

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
DE PÁRVULOS LOS LLANOS, JOCOTENANGO SACATEPÉQUEZ, JORNADA
MATUTINA NIVEL PREPRIMARIO”**

MARCO DAVID PALACIOS FLORES

GUATEMALA, OCTUBRE 2016

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

-PADEP/DEF-

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP/DEF EN EL
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA OFICIAL
DE PÁRVULOS LOS LLANOS, JOCOTENANGO SACATEPÉQUEZ, JORNADA
MATUTINA, NIVEL PREPRIMARIO”**

POR

MARCO DAVID PALACIOS FLORES

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE:
PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA

EN EL GRADO DE:

PROFESORADO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

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

LICENCIADO ABRAHAM CORTEZ MEJÍA

DIRECTOR

M.A. MYNOR ESTUARDO LEMUS URBINA

SECRETARIO

LICENCIADA DORA JUDITH LÒPEZ AVENDAÑO

LICENCIADO RONALD GIOVANNI MORALES SÀNCHEZ

REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

LICENCIADO JUAN FERNANDO PORRES ARELLANO

REPRESENTANTE DE LOS EGRESADOS

PABLO JOSUE MORA TELLO

MARIO ESTUARDO SITAVÍ SEMAYÁ

REPRESENTANTES DE LOS ESTUDIANTES



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-



C.c. Control Académico
Archivo
Reg. 129-2016
CODIPs. 2369-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante
Marco David Palacios Flores
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO TRIGÉSIMO (130º) del Acta CINCUENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (57-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 27 de septiembre 2016, que copiado literalmente dice:

“CENTÉSIMO TRIGÉSIMO: 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 de Párvulos Los Llanos, Jocotenango Sacatepéquez jornada matutina nivel preprimario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Marco David Palacios Flores

CARNÉ: 201025017

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/Sindy

PADEP/DEF No. 132-2016
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 de Párvulos Los Llanos, Jocotenango Sacatepéquez jornada matutina nivel preprimario”

Realizado por el estudiante:

Marco David Palacios Flores

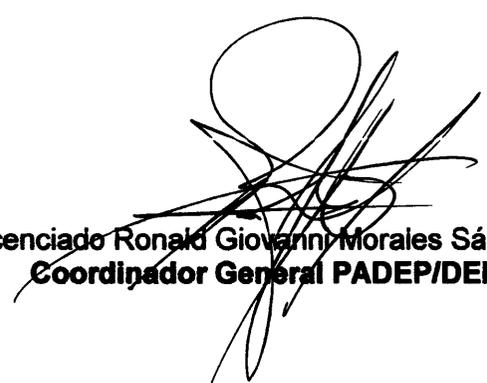
CARNÉ: 201025017

Carrera: Profesorado de Educación Física

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General PADEP/DEF





USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA



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



Guatemala 06 mayo 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulado **El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico Social, Laboral en la Escuela Oficial de Parvulos Los Llanos, Jocotenago, sacatepequez, Pre Primaria.** Del estudiante Marco David Palacios Flores con No. De Carné 201025017 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. 132-2016
CODIPs. 903-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
Marco David Palacios Flores
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO TRIGÉSIMO CUARTO (134º) del Acta CATORCE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (14-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 26 de febrero 2016, que copiado literalmente dice:

“CENTÉSIMO TRIGÉSIMO CUARTO: 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 de Párvulos Los Llanos, Jocotenango Sacatepéquez jornada matutina nivel preprimario”, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Marco David Palacios Flores

CARNÉ: 201025017

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/Sindy

Escuela Oficial de Párvulos "Los Llanos"
7ª Calle entre 2ª Y 3ª Avenidas
Colonia Los Llanos
Jocotenango, Sacatepéquez



Guatemala 01 abril 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Directora de la Escuela Oficial de Párvulos Los Llanos, Jocotenango Sacatepéquez el estudiante **Marco David Palacios Flores**, carné No. **201025017**, 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 de Párvulos Los Llanos, Jocotenango Sacatepéquez, jornada matutina nivel pre 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,


Directora
Alma Anabella Maldonado de Paz
Escuela Oficial de Párvulos Los Llanos
Jocotenango, Sacatepéquez.



Agradecimientos

Agradecido eternamente a Dios por haberme acompañado y guiado a lo largo del proceso de mi carrera, por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y por brindarme una vida llena de aprendizajes, experiencia y felicidad.

Le agradezco a mi familia por apoyarme en todo momento, por los valores que me inculcaron mis padres, y por haberme dado la oportunidad de darme una excelente educación en el transcurso de mi vida, por ser unos grandes ejemplos de lucha diaria.

Le agradezco a mi esposa y a mi hija por el apoyo, por la oportunidad de poder dedicar tiempo a mis estudios dejándolas en su momento olvidadas, a mis suegros por apoyarme en los momentos de dificultad y de viajes largos.

Agradezco la confianza, apoyo y dedicación de tiempo a los licenciados, que compartieron sus conocimientos y sabidurías para forjar una persona con valores profesionales pero sobre todo por haberme brindado su mano amiga.

Agradezco así mismo a mis viejos y nuevos amigos que extendieron su mano para brindar ayuda en los momentos de tristeza, por hacer los días de estudio alegres sin pensar en desmayar por el largo camino, en el cual juntos nos encontramos con grandes dificultades pero así también juntos supimos sobresalir.

Y a todas las personas que me rodearon durante el proceso de aprendizaje, todo aquel que me apoyo y extendió palabras de aliento para seguir en la lucha, coloco un granito de arena para lograr este éxito.

Dedicatoria

A Dios:

Por haberme dado la vida, salud y sabiduría para lograr alcanzar mis objetivos, y sobre todo su misericordia e infinita bondad.

A mis padres:

Por darme la oportunidad del estudio, por haberme enseñado a luchar por mis objetivos, por educarme con grandes valores morales. A mi Madre Clara Luz, por enseñarme a que el trabajo es el mejor camino al éxito, A mi padre Pedro Rene (Q.E.P.D) por su enseñanza a buscar el éxito por más difícil que se vuelva el entorno. A ellos dos por ser el pilar fundamental en todo lo que soy, en toda mi educación, tanto académica, como de la vida, por su incondicional apoyo perfectamente mantenido a través del tiempo y la distancia.

A mi familia:

Hermanos, cuñadas, sobrinos por todo el apoyo brindado con los momentos de desesperación y malos momentos que hice pasar.

A mi esposa e hija:

Por haberlas dejado solas en los momentos difíciles de enfermedad, por haberlas hecho pasar malos momentos con el estrés de trabajo y estudio, son lo mejor, y gracias a ustedes he logrado alcanzar esta meta.

A los licenciados:

Que sin ellos hubiera sido imposible terminar, sus buenas enseñanzas y la dedicación puesta en cada sesión, por habernos exigido para alcanzar nuestro objetivo.

A mis amigos:

Compañeros de trabajo y más que eso, grandes amigos por haberme ayudado, por ser tolerantes, por estar juntos en todo momento.

Índice

I. Introducción	1
II. Marco conceptual	3
2.1 Planteamiento del problema	3
2.2 Justificación	5
III. Marco metodológico	8
3.1 Objetivos	8
3.2 Método	8
a. Muestra	8
IV. Marco teórico	13
4.1 La educación física.	13
4.3. Ámbitos de Vinculación	20
a) Ámbito Biológico.	20
b) Ámbito Psicológico.	24
c) Ámbito social:	31
d) Ámbito Laboral.	33
V. Marco operativo	36
5.1 Diseño de la investigación	36
5.1.1 Equipo de investigación	36
5.1.2 Presupuesto	36
5.1.3 Programación	37
VI. Presentación de resultados	38
6.1 Análisis de datos	38
VII. Conclusiones	41
VIII. Recomendaciones	42

IX. Bibliografía	43
X. Anexo	44
10.1 Glosario	44
10.3 Programa de Docencia	51
10.4 Programa de Extensión	55

I. Introducción

La educación física dentro del pensum de estudio del nivel preprimario desde hace algunos años se ha vuelto de mucha importancia para el desarrollo de habilidades y destrezas en los niños para la mejora de su desempeño en la escuela y en la vida diaria.

Las habilidades coordinativas si se desarrollan de la mejor manera en los estudiantes de preprimaria será la mejor herramienta que se le deje para el proceso de aprendizaje para los siguientes niveles educativos tanto en el área psico- social sino también en el área motora, todo niño que juega y se mueve libremente se vuelve más feliz y aprende rápidamente.

El estudio de la metodología a utilizar para la enseñanza de la educación física dentro del nivel preprimario debe de ser una prioridad para los docentes que laboran en él, la fundamentación de las competencias a alcanzar con los estudiantes debe de ser lo primordial dentro de la planificación de las sesiones a trabajar con los niños, ya que cada una de ellas, conlleva a alcanzar diversos objetivos que van de la mano junto al desarrollo de las habilidades y destrezas en ellos.

La educación física como bien se indicaba anteriormente lleva de la mano otras áreas que harán bien a un niño dentro de cada sesión como bien podemos mencionar el área social, psicológica, biológica entre otras que si no se toman en cuenta puede contraer efectos negativos en el desarrollo los cuales no harán ningún bien a su crecimiento como estudiante.

El principal objetivo del estudio de “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 de Párvulos Los Llanos, Jocotenango, Sacatepéquez, Jornada Matutina, Preprimaria, es crear conciencia en los profesores que investigan sobre el tema y saber cómo se debe de desenvolver dentro del área de educación física y sus beneficios al correctamente para evitar

lesiones anatómicas o bien llevar a problemas sociales que como consecuencia tenga problemas psicológicos.

El desarrollo de la motricidad en los niños en las edades de 4 a 6 años y hasta los 8 y 9 años es fundamental, ya que las habilidades motoras como caminar, trepar, gatear son naturales pero algunos niños no lo logran hacer a cabalidad por algunas deficiencias causadas por el estilo de vida tan sedentaria que llevan durante la primera infancia, lo cual la clase de educación física ayuda a corregir, esto sí y solo si, el profesor sabe cuál es su rol dentro de este ámbito.

Saber el ámbito laboral en el cual se desenvuelve el profesor de educación física para tener en cuenta cuales son las leyes que lo amparan al momento de laborar con un grupo selecto de estudiantes o bien dentro de una institución educativa de gobierno o iniciativa privada. Cuáles son sus derechos, obligaciones tanto del estado como del profesor en funciones.

Son algunos datos que se pueden ver dentro de esta investigación la cual fue elaborada bajo los conocimientos de otros autores e investigación propia.

II. Marco conceptual

2.1 Planteamiento del problema

¿Cuál es el rol del maestro de educación física del -PADEP/DEF-, en el desarrollo integral de los estudiantes, desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral de la escuela oficial de párvulos Los Llanos, Jocotenango?

La clase de educación física desde que se incluye dentro del pensum de estudio de los educandos como un área específica, los docentes de esta tendrían que haber entrado en una etapa de evolución sobre sus metodologías de enseñanza, teniendo como responsabilidad el buen desarrollo físico y psicológico en el área motora del educando. Al hablar de evolución se puede hablar sobre estudios universitarios, donde entiendan los procesos que genera el mejor funcionamiento del cuerpo humano con el ejercicio físico y el bienestar psicosocial que conlleva el mismo.

Dentro de esta área se puede lograr el desarrollo de muchas habilidades desde un niño preescolar hasta un adolescente por medio de juegos, ejercicios y actividades lúdicas que mejorarán los aspectos psicológicos dentro de la sociedad, ya que comparte terreno con muchas personas dentro y fuera de su rango de edad.

El problema que se encuentra en la actualidad dentro de la educación física es la falta de actualizaciones en cuanto a metodología de nuevas enseñanzas y prácticas didácticas que permitan alcanzar el fin como docentes.

Los niños de edad preescolar suelen tener mucha dificultad para lograr actividades motoras inclusive las actividades naturales del ser humano. Como caminar, correr, saltar, trepar y gatear, sabiendo que es natural que existan faltas dentro de las edades de cuatro (4) a seis (6) años de edad, ya que la madurez motriz del infante no se encuentra totalmente desarrollada, pero como docentes del área de educación física se les debe orientar a mejorar ejercicios motores que tenga el

infante dentro de su desarrollo. Se denota un porcentaje más alto en desarrollo motor en niños que en niñas, sin importar su estatus social, y su etnia o religión.

La población de la ESCUELA OFICIAL DE PARVULOS "LOS LLANOS" JM de Jocotenango, Sacatepéquez, está integrada por niños de un estatus social medio, comprendiendo que es una población mixta dentro de las edades de cuatro a siete años de edad de un origen étnico noventa por ciento (90%) ladinos y un diez por ciento (10%) indígena.

Para lograr el abordaje del problema dentro de la institución educativa de nivel pre primario es necesaria la aplicación de instrumentos de evaluación calificando los niveles de motricidad que tengan los niños en cuanto las habilidades motoras naturales

Dentro de un cuestionamiento para la realización de la investigación sobre la realidad del rol el 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 de Párvulos Los Llanos, jornada matutina, podremos realizarnos ¿Cómo ayuda en el desarrollo biológico la Educación física?, ¿Cómo ayuda a la relación interpersonal en el estudiante la educación física?, ¿Cuál es la verdadera función del profesor de educación física?, ¿Qué beneficios psicológicos le da al alumno la educación física?.

Se sabe que la modernización trajo consigo más comodidades (electrodomésticos, vehículos) que lamentablemente el ser humano ha malinterpretado convirtiéndose en un ser inactivo físicamente, lo cual sumado a una dieta alta en grasa, glucosa y sodio y otros factores ambientales lamentablemente han desencadenado de manera progresiva una serie de enfermedades conocidas como enfermedades crónicas no transmisibles.

2.2 Justificación

La realización de este estudio, pretende exponer los orígenes, causas y consecuencias que por falta de tiempo, docentes de educación preescolar no llevan a cabo las actividades implícitas¹ en el programa de educación física, cabe aclarar que por ello existe la falta de prontitud dentro de las habilidades físicas, que propiamente es el niño en este nivel escolar debe tener por naturaleza.

Además, hay que remarcar que no es una materia de relleno, sino que es parte fundamental para el desarrollo armónico del cuerpo, así como también de gran beneficio para el desarrollo de las áreas afectivo, social, cognoscitivo y sobre todo físico, y por ello, es una materia integrada a los planes de estudio de dicho nivel, y que debe de ser valorada e incluso tomada en cuenta como tal.

Dentro de los beneficios que aporta la educación física en la educación preescolar, se puede mencionar que produce un mayor nivel de actividad infantil, aumenta su crecimiento, produce un adelanto en sus movimientos coordinados, permite que el niño se integre a la sociedad, refuerza su responsabilidad, contribuye a desarrollar su rendimiento en el aula. "La actividad de educación física constituye entonces un apoyo para la organización de la labor educativa en el preescolar"

La educación física es muy importante en el sistema educativo, ya que puede aportar una visión de la educación más dinámica a lo que estamos acostumbrados dentro del aula. Existe una mayor interacción con el resto de individuos, un mayor contacto entre el entorno y el alumno. En estos tiempos tecnológicos, los niños evitan a toda costa el contacto con el medio ambiente porque tienen toda la tarde ocupada viendo sus programas favoritos.

¹Implícito: Se refiere a todo aquello que se entiende que está incluido pero sin ser expresado de forma directa o explícitamente

Desde la educación infantil existe un progresivo descubrimiento del propio cuerpo como fuente de sensaciones, la exploración de las posibilidades de acción y funciones corporales, constituyendo experiencias obligatorias sobre las cuales construir el pensamiento infantil.

De igual forma, las relaciones afectivas establecidas en situaciones de actividad motriz, y en particular mediante el juego, serán fundamentales para el crecimiento emocional de todo individuo. La intervención del cuerpo desde la motricidad en la etapa de infantil de un modo lúdico y encantador para los niños. A la motricidad le corresponde la tarea de dar respuestas a cuestiones planteadas u otras, como el excesivo sedentarismo de la infancia o la obesidad infantil.

De acuerdo a (Saavedra, 2011), “sin implicancia de sobrepeso y obesidad existirían pacientes “mitocondriopatos²”, refiriéndose a aquellas personas que no están enfermas, que no necesariamente presentan dieta rica en grasa, pero que debido a la inactividad física se encuentran con una baja densidad mitocondrial, situación que iría en perjuicio de una mayor utilización de ácidos grasos que de no estimular un aumento de estos órganos (con ejercicio físico) estos sujetos comenzarían un acúmulo mayor de tejido adiposo producto de esta escasa metabolización de estos sustratos”.(Lepín, 16-2011)

Si bien es cierto no todo educador físico se inclinará a desarrollarse laboralmente en el área de la actividad física y salud, las casas de estudios en donde se imparte esta carrera profesional tienen que asumir alguna responsabilidad en la formación de profesionales orientados a esta área frente al 90% de sedentarismo, 39,3% de sobrepeso y 25,1% de obesidad en la población (Minsal, 2011).

²Mitocondriopatía: Grupo de síndromes y enfermedades neurológicas con signos derivados de la afectación muscular y del sistema nervioso central.

Tal responsabilidad implicaría necesariamente formación básica a los estudiantes de pregrado en el trabajo y aplicación del ejercicio en pacientes con obesidad y enfermedades crónicas, de manera que el futuro profesional obtenga un estímulo en previo acerca del cuidado y responsabilidad que requieren estos pacientes con fines de promover, prevenir y rehabilitar la salud.(Lepín, 16-2011)

III. Marco metodológico

3.1 Objetivos

a. General

Establecer el rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito bio-psico-socio-laboral en la escuela oficial de párvulos Los Llanos, Jocotenango, Sacatepéquez.

b. Específicos

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

3.2 Método

a. Muestra

a.1 Discrecional

El muestreo discrecional es una técnica de muestreo no probabilístico³ donde el investigador selecciona las unidades que serán muestra en base a su conocimiento y juicio profesional.

Existen dos tipos de muestreos que engloban a su vez a subgrupos; el muestreo probabilístico y el muestreo no probabilístico. En el primero cada elemento de la población, tiene oportunidad probabilística fija de ser seleccionado para la muestra, en el segundo; no se realiza al azar, lo que supone que las muestras son

³ Probabilístico: aplica o se basa en el cálculo de probabilidades; un modelo de análisis probabilístico: un análisis probabilístico del conflicto.

menos representativas que las probabilísticas, pero se reducen los costos y el tiempo de la selección.(Euroinnova, 2009)

b. Recolección de datos

b.1 Encuesta: es sin duda la metodología de investigación más utilizada en ciencias sociales y en el funcionamiento habitual de los gobiernos, los cuales apoyan en la información recogida en las encuestas para realizar las estadísticas. Una encuesta es esencialmente una técnica de recogida de información con una filosofía subyacente pero admite muy diferentes diseños de investigación.

Conviene señalar diversos aspectos que diluyen la claridad con la que suele definir la encuesta, incluida la definición anterior. Parece claro que si recogemos información de toda la población mediante un cuestionario no se trata de una encuesta, sino de un censo.

Hay autores que identifican el método de encuesta con la utilización de cuestionarios estructurados; por tanto, los estudios censales serían también encuestas.

Nunca se recoge información de toda la población objeto de un estudio porque siempre existe un porcentaje de no respuesta, de modo que de nuevo un censo podría considerarse una encuesta.(Martin, 2011)

c. Análisis estadístico de los datos

c.1 Estadística descriptiva: La Estadística es la parte de las Matemáticas que se encarga del estudio de una determinada característica en una población, recogiendo los datos, organizándolos en tablas, representándolos gráficamente y analizándolos para sacar conclusiones de dicha población.

Según se haga el estudio sobre todos los elementos de la población o sobre un grupo de ella, vamos a diferenciar dos tipos de Estadística:

Estadística descriptiva. Realiza el estudio sobre la población completa, observando una característica de la misma y calculando unos parámetros que den información global de toda la población.

Estadística inferencial. Realiza el estudio descriptivo sobre un subconjunto de la población llamado muestra y, posteriormente, extiende los resultados obtenidos a toda la población.

Conceptos básicos. En cualquier estudio estadístico aparecerán los conceptos: individuo, cada uno de los elementos, personas u objetos que se van a estudiar; población, que es el conjunto formado por todos los elementos a los que les vamos a hacer el estudio; muestra, el subconjunto de la población que elegimos para hacer un estudio más reducido.

d. Instrumentos

d. 1 Guía de Observación

Se conoce como guía a aquello que dirige o encamina. El término, de acuerdo al contexto, puede utilizarse de diversas maneras: una guía es un tratado que indica preceptos para dirigir cosas; una lista impresa de datos sobre una materia específica; o una persona que enseña a otra un determinado camino, entre otras posibilidades.

d.2 Escala de Likert

La escala de Likert tiene el honor de ser uno de los ítems más populares y utilizados en las encuestas. A diferencia de las preguntas dicotómicas con respuesta sí/no, la escala de Likert nos permite medir actitudes y conocer el grado de conformidad del encuestado con cualquier afirmación que le propongamos.

Resulta especialmente útil emplearla en situaciones en las que queremos que la persona matice su opinión. En este sentido, las categorías de respuesta nos servirán para capturar la intensidad de los sentimientos del encuestado hacia dicha afirmación.

Sería un ejemplo de Likert la afirmación “Estoy satisfecho con los productos de algún supermercado y la escala de valoración:

- (1) Totalmente en desacuerdo
- (2) En desacuerdo
- (3) Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- (4) De acuerdo
- (5) Totalmente de acuerdo

Ítem de Likert vs escala de Likert

Estrictamente hablando, la pregunta anterior es un ítem Likert. Mientras que si presentamos varios ítems Likert y sumamos las valoraciones del encuestado a cada uno de ellos, obtendremos como resultado una escala de Likert. Importante: solo debemos sumar las valoraciones de aquellos ítems cuyo contenido sea similar entre sí.

- Tipos de ítem Likert

Podemos utilizar el ítem Likert para medir diferentes actitudes de un encuestado.

Por ejemplo, podemos emplearlo para descubrir:

- El nivel de acuerdo con una afirmación.
- La frecuencia con la que se realiza cierta actividad.
- El nivel de importancia que se atribuye a un determinado factor.
- La valoración de un servicio, producto, o empresa.
- La probabilidad de realizar una acción futura.

¿Cuántos niveles debe tener el ítem?

Entre los investigadores no hay un consenso claro al respecto. Probablemente el ítem más utilizado sea el de 5 niveles, pero también se utilizan de 4, 7, o 10. Lo que sabemos es que añadir niveles redundante en la obtención de unas valoraciones más diversas. Por ejemplo, en un ítem de solo 5 puntos, los encuestados suelen evitar las 2 opciones extremas, obteniendo muy poca variación.

Por otro lado, hay estudios que concluyen que, a partir de 8 niveles, los resultados obtenidos son los mismos que con 8, con lo que añadir niveles no

redundará en una mayor variación en los resultados. Parece pues que lo óptimo son los ítems con 7 u 8 niveles.

¿Cómo tratar los resultados?

Una vez terminado el cuestionario, cada ítem puede ser analizado separadamente o bien, en determinados casos, las respuestas de un conjunto de ítems Likert pueden sumarse y obtener un valor total. El valor asignado a cada posición es arbitrario y lo determinará el propio investigador/diseñador de la encuesta. Dado este valor, podremos calcular la media, la mediana, o la moda. La mediana y la moda son las métricas más interesantes, dado que hacer una interpretación de la media numérica si manejamos categorías como “de acuerdo” o “en desacuerdo”, no nos aportará mucha información.

Normalmente, en investigación comercial, los datos obtenidos los trataremos como un intervalo, no como datos ordinales, si bien cabe señalar que en la literatura científica hay un amplio debate metodológico al respecto.

Ventajas del ítem Likert

Desde el punto de vista del diseño del cuestionario, es una escala fácil de construir. Desde el punto de vista del encuestado, le ofrecemos la facilidad de poder graduar su opinión ante afirmaciones complejas.

En Internet funciona especialmente bien: es muy visual, el encuestado puede realizar comparaciones entre ítems, así como modificar y ajustar su respuesta fácilmente.

Inconvenientes del ítem Likert

Por un lado, dos personas pueden obtener el mismo valor en la escala Likert, habiendo realizado elecciones diferentes.

Es difícil tratar las respuestas neutras, del tipo “ni de acuerdo ni en desacuerdo”.

Los encuestados tienden a estar de acuerdo con las afirmaciones presentadas.

IV. Marco teórico

4.1 La educación física.

La educación física es una disciplina que abarca lo relacionado con el movimiento corporal, visto desde el área educativa, nos ayuda a la formación integral del estudiante, integrante del sistema educativo. La educación del movimiento corporal impulsa la creatividad y promueve la participación, amistad y el disfrute de todo movimiento físico para mejorar la salud.

La educación física nos ayuda a transformar una vida cotidiana a una vida de práctica deportiva simple y sencillamente por la preservación de la salud y la prevención de enfermedades cardiovasculares, dentro de los beneficios que da la educación física encontramos que se busca la mejora de los integrantes de la sociedad en diferentes aspectos.

- ✓ Contribuye al cuidado y preservación de la salud.
- ✓ Al fomento de la tolerancia y el respeto de los derechos humanos.
- ✓ La ocupación del tiempo libre.
- ✓ Impulsa una vida activa en contra del sedentarismo.

Los medios utilizados son el juego motor, la iniciación deportiva⁴, 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.

La realización continúa y regular de la actividad física ha demostrado ser beneficiosa en el desarrollo del ser humano, así como para forjar el carácter, la disciplina, la toma de decisiones y el cumplimiento de las reglas dentro de la sociedad para mejorar su desenvolvimiento en la vida cotidiana.

⁴ Proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma contacto con él hasta que es capaz de practicarlo con adecuación a su técnica, su táctica y su reglamento.

La práctica del movimiento físico o ejercicio también llamado deporte, no se debe de limitar a los atletas federados o gente joven, todo ser humano debe de moverse deportivamente acorde a sus necesidades y sus posibilidades físicas.

En el ámbito educativo la educación física es una disciplina científico-pedagógica, que se centra en el movimiento corporal para alcanzar desarrollo motor en niños que no acostumbran a tener una vida activa físicamente.

No se puede hablar de la educación física como una ciencia pura ya que no se ocupa del estudio específico de un cierto objeto, sino de que toma elementos de diversas ciencias hasta conformar su marco de aplicación. Su campo de acción es la escuela y el sistema educativo en general, se considera a la educación física como un agente promotor de la salud, con la intención de prevenir enfermedades a través de actividades lúdicas para vincular al sujeto con el medio donde se desenvuelve.

La educación física demuestra que a través del movimiento corporal en beneficio al desarrollo nos ayuda a mejorar algunos aspectos motrices como la expresión corporal.

b) Etimología

Sabiendo hacia donde se quiere llegar, se debe saber de dónde venimos o de donde viene el término del tema principal, “El término está compuesto por dos partes claramente diferenciadas. Así, en primer lugar está conformado por la palabra educación cuyo origen etimológico se encuentra en el latín educatio que, a su vez, es fruto de la suma del prefijo ex que significa “hacia afuera”, el verbo ducere que equivale a “guiar” y el sufijo –ción que es sinónimo de “acción”.

c) Historia de la educación física.

En la prehistoria, el hombre practicaba el ejercicio físico para buscar seguridad, sobrevivir y saber cómo cazar los animales más fácilmente por medio del ejercicio, a través de la agilidad, fuerza, velocidad y energía, los motivos que movían al hombre a practicar el ejercicio físico, midiendo sus fuerzas con los demás, eran la búsqueda de la seguridad, de la subsistencia y de la potencia. La supervivencia del grupo dependía de que sus miembros poseyeran agilidad, fuerza, velocidad y energía.

Antiguamente la Educación Física consistía en ejercicios físicos para aumentar la agilidad, flexibilidad y la resistencia. En Esparta, el fin de la educación física era formar hombres de acción. En Grecia se buscaba la combinación de hombre de acción con hombre sabio, programa educativo que más tarde se llamó Palestra. Los griegos consideraban al cuerpo como un templo; que encerraba el cerebro y el alma, y la gimnasia era un medio para mantener la salud y la funcionalidad del cuerpo.

En cuanto a Roma, la educación física era muy parecida a la espartana, ya que el protagonista era el deportista. La preparación física en Roma era parecida a la espartana. A diferencia de Atenas el deportista era el protagonista. Galeno es el primero que propone ejercicios específicos para cada parte del cuerpo: ejercicios para dar tono muscular. Ejercicios rápidos (carrera, golpear, juegos de pelota, velocidad y reflejos).

Galeno fue también el primero en utilizar el pulso como medio de detectar los efectos del ejercicio físico. Durante la época Visigoda, ya se practicaban deportes tales como: lucha, saltos, lanzamiento de jabalina y esgrima. De la época Visigoda quedan aún algunos de los deportes y algunos ejercicios físicos tales como saltos, esgrima, lanzar jabalinas y lucha.

La gimnasia moderna nació a principios del siglo XIX en Suiza y Alemania con deportes como: saltos, carreras, luchas al aire libre, natación, equilibrio, danza, esgrima, escalamiento y equitación. En Inglaterra nacieron el fútbol, el rugby, el cricket y los deportes hípicos.

A fines del siglo XIX nacen los deportes de velocidad, tales como el ciclismo y el automovilismo, los cuales combinan la habilidad física con la eficiencia mecánica. La educación física como hoy la entendemos, se originó a través de las actividades físicas que el hombre trató de sistematizar en la antigüedad para mejorar su condición física para la guerra.

A fines del siglo pasado las escuelas e institutos de formación de profesores de educación física alcanzaron un nivel universitario.

d) Rol del profesor de educación física en la Escuela Oficial de párvulos Los Llanos:

El buen desarrollo de habilidades motrices y coordinativas a través del juego y la recreación, o actividades lúdicas-pedagógicas siendo esto un arte, ya que cada niño será un mundo diferente, un aprendizaje individual, y aprenderá a mejorar sus capacidades según sus necesidades de vida cotidiana. La clase de educación física se hace cada día en dar a conocer tanto como a personas y sus posibilidades de movimiento como sus dificultades, y allí es donde entra las metodologías individualistas que el docente debe de poner en práctica en cada día de clase, si a un niño le cuesta realizar un movimiento se deberá dedicar tan solo un minuto a tratar de mejorar esa capacidad en ese niño, sin olvidar que no debe de presionarse al pequeño a que sea perfecto al primer intento.

Cuando un niño se presenta a la escuela con problemas no trabajara adecuadamente o simplemente no querrá trabajar, bien podríamos decir que en el área preprimaria el problema más común es familiar, el cual le afectara demasiado por el simple hecho que sus papas son el todo para él. Todo llevara un eslabón extra viendo como un niño y su día a día, como una cadena de experiencias positivas y

negativas, en el caso de problemas familiares, podemos decir que un niño tendrá problemas de alimentación, de autoestima, de relaciones interpersonales e incluso de problemas físicos.

Entonces que hace el maestro de educación física en cualquiera que sea de los casos que viva el estudiante en etapa preescolar en su estadía por la escuela, el maestro se vuelve un mejor amigo, aquel que ayuda a olvidar en algún momento todo aquel problema que aqueja al niño, el en su momento ayudara al niño a mejorar en todo aspecto a un niño afectado emocionalmente.

El maestro de educación física al actuar dentro de la vida emocional de un niño con problemas brindara cariño y amor dando afecto de manera que el niño se sienta apreciado y sienta el verdadero valor que tiene dentro de un grupo de niños posiblemente muy grande, donde cada uno de ellos tiene un valor sentimental para los docentes.

Si se puede observar el comportamiento de cada uno de los niños se podrá ver que cada uno de ellos tiene un carácter diferente lo que hace que una clase de educación física según los valores fomentados en casa se comportaran adecuadamente o tendrán faltas al orden propuesto por los maestros, en ese momento el maestro deberá forjar la disciplina dentro del grupo generalizando los escenarios para no hacer sentir mal a un pequeño, dictando así las formas de conducta que deben tener dentro y fuera de la clase cuando el maestro este al mando, no siendo un dictador si no una figura que representa respeto. Logrando estos puntos con la formación humana a través de la fomentación de valores los cuales lo harán crecer en todo sentido como ser humano y siendo los más importantes el respeto, la perseverancia, la tolerancia, el compañerismo y el amor.

4.2 Desarrollo integral del estudiante.

El desarrollo del ser humano debe de llegar paso a paso para la perfección del hombre, esto implica acumulación de capacidades y habilidades motrices y psicológicas que ayudaran al desenvolvimiento en la vida cotidiana del individuo.

La integridad de las personas para lograr el perfeccionamiento conlleva a tener una formación en valores y su práctica total, esto aprendiéndolo día a día dentro de una comunidad que envuelve a toda la sociedad donde se desenvuelve

a) Desarrollo integral en los niños.

En los niños el desarrollo integral como ser humano debe de iniciar en casa con los padres de familia, hermanos, tíos y abuelos, allí en el estado familiar donde se brinda seguridad, compañía y la fuente principal de afecto.

El niño para lograr un buen desarrollo integral deberá no solo desenvolverse directamente con todos los miembros que lo rodean en casa y en la escuela sino que también deberá de incluir una buena comunicación donde el niño pueda entender y dar a entender sus necesidades como miembro de la sociedad. Esto entendiendo que el niño también tiene necesidades, experiencias, habilidades y destrezas, que todo al final se convierte en conocimiento pleno para ser una persona íntegra, gracias a todo los componentes que lo conforman.

Los niños que se desenvuelven dentro de un establecimiento preescolar ya desde muy temprana edad han vivido un sin número de experiencias que influenciaron su aprendizaje, llega al centro educativo con todo lo que vive en casa, en el parque e incluso en la iglesia, es por esto que las personas que comparten con el deberán crear un vínculo emocional para así tener un enfoque de comprensión.

Los niños que han sido educados muy independientes de la ayuda de los padres necesitarán más afecto físico, ya que son los que menos muestras de afecto han recibido en su hogar, los padres piensan que han hecho un buen trabajo con el niño pero con un desarrollo integral en el poco afecto emocional y físico afectará.

b) El desarrollo del niño de preescolar

En el plano físico, el niño de 6 años pesa un promedio de 20 kilos, seis veces más, mide 115 centímetros más, esto a partir de que nació.

En el plano psicológico, el niño de seis años ya ha adquirido numerosos conocimientos y sobre todo, ha sentado las bases que le permitirían intentar nuevas experiencias, en ocasiones comportamiento desconcertante, en otras de tranquilo o calmado a lo violento.

Pese a las grandes diferencias de medio geográfico, de condiciones materiales de vida, de estructuras sociales y de valores culturales, el conjunto de los niños del mundo presenta cierto número de caracteres comunes y pasa por las mismas etapas de desarrollo.

El desarrollo de un niño “normal” debe responder a ciertas exigencias generales:

- La adquisición de los conocimientos se llama desarrollo cognoscitivo.

Cada niño es único. El esquema de desarrollo es común para todos los niños, pero las diferencias en el carácter, las posibilidades físicas, el medio ambiente y el círculo familiar explican que, a la misma edad, los niños perfectamente “normales” puedan comportarse de modo diferente; el niño que camina a los 11 meses no es más normal que aquel que camina a los 16 o a los 18 meses. Tal niño que comenzó hizo rápidos progresos va a aminorar el ritmo de sus adquisiciones y será alcanzado por aquel que parecía “retrasado” algunos meses atrás.

El niño entre 2 y 3 años: el niño de 2 años ha adquirido cierta autonomía: puede desplazarse y comunicarse. Los años siguientes registrarán el acrecentamiento de la socialización, del descubrimiento y de la integración dentro de un universo más vasto que el de la familia de los allegados a ella. Al mismo tiempo, las relaciones afectivas con los demás van a modificarse en su evolución dependerá, en mucho la personalidad del adulto futuro.

A los 4 años el vocabulario se enriquece con adjetivos de matiz y con palabras enlace. El niño sabe comparar lo que es más grande, más pequeño.

A los 5 años los pronombres relativos, las conjugaciones aparecen; el niño conjuga, sabe nombrar los colores. El lenguaje es manipulado con facilidad; persisten a

menudo pequeñas imperfecciones ligadas a torpezas gramaticales y que constituyen el encanto del lenguaje infantil, desaparecerán normalmente hacia los 6 años.

Motricidad: Los dos primeros años de la vida del niño se señalan por la adquisición y luego por la consolidación de la posición del pie y de la marcha, en los siguientes años se produce un enriquecimiento considerable de las aptitudes motoras en cantidad y en calidad.

La carrera, el salto en un pie, la marcha en punta de pies, son en primer lugar juegos para el niño de 2 a 4 años; muestran el perfeccionamiento de la motricidad. En la misma manera en lo que concierne saltar y trepar para el niño de 5 años; el niño de 6 años, actuando en el límite de sus fuerzas, puede triunfar en casi todas las actividades físicas reservadas a los más grandes, para lo cual aporta una precisión y una posibilidad de coordinación que se perfeccionan mucho entre los 2 y los 6 años. Los gestos se vuelven más precisos, más hábiles, más finos. Esta facultad le permite efectuar progresivamente los gestos complejos del juego o de la vida diaria; así es como a los 2 años puede apilar seis cubos, quiere desvestirse solo; a los 4 años, se viste solo, dibuja figuras geométricas simples; a los 6, la precisión de los gestos le permite el aprendizaje del lenguaje escrito. (Unesco, 1976)

4.3. Ámbitos de Vinculación

a) Ámbito Biológico.

Biología: De vocablos griegos de significados *Bio*: vida y *Logos*: tratados, es la ciencia que se ocupa de estudiar la vida, sus orígenes y la evolución desde su inicio. Una ciencia reciente cuyos fundamentos son sólidos y verídicos está en cooperación con otras disciplinas científicas como la zoología, botánica, física y la química.

i. Etapas de Crecimiento.

Desde el nacimiento hasta la muerte el individuo experimenta diversos cambios físicos y emocionales según la etapa en la que se encuentra por edad. Una persona pasa por 6 etapas de crecimiento relativamente fáciles de reconocer.

Recién nacido: corresponde al momento de salir del vientre de la madre teniendo el primer contacto con el mundo externo, el periodo neonatal dura cuatro semanas y se caracteriza por la experimentación de muchos cambios rápidos y adaptaciones. Se convierten en seres completamente indefensos, su cuerpo es muy flexible y algunos huesos no están unidos al cien por ciento, él bebe es mayor mente de cartílagos.

Infancia: se marca en su primer año de edad, el niño desarrolla habilidades que lo ayudan a moverse en su entorno, todo lo lograra según se vaya desarrollando el cerebro, logra sujetar objetos, mantiene su espalda erguida, mantiene su peso con sus piernas, gatea y en ocasiones antes del de iniciar su segundo año logra caminar. Sigue siendo dependiente de sus padres, balbucea y reconoce a su madre y a algunas otras personas cercanas.

Niñez: comprende desde el inicio de su segundo año de vida hasta los trece años, cuando comienza la pubertad, los niños crecen durante sus dos primeros 2 años, su cuerpo gana tamaño, y se vuelve proporcional en cuanto al tamaño de la cabeza. Los niños crecen seis centímetros por año. Por medio de actividades lúdicas obtiene habilidades necesarias para su desarrollo físico, social y mental.

ii. Desarrollo biológico en los niños

El desarrollo biológico en los niños se refiere puramente al crecimiento y se refiere al peso y talla, mientras que se desarrollan cambios en la composición de maduración de todo lo relacionado al cuerpo tanto interno como externo. Durante el crecimiento del niño desde el nacimiento dependerá directamente de su nutrición, la cual brindara a su cuerpo los nutrientes necesarios para el buen funcionamiento y el desarrollo en sí.

Durante el desarrollo del niño no solo podremos ver si se está llevando a cabo la maduración de los órganos dentro de él por su salud externa, y esto ayudara a que el lleve una maduración en cuanto al carácter, como se menciona anteriormente el ser humano será una cadena, donde una cosa conlleva a otra sin olvidar nada sobre su desarrollo, en este caso, si el niño está perfectamente en su organismo el niño lograra una sociabilidad perfecta en su entorno.

Existen al nacer, entre grupos de niños pertenecientes a diversas clases sociales, diferencias de estatura y de peso que, además de la influencia del medio, condicionaran las posibilidades o los peligros en la vida futura.(Unesco, 1976)

iii. Efectos biológicos del ejercicio en preescolares

Los estudios sobre los efectos biológicos de la actividad física en adultos son frecuentes, sin embargo en el mundo infantil es escasa la bibliografía al respecto, quizás por las dificultades metodológicas y éticas que conllevan estas investigaciones. A veces, los investigadores se han preocupado más de los riesgos de la especialización precoz y del entrenamiento específico en jóvenes -como pueden ser el aumento de lesiones osteoarticulares, alteraciones cardiovasculares, inmunológicas, que de los efectos beneficiosos del ejercicio moderado en la salud integral del niño.

La afirmación anterior está pendiente de demostrar científicamente a través de estudios longitudinales que lo atestigüen. Así, la correlación positiva y significativa, aunque baja, entre la actividad física de la niñez y adolescencia con respecto a la edad adulta, aunque parece que la inactividad física muestra una mejor posibilidad de predicción que la propia actividad, o sea que los niños sedentarios tendrían grandes posibilidades de convertirse en adultos sedentarios.

"Las consecuencias patológicas de los factores de riesgo existentes sólo se manifiestan décadas después de su instauración. Por ello, hay que controlarlos y contrarrestarlos ya en los primeros períodos de la vida. Esta afirmación es

especialmente válida para la inactividad física" (Federación Internacional de Medicina Deportiva -FIMS-, 1989).

Según Pieron y col. (1997) varios factores de riesgo de enfermedades crónicas están presentes o empiezan ya en el periodo de la niñez, como el sedentarismo, el tabaco o la alimentación incorrecta.

Los beneficios de la actividad física para la salud se obtienen cuando el ejercicio es un hábito y no una práctica ocasional, ya que realizado de forma intensa y esporádica puede ser perjudicial.

Aunque la importancia real de la condición física para la salud de los niños está poco clara, hay determinados autores, que indican que la actividad física en sí, puede reducir los riesgos de enfermedad, mejorar la condición física, optimizar el crecimiento y favorecer la futura participación en actividades físicas.

A nivel cardiovascular, se determina que con una actividad moderada diaria de unos 30 minutos se pueden prevenir los procesos degenerativos, que pueden llevar a la arteriosclerosis o la hipertensión, que ya comienzan a producirse desde la infancia. Así, la actividad aeróbica produce una reducción de la presión sistólica y diastólica en adolescentes hipertensos, a partir de los tres meses de trabajo.

- Actividad física regular está inversamente relacionada con los factores de riesgo cardiovascular (colesterol, sobrepeso,), tanto en adultos como en niños.
- La actividad física regular en niños conlleva una disminución de lípidos y grasas en sangre, así como un incremento de la resistencia orgánica.
- La disminución de la inactividad en la infancia es una consideración importante en sí misma, ya que es un factor de riesgo evidente para las enfermedades cardiovasculares, debido a que los niveles de dichos factores en esta población predicen futuros niveles en adultos jóvenes.

Resumiendo los principales efectos de carácter biológico en relación con la salud que produce la adaptación al esfuerzo físico, son los siguientes:

- ✓ Aumento del consumo máximo de oxígeno, gasto cardiaco-volumen sistólico.
- ✓ Reducción de la frecuencia cardiaca a un consumo de oxígeno dado.
- ✓ Mayor eficacia del músculo cardiaco.
- ✓ Aumento de la capitalización del músculo esquelético.
- ✓ Mejora de la capacidad de utilización de los ácidos grasos libres durante el ejercicio-ahorro de glucógeno.
- ✓ Mejora de la resistencia durante el ejercicio.
- ✓ Aumento del metabolismo, lo que resulta beneficioso desde el punto de vista nutricional
- ✓ Contrarresta la obesidad
- ✓ Mejora la estructura y función de los ligamentos y articulaciones.
- ✓ Aumenta la fuerza muscular
- ✓ Aumenta la liberación de endorfina.
- ✓ Amplifica las ramificaciones de la fibra muscular.
- ✓ Mejora la tolerancia al calor-aumenta la sudoración.
- ✓ Contrarresta la osteoporosis.
- ✓ Puede normalizar la tolerancia a la glucosa.

b) **Ámbito Psicológico.**

i. **Desarrollo Psicosocial de Erickson**

“La Teoría del Desarrollo Psicosocial fue ideada por Erik Erikson a partir de la reinterpretación de las fases psicosexuales desarrolladas por Sigmund Freud en las cuales subrayó los aspectos sociales de cada una de ellas en cuatro facetas principales.

Enfatizó la comprensión del ‘yo’ como una fuerza intensa, como una capacidad organizadora de la persona, capaz de reconciliar las fuerzas sintónicas y distónicas, así como de resolver las crisis derivadas del contexto genético, cultural e histórico de cada persona.

Puso en relieve las etapas de desarrollo psicosexual de Freud, integrando la dimensión social y el desarrollo psicosocial.

Propuso el concepto de desarrollo de la personalidad desde la infancia a la vejez. Investigó acerca del impacto de la cultura, de la sociedad y de la historia en el desarrollo de la personalidad. Erikson también propone una teoría de la competencia. Cada una de las etapas vitales da pie al desarrollo de una serie de competencias. (Regader, 2016)

Si en cada una de las nuevas etapas de la vida la persona ha logrado la competencia correspondiente a ese momento vital, esa persona experimentará una sensación de dominio que Erikson conceptualiza como fuerza del ego. Haber adquirido la competencia ayuda a resolver las metas que se presentarán durante la siguiente etapa vital.

Otro de los rasgos fundamentales de la teoría de Erikson es que cada una de las etapas se ven determinadas por un conflicto que permite el desarrollo individual. Cuando la persona logra resolver cada uno de los conflictos, crece psicológicamente.

En la resolución de estos conflictos la persona halla un gran potencial para el crecimiento, pero por otra parte también podemos encontrar un gran potencial para el fracaso si no se logra superar el conflicto propio de esa etapa vital.

Al igual que Piaget, Erik Erikson (1902-1994) sostuvo que los niños se desarrollan en un orden predeterminado. En vez de centrarse en el desarrollo cognitivo, sin embargo, él estaba interesado en cómo los niños se socializan y cómo esto afecta a su sentido de identidad personal. La teoría de Erikson del desarrollo psicosocial está formada por ocho etapas distintas, cada una con dos resultados posibles.

Según la teoría, la terminación exitosa de cada etapa da lugar a una personalidad sana y a interacciones acertadas con los demás. El fracaso a la hora de completar con éxito una etapa puede dar lugar a una capacidad reducida para terminar las otras etapas y, por lo tanto, a una personalidad y un sentido de identidad personal menos sanos. Estas etapas, sin embargo, se pueden resolver con éxito en el futuro.

Confianza frente a desconfianza:

Desde el nacimiento hasta la edad de un año, los niños comienzan a desarrollar la capacidad de confiar en los demás basándose en la consistencia de sus cuidadores (generalmente las madres y padres). Si la confianza se desarrolla con éxito, el niño/a gana confianza y seguridad en el mundo a su alrededor y es capaz de sentirse seguro incluso cuando está amenazado. No completar con éxito esta etapa puede dar lugar a una incapacidad para confiar, y por lo tanto, una sensación de miedo por la inconsistencia del mundo. Puede dar lugar a ansiedad, a inseguridades, y a una sensación excesiva de desconfianza en el mundo.

Autonomía frente a vergüenza y duda

Entre el primer y el tercer año, los niños comienzan a afirmar su independencia, caminando lejos de su madre, escogiendo con qué juguete jugar, y haciendo elecciones sobre lo que quiere usar para vestir, lo que desea comer, etc. Si se anima y apoya la independencia creciente de los niños en esta etapa, se vuelven más confiados y seguros respecto a su propia capacidad de sobrevivir en el mundo. Si los critican, controlan excesivamente, o no se les da la oportunidad de afirmarse, comienzan a sentirse inadecuados en su capacidad de sobrevivir, y pueden entonces volverse excesivamente dependiente de los demás, carecer de autoestima, y tener una sensación de vergüenza o dudas acerca de sus propias capacidades.

Iniciativa frente a culpa

Alrededor de los tres años y hasta los siete, los niños se imponen o hacen valer con más frecuencia. Comienzan a planear actividades, inventan juegos, e inician actividades con otras personas. Si se les da la oportunidad, los niños desarrollan una sensación de iniciativa, y se sienten seguros de su capacidad para dirigir a otras personas y tomar decisiones. Inversamente, si esta tendencia se ve frustrada con la crítica o el control, los niños desarrollan un sentido de culpabilidad. Pueden sentirse como un fastidio para los demás y por lo tanto, seguirán siendo seguidores, con falta de iniciativa.

Industriosidad frente a inferioridad

Desde los seis años hasta la pubertad, los niños comienzan a desarrollar una sensación de orgullo en sus logros. Inician proyectos, los siguen hasta terminarlos, y se sienten bien por lo que han alcanzado. Durante este tiempo, los profesores desempeñan un papel creciente en el desarrollo del niño.

Si se anima y refuerza a los niños por su iniciativa, comienzan a sentirse trabajadores y tener confianza en su capacidad para alcanzar metas. Si esta iniciativa no se anima y es restringida por los padres o profesores, el niño comienza a sentirse inferior, dudando de sus propias capacidades y, por lo tanto, puede no alcanzar todo su potencial.

ii. Teoría de aprendizaje de Vigotsky

La psicología estudia los fenómenos psíquicos, se entiende por fenómeno todas las funciones psicológicas humanas como la percepción, la memoria, la inteligencia, el pensamiento, la motivación, el aprendizaje, la sexualidad, las etapas del desarrollo normal y la conducta en general de un individuo.

La psicología también abarca lo social y los fenómenos que pueden encontrarse a nivel grupal como dentro de la familia, un equipo deportivo, en conclusión podemos decir que se encarga del comportamiento humano. Los niños progresan gradualmente en el ámbito cognitivo, afectivo, sexual y social de una

manera progresiva, conocer cuáles son las etapas por las que pasan los niños durante su crecimiento personal hacia la edad adulta es una forma para poder desarrollarles sus aptitudes y actitudes.

iii. Desarrollo psicológico del niño preescolar

Cuando se habla de desarrollo psicológico se incluyen el cognitivo, el afectivo, sexual y social. Para focalizar los aspectos más propios de una edad específica, hemos diferenciado las etapas de este desarrollo por edad.

- 0-2 años, la primera infancia
- 2-5 años, la segunda infancia
- 5-11 años, la tercera infancia o niñez
- 11-16 años, la primera adolescencia

Hay que tener en cuenta que la etapa a la que nos enfocaremos es en las primeras tres infancias que desarrollan los niños y que en muchas ocasiones las características de una se solapan con las otras.

Tabla No. 1 Desarrollo psicomotor.

EDAD	DEFINICION
0-2	Durante los primeros meses de vida él bebe se abre a un mundo totalmente nuevo y por conocer, tantas personas que le rodean, su propio cuerpo, una herramienta que no conoce ni sabe controlar, y deberá de descubrir muchos sonidos de su cuerpo y de su propia voz. En su primer año de su vida la figura materna es la que tiene el papel fundamental en el desarrollo armónico del niño, ella favorece al sentimiento de seguridad para el resto de la vida.
2-5	El mundo se amplía y empieza a crecer cada vez más alrededor del niño, su progresiva libertad y autonomía de movimiento le permite explorar todo lo que le rodea, ya anda, sube, baja, corre, dibuja, salta.

	Ya se relaciona afectivamente con los hermanos y otros integrantes de la familia. La egocentricidad del niño es muy notable, él quiere ser el centro del mundo, todo lugar es perfecto para la socialización con otros niños, y ellos al jugar ponen sus propias reglas. Se inician los celos y se observan rabietas y en algunos casos sobrepasan los límites.
5- 7	“voy a la escuela” la entrada a la escuela marca un hito importante en la evolución del niño, toda su curiosidad y energías se entran en el aprendizaje, él quiere empezar a leer todo lo que ve, toda actividad se vuelve una aventura, su pensamiento se hace cada vez más flexible. Coordina sus movimientos y sus dibujos son “casi” una obra de arte. En la escuela el niño se encuentra, inmerso en un mundo más estructurado con respecto a su entorno, el maestro se vuelve una nueva figura en la vida del niño.

Fuente: Elaboración propia.

vi. Beneficios de la educación física en el ámbito psicológico

Promueve el desarrollo e integración social: La práctica deportiva encierra, en su esencia, el juego en todas sus manifestaciones como un medio inmejorable de interacción con los demás, logrando niveles de integración que casi ninguna otra actividad puede alcanzar, con todo lo que ello implica en la construcción del individuo como ser social. En el juego no hay colores, razas, credos o estratos y, por lo general, a los estudiantes deportistas se les inculca el respeto por las diferencias entre las personas.

Genera sentido de pertenencia: Estar en un equipo deportivo crea un sentido de pertenencia y por lo tanto de identidad y fuerza entre los jóvenes en formación.

Forma en valores y virtudes: El deporte es una herramienta apropiada para enseñar a todos, pero sobre todo a los más jóvenes, valores y virtudes como justicia,

lealtad, superación, convivencia, respeto, compañerismo, trabajo en equipo, disciplina, responsabilidad y tolerancia.

Ayuda a la convivencia: Normalmente el deporte obliga a los pequeños a trabajar en equipo, a colaborar con otros y a aprender que la fuerza está en la unión de muchos.

El cerebro de los niños, en especial, necesita moverse para aprender. Es más, el cerebro aprende y recuerda más cuando está en movimiento. Además, el ejercicio físico regula la segregación de tres neurotransmisores asociados a una buena salud mental. Estas sustancias son la dopamina⁵, la serotonina⁶ y norepinefrina⁷. Hacer ejercicio estimula la memoria y las funciones ejecutivas del lóbulo frontal, por lo que los niños que lo hacen con regularidad identifican más rápido los estímulos visuales y se concentran más que los niños pasivos.

Eleva la autoestima: Los niños que practican un deporte o hacen un ejercicio físico suelen tener más alta la autoestima, sufren menos depresión y ansiedad. También les permite hacer catarsis, pues al pegarle, por ejemplo, a una pelota se liberan rabias y frustraciones reprimidas, y esto es sano.

Forja la disciplina: Practicar deportes de manera regular estimula la disciplina en general: los jóvenes deportistas son más organizados, estructurados y menos propensos a caer en malos hábitos. Puede convertirse en factor de desarrollo personal. El deporte puede ser –y de hecho así es– un factor de desarrollo de la persona al convertirse en un estilo de vida que conduce al individuo a hacer de esta práctica su vocación y profesión, e incluso una oportunidad para abandonar ciertas realidades personales o sociales.

⁵Dopamina: La Dopamina es un neurotransmisor reléase/versión por el cerebro que desempeña varias funciones en los seres humanos.

⁶ Serotonina: Sustancia encargada de transmitir las señales nerviosas a través de las neuronas.

⁷ Norepinefrina (noradrenalina) Como hormona del estrés, la noradrenalina afecta a partes del cerebro donde se controlan la atención y las acciones de respuesta

Reduce el estrés: La actividad física y deportiva es una terapia no farmacológica efectiva para reducir el estrés, los trastornos del sueño, depresión, ansiedad y otras alteraciones que surgen a lo largo de la vida. El deporte está relacionado con el bienestar psicológico y reduce los riesgos de sufrir algunos problemas de salud, tanto físicos como mentales, tales como los estados de tensión y ansiedad. Además posee un efecto ansiolítico que mejora los estados de irritabilidad y agresividad.

c) **Ámbito social:**

Sociedad: es el entorno en el cual se desenvuelven los seres humanos desde su nacimiento hasta la muerte. El ser humano es naturalmente social, ya que dentro de la sociedad él se comunica con más seres humanos con los cuales se desenvuelve y comparte en un diario vivir.

El factor social son circunstancias que influyen en la acción y el resultado educativo, el individuo, el educando y el estudiante, como seres educados, no son la resultante solo de su propio esfuerzo, capacidad y voluntad, ni tampoco la consecuencia del trabajo intencional y sistemático de su maestro sino, además, el fruto de una serie de factores de carácter social que influyen sobre el condicionándolo y conformándolo de particular manera. Ninguna persona puede sencillamente liberarse de su época y de su mundo.(Lemus, 1978)

El comportamiento psicosocial explica de manera el sujeto se ajusta a la realidad social; es decir, como aprende el conjunto de normas o convenciones que rigen toda relación social. El deporte constituye una de esas múltiples entidades sociales a las que el individuo debe adaptarse. Este se halla vinculado a un conjunto de normas.(Oceano)

Influencias socioeconómicas: La riqueza o la pobreza de la familia de un niño tendrán un efecto dramático en todo aspecto. Los niños que tienen una condición económica favorable y los que tienen mucha deficiencia igual comparten una deficiencia y una parte negativa que los afectara para su desarrollo integral dentro

de la sociedad. Pero en el caso de los niños de escasos recursos afectara más por condiciones de falta de una salud adecuada para el aprendizaje, el trabajar le quitara oportunidades de vivir nuevas experiencias y así aprender de ellas para sobre salir en la escuela. El nivel socio- económico sin duda es el mayor factor externo en el desarrollo del niño, ya que determina las oportunidades dentro del proceso educativo del niño tanto académicamente como en la vida diaria.

i. Resiliencia.

Es la capacidad que tiene una persona o un grupo de recuperarse frente a la adversidad para seguir proyectando el futuro. En ocasiones, las circunstancias difíciles o los traumas permiten desarrollar recursos que se encontraban latentes y que el individuo desconocía hasta el momento. El análisis de la psicología respecto a la resiliencia ha cambiado con los años. Durante mucho tiempo, este tipo de respuestas eran consideradas como inusuales o patológicas. Sin embargo, los psicólogos actuales reconocen que se trata de una respuesta común como forma de ajuste frente a la adversidad.

La resiliencia para la psicología positiva: La psicología positiva considera a los problemas como desafíos, que son enfrentados y superados por las personas gracias a la resiliencia. Existen distintas circunstancias que favorecerán o no el desarrollo de la resiliencia en cada hombre, como la educación, las relaciones familiares y el contexto social. Los especialistas afirman que la resiliencia está vinculada a la autoestima, por lo que es importante trabajar con los niños desde pequeños para que puedan desarrollar sanamente esta capacidad.

“Una escuela debería ser una red tejida alrededor de múltiples círculos de expectativas positivas en expansión. En definitiva, una escuela debería ser una escuela de esperanza, una bendición de los dioses. Y entonces, tal vez, la excelencia educativa no fuera una quimera⁸” (Miravalles, 2012)

⁸Sueño o ilusión que es producto de la imaginación y que se anhela o se persigue pese a ser muy improbable que se realice.

d) **Ámbito Laboral.**

i. Base legal

ii. Dirección General de Educación Física – DIGEF-

La Educación Física según nuestra historia, se registran durante la época precolombina, teniendo como finalidad preparar para la vida guerrera, durante la colonia, se recibía “calistenia” en las escuelas organizadas por el Obispo Francisco Marroquín. Durante largo tiempo se mantiene en grupos privilegiados hasta el gobierno de Estrada Cabrera, el cual organiza las escuelas prácticas, que con equipos gimnásticos se establece la clase de Educación Física con calistenia y gimnasia de aparatos. En el año 1929 se creó la Liga Deportiva y se hizo el primer intento por organizar y asociar a las diversas ramas deportivas que existían en el país. Con manifiesto desinterés la Educación Física fue introducida nuevamente en 1930 con el nombre de Gimnasia Escolar bajo la tutela del Negociado de Deportes del Ministerio de la Guerra, fundamentalmente denominado “Milicia Escolar”. En el año 1931 se creó el Negociado de Deportes. Al crearla, el Estado reconoció por primera vez la responsabilidad que tenía para desarrollar la Educación Física y el Deporte. En 1936 pasa a depender del Departamento de Extensión Cultural y Deportes del Ministerio de Educación Pública en el gobierno del General Jorge Ubico que creó la Secretaría de Deportes, con el propósito de extender sus beneficios al interior del país, es decir, para desarrollar estas actividades a escala nacional; en los años de 1940 aparece el Departamento de Educación Física.

iii. Acuerdo 176-97

Los inicios de la DIGEF empezaron en el año 1940, cuando se creó el Departamento de Educación Física, dentro de la estructura organizativa de la oficina de extensión, cultura y deportes, del Ministerio de Educación Pública. Según el Acuerdo Gubernativo No. 368 “PALACIO NACIONAL”.- Ministerio de Educación Pública.- Guatemala, 26 de noviembre de 1947.-En la administración del entonces EL PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA, Juan José Arévalo, se creó la Dirección General de Educación Física con categoría de Dirección General.

CONSIDERANDO: Que es deber del Estado proteger el desarrollo físico de niños, adolescentes y jóvenes, y que la Constitución de la República declara de utilidad social el incremento del deporte y la cultura física.

“El 8 de octubre de 1986, por Acuerdo Gubernativo No 756-86 se modificó su nominación a Dirección de Educación Física, Recreación y Deporte Escolar, restándole la categoría de Dirección General. El 15 de enero de 1990, el Decreto No. 75-89 – Ley del Deporte, la Educación Física y Recreación- le reconoce nuevamente la categoría inicial denominándole Dirección General de Educación Física, Recreación y Deporte. El 28 de agosto de 1997 el Congreso de la República realiza una readecuación y emite el Decreto 76-97 Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte. El título 2, capítulo 1, artículo 32. Crea y reconoce, a través del Ministerio de Educación la Dirección General de Educación Física, con la responsabilidad de coordinar y dar cumplimiento a la filosofía, política y directrices de la Educación Física Nacional.”

b) Comunidad educativa⁹

i. Padres

Los padres de familia juegan un papel muy importante dentro del desarrollo integral del niño como parte de la sociedad en la que se desempeña el niño durante su crecimiento tanto académico como humano, con el simple hecho de que los padres cooperen con la educación del niño fomentando los valores dentro y fuera de la casa cuando están en compañía de ellos, ya es un gran avance para la escuela ya que no tendrá ningún problema con diseñar sus conductas dentro del salón de clases y en el caso de la clase de educación física en la cancha o patio donde sabrán respetar las reglas y lineamientos que el profesor indique durante su sesión.

ii. Maestros

Al estar dentro de la sesión de educación física los maestros deben acompañar al estudiante para observar su comportamiento durante la clase así

⁹ Comunidad educativa integrada por todos los ejes involucrados dentro del proceso educativo dentro de la sociedad (padres de familia, Maestros, estudiante y en algunas ocasiones personas o entidades externas).

observara que necesita reforzar dentro el salón si hubiese necesidad de hacerlo, claro que el maestro de educación física debe de observar y corregir conductas inadecuadas en el momento, en cuanto a conducta se habla sobre el valor del respeto, el cual es indispensable dentro de la sociedad para crecer íntegramente y ser aceptado dentro de la misma.

Para poder ayudar al desarrollo bio- psicosocial el niño deberá de realizar ejercicios adecuadamente para llevar a cabo el desarrollo biológico que necesita para lograr un buen desarrollo psicológico el cual ayudara a encajar en la sociedad y el maestro de aula deberá de aportar al niño actividades lúdicas dentro y fuera del salón de clase para que el estudiante vea la importancia de la actividad física durante el estudio.

iii. Estudiantes

El estudiante como el eje más importante dentro del proceso educativo deberá de poner el mayor interés para lograr el desarrollo integral que necesita para desarrollarse dentro de la sociedad, dentro de todos los ámbitos que envuelve la educación física para su desarrollo integral. Lo más importante que debe tomar en cuenta el estudiante es un punto de vista positivo todo aquello que en las sesiones se realice ya que esto lo ayudara a desenvolverse en todo tipo de caso que se le presente en la vida cotidiana.

V. Marco operativo

5.1 Diseño de la investigación

5.1.1 Equipo de investigación

Investigador principal	Muestra a investigar	Personal docente de la institución educativa
MEF. Marco David Palacios Flores	Estudiantes del nivel preprimaria Grado: preparatoria 16 niños 14 niñas	Alma Anabela Maldonado de paz (Directora) Profa. Sara Márquez Profa. Olga Cáceres Profa. Sonia Reyes Profa. Paola Arriola Profa. Gabriela Cuyún Profa. Ana González Profa. Perla Castellanos Profa. Julia Morales Profa. Alma Miranda Profa. Liz Reyes

5.1.2 Presupuesto

Recursos materiales	Costo Q.
Papel	Q.100.00
Tinta	Q.90.00
Internet	Q.100.00 x 4 = 400

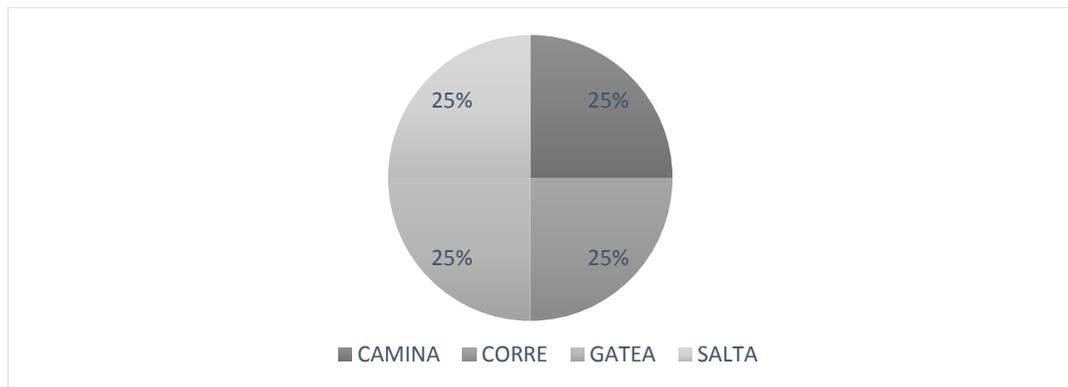
5.1.3 Programación

Temporalidad Mes- año- No de semana	09 - 2015	10 - 2015	11 - 2015	12- 2015	01 - 2016	02 - 2016	03 - 2016	04 - 2016
Actividad					6			
Análisis de contexto								
Priorización de temas de investigación								
Formulación plan de investigación								
Planteamiento del problema								
Justificación								
Análisis de objetivos								
Estado de arte								
Marco Teórico								
Aplicación de instrumentos								
Formulación informe final de investigación								
Análisis de datos								
Interpretación de resultados								
Conclusiones y recomendaciones								
Examen privado de la sistematización								
1 Revisión informe final								
2 Revisión informe final								
Aprobación informe final con fines de graduación								

VI. Presentación de resultados

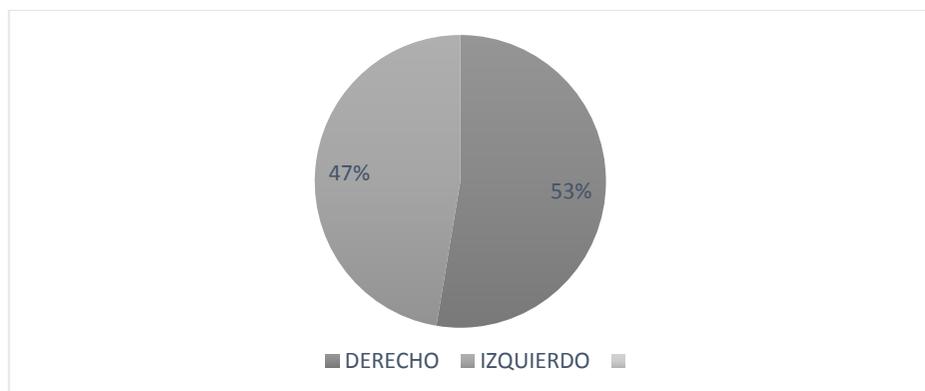
6.1 Análisis de datos

Figura No.1 ¿Cómo realizo su Desplazamiento?



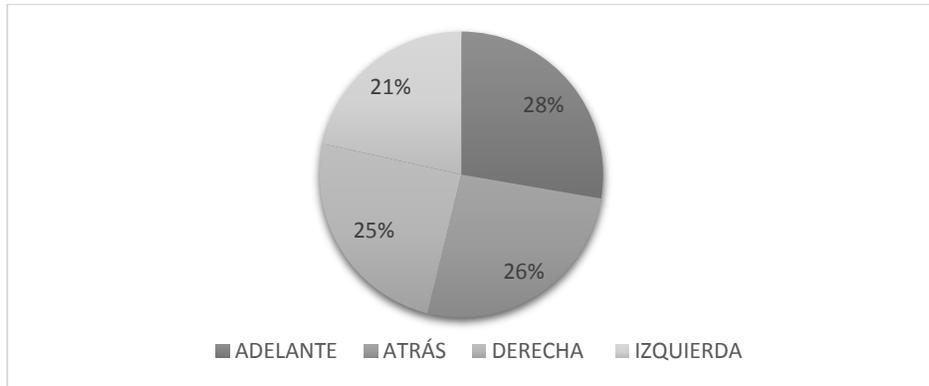
1. Desplazamientos: de los treinta niños (muestra) todos al preguntarles de qué manera se pueden movilizar (desplazar) hacia diferentes puntos opinaron y dijeron que caminando, corriendo, saltando y gateando así mismo, realizando las acciones propuestas.

Figura No.2 ¿Identifica su Lateralidad?



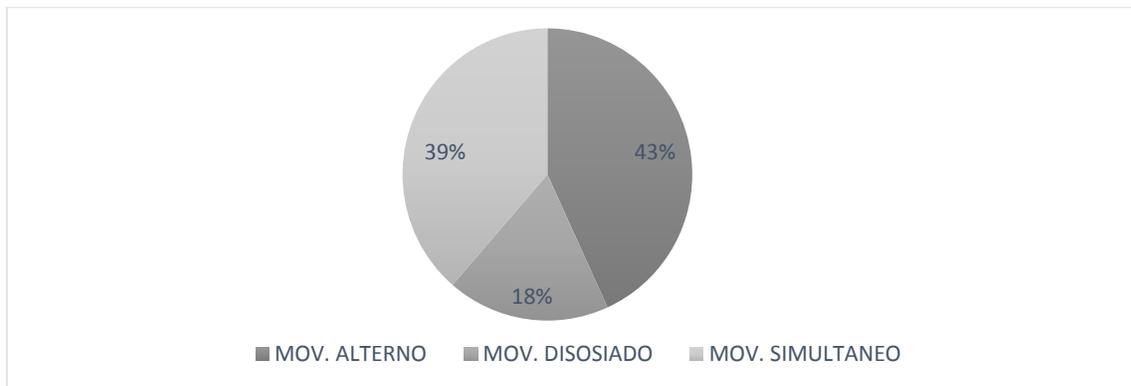
2. Lateralidad: Durante los juegos realizados durante la prueba a los niños se les pregunto quienes sabían cuál era su derecha e izquierda, la mayoría identifico su derecha pero así mismo confundió la derecha con izquierda, quedando muy pocos acertados hacia el lado correcto. Trabajando mediante el juego se pudo evaluar quienes lograban identificar su lateralidad.

Figura No.3 ¿Cómo se ubica en su espacio?



3. Ubicación espacial: la prueba para esta habilidad se realizó por medio de un juego con el cual se descubre que niños logran identificar hacia qué dirección de su espacio se debe movilizar. Constatando que el 15% comete errores en sus decisiones por falta de seguridad y conocimiento por práctica y el 85% logra realizar las actividades sin temor a confundirse.

Figura No.4. ¿Qué tipo de movimientos logra realizar en cuanto al dominio temporal?



Dominio Temporal: Al evaluar a los niños sobre quienes lograban realizar los ejercicios sobre diferentes movimientos, se logra notar que algunos niños logran realizar los ejercicios, teniendo un resultado diverso en cuantas dificultades.

Figura No.5 ¿Cómo maneja su equilibrio según las situaciones previstas?

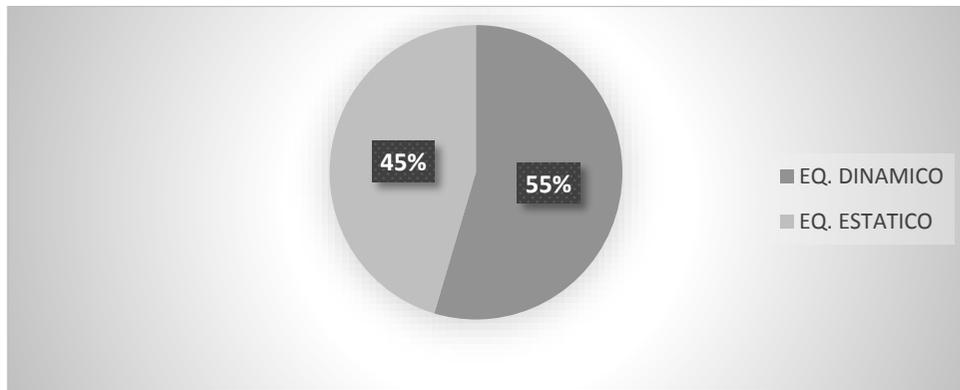


Figura No.5

Equilibrio: cuando se pregunta a los niños si saben que es caminar sobre una cuerda floja, ellos responden con acciones sobre equilibrio dinámico como estático, observando que los resultados de logro es mayor al déficit de la utilización de su cuerpo en equilibrio.

Figura No.6 ¿Cuál es su evidencia ritmo motriz?

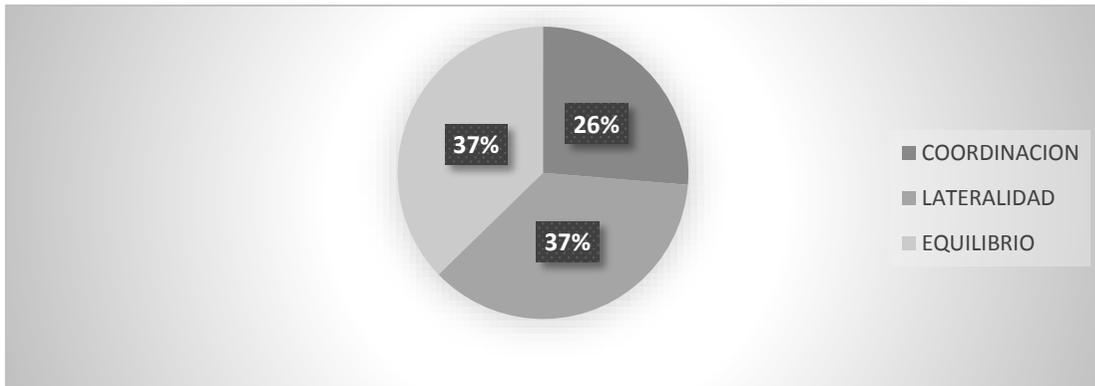


Figura No.6

Ritmo Motriz: Para poder evaluar la utilización de todas sus habilidades se utilizó el ritmo motriz desglosando las habilidades en diferentes momentos musicales mediante un baile con demostración anticipada y practica previa a la evaluación para enseñar los movimientos donde se constata que el 85% logra realizar las actividades sin dificultad, y el otro 15% las realiza con grados de inseguridad y dificultad.

VII. Conclusiones

1. Ejercer de la participación del profesor de educación física dentro de los establecimientos para el desarrollo motor en los niños en edades preescolares debe de ser prioridad, el hecho de tener a los niños por treinta a treinta y cinco minutos por grupos mayores de 30 estudiantes, es algo difícil pero no imposible para poder desarrollar sus habilidades que en todo momento debe de utilizar para poderse desenvolver en la vida cotidiana sin restricción alguna.
2. Promover el trabajo honesto dentro de su establecimiento teniendo en cuenta que su presencia y trabajo fortalecerá las habilidades que el niño por naturaleza trae mejorara mucho en los ámbitos psicológicos, biológicos e inclusive social, siendo este último uno de los más importantes, ya que el ser humano es cien por ciento social, y no hay momento en el cual el individuo se socialice, de una u otra manera deberá cruzar palabras con algún niño dentro de su entorno.
3. Ayudar en los ámbitos biológicos y psicológicos en el niño que practica algún ejercicio físico durante su desarrollo, para que su organismo funcione de la mejor manera, esto conllevará a que sea un niño sano, tanto biológica como psicológicamente, ningún niño sano llevara en su mente algún pensamiento negativo hacia las acciones que toma durante el día, jugando con sus amigos, maestros y familia.

/III. Recomendaciones

1. Promover la continuidad de las investigaciones hacia la importancia del profesor de educación física en el nivel preprimaria, ayudara a que cada uno de ellos que labora en el medio sepa que habilidades desarrollar mediante los ámbitos que mejorara con su trabajo.
2. Organizar a las profesoras y directoras de las escuelas de nivel preprimaria para supervisar la labor realizada por el profesor de educación física para trabajar de la mano y mejorar las habilidades de motricidad tanto fina como gruesa en los estudiantes.
3. Proponer a las autoridades educativas competentes asignar a los maestros de educación física de los niveles educativos preprimaria y primario a 2 sesiones por semana para el óptimo desarrollo motor en los niños para la mejora del rendimiento académico de los mismos.
4. Aplicar pruebas o test de desarrollo motor a los niños que tengan un año escolar continuo, tanto diagnostico como valorativo para verificar el logro de las competencias propuestas durante el ciclo escolar.

IX. Bibliografía

- Autores, C. d. (1979). *Teoría y metodología de la enseñanza de la educación Física*. Pueblo y Educación
- Barkley, E. F., Cross, K. P., & Howell Major, C. (2007). *Técnicas de aprendizaje colaborativo*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencias Secretaría General Técnica y Ediciones Morata, S.L.
- B, V. (s.f.). *La Educación Física en la Educación Básica*. Madrid: Gymnos.
- Euroinnova. (2009). Técnicas de investigación. En Desconocido, *Técnicas de investigación* (pág. 130). Madrid: Euroinnova.
- Martin, F. A. (2011). La encuesta una perspectiva general metodologica. En F. A. Martin, *Cuadernos Metodologicos* (pág. 125). Madrid: Centro de Investigaciones Sociologicas.
- Miravalles, A. F. (2012). La resiliencia en entornos socioeducativos. En A. F. Miravalles. Madrid: Narcea ediciones.
- Puni.A., D. y. (1979). *Psicología de la Educación Física y el Deporte*. De la Habana: Científico Técnica.
- Revista Digital*. (14 de abril de 2009). Obtenido de <http://www.efdeportes.com>
- Unesco. (1976). El niño desde su nacimiento hasta los seis años. En *El niño desde su nacimiento hasta los seis años* (pág. 58). Paris: Unesco.
- Sánchez. (s.f.). *Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte*. Madrid: Gymnos.

X. Anexo

10.1 Glosario

- Agilidad:** Agilidad de movimientos; agilidad y eficacia en el cobro, 21
- Deporte:** Actividad o ejercicio físico, sujeto a determinadas normas, en que se hace prueba, con o sin competición, de habilidad, destreza o fuerza física., 20
- Desarrollo:** Crecimiento intelectual del individuo adquirido por el ejercicio mental del aprendizaje de la enseñanza empírica, 9
- Destrezas:** Acciones motrices, movimientos de alta calidad eficiencia y funcionalidad., 7, 24
- Evaluación:** Valoración de conocimientos, actitud y rendimiento de una persona o de un servicio., 14
- Feedback:** Capacidad de un emisor para recoger reacciones de los receptores y modificar su mensaje, de acuerdo con lo recogido, 10
- Fuerza:** Capacidad física para realizar un trabajo o un movimiento, 21
- Gimnasia:** Práctica de ejercicio físico que sirve para desarrollar, fortalecer y dar flexibilidad al cuerpo., 22
- Habilidades:** Capacidad resultante de coordinar y subordinar entre sí, la acción de aspectos cualitativos del movimiento, en busca de una respuesta eficaz a los estímulos del medio., 7,
- Juego:** Actividad que se realiza generalmente para divertirse o entretenerse y en la que se ejercita alguna capacidad o destreza., 9
- Lúdico:** Adjetivo, del juego o relacionado con esta actividad, 22
- Pedagógicas:** Ciencia que estudia la metodología y las técnicas que se aplican a la enseñanza y la educación, especialmente la infantil., 22
- Salud:** Estado en que un ser u organismo vivo no tiene ninguna lesión ni padece ninguna enfermedad y ejerce con normalidad todas sus funciones., 12
- Velocidad:** Magnitud física, a partir de la cual se puede expresar el desplazamiento que realiza un objeto en una unidad determinada de tiempo., 21

10.3 Instrumentos

Universidad San Carlos de Guatemala

Programa Académico de Profesionalización Docente de Educación Física

Rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde los ámbitos, biológico, psicológico, social y laboral de la Escuela Oficial de Párvulos Los Llanos, Jocotenango Sacatepéquez.

Nivel Preprimaria – Edad: 6 años

Guía de observación

Objetivo:

- Identificar desde el ámbito biológico las capacidades motrices para el desarrollo de las habilidades coordinativas.

Lineamiento:

Para medir las capacidades coordinativas y condicionales del niño a través de la guía de observación.

- Se evaluara en grupo observando los aspectos básicos de coordinación, posturas y equilibrio.
- Se aplicara la evaluación de dos categorías de capacidades condicionales por sesión presencial.

12	Gómez Hernández, DulceMonserrat													
13	Lobos Márquez, Mario Alexander													
14	López García, Nayeli Galilea													
15	López Tejashún, Ludy Mariel													
16	Maldonado Estrada, KatherineFabiola													
17	Márquez Chan, Karen Sucely													
18	Marroquín Velázquez, José David													
19	Orellana de León, Alexander Esaú													
20	QuiñonezChiroy, Alonso Víctor													
21	Ramos, María José													
22	Samayoa Rodríguez, Eduardo Enmanuel													
23	Santos Cay, Nataly Gabriela													
24	SaraviaVielman, María Fernanda													
25	Segura López, María Alejandra													
26	Serech Jerónimo, Chelsea Tatiana													
27	Valle Vielman, Joel Alexander													

Firma Docente encargado

Vo.Bo. Dirección

No.	Nombre del alumno	LATERALIDAD									
		Descriptor	Izquierda			Derecha			---		
			MB	B	R	MB	B	R	MB	B	R
		Postura									
		Equilibrio									
		coordinación									

No.	Nombre del alumno	ORIENTACION ESPACIAL												
		Descriptor	Adelante - atrás			Arriba - abajo			Adentro - afuera			Cerca - lejos		
			MB	B	R	MB	B	R	MB	B	R	MB	B	R
		Postura												
		Equilibrio												
		coordinación												

No.	Nombre del alumno	BILATERALIDAD									
		Descriptor	Simultáneos			alternos			disociados		
			MB	B	R	MB	B	R	MB	B	R
		Postura									
		Equilibrio									
		coordinación									

No.	Nombre del alumno	EQUILIBRIO									
		Descriptor	estático			dinámico			---		
			MB	B	R	MB	B	R	MB	B	R
		Postura									
		Equilibrio									
		coordinación									

9.3 Programa de Docencia

Universidad San Carlos de Guatemala

Programa Académico de Profesionalización Docente de Educación Física

Rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde los ámbitos, biológico, psicológico, social y laboral de la Escuela Oficial de Párvulos Los Llanos, Jocotenango Sacatepéquez

PROGRAMA DE DOCENCIA

Parte informativa

Establecimiento: Escuela oficial de párvulos los llanos, Jocotenango, Sacatepéquez

Ciclo escolar: 2016

Personas encargadas: Marco David Palacios Flores

JUSTIFICACIÓN:

- Fomentar la práctica de actividades saludables y de convivencia en armonía entre los niños para un mejor aprendizaje de las habilidades motrices.

OBJETIVO

Objetivo general:

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

Objetivo específico:

- Dar a conocer la importancia que tiene las capacidades motrices en los niños para un desarrollo motriz óptimo en sus habilidades coordinativas en su diario vivir.
- Que conozca las deficiencias que puede tener el niño al no desarrollar correctamente las capacidades motrices para perfeccionar sus habilidades coordinativas en el cuerpo del estudiante.

Funciones:

- Orientar al maestro de aula sobre la importancia que tiene las actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades motrices en el niño.

Actividades

- Orientar sobre la importancia de las capacidades motrices.

➤ Se dividen en la siguiente categoría:

1. Desplazamiento

- Caminar
- Saltar
- Correr

2. Lateralidad

- Derecha
- Izquierda

3. Orientación espacial

- Adelante – atrás
- Arriba – abajo
- Adentro- afuera
- Cerca – lejos

4. Bilateralidad

- Movimientos Simultáneos
- Movimientos Alternos
- Movimientos Disociados

5. Equilibrio

- Estático
- Dinámico

6. Coordinación

- Óculo- manual
- Óculo- pie

7. Cambio de dirección y sentido

- Cambio de dirección
- Derecha – Izquierda

8. Ritmo Motriz

- Sin elementos
- Con elementos

Taller teórico práctico:

Se realizara una inducción o capacitación a todos los maestros teóricos durante tres días enfatizando la importancia de las capacidades motrices para desarrollar en los estudiantes sus habilidades coordinativas.

Durante dos días ya en la práctica llenar las rubricas de las listas de cotejo con grupos de maestros diferentes en cada juego.



Universidad San Carlos de Guatemala

Programa Académico de Profesionalización para Docentes de Educación Física

Nombre del capacitador: _____ Fecha _____

Aspectos a evaluar		Si	No	Podría mejorar
	Tema:			
1	Presentó la finalidad del tema a desarrollar			
2	Utilizó vocabulario adecuado en el desarrollo de las temáticas			
3	Utilizo material didáctico para el desarrollo de la temática.			
	Materiales			
4	Utilizó material de apoyo acorde a la temática			
5	Resolvió dudas con claridad			
6	El espacio físico fue el adecuado para el desarrollo de las actividades practicas			
7	Motivo adecuadamente el taller			
8	El tiempo fue el adecuado para el desarrollo de las actividades teóricas y practicas			
9	Manejo el tema con seguridad			
10	Utilizo la indumentaria adecuada			
11	Tubo relación la teoría con la practica			
12	Alcanzó el desarrollo de competencias sobre la capacidades coordinativas			

Vo.Bo. Direccion.

9.4 Programa de Extensión

PROGRAMA DE EXTENCION

OBJETIVO GENERAL

- Adaptar los juegos tradicionales en la evaluación de las capacidades motrices

OBJETIVO ESPECIFICO

- Viendo la necesidad que existe en la población guatemalteca de promover actividades físicas en tiempo de ocio, nos damos a la tarea de enseñar actividades recreativas para estas vacaciones.
- Promover la actividad recreativa para que el niño, niña y padres de familia para que juegue, aprenda y comparta mediante la actividad lúdica.
- Comprende que la actividad física y la recreación son métodos para mejorar el desarrollo durante el proceso enseñanza – aprendizaje siendo estos creativos, sociales y físicos.
- Involucrar al docente de aula dentro del proceso de desarrollo físico del niño para mejorar aspectos de sociabilidad, recreación y aprendizaje.

Universidad San Carlos de Guatemala

Programa Académico de Profesionalización Docente de Educación Física

Rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde los ámbitos, biológico, psicológico, social y laboral de la Escuela Oficial de Párvulos Los Llanos, Jocotenango Sacatepéquez

DIRIGIDO A:

Centros educativos públicos y privados

FECHAS A REALIZARSE:

LUGAR:

Nombre de municipio: _____

Establecimiento: _____

Nombre de profesor: _____

Festival de juegos

Desarrollo de la actividad:

Bienvenida al festival: bienvenida por maestras asignadas a padres

Acreditación (entrega de asistencia de juegos): se le entregara una boleta con el número de todos los juegos y a su vez se le indicara en que numero de estación empezara a jugar. Firmar listado de asistencia y cuantos participantes de la familia vienen a la actividad.

Inauguración: acto protocolario e indicaciones del desarrollo de la actividad a cargo de la directora y el profesor de educación física el cual indicara donde se encuentran cada una de las estaciones, sistema de rotación de las actividades: de acuerdo al número asignado en la acreditación su rotación será de forma ascendente a la señal de cambio. En cada estación se le marcara la boleta entregada en la acreditación que al final será revisada para la premiación.

Ficha de registro

Tiro al blanco	Baile olímpico	Matateroterola	Encostalados
1	2	3	4
Electrizado	Salto de cuerda	Hula- hula	Arranca cebollas
5	6	7	8

De la premiación:

Premiación a todos los padres con sus hijos se les entregara en un acto simbólico una medalla por su excelente labor y buena participación en la convivencia.

Evaluación de la actividad

Escala de apreciación: A diferencia de las listas de cotejo, las escalas de apreciación incorporan un nivel de desempeño, que puede ser expresado en una escala numérica (o conceptual) gráfica o descriptiva. Por lo tanto, las escalas de apreciación tienen la misma estructura que las listas de cotejo, pero incorporan más de dos variables en la observación. Esto permite discriminar con un grado de mayor precisión el comportamiento a observar o el contenido a medir.

Se emplea el mismo ejemplo que para las listas de cotejo, tomado del Programa de Lengua. Suponiendo que las categorías utilizadas sean conceptos, tales como muy bien, bien, suficiente e insuficiente. Nótese que la elección de las categorías determina el rango de resultados posibles, ya que de los cuatro conceptos utilizados, tres apuntan al logro del indicador (muy bien, bien, suficiente) y sólo uno a su no obtención (insuficiente).

Competencias:

- Verificar de una manera clara el éxito alcanzado.
- Encontrar la puntos debeles y de esa manera mejorar la actividad.
- Tomar en cuenta el punto de vista de los participantes.

Lineamientos

Evaluación de la autoridad inmediata:

Se solicita a los directores de los centros educativos participantes evalúen verbalmente la actividad.

Se les entregara una ficha de evaluación a los participantes los cuales deberán responder de una manera clara las preguntas en ella se le presenten.

En una ficha de evaluación de la actividad.

- A continuación se le presenta una serie de preguntas las cuales deberá leer detenida mente.
- En las columnas de lado derecho se encontraran los aspectos a tomar en cuenta para la evacuación de cada aspecto y al finalizar el cuestionario encontrara un espacio el cual servirá para que usted deje su opinión, de cómo le pareció la actividad.
- Marque con una x en el aspecto que usted crea conveniente en las columnas del lado derecho.

	E	MB	NM
Como califica la organización del evento			
Se encontró los materiales necesarios en cada juego.			
El espacio en el que trabajo fue adecuado a las necesidades del evento.			
los juegos fueron accesibles en todo momento.			
Encontró apoyo en cada juego.			
Otras observaciones:			

Recursos

Material didáctico	Recurso humano	Otros recursos
- espacio amplio - Aros - Conos - Cuerdas - Pelotas - Cajas - Pita - costales -postes	- Maestros - Estudiantes - Directores - coordinador técnico Administrativo. - Organizadores - personal de apoyo - Municipalidad - Bomberos Municipales	Sonido Transporte Tarima Bolsas para basura Papel

Organizador

MEF. Marco David Palacios Flores

Vo.Bo. Directora.

Equilibrio



El equilibrio mejora su concentración.

Lateralidad



La lateralidad ayuda en su lectoescritura

Dominio espacial



El dominio espacial ayuda a fácil localización de objetos

