro de educación física es que tiene que buscar las estrategias para ayudar a los estudiantes que tienen bajo rendimiento en la clase de educación física por el motivo de no alimentarse o alimentarse adecuadamente para el desayuno y estrategias para buscar adecuar espacios más amplios o estrategias de formación para la práctica de una clase de educación física y lo cual origina problemas en los estudiantes.

En el ámbito biológico influye en el desarrollo y formación adecuada de los músculos y estructura ósea de su cuerpo en la adaptación del sistema cardiaco, respiratorio, digestivo y nervioso a las frecuencias de trabajo e intensidad de la clase de educación física, debido a que no trae una formación y adaptación a estas cargas físicas en la actividad física por la falta de alimentación o alimentación inadecuada como así también la falta de práctica de educación física. En el ámbito social no tiene una buena armonía con sus compañeritos de clase, no se le facilita el trabajo en equipo, adaptación al ambiente pero sobre todo no

existe la participación activa para la clase y no se desarrolla la armonía entre géneros masculino y femenino

En el ámbito psicológico no les permite tener la agilidad mental, memoria visual, memoria motora y resolución de problemas que se ponen en práctica dentro de una clase.

Y en la parte laboral buscara nuevas estrategias para cumplir con los objetivos o competencias planteados en la clase de educación física se convertirá en un facilitador de los conocimientos previos como los adquiridos dentro del programa de profesionalización PADEPDEF.

En la parte de psicomotriz son poco audaces por la falta de alimentos que le brindan las vitaminas, azúcares, calcio, carbohidratos necesarios debido para un buen funcionamiento motriz como también a lo largo de su vida no ha tenido el desarrollo de estas habilidades motrices, deportivas, por no contar con instalaciones deportivas dentro de la comunidad así también debido a que no contaban con un maestro de educación física en la escuela y por lo tanto no tenían la clase de educación física hasta el año presente que ya se cuenta con uno.

La población objeto de estudio está conformada por niños y niñas entre las edades de 7 a 16 años los cuales provienen del área rural y algunos casos del área urbana que se han trasladado a esta aldea los cuales actualmente cursan los grados de primero a sexto primaria según sea el caso, en su situación socioeconómica la mayor parte de esta población no tiene una buena situación económica, salvo un 40% de los cuales uno o dos integrantes de la familia se ha trasladado a la capital por fuentes de trabajo o forman parte de la policía nacional civil y en condiciones de salud se encuentran bien no sufren de alguna limitante física o de salud. En la población estudiantil existen diversas fisionomías pero la que predomina son niños que no alcanzan la altura que se debiera debido a su edad, de bajo peso y poca masa corporal.

Para abordar este problema antes citado se realizará un entrevista a la población de esta comunidad para conocer más las razones o motivos de esta situación , también se le brindará una capacitación a padres de familia, población estudiantil y docentes de esta escuela para que sepan y le brinden la importancia que se merece una buena alimentación y nutrición adecuada para el rendimiento motriz y físico como mental, como también que existan instalaciones adecuadas dentro de la comunidad para la práctica de educación física y actividad física para una buena salud tanto física como mental.

Enunciado del Problema:

¿Determinar a qué se debe el bajo rendimiento en la clase de educación física de ciertos niños en su establecimiento?

¿Qué tanto influye la mala alimentación de los niños en el rendimiento adecuado en la clase de educación física?

¿Cómo puede solucionar el problema de la falta de instalaciones o de espacios adecuados para la práctica de la clase de educación física?

¿Cómo influye la práctica de una clase adecuada en el ámbito biológico, psicológico y social del niño?

1.2 Justificación

Este trabajo de investigación se está realizando para determinar el rol que tiene el profesor de educación física del PADEPDEF en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde.

Investigando y determinando porque motivos o situaciones se ha venido desarrollando el bajo rendimiento de los niños en la clase de educación física en los niños de la Escuela Oficial Rural Mixta aldea Poza Verde, Sansare, El Progreso y la cual afecta a los niños y niñas al momento de la clase de educación física porque se evidencia limitantes psicomotrices como psicológicas en las actividades de la clase de educación física.

Se busca determinar que tantos problemas motrices como conceptuales o que tanto influyen en el desarrollo correcto de las capacidades físicas fuerza, velocidad

y resistencia en los estudiantes la falta de instalaciones deportivas dentro de su escuela y de su comunidad para practicar cualquier actividad física.

Los beneficios que trae a sus estudiantes la práctica de la clase de educación física tanto en el ámbito científico, como a nivel académico al profesor del Programa Académico de Desarrollo Profesional Docente Profesorado en Educación Física.

En el ámbito científico el conocer más afondo fisiológicamente a sus estudiantes las capacidades físicas, psicomotrices e intelectuales que poseen para así orientar o modificar su planificación y así lograr los objetivos que se plantea en el Curriculum Nacional Base y la Dirección General de Educación Física y así lograr una clase de Educación Física de calidad.

En el ámbito académico lograr la inclusión de todos los estudiantes tanto en la parte practica como en lo teórica de la clase de Educación Física y así subir el nivel de los resultados que brindan las técnicas de evaluación.

En el ámbito social que el MEF logre interactuar con los estudiantes, escuela y todos los habitantes de la comunidad antes mencionada y así lograr un solo objetivo que es la práctica de actividad física ya sea en la clase de educación física deporte o recreación no importando las instalaciones y aprovechando las aéreas verdes con el objetivo principal de anular el sedentarismo y tener una vida sana y así demuestra que con la actividad física se puede adquirir o mejorar las relaciones con las demás personas.

II.

Marco metodológico

2.1 Objetivos

a. General

Demostrar el rol que tiene el profesor de educación física dentro de su escuela, como influye en el desarrollo integral de los niños en los ámbitos biológico, psicológico, social de los niños de su escuela.

b. Específicos

- Determinar que tanto afecta en el ámbito biológico de los niños la falta o mala alimentación para la práctica de la clase de educación física.
- Identificar cuáles son los problemas conductuales que afectan a los niños la falta de la práctica de las actividades físicas y la liberación de sus energías.
- Concientizar y poner en práctica la metodología y las nuevas estrategias para desarrollar adecuadamente las habilidades motrices, físicas y deportivas, para alcanzar las competencias de la clase de educación física.

2.2 Método

a) Muestra

Muestra Intencional (Aleatoria)

Ante todo, la muestra intencional aleatoria es una muestra con propósito, lo que significa que los investigadores que emplean el muestreo deciden elegir un grupo específico de personas u objetos dentro de una población para su análisis. Sin embargo, los investigadores aún tienen la intención de describir a la población

como un todo. El grupo elegido a menudo es el que puede ofrecer la mayor parte de la información a los investigadores.

b) Recolección de datos

La investigación fue realizada por medio de una muestra aleatoria la cual tiene como propósito elegir a un grupo específico de padres de familia y docentes, por lo que el investigador decide tomar como muestras a padres de familia y profesores de la Escuela Oficial Rural Mixta María Aldea Poza Verde con una cantidad de padres de familia y docentes que fueron tomados para la muestra equivale a la cantidad de 30, cantidad que es el 12% de 250 de padres de familia y a 10 maestros de grado pertenecientes a dicha escuela.

También se tomó como muestra a maestros de los cuales se encuestaron a 10 maestros, por lo que se realizaron tres instrumentos diferentes para la recolección de datos uno por padre de familia, uno para maestros.

C) Análisis estadístico

El siguiente estudio se realiza en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde, Sansare El Progreso Jornada Matutina nivel primario. Para mostrar la importancia que tiene la clase de educación física, como así el rol que tiene el profesor especializado en educación física que la imparte partiendo de los conocimientos previos como así integrando los adquiridos dentro del programa PADEPDEF. Ya que ahora se convierte en un facilitador educativo debido a los cambios que tiene la educación física dejando a tras el paradigma de que el profesor de educación física solo sirve para poner a jugar a los niños(as) logrando evidenciar con este test que la comunidad educativa ya conoce más afondo el rol que tiene el profesor de educación física

Las técnicas utilizadas en la investigación, inicialmente la observación, la cual permitió identificar el problema de este proyecto de investigación que surge en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde Sansare, El Progreso

que se da por no contar con una cancha polideportiva o un espacio adecuado para la práctica de educación física, como así la encuesta el resultado que nos brinda es la falta de importancia que se le da al profesor y a sus actividades por parte de la comunidad educativa este proyecto de investigación se comenzó a realizar en Enero del 2016 concluyendo en abril del mismo año en el cual arroja los resultados de que la población educativa tiene la equivocada idea del rol del profesor de educación física que piensan que es solo poner a jugar a sus alumnos o distraerlos, en cuanto el profesor de educación física de hoy en día tiene que luchar mucho para cambiar ese paradigma convirtiéndose en un facilitador educativo, incentivador de emociones, motivador con su participación activa dentro de la clase logrando que la comunidad educativa tome la conciencia de los beneficios que les trae la clase de educación física para su salud tanto física como mental.

d) instrumentos

- Observación
- Encuesta
- El tés o cuestionario

Como también para obtener más resultados se les presento una encuesta en la cual se puede evidenciar que desconocen del rol del profesor de educación física como así el gran papel que juega dentro de su establecimiento con todos los beneficios que les trae la práctica activa dentro de una clase de educación física .

III Marco teórico

3.1. –Educación Física.

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.¹

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.²

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,¹ la iniciación deportiva, el deporte educativo, la recreación, etc. La tendencia actual en educación física es el desarrollo de Competencia que permita 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.³

3.2. Educación Física Escolar.

1

2

³ http://basica.sep.gob.mx/reformasecundaria/educacion_fisica/enfoque.html

Educación física es una disciplina que se centra en diferentes movimientos corporales para perfeccionar, controlar y mantener la salud y mente del ser humano. La educación física se puede ver como una actividad terapéutica, educativa, recreativa o competitiva ya que la misma procura la convivencia, disfrute y amistad entre los participantes que conforman la actividad.

Educación física es una educación o disciplina obligatoria tanto en la primaria como en la secundaria, el Ministerio de Educación lo exige y promueve un contenido para ser trabajado con los estudiantes en el año escolar, por lo tanto, la misma consiste en un conjunto de actividades físicas estructuradas y planeadas para promover el condicionamiento físico y fomentar actividades que se caracterizan por funciones motoras. La disciplina es orientada por un profesional instruido en un curso superior de educación física con conocimientos en ciencias biológicas, salud y el cuerpo humano.

El plantel educativo divide en 3 bloques la enseñanza de la disciplina de la educación física, por lo general, en una primera parte, se realiza deportes individuales o colectivos, la segunda parte se realiza actividad rítmicas y expresivas y, por último, se suministra aulas teóricas sobre el cuerpo humano y, los deportes.

Asimismo, la educación física puede ser vista como una competencia que procura fuertes entrenamientos físicos que exijan altos rendimientos en la competición; de forma recreacional, es decir, puede ser vista como un conjunto de actividades lúdicas que ayudan al individuo vincularse con el medio que lo rodea, ayudando a conocer su entorno social y, por último con las prácticas de danzas, yoga, música permite conseguir una mejor expresión corporal en comparación a quien no practica dicha disciplinas.⁴

3.3. Educación Física y la cultura sobre el cuerpo.

⁴ <http://www.significados.com/educacion-fisica/>

La hora de educación física era vista como ese “rato ocioso al aire libre”, que se resolvía tirándoles una pelota de fútbol a los estudiantes. Esta percepción lamentablemente errónea pesó durante años en los ámbitos educativos y fue la cabal expresión de la crisis pedagógica en la que sucumbió esa disciplina escolar, dentro de la problemática general de la educación.

Frente al desafío de revertir esta visión equivocada, las nuevas pedagogías pretenden una revisión de la teoría y prácticas sobre la enseñanza disciplinar del ejercicio físico. Y vuelven sobre el propio concepto de cuerpo: éste, mirado desde un prisma más amplio, adquiere una identidad no sólo singular, sino también colectiva, hasta epocal; el cuerpo lleva marcas sociales y culturales de una determinada comunidad, y se convierte en un constructo de nuestra historia. Ello en contraposición con aquella visión teórica tradicional que entendía al cuerpo humano como una mera unidad biológica-material -es decir, como un sistema de tejidos, órganos, huesos, etc., y no más que eso-, cuya estrechez sociológica no ayudó a ampliar los horizontes pedagógicos de la educación física.⁵

3.4. Constitución Política De La República De Guatemala

Sección Sexta. Deporte

3.4.1. Artículo No 91

Asignación presupuestaria para el deporte. Es deber del Estado el fomento y la promoción de la educación física y el deporte. Para ese efecto, se destinará una asignación privativa no menor del tres por ciento del Presupuesto General de Ingresos Ordinarios del Estado. De tal asignación el cincuenta por ciento se destinará al sector del deporte federado a través de sus organismos rectores, en la forma que establezca la ley; veinticinco por ciento a educación física, recreación y deportes escolares; y veinticinco por ciento al deporte no federado.⁶

⁵ <http://www.ellitoral.com/index.php/diarios/2009/06/25/educacion/EDUC-01.html>

⁶ Constitución de la República de Guatemala (Reformada por Acuerdo legislativo No. 18-93 del 17 de noviembre de 1993) Pág. 18.

3.4.2. Artículo 78.- Magisterio:

El Estado promoverá la superación económica social y cultural del magisterio, incluyendo el derecho a la jubilación que haga posible su dignificación efectiva

La misma constitución abala que se debe de fomentar la educación física, deporte y recreación, esta clase es tan importante que es parte del ser humano tener derecho a ella, ya que es la base la cual fomenta salud, como una calidad de vida mejor.⁷

También en artículo 78 habla sobre el magisterio y se refiere a que el estado debe de contratar a profesionales en su área para que impartan las clases, así como promover la superación del docente, incentivando al profesional a actualizarse ya que la educación física evoluciona constantemente, así como el ser humano.

3.5. Ley de Educación Nacional 12-91

En su capítulo VII menciona a la Educación Física en su artículo 59,60 y 61.

3.5.1 Artículo No. 59º. Definición:

Se define a la Educación física como una parte fundamental la educación del ser humano que tiende a formarle integralmente, en mente, cuerpo y espíritu, a través de actividades físicas racionalmente planificadas, científicamente concebidas y dosificadas para ser aplicadas progresivamente en todos los ciclos de la vida del hombre, cuya extensión comienza con la educación inicial y termina con la educación del anciano.

3.5.2. Artículo No. 60º. Finalidades:

Son finalidades de la Educación Física:

- a. Preservar y mejorar la salud.
- b. Adquirir y mantener la aptitud física y deportiva
- c. Promover la sana ocupación del tiempo libre.
- d. Contribuir al desarrollo de los valores morales y al completo bienestar físico, intelectual y social del ser humano. Para tal efecto dispondrá de

⁷ Constitución de la República de Guatemala, Op. Cit., P.15

procesos y medios de planificación, investigación, programación y evaluación propias y específicas.

3.5.3. Artículo No.61º. Derechos Fundamentales:

El Estado reconoce la práctica de la Educación Física como un Derecho Fundamental para todos, y como obligatoria su aplicación en todos los niveles, ciclos y grados del Sistema Educativo Nacional, tanto en sus ámbitos de Educación Formal y Extraescolar o Paralela. Su diseño curricular se adecuará al tipo de organización de cada nivel, modalidad y región.⁸

La legislación educativa es otra de las leyes que toman en cuenta la clase de educación física la cual nos dice que es un derecho fundamental para todos los seres humanos y que la clase se adecuara al nivel que se imparta, la modalidad y la región esto quiere decir que la educación física toma en cuenta las capacidades de cada individuo tomando en cuenta que no solo se encarga de preservar la salud sino también de fomentar valores y transmitirlos logrando que el individuo se más humano.

3.6. Ley de la cultura física y la recreación 76-97.

En su artículo 1ro. OBJETO. La presente Ley tiene como objeto, regular lo relativo a la coordinación, articulación e interrelación de los sectores institucionales de la educación física, el deporte no federado, la recreación física y el deporte federado dentro del marco de la Cultura Física y el Deporte, así como garantizar la práctica de tales actividades físicas como un derecho de todo guatemalteco, en el territorio de la República, de acuerdo con las disposiciones internacionales aceptadas por Guatemala.

ARTÍCULO 2. CREACIÓN.

⁸Martínez, A. (2013). Legislación Básica Educativa, Compendio Actualizado, (Décima tercera Edición) Guatemala -CIMGRA- P.62 Y 63

Se crea el Sistema Nacional de Cultura Física como el órgano interinstitucional que integra, coordina y articula en función de unidad de acción a los sistemas de educación física, la recreación, el deporte no federado y el deporte federado, respetando la autonomía de este último.

Estos dos artículos nos mencionan que la educación física fue creado como necesidad del ser humano de movimiento, tomando en cuenta que no es para formar deportistas sino que para cimentar las bases del alumno y si este posee las habilidades bien desarrolladas y es prospecto deportivo podrá ser tomado en cuenta para un deporte pero en si específicamente no menciona que es para formar deportistas.

En su artículo 3ro. Incisos (a y b) menciona que el individuo tiene derecho a la práctica deportiva y recreación física y deporte, además nos dice que son derechos de la comunidad, y que no tiene limitaciones impuestas por la moral, salud pública y orden legal.

Los incisos se refirieren a que si como ente social no estoy perjudicando los derechos de los demás e no rompo el orden público, puedo realizar actividad física en mejoras de la salud.

En su inciso (c) menciona que es obligación del estado la promoción y fomento de la educación física, la recreación física y el deporte, como factor importante de desarrollo humano, por lo que deben ser favorecidos y asistidos en forma apropiada por los fondos públicos.

El artículo 45 profesionalización: abala al docente de educación física en el aspecto profesional y le da su lugar ya que nos dice que solo un profesor con el Título de Maestro de Educación física podrá impartir la clase en un sector público o privado, ya que garantiza el trabajo pedagógico del docente.

En el capítulo I artículo 33. AMBITO.

El acceso a la educación física es un derecho de todo escolar por ser un elemento esencial en su proceso formativo y en su bienestar integral. Su práctica se realizará sin ningún tipo de restricción o discriminación alguna.

CAPITULO III

REGIMEN ESCOLAR

Artículo 55. INSTALACIONES Y EDIFICACIONES DEPORTIVAS.

Las instalaciones y edificaciones deportivas y recreativas pertenecientes al Estado, estarán al alcance de la población escolar para el desarrollo de programas y eventos de educación física, deporte o recreación, previa coordinación con la parte administradora de las instalaciones.

La Dirección General de Educación Física y las escuelas de formación de docentes de educación física del estado, tendrán acceso incondicional a las instalaciones estatales previa coordinación programática de su uso con la dependencia correspondiente. La dirección General de Educación Física, programara el acceso a las instalaciones deportivas de los centros educativos gubernamentales que reúnen las condiciones de la comunidad escolar durante los fines de semana y en periodos vacacionales.

En toda construcción, adaptación o arrendamientos de edificios o casas para centros educativos, deberá garantizarse la reserva de espacio necesario y adecuado para instalaciones o campos de educación física y deporte. Queda prohibido a las autoridades de los centros educativos y demás instancias educativas la autorización de construcciones que segreguen, mutilen o restrinjan el espacio que las actividades de educación física utilizan.

Artículo 56. PRIORIDADES.

El estado, a través del Gobierno Central y de las Municipalidades velara por la cesión o enajenación de bienes inmuebles, instalaciones o campos deportivos a favor y en beneficio de la educación física, el deporte y la recreación física escolar.

3.7. Beneficios de la clase de educación física.

3.7.1. Salud.

En la actualidad parece claramente demostrado que mientras que el sedentarismo supone un factor de riesgo para el desarrollo de numerosas enfermedades crónicas, entre las que destacan las cardiovasculares por representar una de las principales causas de muerte en el mundo occidental, el llevar una vida físicamente activa produce numerosos beneficios, tanto físicos como psicológicos, para la salud.

No es fácil definir el término salud ya que cada persona tiene una percepción y vivencia personal de ella, dependiendo de lo que cada uno considera normal, del nivel socioeconómico, religión, forma de vida y cultura, la cual aporta el patrón que define la forma de estar o de ser sano. Muchas definiciones hacen referencia a la ausencia de enfermedad como concepto de salud, como por ejemplo la de Samuel Johnson en su Diccionario (1775), que dice que la salud "consiste en estar robusto, ileso o carente de malestar, dolor o enfermedad". Según la O.M.S. (Organización Mundial de la Salud), la salud se puede definir como "el estado de completo bienestar físico, mental y social y no sólo la ausencia de enfermedades". Una de las motivaciones para la realización de ejercicio físico es la búsqueda de ese estado de bienestar que se acerque al concepto individual de salud como componente básico de la calidad de vida.

3.7.2. Cambios Físicos.

A nivel cardiovascular

Aumento de las paredes del corazón esto ayuda al bombeo de sangre en la actividad física.

Se logra la disminución de la frecuencia cardiaca, tanto en reposo como en ejercicio.

Se incrementa el volumen de sangre bombeada por el corazón en un minuto.

Aumento del número de glóbulos rojos, circunstancia que favorece la elevación de los niveles de hemoglobina y consecuentemente incrementa la captación de oxígeno.

Ayuda a la reducción de los niveles de colesterol y a la movilización de los depósitos de grasas en el organismo.

Mejora los procesos de recuperación tras la realización del esfuerzo debido a la intensa actividad aeróbica.

Se mejora la oxigenación de la piel evitando el deterioro de las células de la piel y problemas como la celulitis.

Mejora el espacio de las venas evitando que la sangre se estanque se acumule y que se den próximas complicaciones como paros circulatorios.

Ayuda a la adecuada y oportuna contracción y dilatación de las venas que es de suma importancia en la actividad física y ayuda en el rendimiento.

3.7.3. A nivel respiratorio

Ventilación y oxigenación de las bases pulmonares, manteniendo activos espacios ventilatorios y evitando su colapso con el transcurso del tiempo y la inactividad.

Mejoras en la mecánica de contracción de la musculatura respiratoria, circunstancia que incrementa las posibilidades de ventilación y otorga una sensación de comodidad en el desarrollo de la actividad física.

Reducción de la frecuencia respiratoria debido a los aumentos de volumen.

Aumento de los volúmenes de ventilación: en cada ventilación se pueden tomar 500 ml de aire, lo normal son 12-15 respiraciones en reposo y 35-40 en ejercicio. Se recomienda que el aire se inhale por la nariz porque así es filtrado por los pelitos del epitelio, calienta el aire (tiene más capacidad de difusión al pasar a la capacidad ventricular) y se produce la humidificación (el aire humidificado no daña el tracto respiratorio). La pituitaria amarilla se daña con aire frío y se pierde la capacidad de oler.

Cuando una persona lleva una alimentación inadecuada, fuma y no hace ejercicio se produce aterosclerosis (depósitos de unas placas llamadas ateromas) puede provocar un infarto de miocardio o ACV (accidente cerebro vascular) que ocasionaría una trombosis cerebral ya que la placa de ateromas se suelta y el Mejor irrigación de las cápsulas articulares que mejoran su funcionalidad dentro de la articulación.

Regulación en la producción de líquido sinovial que mejora los movimientos articulares.

Corazón con los bombeos la puede dirigir al cerebro.

3.7.4. A nivel metabólico

Combate el sobrepeso y la obesidad.

Utilización de sustratos energéticos.

Producción de HDL-colesterol.

Liberación de beta-endorfina: genera una situación placentera.

Regulación de la insulina.

Gasto energético y ejercicio.

3.7.5. A nivel articular

Aumentos de la movilidad articular y, consecuentemente mayor amplitud de movimientos.

Mejora del estado funcional de los cartílagos articulares, que retrasa la aparición de procesos artrósicos en etapas posteriores.

3.7.6. A nivel muscular

Mayor tono muscular e incremento de la fuerza debido al aumento del número de miofibrillas sarcoplasmáticas. De igual forma, la ausencia de movimiento acarrea una pérdida de miofibrillas pudiéndose producir el fenómeno de atrofia muscular.

Refuerzos articulares por la acción de coaptación de las fuerzas musculares. Este aspecto es utilizado en gran medida para la recuperación de la mayoría de lesiones articulares.

Modificación en la forma y geometría corporal, que posee un fuerte influjo en los modelos estéticos de la sociedad actual.

Mejoras en los procesos de coordinación intermuscular, circunstancia que otorga fluidez y economía a los movimientos.

Incremento de las reservas energéticas locales (depósitos de ATP y PC), aumento del glucógeno muscular y reducción de los depósitos de grasas intramusculares, aumentando el peso magro corporal y reduciendo el peso total por reducción de grasa.

Mejora de los procesos oxidativos intramusculares por incremento del número de mitocondrias y por aumento de la capilarización, aumentándose de esta forma el consumo de oxígeno y reduciéndose así el cansancio y fatiga en la actividad.

Mejoras en los procesos de transmisión de los impulsos musculares, circunstancia que reduce el tiempo de reacción en la contracción.

Incrementos en la elasticidad muscular, consiguiendo una mayor amplitud de movimientos que previene lesiones musculares en movimientos bruscos e indeseados.⁹

3.8. Valores de la clase de educación física.

3.8.1. Respeto.

El respeto consiste en el reconocimiento de los intereses y sentimientos del otro en una relación. Aunque el término se usa comúnmente en el ámbito de las relaciones interpersonales, también aplica a las relaciones entre grupos de personas, entre países y organizaciones de diversa índole. No es simplemente la consideración o deferencia, sino que implica un verdadero interés no egoísta por el otro más allá de las obligaciones explícitas que puedan existir. Esta actitud nace con el reconocimiento del valor de una persona, ya sea inherente o también relacionado con una habilidad o comportamiento. (por ejemplo respetar el "buen juicio" de alguien en particular.¹⁰

3.8.2. Perseverancia.

Se dice que el ser humano debe de ser perseverante desde el inicio de su vida, la perseverancia es la forma o las estrategias de realizar una actividad una y otra vez hasta que nos salga como se desease.

El ser perseverante le brindara al niño personalidad confianza y sabiduría de que si se lo propone lograra alcanzar sus metas trazadas.

La desesperación no cabe dentro de este valor pues deberá de tener la paciencia necesaria para superar sus obstáculos paso a paso así lograra la confianza en si mismo de enfrentar las adversidades de la vida.

3.8.3. Colaboración.

⁹ <http://www.efdeportes.com/efd148/efectos-d>

[el-ejercicio-fisico-sobre-el-organismo.htm](http://www.efdeportes.com/efd148/efectos-d-el-ejercicio-fisico-sobre-el-organismo.htm).

¹⁰ <http://laeducacionfisicadelosninosheroess.blogspot.com/2012/08/>

Es esencial en la vida del ser humano la colaboración si se quiere tener un logro grupal o equipo.

Es la coordinación cooperación asignación y ejecución de tareas entre dos o más personas, grupos o masas para llevar a cabo con éxito actividades planificadas u objetivos planteados.

Es lo opuesto a lo individual es ayudarse mutuamente para así obtener buenos resultados.

3.8.4. Puntualidad.

Es el valor que nos servirá para lo largo de nuestra vida pues nos servirá para sobresalir en las actividades de cualquier tipo ya sea de estudio, laboral o social.

Debemos de respetar a los demás y su tiempo estando antes de la hora pactada para demostrar la importancia que les brindamos.

Mostraremos que somos confiables ante los demás al cumplir con tareas que se nos han sido asignadas en el tiempo que se ha establecido para dicha tarea así demostrando el interés que brindamos a nuestras labores.

3.9. –Recursos.

3.9.1. Humano. = El rol del maestro de educación física.

El rol del profesor/a de Educación física ha de ir evolucionando y adaptándose a los cambios que se producen en la sociedad, a los intereses y necesidades de nuestros alumn@s, a las nuevas tendencias por donde discurre la enseñanza, a los contenidos del área de Educación Física.

Una escuela moderna requiere de profesionales modernos y dinámicos, porque todo lo que nos rodea está en constante movimiento. El que se conforma con lo que es y con lo que hace, está condenado al fracaso, a la frustración y a la insatisfacción personal.

Si mantenemos el rol del profesor/a de “gimnasia” poco habremos evolucionado. Los elementos gimnásticos han pasado de ser del contenido exclusivo de nuestras enseñanzas a un elemento en vías de desaparición. El abanico de posibilidades se ha ido abriendo en la medida que se han ido incorporando nuevos contenidos a nuestra área: educación para la salud, deportes, juegos, expresión corporal, juegos y deportes alternativos, psicomotricidad, las actividades en la naturaleza. Esta variedad de contenidos exige de un profesorado activo, investigativo, innovador, diseñador, desinhibido, animador.

El docente debe ser una persona activa, dinamizador de todas las actividades que se realicen en el centro educativo, no sólo de las relacionadas con la actividad física y la salud. Ha de investigar sobre los aspectos que rodean a la función educadora, estar al día de las nuevas corrientes y tendencias de la educación en general y de la Educación física en particular.

Igualmente ha de ser capaz de diseñar sus programaciones, unidades didácticas y sesiones desde una vertiente investigativa: planeando, comprobando y rediseñando. Incorporando nuevos métodos, probando nuevas secuencias de aprendizaje, utilizando nuevas estrategias didácticas.

Por otra parte algunos contenidos, como ejemplo los relacionados con la expresión corporal, exigen de una persona desinhibida, de un animador capaz de captar la atención de sus alumn@s, que conecte con sus intereses y necesidades, que plantee sesiones variadas y amenas. En definitiva, que logre que los niñ@s estén ávidos porque “toque” Educación física. Sin duda, nuestra área es la única del currículo que puede conseguir este efecto.

También debemos ser innovadores, no sólo en cuanto a la utilización métodos y recursos propios del área, hemos de conocer y usar las nuevas tecnologías de la información y de la comunicación. En línea con lo que marcan las competencias básicas, el niñ@ de hoy y futuro adulto, debe adquirir competencia digital, nuestra área como las demás del currículo deben orientarse a la consecución de este fin.

Al igual que debemos irnos desmarcando de la etiqueta de profesor/a de “gimnasia”, también hay que ir desterrando el de “coach” o entrenador/a, esa no es

nuestra función. Nuestra labor es eminentemente educadora, nuestra área es un instrumento más para educar a nuestros alumn@s. Por tanto nuestro perfil se debe ir enriqueciendo con otros calificativos: orientador, formador, tutor...

No podemos convertirnos en un simple transmisor de conocimientos o saberes, nuestra área es eminentemente procedimental, a través de la actividad del alumn@ y de las situaciones didácticas que planifiquemos, el alumn@ debe explorar, descubrir, experimentar y poner en práctica una gran cantidad de actitudes, valores y normas. Pocas materias curriculares pueden lograrlo.

Como educadores debemos orientar y tutorar a nuestros alumn@s, para ello es preciso: reconducir sus comportamientos, extender sus intereses, satisfacer sus necesidades, ampliar sus perspectivas sobre el mundo que le rodea, calmar sus iras, mitigar sus miedos, mejorar su autoestima, favorecer la relación y la comunicación con los demás, proporcionarle autonomía, responder sus dudas, ayudar a resolver sus problemas... Es decir, poner en funcionamiento nuestra función educadora y formadora.

Tras todo lo dicho, no cabe duda, nuestra labor es difícil y complicada. La labor del profesorado de Educación física no sólo exige de un profesional muy preparado, sino de alguien "genéticamente" predispuesto, con un determinado carácter innato, de alguien que disfrute con lo que hace y haga disfrutar a los demás. Eso no es fácil. Desgraciadamente la realidad de muchos patios y gimnasios así lo demuestra. Las sesiones se han de pasar rápidas tanto para el profesor/a como para los alumn@s, si se hacen eternas, esto no es lo nuestro. El concurso de traslados te permitirá cambiar a otra cosa, de ese modo todos saldrán ganando.

El perfil que os presento es ideal, ya me gustaría poseerlo, intento acercarme a él día a día, porque mientras lo intento seguro que iré mejorando.¹¹

Publicado en Revista digital Educación y Deporte Nº 7, noviembre de 2008.

¹¹ <http://juancamef.blogspot.com.br/2008/10/el-perfil-profesional-del-profesora-de.html>

3.9.2. Niños.= El rol de los niños.

Los niños(as) son el objetivo principal en la educación física es por y para quien está enfocado todo el proceso de educación física debido a que ellos son el futuro de nuestro país y por lo tanto se deberá de enfatizar todos los esfuerzos para que puedan profundizar todos sus conocimientos de lo que es educación física.

Los niños en las manos de un profesor de educación física son como un bloque de barro en las manos de un alfarero quien le da la forma que quiere o desea llevándolo en un proceso de quitar agregar restaurar y moldear la arcilla hasta convertirla en una obra de arte.

Así mismo es el proceso entre profesor y alumno partiendo desde los conocimientos previos como los nuevos el maestro trasladara esos conocimientos a través de las nuevas estrategias adquiridas convirtiéndose en un facilitador de la educación utilizando estrategias innovadoras de formación.

Formándolos como personas independientes capaces de tomar sus propias decisiones y cuestionar las de otras con justificación.

Desarrollándoles habilidades motrices como capacidades físicas y también educando su cuerpo siendo conscientes de la práctica de educación física y los beneficios que esto le traerá a lo largo de su vida, mente sana en cuerpo sano.

3.9.3. Instalaciones Adecuadas.

La carta magna de educación física en su artículo 5 dice.

21 de noviembre de 1978

Artículo 5. Para la educación física y el deporte son indispensables instalaciones y materiales adecuados.

5.1. Deben proveerse e instalarse el equipo y los materiales apropiados en cantidad suficiente para facilitar una participación intensiva y en toda seguridad en los programas escolares y extraescolares de educación física y deporte.

5.2. Los gobiernos, los poderes públicos, las escuelas y los organismos privados competentes deben aunar sus esfuerzos a todos los niveles y concertarse para planificar el establecimiento y la utilización óptima de las instalaciones, el equipo y los materiales destinados a la educación física y el deporte.

5.3. En los planes de urbanismo y de ordenación rural se han de incluir las necesidades a largo plazo en materia de instalaciones, equipo y material para la educación física y el deporte, teniendo en cuenta las posibilidades que ofrece el medio natural.

3.10. Metodología.

3.10.1. Estilos de enseñanza.

Los estilos de enseñanza no se dan de forma pura en su aplicación real, por lo que se tiende a agrupar los estilos de enseñanza en categorías más amplias con características comunes. Nosotros nos vamos a basar por este motivo en la clasificación de Delgado Noguera (1992).

Estilos tradicionales: Son aquellos que se caracterizan por el máximo control del profesor sobre las decisiones que afectan al proceso de enseñanza aprendizaje.

Mando directo: Fundamentado en el orden y estilo de la gimnasia tradicional. El maestro determina la actividad a realizar, con unas normas que fijan la calidad/exactitud del ejercicio (modelo), manteniendo una organización fija y teniendo el profesor una posición externa.

Modificación mando directo: Ejecución de la tarea al ritmo más apropiado a sus características, ubicación menos rígida y comunicación más directa con el docente.

Asignación de tareas: Después de la explicación y/o demostración de la tarea se produce una dispersión de los estudiantes que comienzan a trabajar a su propio ritmo. El alumno se hace más responsable de su actuación y puede adaptar la tarea a sus posibilidades. El profesor se ve liberado de dirigir la acción y puede utilizar más tiempo en retroalimentaciones.

Estilos individualizadores: Son aquellos que se caracterizan por atender fundamentalmente las diferencias respecto a capacidades, ritmos de aprendizaje, intereses.

Estilos socializadores: Es importante señalar que no existen estilos de enseñanza socializadores sino técnicas de socialización, cuya principal aplicación se centra en objetivos sociales y en los contenidos conceptuales y actitudinales. Algunas técnicas son: juego de roles, torbellino de ideas, philips 66,...

Estilos cognoscitivos: Son aquellos que intentan estimular un aprendizaje activo y significativo a través de la indagación y la experimentación motriz, lo que traslada la toma de decisiones al alumno.

Descubrimiento guiado: Se fundamenta en una búsqueda de carácter cognitivo, siendo la mayoría de soluciones aportadas de forma verbal. Se plantean preguntas cuya única respuesta válida (planteamiento convergente) constituyen los pasos de la progresión y éstos serán puestos en práctica de una manera motriz por los estudiantes.

Resolución de problemas: La búsqueda será motriz. El profesor hace una pregunta general, la cual tiene varias soluciones validas (planteamiento divergente). Será conveniente una puesta en común con todas las soluciones aportadas y pasar a su ejecución en situaciones de juego.

Estilos creativos: En esta categoría se recogen los estilos que dejan libertad para la creación motriz. El profesor propondrá temas generales que orientarán globalmente el trabajo y el alumnado plantea los problemas a resolver.¹²

3.11. Principios de la clase de educación física.

Principio de la Identidad Corporal: El individuo conoce el mundo que Lo rodea a partir de su entidad corporal, y seguirá viviendo toda su existencia no sólo en el cuerpo, sino con el cuerpo y, en alguna manera, desde el cuerpo y a través del cuerpo.

¹² <http://www.efdeportes.com/efd146/estilos-de-ensenanza-en-educacion-fisica.htm>.

Principio de la Significación Sensorial: El ser humano en su situación en el mundo debe alimentar constantemente su tono vital por medio de los estímulos sensoriales. Gracias al movimiento el individuo multiplica las posibilidades y variedad de tales estimulaciones.

Principio de la Interacción Funcional: La interacción cerebro-aparato locomotor estimulada con amplias capacidades de ejercitación física, es una garantía de desarrollo personal, e incluso de desarrollo específico de las funciones del pensar.

Principio de la Realidad Antropodinámica: El ser humano tiene un cuerpo, el cual está capacitado para moverse, hecho para moverse, por lo mismo el individuo vive en el movimiento y este es una de las primeras providencias antropológicas del mismo.

Principio de la Identidad Antropológica: Gracias al movimiento el ser humano aprende a estar en el espacio, por lo que el individuo es un ser corporal en el espacio. Su capacidad de ejercitación física le aportará una educación de sus dos grandes realidades antropológicas como lo son el cuerpo y el movimiento.

Principio de la Asunción Personal del Movimiento: El ejercicio físico debe estar centrado por el disfrute, en sus diversas variedades: el disfrute simplemente por el ejercicio; el puro placer funcional del propio movimiento.

Un disfrute generalizado por un éxito personal, hacia la conducta de movimiento, que convierta en un individuo psicológicamente necesitado de ejercicio físico, que conduzca por el disfrute en el movimiento al hábito del movimiento.

Principio de la Vivencia Humanística de la Conducta Motriz: El ser humano –el niño sobre todo- es un objeto biomecánicamente estudiable y adaptable, pero es siempre un ser humano. Por lo mismo, para que una conducta, un aprendizaje, sea educativo, no debe apartarse del básico patrón corrector: nunca debe dejar de ser humano.¹³

3.12. Ciencias auxiliares a la educación física.

3.12.1. Psicología.

¹³ Epistemología de la educación física de Jorge L. Zamora pag. 63 y 64.

La psicología de la actividad física y el deporte es el estudio científico de las personas y su conducta en el contexto del deporte y la actividad física. Esta área de la psicología identifica los principios y directrices que los profesionales pueden utilizar para ayudar a las personas a participar en actividades deportivas y de actividad física, y a beneficiarse de las mismas. Se aplica a una amplia base de la población. Algunos profesionales la utilizan para ayudar a que los deportistas de elite alcancen su rendimiento máximo, pero muchos otros están más interesados por los niños, las personas física o mentalmente discapacitadas, las personas mayores o, en general, el participante medio. Recientemente, algunos psicólogos del deporte han centrado su atención en los factores psicológicos implicados en el ejercicio físico, desarrollando estrategias para alentar a personas sedentarias a practicar ejercicio o evaluando la eficacia de éste como tratamiento para la depresión. Para reflejar este amplio abanico de intereses, la disciplina se conoce ahora como «Psicología Aplicada a las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte».

La mayoría de los estudios apuntan a dos objetivos: a) aprender el modo en que los factores psicológicos afectan al rendimiento físico de los individuos, y b) la comprensión de la forma en que la participación en el deporte y la actividad física afecta al desarrollo, la salud y el bienestar personal.¹⁴

3.12.2. Biología.

Esta es la Ciencia que estudia la forma o como están estructurados los seres vivos y como se realizan sus procesos vitales.

"la biología estudia todos los procesos que ocurren en las células"

En la biología molecular estudia todas las funciones vitales de los seres vivos y como funciona toda su estructura molecular.

14

<http://cv1.cpd.ua.es/ConsPlanesEstudio/cvFichaAsiEEES.asp?wCodEst=C256&wcodasi=16511&wLengua=C&scaca=2012-13>

3.12.3. Didáctica.

La didáctica es la rama de la Pedagogía que se encarga de buscar métodos y técnicas para mejorar la enseñanza, definiendo las pautas para conseguir que los conocimientos lleguen de una forma más eficaz a los educados.

Dicen los expertos que por didáctica se entiende a aquella disciplina de carácter científico-pedagógica que se focaliza en cada una de las etapas del aprendizaje. En otras palabras, es la rama de la pedagogía que permite abordar, analizar y diseñar los esquemas y planes destinados a plasmar las bases de cada teoría pedagógica.¹⁵

3.13. Medios de la clase de educación Física.

3.13.1. El juego.

Es la actividad espontánea y desinteresada que exige una regla libre que cumplir o un obstáculo deliberado que vencer. Tiene como función afirmar la personalidad del niño frente a los demás (Jacquin, 1954). El juego de acuerdo a José María Cagigal, 82 debe constituir la forma natural de conducta que haya de ser aprovechada, utilizada, explotada, como elemento sustancial en toda tarea de educación física.

Para el caso de la educación física dentro de su ámbito curricular se aplica el juego con connotación educativa, y que es cuando los juegos se seleccionan en relación a objetivos de aprendizaje y de acuerdo con la etapa evolutiva o sea por su adecuación a los intereses y al desarrollo de una edad determinada.

El juego educativo se identifica por su valor pedagógico, por el que se entiende como una realidad motriz espontánea que reporta placer.

Porque ofrece en bandeja todas las posibilidades de interacción entre el alumnado. Porque desarrolla habilidades y destrezas básicas y las capacidades físicas en general. Facilita la integración social, la aceptación de costumbres y tradiciones, por lo mismo es un gran medio de aprendizaje tanto espontáneo como

¹⁵ <http://definicion.de/didactica/>

programado, jugando el alumnado se conoce a sí mismo, a los demás y al entorno.

3.13.2. La Recreación.

La recreación o el ocio es una de las actividades que el individuo realiza durante su tiempo libre con el ánimo de divertirse, realizarse, informarse o formarse. Recrearse, no es sinónimo de ociosidad, sino de ocio; es decir, de desarrollo de capacidades a través del placer, del gozo.

Tal como muy bien lo describe Trigo Aza (1984) *“Actividades físicas recreativas, deporte recreativo, deporte para todos, deporte de masas, deporte popular, deportes alternativos, deporte-ocio, son todas expresiones que hacen referencia a una misma realidad, a saber, la ocupación del tiempo libre con actividades motrices con el fin fundamental de divertirse, recrearse, jugar, realizar un ocio activo, sentirse alegre y la posibilidad de tener contacto social a través de una práctica en la que todo el mundo puede participar a su manera”*.

En sentido estricto la recreación es un medio para aplicarse en el ámbito extracurricular de la educación física.

3.13.3. EL DEPORTE:

Como el deporte educativo (currículo) y el deporte escolar (extracurriculo). El Deporte: El Bureau Internacional de Documentación e Información, del Consejo Internacional de Educación Física –BIDI- organismo dependiente de la UNESCO, lo define como: “actividad humana significativa que se manifiesta y se concreta en la práctica de los ejercicios físicos, bajo forma competitiva”. Pierre Parlebas lo define como: “situación motriz de competición institucionalizada”, o dicho de otro modo, “conjunto de situaciones motrices codificadas en forma de competición y con un carácter institucional”.

Cagigal, clasifica el deporte en deporte-espectáculo (profesional o amateur) y deporte-práctica (recreación, salud, contacto social, educación). Es éste último el

que tiene estrecha relación con la educación física, a través principalmente de manifestaciones

3.13.4. La Gimnasia.

Es el medio que instrumenta sistemáticamente todo movimiento-ejercicio como tarea educativa en función de un desarrollo de la aptitud física-motriz general. Aquí la gimnasia debe entenderse no como referida a la gimnasia-deporte, sino al hacer ejercicio, que comprende los ejercicios de organización y control para el desarrollo motriz que abarca las distintas habilidades y capacidades del movimiento y sus conductas motrices. Para el caso de la educación física se aplica la gimnasia básica y la gimnasia rítmica.

IV Marco operativo

4.1 Diseño de la investigación

Administración de diseño de Investigación

- a. Organización jerárquica del equipo de investigación
 - Coordinador
 - Asesor de sistematización
 - Director
 - Investigador
 - Maestros
 - Padres de familia.

- b. Organización institucional
 - Director Departamental
 - Supervisores municipales
 - Director
 - Maestros
 - estudiantes
 - Personal Operativo
 - Padres de familia

- c. Recursos institucionales
 - Recursos Humanos
 - Personal calificado (director, maestros, personal operativo)
 - estudiantes
 - Recurso Materiales
 - Cañonera
 - Bocinas
 - Laptop

Espacio Adecuado para la práctica de educación física

4.1.1 Equipo de investigación

Presupuesto

Actividad	Recursos	Encargados	Costos
20 horas de investigación en un café internet	Computadora	investigador	Q 100.00
Impresiones de encuestas	Impresora	investigador	Q 25.00
Fotocopias de las encuestas	Fotocopiadora	investigador	Q17.25
Compra de USB	USB	Investigador	Q65.00
Impresión de propuesta	Impresora	investigador	Q25.00
Primera impresión de la sistematización para revisión	Impresora	investigador	Q27.00
Segunda impresión de sistematización para revisión	Impresora	Investigador	Q27.00
Tercera impresión de sistematización para revisión	Impresora	investigador	Q27.00
Total			Q311.00

4.1.3 Programación

Actividades	Meses		
	Enero	Febrero	Marzo

	SEMANAS									
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2
Fase I										
Recolección de información	■	■								
Redacción y revisión			■	■						
Mecanografía y presentación				■	■					
Fase II										
Elaboración de instrumentos					■					
Recolección de datos						■	■			
Tabulación de datos						■	■	■		
Análisis e interpretación de datos							■	■		
Mecanografía y presentación							■	■	■	
Fase III										
Elaboración de documento									■	
Redacción y revisión									■	
Mecanografía y presentación									■	■

V Presentación de resultados

5.1 Análisis de datos

Interpretación de la encuesta para padres de familia del centro educativo.

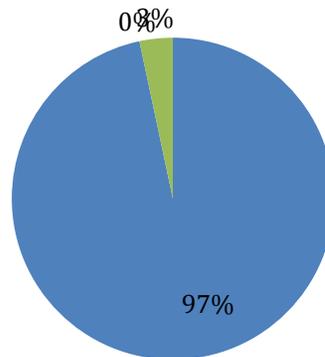


El 97% de los estudiantes encuestados afirman que practican educación física para estar saludable.

Y el 3% respondió que practican para estar enfermo.

2.¿Por qué te gusta la clase de Educación Física?

■ a) Aprendo jugando ■ b) Porque no hago nada ■ c) No me gusta estar dentro del aula

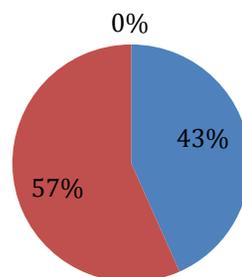


El 97% de los estudiantes encuestados afirman que les gusta la clase de educación física porque aprenden jugando.

Y el 3% les gusta porque no les gusta estar dentro del aula.

3.¿En qué momento pones en práctica lo que realizas en la clase de Educación Física

■ a) En la escuela ■ b) En cualquier parte ■ c) Ningún lugar

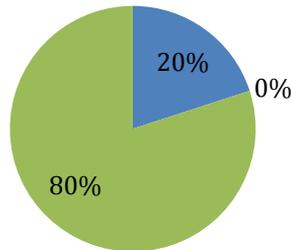


El 43% de los estudiantes encuestados ponen en práctica lo aprendido en la clase de educación física en la escuela.

Y El otro 57% lo pone en práctica en cualquier parte.

4. ¿ Conoces que valores morales se trabajan en la clase de Educación Física?

- a) Correr, saltar y lanzar
- b) Pelear, insultar y molestar
- c) Tenacidad, respeto y participación

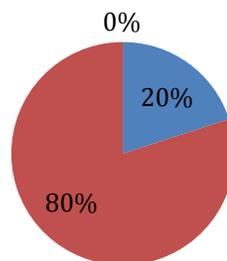


Un 20% de los estudiantes encuestados consideran que los valores morales que se traban dentro de la clase de educación física son: correr, saltar y lanzar.

Y el 80% restante conoce que los valores morales son tenacidad, respeto y participación.

5.¿Para qué sirve una adecuada alimentación en la clase de educación física?

- a) Para jugar mejor
- b) desarrollar músculos y huesos
- c) Ser más guapo (a) y fuerte

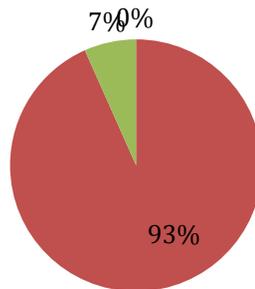


El 20% de los estudiantes afirma que una buena alimentación le sirve para jugar mejor.

Y el otro 80% asegura que para desarrollar músculos y huesos.

6.¿Conoces cual es el Rol del Profesor de Educación Física?

- a) Sentarse a descansar
- b) Educar al cuerpo para una mejor salud
- c) Poner a los niños (as) a jugar pelota

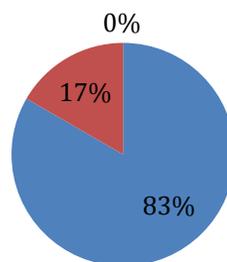


El 7% de los estudiantes encuestados consideran que el Rol del Profesor de Educación Física es poner a los niños (as) a jugar pelota.

Y el 93% afirma que el Rol del Profesor de Educación Física es educar al cuerpo para una mejor salud.

7.¿Cómo quisieras que fuera la instalación para practicar la clase de educación física?

- a) Una cancha adecuada de pavimento.
- b) Un campo de tierra.
- c) Dentro de una aula.



Un 83% de los estudiantes encuestados quisieran practicar la clase de educación física en una cancha adecuada de pavimento.

El otro 17% se quisieran desenvolver en la clase en un campo de tierra.

Dentro de este proyecto de investigación que fue llevado a cabo dentro de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde, Sansare, El Progreso, Jornada Matutina, Nivel Primario.

Quienes participaron fueron los integrantes de la comunidad educativa, los padres de familia, docentes y alumnos de este establecimiento.

Donde para obtener los mejores resultados se tomo en cuenta a treinta padres de familia y alumnos los cuales forman un 10% de la población de este establecimiento los cuales desconocían el rol del profesor de educación física y todos obstáculos o limitantes con los cuales este tiene que luchar para realizar una clase de educación física de calidad dentro de su establecimiento teniendo que ingeniárselas para que los estudiantes practiquen alguna actividad física.

Concluido este proyecto se reconoce por parte de la comunidad educativa el papel tan importante que tiene el profesor en el desarrollo integral de los estudiantes desde los ámbitos biológico psicológico, social y laboral de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde y debido a las actividades innovadoras que se realizan dentro de clase los estudiantes demuestran mucho más interés por la clase de educación física

VI Conclusiones

- La educación física es integral para el desarrollo de los niños en todos los ámbitos de su vida como también contribuye a una vida sana.
- Las personas involucradas en la comunidad educativa maestros niños y padres de familia conocerán a fondo el rol que tiene el profesor de educación física dentro de su escuela es un mediador educativo quitando el paradigma de que su deber es solo poner a jugar a los niños.
- La educación física es indispensable a lo largo de la vida del ser humano poniendo se en práctica desde los primeros movimientos del niño en su crecimiento y la maduración de su cuerpo por lo cual se debe de tener en cuenta que no se debe de dejar de participar en una clase de educación física.
- Se conoce el problema en la motricidad de los niños que causa el no practicar la clase de educación física en un espacio adecuado.
- La falta de las instalaciones deportivas no son un pretexto ni limitante para la práctica de educación física porque esta se puede realizar en cualquier ambiente o situación si se tiene la voluntad

VII Recomendaciones

- Que se le brinde el interés que se merece la clase de educación física dentro de la escuela oficial rural mixta aldea poza verde.
- Que se realicen las gestiones necesarias por parte de las autoridades educativas de la escuela, el profesor de educación física y el cocode de la aldea para adecuación de un espacio adecuado o una cancha polideportiva para la práctica de educación física.
- Que se le brinde todo el apoyo al profesor de educación física de partes de los docentes de la escuela, directora, padres de familia y niños para el óptimo desarrollo de la clase de educación física.
- Que se apliquen dentro de la escuela todos los conocimientos adquiridos dentro del programa académico del PADEPDEF, para que así se pueda lograr una educación física de calidad.
- Que se logre el compromiso de la comunidad educativa para la práctica de la educación física para una vida saludable.

VIII Bibliografía

http://basica.sep.gob.mx/reformasecundaria/educacion_fisica/enfoque.html

<http://www.significados.com/educacion-fisica/>

<http://www.ellitoral.com/index.php/diarios/2009/06/25/educacion/EDUC-01.html>

Constitución de la República de Guatemala (Reformada por Acuerdo legislativo No. 18-93 del 17 de noviembre de 1993) Pág. 18.

Martínez, A. (2013). Legislación Básica Educativa, Compendio Actualizado, (Décima tercera Edición) Guatemala –CIMGRA- P.62 Y 63 Constitución de la República de Guatemala, Op. Cit., P.15

<http://www.efdeportes.com/efd148/efectos-d>

[El-ejercicio-fisico-sobre-el-organismo.htm.](http://www.efdeportes.com/efd148/efectos-d)

<http://laeducacionfisicadelosninosheroess.blogspot.com/2012/08/>

<http://juancamef.blogspot.com.br/2008/10/el-perfil-profesional-del-profesora-de.html>

[http://www.efdeportes.com/efd146/estilos-de-ensenanza-en-educacion-fisica.htm.](http://www.efdeportes.com/efd146/estilos-de-ensenanza-en-educacion-fisica.htm)

Epistemología de la educación física de Jorge L. Zamora pag. 63 y 64.

<http://cv1.cpd.ua.es/ConsPlanesEstudio/cvFichaAsiEEES.asp?wCodEst=C256&wcodasi=16511&wLengua=C&scaca=2012-13>

Mnifiesto Mundial de la Educación Física FIEP 2000, Carta Internacional de la Educación Física y del Deporte(UNESCO/1978),Artículo 5

<http://definicion.de/didactica/>

IX Anexo

9.1 Glosario

Glosario términos de la educación física

A

Acciones motrices:

Al movimiento de tipo voluntario, consciente, intencional y que obedece a lograr fines determinados por el contexto en el cual se ejecuta (actividades y juegos que se despliegan en la sesión de educación física, en la iniciación deportiva y del deporte educativo)

Actividad:

Actividad que realiza cierta persona en algún lugar, ya sea física o psicológica

Articulaciones.

C

Capacidad.

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

Cultura física.

Cognitivo:

Es aquello que pertenece o que está relacionado al conocimiento este, a su vez, es el cúmulo de información que se dispone gracias a un proceso de aprendizaje o a la experiencia.

D

Deporte:

Es una actividad física reglamentada, normalmente de carácter competitivo

Desarrollo motor:

Se considera como un proceso secuencial y continuo relacionado con el proceso por el cual, los seres humanos adquieren una enorme cantidad de habilidades motoras. Este proceso se lleva a cabo mediante el progreso de los movimientos simples y desorganizados para alcanzar las habilidades motoras organizadas y complejas.

E

Equilibrio:

Equilibrio al estado en el cual se encuentra un cuerpo cuando las fuerzas que actúan sobre él se compensan y anulan recíprocamente.

F

Flexibilidad:

Se entiende a la característica de flexible. Se trata de una palabra que permite resaltar la disposición de un individuo u objeto para ser doblado con facilidad, la condición de plegarse según la voluntad de otros y la susceptibilidad para adaptarse a los cambios de acuerdo a las circunstancias.

Fuerza:

La fuerza es la capacidad para realizar un trabajo físico o un movimiento, así como también la potencia o esfuerzo para sostener un cuerpo o resistir un empuje.

M

Motricidad:

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

"motilidad", que hace referencia a los movimientos viscerales; como, por ejemplo, los movimientos peristálticos intestinales.

9.2 Instrumentos

Nombre del establecimiento: Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde

Nivel: Primaria Jornada: Grado: Edad:

Sexo: **F** **M**

Indicaciones: A continuación encontrara una serie de preguntas con sus posibles respuestas, subraye la respuesta correcta.

1- ¿Para qué practicas la clase de educación física?

- a) Para estar enfermo b) para estar saludable c) porque no tengo nada que hacer**

2-¿Por qué te gusta la clase de Educación Física?

- a) Aprendo jugando b) porque no hago nada c) no me gusta estar dentro del aula**

3-¿En qué momento pones en práctica lo que realizas en la clase de Educación Física?

- a) En la escuela b) en cualquier parte c) Ningún Lugar**

4-¿Conoces que valores morales se trabajan en la clase de educación física?

- a) Correr, saltar, lanzar b) pelear, insultar, molestar c) tenacidad, respeto participación.**

5-¿para qué sirve una adecuada alimentación en la clase de educación física?

- a) para jugar mejor b) desarrollar músculos y huesos c) ser más guapo (a) y fuerte**

6-¿Conoces cual es el Rol del profesor de Educación Física?

- a) Sentarse a descansar b) Educar al cuerpo c) poner a los niños
para una mejor salud a jugar pelota**

7-¿Cómo quisieras que fuera la instalación para practicar la clase de educación física?

- a) Una cancha adecuada b) un campo de tierra c) dentro de una aula
de pavimento**

f. _____

Maestro de educación física

f. _____

Directora.

Docentes y padres de familia llenando la encuesta y recibiendo la charla sobre lo importante que es un espacio adecuado para la práctica de educación física dentro de un establecimiento educativo



Como así también tomando en cuenta la información brindada por el profesor de educación física de lo importante que es una buena o adecuada alimentación para el buen rendimiento dentro de la clase de educación física.



9.3

Programa de Docencia

El Rol del Profesor de Educación Física y su desarrollo dentro de los Medios Naturales

1. Resumen Ejecutivo:

Este taller se enfoca para que la comunidad educativa conozca a fondo el rol del profesor de educación física del PADEPDEF dentro de su escuela como influye en el desarrollo integral de los estudiantes desde los ámbitos psicológico, biológico, social y laboral y conocer las técnicas y estrategias que se han utilizado para la práctica de educación física ante la adversidad de la falta de un espacio adecuado para la practica optima de de la clase o una cancha polideportiva dentro de la escuela o comunidad antes mencionada. Dando a conocer lo esencial que es la clase de educación física dentro de la escuela las habilidades múltiples que se desarrollan los valores que se ponen en práctica y los beneficios que le traen a la salud la práctica de una buena clase de educación física.

2. Justificación:

Los beneficios que nos trae la práctica de la clase de educación física se han venido perdiendo ya que las personas no lo practican por distintos motivos como por ejemplo la tecnología que muchas veces absorbe a las personas o la falta de instalaciones deportivas dentro de su comunidad y con esto se están masificando las enfermedades cardiovasculares o físicas por la falta de esta práctica. Con este taller se busca que las personas comprendan la importancia para su salud que tiene la práctica activa de las actividades físicas y una buena alimentación a lo largo de su vida.

No importando las instalaciones deportivas con las que se cuenten o aprovechando el ambiente que nos rodea las áreas verdes con las que cuenta nuestra comunidad región o país

3. Objetivo General:

Resaltar el rol que tiene el profesor de educación física dentro de su escuela y los beneficios que trae la práctica de cualquier actividad física.

4. Objetivos Específicos:

- Involucrar a los docentes de la escuela como también a los padres de familia para que el alumno se sienta en un ambiente agradable dentro de la clase de educación física.
- Que se le brinde las facilidades al profesor por parte de la directora y docentes del establecimiento para la práctica de educación física.
- Lograr el desarrollo de las capacidades motrices y física de los niños con la práctica activa de cualquier actividad física.

5. Lugar y Fecha:

Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde 11 de marzo de 2016.

6. Población Objetiva:

Directora, maestras, maestros personal operativo y padres de familia de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde.

7. Participantes:

Directora, maestras, maestros y padres de familia de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde.

8. Metodología a Utilizar:

- Explicativa
- Ejemplificativa
- Demostrativa

9. Desarrollo Temático:

El rol del maestro de educación física.

El rol del profesor/a de Educación física ha de ir evolucionando y adaptándose a los cambios que se producen en la sociedad, a los intereses y necesidades de nuestros alumn@s, a las nuevas tendencias por donde discurre la enseñanza, a los contenidos del área de Educación Física.

Una escuela moderna requiere de profesionales modernos y dinámicos, porque todo lo que nos rodea está en constante movimiento. El que se conforma con lo que es y con lo que hace, está condenado al fracaso, a la frustración y a la insatisfacción personal.

Si mantenemos el rol del profesor/a de “gimnasia” poco habremos evolucionado. Los elementos gimnásticos han pasado de ser del contenido exclusivo de nuestras enseñanzas a un elemento en vías de desaparición. El abanico de posibilidades se ha ido abriendo en la medida que se han ido incorporando nuevos contenidos a nuestra área: educación para la salud, deportes, juegos, expresión corporal, juegos y deportes alternativos, psicomotricidad, las actividades en la naturaleza. Esta variedad de contenidos exige de un profesorado activo, investigativo, innovador, diseñador, desinhibido, animador.

El docente debe ser una persona activa, dinamizador de todas las actividades que se realicen en el centro educativo, no sólo de las relacionadas con la actividad física y la salud. Ha de investigar sobre los aspectos que rodean a la función educadora, estar al día de las nuevas corrientes y tendencias de la educación en general y de la Educación física en particular.

Igualmente ha de ser capaz de diseñar sus programaciones, unidades didácticas y sesiones desde una vertiente investigativa: planeando, comprobando y rediseñando. Incorporando nuevos métodos, probando nuevas secuencias de aprendizaje, utilizando nuevas estrategias didácticas.

Por otra parte algunos contenidos, como ejemplo los relacionados con la expresión corporal, exigen de una persona desinhibida, de un animador capaz de captar la atención de sus alumn@s, que conecte con sus intereses y necesidades, que plantee sesiones variadas y amenas. En definitiva, que logre que los niñ@s

estén ávidos porque “toque” Educación física. Sin duda, nuestra área es la única del currículo que puede conseguir este efecto.

También debemos ser innovadores, no sólo en cuanto a la utilización métodos y recursos propios del área, hemos de conocer y usar las nuevas tecnologías de la información y de la comunicación. En línea con lo que marcan las competencias básicas, el niñ@ de hoy y futuro adulto, debe adquirir competencia digital, nuestra área como las demás del currículo deben orientarse a la consecución de este fin.

Al igual que debemos irnos desmarcando de la etiqueta de profesor/a de “gimnasia”, también hay que ir desterrando el de “coach” o entrenador/a, esa no es nuestra función. Nuestra labor es eminentemente educadora, nuestra área es un instrumento más para educar a nuestros alumn@s. Por tanto nuestro perfil se debe ir enriqueciendo con otros calificativos: orientador, formador, tutor...

No podemos convertirnos en un simple transmisor de conocimientos o saberes, nuestra área es eminentemente procedimental, a través de la actividad del alumn@ y de las situaciones didácticas que planifiquemos, el alumn@ debe explorar, descubrir, experimentar y poner en práctica una gran cantidad de actitudes, valores y normas. Pocas materias curriculares pueden lograrlo.

Como educadores debemos orientar y tutorar a nuestros alumn@s, para ello es preciso: reconducir sus comportamientos, extender sus intereses, satisfacer sus necesidades, ampliar sus perspectivas sobre el mundo que le rodea, calmar sus iras, mitigar sus miedos, mejorar su autoestima, favorecer la relación y la comunicación con los demás, proporcionarle autonomía, responder sus dudas, ayudar a resolver sus problemas... Es decir, poner en funcionamiento nuestra función educadora y formadora.

Tras todo lo dicho, no cabe duda, nuestra labor es difícil y complicada. La labor del profesorado de Educación física no sólo exige de un profesional muy preparado, sino de alguien “genéticamente” predispuesto, con un determinado carácter innato, de alguien que disfrute con lo que hace y haga disfrutar a los demás. Eso no es

fácil. Desgraciadamente la realidad de muchos patios y gimnasios así lo demuestra. Las sesiones se han de pasar rápidas tanto para el profesor/a como para los alumn@s, si se hacen eternas, esto no es lo nuestro. El concurso de traslados te permitirá cambiar a otra cosa, de ese modo todos saldrán ganando.

El perfil que os presento es ideal, ya me gustaría poseerlo, intento acercarme a él día a día, porque mientras lo intento seguro que iré mejorando.¹⁶

Publicado en Revista digital Educación y Deporte Nº 7, noviembre de 2008.

Publicado por Juan Carlos Muñoz Díazen18:29

3.13.5. Instalaciones Adecuadas.

La carta magna de educación física en su artículo 5 dice.

21 de noviembre de 1978

Artículo 5. Pura la educación física y el deporte son indispensables instalaciones y materiales adecuados.

5.1. Deben preverse e instalarse el equipo y los materiales apropiados en cantidad suficiente para facilitar una participación intensiva y en toda seguridad en los programas escolares y extraescolares de educación física y deporte.

5.2. Los gobiernos, los poderes públicos, las escuelas y los organismos privados competentes deben aunar sus esfuerzos a todos los niveles y concertarse para planificar el establecimiento y la utilización óptima de las instalaciones, el equipo y los materiales destinados a la educación física y el deporte.

5.3. En los planes de urbanismo y de ordenación rural se han de incluir las necesidades a largo plazo en materia de instalaciones, equipo y material para la educación física y el deporte, teniendo en cuenta las posibilidades que ofrece el medio natural.¹

<http://juancamef.blogspot.com.br/2008/10/el-perfil-profesional-del-profesora-de.html>

1 Manifiesto Mundial de la Educación Física FIEP 2000, Carta Internacional de la Educación Física y del Deporte(UNESCO/1978),Artículo 5

Actividad Recreativa:

Todas las actividades físicas debemos de iniciar con un calentamiento adecuado para prevenir lesiones y que haya flujo en el movimiento:

Primera actividad. El juego del semáforo: en el cual todos estarán en formación libre y el profesor mencionara un color ya sea rojo, verde o anaranjado: los cuales al escuchar verde es para que corran rápido, rojo es para parar completamente y anaranjado para ir despacio.

Segunda actividad: esta se trata de tocar 10 partes del cuerpo humano de diez diferentes personas en el menor tiempo posible sin golpear a los compañeros con un toque sutil, el profesor dirá que parte se deberá tocar.

Tercera actividad: todos formaran un circulo tomados de las manos, el profesor colocara un aro en medio de las manos de dos participantes la cual tendrán que pasar hacia el lado derecho sin soltarse de las manos el aro tendrá que pasar alrededor de todo el circulo cuando esta pase el profesor agregara mas y mas.

Actividad cuatro: Carreras de obstáculos: los participantes se colocaran en tres grupos el primero correr hacia los obstáculos los cuales unos saltara y los otros pasara por debajo luego regresará hasta que pasen todos los de la hilera se dará un tiempo para que puedan beber agua y así fomentar el hábito de la hidratación durante la clase.

Cronograma de Actividades:

ACTIVIDAD	
El Rol del Profesor de Educación Física y su desarrollo dentro de los Medios Naturales	
Metodología	Cronograma

<ul style="list-style-type: none"> • Explicativo • Receso • practico. 	<ul style="list-style-type: none"> • 8:00 am a 9:00 Teórico. • 09:00 a 09:20 refacción • 09:20 a 10:00 actividades recreativas. • 10:10 a 10:200 evaluación.
--	--

10. Recursos:

Recursos	cantidades			Costos
Humanos	43 participante	9 hombres	34 mujeres	
Laptop	1			
Escritorios	43			
Cañonera	1			
Bocinas	2			
refacciones	43	Galleta , jugo	Agua pura	Q139.00
Aros plásticos	10			
Conos	30			
Vayas de tubo pvc	9			
Hojas papel bond	15			Q3.00
			total	Q142.00

11. Producto Esperado:

Que la comunidad educativa comprenda el rol del profesor de educación física del PADEPDEF dentro de su escuela y la gran importancia que tiene en el desarrollo integral de sus estudiantes desde los ámbitos biológico, psicológico, social y laboral y que así comprenda la importancia que tiene la práctica activa de cualquier actividad física para su salud.

12. Cobertura:

Personal docente, operativo, padres de familia y alumnos de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde.

13. Impacto:

Promover por medio de la clase de educación física los beneficios de la salud tanto mental como física de las personas que les trae la práctica activa de esta.

14. Evaluación de los participante

Aspectos a Evaluar	excelente 5pts	Muy bueno 4pts.	bueno 3pts.	regular 2.pts	deficiente 1pto.
1. Brinda la atención debida a las actividades.					
2. Reconoce la importancia de la clase de educación física,					
3. Se observa dentro del taller cual es el rol de la clase de educación fisca.					
4. El profesor de Educación Física detalla con claridad y un vocabulario apropiado al tema que está trabajando en el taller.					
5. Incluye comentarios en donde se evidencia la aplicación del tema impartido.					
6. El taller proporcione temas actualizados, interesantes y activos.					
7. Queda claro la importancia y el rol de la clase de educación fisca					

15. Logros Esperados:

- La adquisición de conocimientos de la comunidad educativa del la importancia que tiene el profesor de educación física dentro de su escuela.
- Cambiar el paradigma que la clase de educación física solo es jugar y que el profesor solo les tira una pelota y los observa
- Que adquiriera el hábito de la práctica de actividad física para mejorar su salud.
- Que se le brinde la ayuda necesaria por parte de la comunidad educativa al profesor de educación física para la realización adecuada de las clases de educación física.
- Desarrollar las habilidades motrices como las capacidades físicas de los niños de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde.

BIBLIOGRAFIAS – EGRAFIAS

<http://juancamef.blogspot.com.br/2008/10/el-perfil-profesional-del-profesora-de.html>

Manifiesto Mundial de la Educación Física FIEP 2000, Carta Internacional de la Educación Física y del Deporte (UNESCO/1978), Artículo 5

9.4 Programa de Extensión

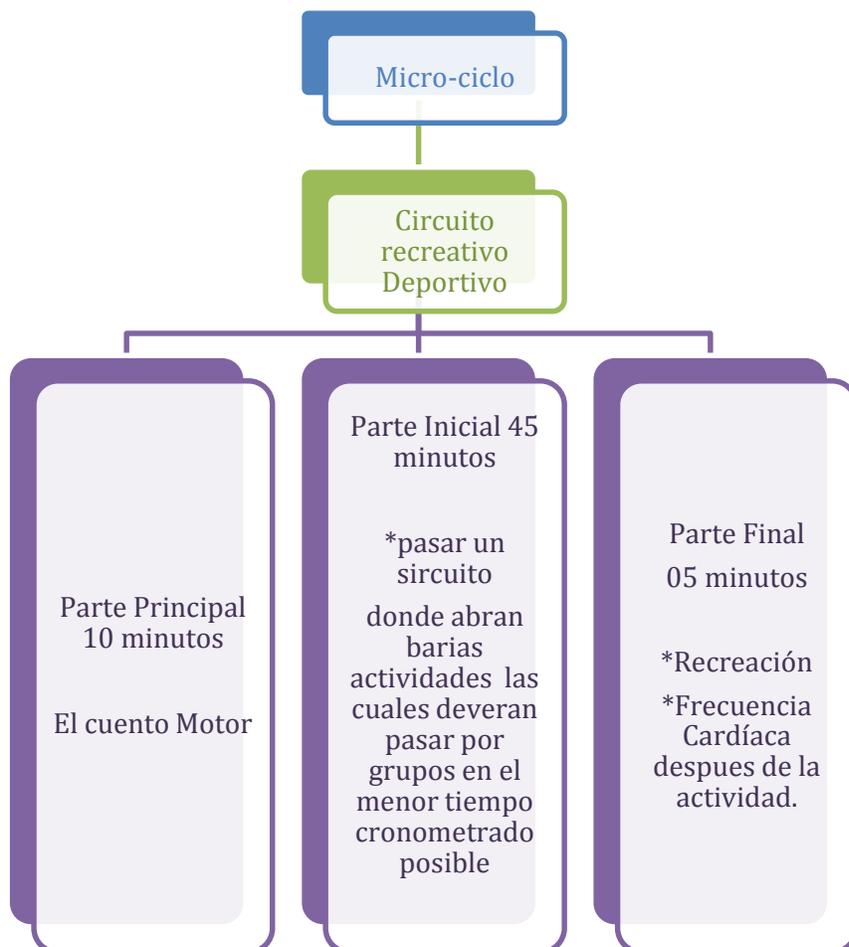
Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Poza Verde,	Procedimiento específico Actividad dirigida		
	Planificación y desarrollo (descripción): Rally Recreativo pre-deportivo		
	Ubicación geográfica: Sansare el Progreso		
	No. De participantes	Hombres: 74	Mujeres:77
Fecha:	011 de marzo del 2016		

1. Importancia de definir el tema generador	Circuito Deportivo
2. Edad del grupo a atender	Entre 8 años a 16 años de edad
3. Tipo de actividad a desarrollar	Microciclo de la clase de educación física.
4. Objetivos de la actividad	Trasladar los conocimientos adquiridos durante este proceso para darle a conocer y recuperar el papel de profesor de educación física dentro de la E.O.R.M. Aldea Poza Verde
5. Competencias a desarrollar	Desarrollar las habilidades motrices de los niños con circuitos motrices y actividades recreativas.
6. Guía de desarrollo de la actividad,	Ejemplo: Actividad inicial 15 minutos.

	<p>1. Toma de la frecuencia cardíaca en reposo.</p> <p>2. Peso.</p> <p>Parte inicial 10 minutos</p> <p>1. El cuento motor (calentamiento)</p> <p>2. calentamiento específico</p> <p>Parte principal. 45 minutos</p> <p>1.circuito deportivo:</p> <p>En grupos pasaran una serie de actividades recreativas en el menor tiempo cronometrado</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasar una serie de obstáculos en el menor tiempo posible. - Pasando por debajo y luego saltando de unos obstáculos de 35 centímetros. - Competencias de velocidad entre grupos. - Relevos de fuerza . - Pasar esquivando 20 conos sin botarlos. <p>Parte final 05 minutos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Recreativa <p>Frecuencia cardíaca después de la actividad.</p>
7. Tiempo de la actividad	120 minutos
8. Nombre del estudiante que realiza la propuesta	Carlos Miguel Marroquín Monzón
9. Estrategias a desarrollar	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Descubrimiento guiado. ✓ Aprendizaje significativo. ✓ Asignación de tareas. ✓ Participación Activa. ✓ Trabajo en equipo.

	✓ Fomento de valores.
10. Vinculación al curso de	Principios del Curriculum, Sistema de Evaluación Física, Acondicionamiento Físico de Edad Escolar, Metodología de la Planificación Deportiva II
<p>Justificación de la actividad, desde su aprendizaje:</p> <p>Los estudiantes de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física - ECTAFIDE –Programa Académico de Desarrollo Profesional Docente de Educación Física - PADEPDEF Universidad de San Carlos de Guatemala. Su principal motivo para llevar a cabo el programa de estudio del PADEF/DEF, en E.O.U.M. Aldea Poza Verde .Es promover el desarrollo motriz en los niños y las niñas de esta comunidad y circunvecinas, que no cuentan con una recreación extracurricular que les ayude a adquirir conocimientos deportivos básicos a través de la recreación y el juego. De esa manera podemos contribuir a la aplicación de algunos de los fines de la educación física es mejorar y preservar la salud, la práctica del deporte, e inducirlo a la práctica social, asimismo concientizarlo en mejoramiento del medio ambiente y corporalmente.</p>	
<p>11. Alcance de la actividad:</p> <p>Promover la actividad física, para la práctica activa a lo largo de su vida.</p>	
<p>12. Procedimientos vinculados a las actividades a desarrollar:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El cuento motor, mando directo, resolución de problemas, descubrimiento guiado. 	

13. Diagrama de flujo de la actividad:



14. Materiales a utilizar:

- 40 aros
- 40 conos
- Cronómetros
- Cuerdas.
- silbato

15. Evidencia de la actividad: (fotografías, videos, entre otros).

LISTADO DE NIÑOS PARTICIPANTES.

No.	NOMBRE DEL NIÑO	EDAD	PESO	FC REPOSO	FC DESPUÉS DE LA ACTIVIDAD
01					
02					
03					
04					
05					
06					
07					
08					
09					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

Programa de protocolo

01. Ingreso del pabellón
02. Himno nacional por todos los participantes
03. Palabras del coordinador:
04. Egreso del pabellón
05. Inicio de la práctica de campo por los estudiantes del programa.
06. Entrega de reconocimientos
07. Refacción

Lista de cotejo

No.	Criterio	Se evidencia conocimiento de la actividad		Realiza adecuadamente Ejercicios De cada estación		Tiene fluidez al realizar los ejercicios.		Muestra interés en la actividad.		Se ve motivado al realizar los ejercicios.	
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No
	Estudiante										
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											