

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

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP/DEF EN EL
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA OFICIAL
RURAL MIXTA ALDEA BUENA VISTA, SAN PEDRO YEPOCAPA,
CHIMALTENANGO JORNADA MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

POR

HÉBER DARÍO XIA UMUL

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE:

PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA

EN EL GRADO DE:

PROFESORADO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

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

Licenciado Abraham Cortez Mejía
DIRECTOR

M.A Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO

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

Pablo Josue Mora Tello
Mario Estuardo Sitaví Semeyá
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES

M.A Juan Fernando Porres Arellano
REPRESENTANTE DE EGRESADOS

C.c. Control Académico
Archivo
Reg. 173-2016
CODIPs. 2413-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante
Héber Darío Xia Umul
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO SEPTUAGÉSIMO CUARTO (174º) 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 SEPTUAGÉSIMO 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 Rural Mixta Aldea Buena Vista, San Pedro Yepocapa, Chimaltenango jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Héber Darío Xia Umul

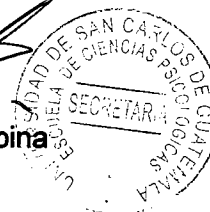
CARNÉ: 201417637

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. Myrór Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



PADEP/DEF No. 177-2016
28 de Julio de 2016

Señores
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano

Estimados Señores:

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

“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Buena Vista, San Pedro Yepocapa, Chimaltenango jornada matutina nivel primario”

Realizado por el estudiante:

Héber Darío Xia Umul

CARNÉ: 201417637

Carrera: Profesorado de Educación Física

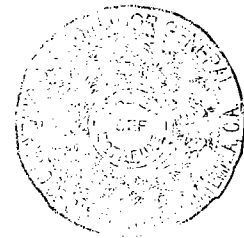
El cual fue aprobado el 26 de febrero del año en curso por el Consejo Directivo. Por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener **ORDEN DE IMPRESIÓN**.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General PADEP/DEF





Guatemala 28 de abril del 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulado "El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Buena Vista, San Pedro Yepocapa, Chimaltenango jornada matutina nivel primario", del estudiante Héber Darío Xia Umut, con carne No. 201417637 de la carrera del Profesorado de Educación Física, del Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física PADEP/DEF.

Sin otro particular y agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑANZA A TODOS"

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



C.c. Control Académico
Archivo
Reg. 177-2016
CODIPs. 948-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
Héber Darío Xia Umul
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO SEPTUAGÉSIMO NOVENO (179º) 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 SEPTUAGÉSIMO NOVENO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Buena Vista, San Pedro Yepocapa, Chimaltenango jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Héber Darío Xia Umul

CARNÉ: 201417637

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 RURAL MIXTA ALDEA BUENA VISTA J.M
ALDEA BUENA VISTA
eormaldeabuenavistajm@gmail.com



Guatemala 01 de abril del 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Director de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Buena Vista, Jornada Matutina del nivel primario, ubicada en San Pedro Yepocapa Chimaltenango, el estudiante **Heber Darío Xía Umul, carné No.201417637**, desarrollo su Sistematización con el tema **“El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Buena Vista, San Pedro Yepocapa, Chimaltenango jornada matutina nivel primario”**. Durante todo el tiempo demostró puntualidad, responsabilidad y dedicación en las labores desempeñadas, concluyendo satisfactoriamente su Sistematización.

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

Atentamente,

Prof. Sergio Orlando Matzír Xiá
Director

Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Buena Vista Jornada Matutina
Nivel Primario, San Pedro Yepocapa, Chimaltenango



Agradecimientos:

A Dios: por darme la vida, el tiempo y la inteligencia para poder culminar con este proyecto de estudios que me ayuda como profesional para desarrollar mejor mi trabajo, ser mejor persona y contribuir al desarrollo de los estudiantes.

A la patria: por darme la oportunidad de estudiar y trabajar, por permitirme aportar en su desarrollo y ser parte importante en la sociedad.

A mis padres: por apoyarme siempre a lo largo de mi vida, por darme esa fortaleza y sentido de perseverancia para que alcance todo lo que me proponga y que los valores sean el eje de mi vida social y profesional.

A todos los licenciados y licenciadas que me apoyaron e instruyeron durante todo el programa del PADEP/DEF, por sus conocimientos y consejos para que fuese mejor cada día.

A la USAC: por apoyar a la Educación Física Guatemalteca a desarrollarse a través de este programa de profesionalización docente que sin duda traerá grandes beneficios a la educación de los estudiantes.

A la Escuela Aldea Buena Vista: por permitirme realizar este proyecto de investigación como parte de mi formación como profesor de educación física

Dedicatoria:

Dedico el presente trabajo y logro personal a todos los niños y niñas, jóvenes y señoritas a quienes he tenido la oportunidad de impartirles clases y de quienes he aprendido mucho a través de las experiencias vividas, gracias por enseñarme a enseñarles ya que la experiencia me ha ido formando como maestro y ahora como profesor, gracias por esos momentos difíciles y alegres que hacen vivir y amar mi trabajo, pero sobre todo me hacen entender mejor mi rol como docente, dedico especialmente este trabajo a los estudiantes de la Escuela Aldea Buena Vista, aquellos niños y niñas que en estos momentos están en mis manos y los que en el futuro también lo estarán, dedico este logro a todos los niños y niñas guatemaltecas ya que a ellos se debe nuestro trabajo y merecen tener un docente preparado y con valores, que pueda impartir clases de Educación Física de calidad.

Tabla de Contenido

Introducción.....	1
I. Marco Conceptual	2
1.1 Planteamiento	2
1.2 Justificación.....	5
II. Marco Metodológico.....	7
2.1 Objetivos.....	7
a. General.....	7
b. Específicos	7
2.2. Método	8
c. Muestra:	8
d. Recolección de datos:	8
e. Análisis Estadístico de los datos:.....	9
f. Instrumentos:.....	9
III. Marco Teórico	10
3.1. Epistemología de la Educación Física:	10
a. Concepto de educación física:	10
b. Definición de Educación Física:	11
c. Historia de la Educación Física:.....	13
3.2. Actividad Física y Salud.	15
d. Enfermedades comunes que se agudizan por falta de actividad física:16	
e. Beneficios de la actividad física:	17
3.3. Medios de la Educación Física:	18
f. Medio General:	19
g. Medio Específico:	19
h. Medios Básicos de la Educación física:.....	19
3.4. Didáctica de la Educación Física:.....	22

i.	Enseñanza:.....	23
j.	Aprendizaje:.....	24
k.	Metodología de la Educación Física:	24
l.	Principios Didácticos de la Clase de Educación Física:.....	26
m.	La Planificación en Educación Física:.....	28
3.5.	Fundamentación Legal de la Educación Física:.....	29
n.	Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte. Decreto “76- 97”.	29
o.	Decreto 12-91 Ley de Educación Nacional.	30
p.	Carta Magna Internacional de la Educación Física y el Deporte.....	31
q.	Manifiesto Mundial de la Educación Física (FIEP).....	32
3.6.	Área Curricular de la Educación Física.	32
r.	Currículo Nacional Base (MINEDUC)	32
s.	Guías Programáticas de Educación Física. (DIGEF).....	33
3.7.	La Educación Física dentro del Sistema Educativo Nacional.	34
t.	Funciones de la Clase:	34
u.	Valorización de la Clase:.....	34
v.	Material didáctico:.....	35
w.	Infraestructura:.....	35
3.8.	Ciencias Auxiliares de la Educación Física.....	36
x.	Biología:	36
y.	Anatomía:.....	36
z.	Fisiología.....	37
a.a.	Primeros Auxilios:	37
a.b.	Psicología:	38
a.c.	Pedagogía:.....	38

3.9. El Maestro de Educación Física	39
a.d. Perfil:.....	39
a.e. Funciones:	40
a.f. Preparación:	40
3.10. Impacto del rol del profesor de educación física en las necesidades educativas de los estudiantes y la sociedad guatemalteca	41
IV. Marco Operativo	43
4.1 Diseño de la investigación:	43
4.1.1 Equipo de investigación.	43
4.1.2 Presupuesto de investigación.....	44
4.1.3 Programación y/o calendarización del proyecto de investigación.	45
V. Presentación de los resultados:	46
5.1. Análisis de datos:	46
5.2. Interpretación de resultados:	55
VI. Conclusiones.....	56
VII. Recomendaciones:.....	57
VIII. Bibliografía.....	58
IX. Anexo	60
9.1. Glosario.....	60
9.2. Instrumentos.....	62
9.3. Programa de Docencia.....	66
9.4. Programa de Extensión.....	72

Introducción.

La presente investigación trata sobre el rol que el profesor de educación física debe ejercer con los estudiantes en cada establecimiento educativo, la importancia de desarrollar actividades que beneficien a los alumnos, con fines y objetivos claros, coherentes y de acuerdo al contexto en que se encuentre y desenvuelva cada docente especialista en el área. Durante el proceso de investigación se llevó a cabo distintas actividades que permitieron construir una investigación profesional, la cual inicio con la observación de los problemas que afectan la clase de educación física, las fortalezas y debilidades de la misma y lo que debe mejorarse de acuerdo al contexto en que se encuentra. Este primer paso de la investigación llevo al investigador a identificar y plantear el problema específico sobre la cual se basaría la presente investigación.

El tema fue sobre los factores que inciden negativamente en el desarrollo de la clase de educación física, a partir de esto se empezó a investigar, argumentar, observar, evaluar, entrevistar, encuestar y desarrollar actividades que permitieron cumplir con el rol como docente y como investigador. La investigación de temas sobre la educación física, formas de enseñanza, métodos, fundamentos de los ámbitos biológico, psicológico, social y laboral, las técnicas e instrumentos utilizados para recopilar información y el análisis de los resultados obtenidos, fueron fundamentales para ayudar a entender el rol que le corresponde al docente de educación física, la incidencia positiva que puede tener en el estudiante y sobre todo, a dar conclusiones y recomendaciones sobre los problemas que aquejan en la escuela Aldea Buena Vista.

I. Marco Conceptual

1.1 Planteamiento

El rol del profesor de educación física es fundamental en el proceso educativo ya que estimula el desarrollo adecuado en los procesos físicos biológicos del cuerpo, brindar una estabilidad mental y de autoestima, así como sociabiliza al niño y niña con sus compañeros, su comunidad educativa y todo su entorno social, inculcándoles valores y hábitos positivos que le brinden una mejor calidad de vida, todo esto a través de la clase de educación física tomando como medios fundamentales el movimiento, el juego, el deporte y obtener con ello una verdadera educación integral, en mente cuerpo y espíritu, apoyándose en la experiencia, en la investigación, en la planificación, en la creación de proyectos y en la utilización de los nuevos conocimientos dados en el programa PADEP/DEF.

Es importante indicar que la realidad en este establecimiento es pésima, se encuentra ubicada en el área rural y la infraestructura en general está deteriorada, no cuenta con un lugar adecuado para impartir la clase de educación física, la cancha está en pésimas condiciones y el área en donde se encuentra dicha cancha está libre y es peligrosa ya que lo utiliza la comunidad sin restricción alguna, al extremo que parquean carros y camiones, sin embargo la mayor debilidad que se ve en la clase de educación física para su enseñanza adecuada y sana es que se desarrolla bajo el sol, sin posibilidad de sombra alguna, algo que es muy penoso y preocupante ya que el sol es demasiado fuerte y los niños sufren de insolación, alergias u otro tipo de enfermedades ocasionados por el ambiente, aire, polvo, etc. y cuando es tiempo de lluvia no se puede impartir la clase, pedagógicamente todo esto limita el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Para cumplir con el rol del maestro de educación física y lograr los objetivos propuestos, fue necesario conocer las características de la población estudiantil con la cual se estuvo trabajando. La Escuela Aldea Buena Vista es de nivel primario y cuenta con una población de 325 alumnos entre hombres y

mujeres, tiene dos secciones por cada grado de 1ro a 6to y cada sección tiene un aproximado de 28 estudiantes, las edades están comprendidas entre 7 a 14 años, el 80% de los niños son del área rural y un 20% del área urbana, esto podría ser una fortaleza ya que los niños realizan trabajo de campo y se mantienen activos, sin embargo a su vez se convierte en debilidad ya que por trabajar muchos faltan a clases. Es importante mencionar que el nivel socioeconómico en el que se encuentran estos niños es muy bajo y repercute en su educación ya que muchos están mal alimentados y no llegan con la indumentaria adecuada para recibir la clase, otra característica es que existen estudiantes con problemas fisiológicos y con capacidades especiales, dichas características exigirán al docente a buscar estrategias y métodos que permitan mantener la clase activa, motivada y que la información sea asequible y accesible para todos, adecuando contenidos a aquellos estudiantes con capacidades diferentes.

La forma en que se abordó este problema fue a través de la investigación, la planificación de actividades curriculares y extracurriculares, la utilización de técnicas científicas y métodos didácticos tales como el cuento motor, el descubrimiento guiado y resolución de problemas, estos métodos pudieron trabajarse en clase con edades de 7 a 9 años, y los métodos global, analítico y mixto se trabajaron con niños de 10 años en adelante, esto permitió al docente cumplir con mayor eficiencia los roles que le corresponden en el proceso educativo del niño. Para que el docente lograra cambios significativos y constructivos debió actualizarse, investigar sobre el ambiente social del niño dentro y fuera del establecimiento sobre aspectos biológicos, anatómicos, psicológicos y de infraestructura que incidían directamente en el desarrollo y desenvolvimiento del alumno, esto a través de censos, entrevistas, evaluaciones, mediciones, proyectos e investigaciones sobre temas puntuales que pudieron proporcionar datos importantes que guiaron y ayudaron a trasladar con mayor eficiencia y sentido el arte de enseñar, todo ello con la inclusión directa de padres, alumnos, docentes de la comunidad educativa y autoridades municipales que nos apoyaron, sin embargo aún queda mucho por mejorar.

Para que el proceso de investigación conllevara a resultados positivos en el rol que el docente debía cumplir en el desarrollo integral del estudiante, se debía plantear las siguientes preguntas:

¿Cuáles son los obstáculos que impiden al maestro de educación física de la Escuela Aldea Buena Vista Jornada Matutina desarrollar la clase de manera adecuada, pedagógicamente hablando?

¿Qué factores inciden negativamente en los niños de la Escuela Aldea Buena Vista Jornada Matutina para no querer o no poder recibir la clase de educación física y que por ende no se logren los resultados deseados?

¿Qué estrategias pueden implementarse que ayuden a minimizar las debilidades y fortalecer el desarrollo de la clase para poder alcanzar las competencias y objetivos del área de educación física y brindar una verdadera educación integral?

Para realizar esta investigación y lograr resultados positivos en lo que se perseguía, se utilizó la corriente constructivista, que postula la necesidad de entregar al alumno herramientas que le permitan construir sus propios procedimientos para resolver una situación problemática, en este caso de carácter psico-motriz, lo que implica que sus ideas se modifiquen y siga aprendiendo. Este proceso de enseñanza es dinámico, participativo e interactivo, de modo que el conocimiento se vuelve una auténtica construcción operada por el alumno, así como se le da gran relevancia al entorno social en el cual el estudiante se desenvuelve, teorías bien respaldadas por Piaget y Vygotsky. Para lograr un verdadero desarrollo integral también nos apoyamos en la teoría cognitivo la cual hace referencia a un aprendizaje significativo (Ausubel) y un aprendizaje por descubrimiento (Gestalt). Bajo este enfoque, corriente y paradigmas innovadoras el docente se centró para lograr resultados positivos en el desarrollo biológico, psicológico y social del alumno que a través de la educación física y el movimiento se pudo lograr.

1.2 Justificación

Es indiscutible que la educación física es parte fundamental en el proceso educativo para el desarrollo integral de los estudiantes, por lo tanto fue necesario determinar la importancia del rol del docente de educación física en esta área, la incidencia significativa y positiva que tiene desde el punto de vista biológico, psicológica y social, los aportes que esta investigación pueda generar y la obligación por parte del estado en la implementación y promoción de la educación física a través de la Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte Decreto 76-97, así como lo demanda la Carta Magna Internacional de Educación Física en su artículo primero donde menciona que la educación física y el deporte es un derecho para todo ser humano.

Esta investigación desde el punto de vista científico permitió entender procesos biológicos y fisiológicos importantes que ayuden al docente a actuar de manera correcta, científicamente está comprobado que el desarrollo del cuerpo favorece el desarrollo de la mente y no podemos prescindir de ello, por lo tanto el aporte científico hacia la educación del física es innegable, si no utilizamos la ciencia para entender de cómo funciona nuestro cuerpo y la manera en que debemos ejercitarla para lograr resultados en aspecto de salud y bienestar mental, no lograremos nunca los objetivos que esta persigue, entonces los aportes científicos en aspectos físicos, pedagógicos, y sociales son importantísimos para guiarnos a una educación de calidad.

A nivel académico permitió al docente innovar, investigar y utilizar técnicas y métodos que le permitieron obtener mejores resultados en el proceso enseñanza-aprendizaje, estos conocimientos didácticos y pedagógicos ayudaran en el aspecto académico a que el niño este motivado, que desarrolle un pensamiento crítico y analítico, que su capacidad de concentración mejore y en general que rinda mejor dentro del salón de clases, permitiendo de esta manera que el rol del maestro de educación física sea real y promueva cambios en los estudiantes.

En el ámbito social nos permitió conocer las costumbres y formas de vida social de la comunidad y todo el entorno social que rodea al niño o niña y que de algún modo influyen en la educación del mismo. Estos datos importantes permitieron también saber cómo se puede abordar la forma de enseñanza del niño, la relación de su educación con su vida y como ésta influye en su educación. Dado que a través de la educación física el niño expresa su espontaneidad, fomenta su creatividad y sobre todo permite conocer, respetar y valorarse a sí mismo y a los demás, es necesario e importante que dentro de su proceso educativo el niño pueda relacionarse sin ningún problema, algo que solo la educación física genera a través de actividades lúdicas, de juego y deportes.

Los aportes y beneficios que se puede alcanzar con la presente investigación respecto al rol que debe ejercer el docente de educación física en el desarrollo integral del estudiante son:

- Conocer y aplicar técnicas y métodos que guíen a una mejor enseñanza-aprendizaje.
- Establecer datos e información importante de la población escolar que permitan llevar a cabo el proceso educativo de una mejor manera.
- Establecer proyectos que permitan el desarrollo adecuado de la clase de educación física.
- Identificar debilidades y amenazas que se puedan corregir.
- Obtener conocimientos científicos en el ámbito de desarrollo físico que permitan adaptar contenidos de acuerdo a capacidades motrices.
- Evidenciar a través de la investigación lo fundamental de la clase de educación física en el desarrollo integral del niño.
- Establecer puntualmente los roles del docente de educación física en el ámbito educativo.
- Maximizar la comunicación social entre padres-alumnos-docentes.
- Despertar la creatividad y conciencia docente en el desempeño de sus labores educativas.

II. Marco Metodológico

2.1 Objetivos

a. General

Establecer el rol del profesor de educación física de PADEP/DEF y su importancia en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Buena Vista Jornada Matutina del nivel primario.

b. Específicos

Identificar los obstáculos que impiden al maestro de educación física de la Escuela Aldea Buena Vista Jornada Matutina desarrollar la clase de manera adecuada y encontrar soluciones que reduzcan el impacto negativo en el deber del maestro.

Desarrollar actividades físicas adecuadas que impacten positivamente en el desarrollo físico, biológico y psicológico de los estudiantes.

Motivar a los estudiantes a través del deporte, la recreación y actividades extraescolares brindándoles una participación activa, social e inclusiva.

Implementar métodos, estrategias y proyectos que ayuden a desarrollar de manera adecuada la clase de educación física en la Escuela Aldea Buena Vista.

Promover valores morales en los estudiantes a través de la clase de educación física y en la comunidad a través de actividades lúdicas recreativas y deportivas que permitan el desarrollo de la misma, creando una sociedad con cultura física.

2.2. Método

c. Muestra:

(Muestra intencional aleatoria)

Ante todo, la muestra intencional aleatoria es una muestra con propósito, lo que significa que los investigadores que emplean el muestreo deciden elegir un grupo específico de personas u objetos dentro de una población para su análisis. Sin embargo, los investigadores aún tienen la intención de describir a la población como un todo. El grupo elegido a menudo es el que puede ofrecer la mayor parte de la información a los investigadores. Una muestra intencional aleatoria es aleatoria y al mismo tiempo tiene un propósito.

La muestra se tomó de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Buena Vista que cuenta con 330 alumnos de los cuales el investigador eligió intencionalmente a quinto y sexto grado para obtener la muestra, de dichos grados se tomaron al azar a 60 estudiantes entre hombres y mujeres, todos provenientes del área rural, con un nivel económico medio bajo y comprendidos entre 11 y 13 años. Dicha forma de muestreo es intencional aleatoria y nos permite analizar un grupo específico de personas. También se tomó como muestra a los docentes (12 docentes), el resultado de esta muestra también ayudara a fundamentar los resultados de la investigación.

d. Recolección de datos:

La recolección de datos estadísticos fue a través de la encuesta la cual se aplicó a todos los estudiantes seleccionados (muestra), en dicha encuesta se formuló una serie de preguntas que ayudaron a entender mejor la problemática específica de la escuela y que a través de ella se contestaron las preguntas y cumplieron con algunos objetivos, así mismo se obtuvo la edad, sexo y opinión de los estudiantes con la cual el investigador obtuvo los datos necesarios para la investigación.

e. Análisis Estadístico de los datos:

Para analizar los datos se utilizó graficas las cuales permitieron ilustrar y comparar los resultados de la encuesta que estuvo organizado a través de preguntas, se utilizó una encuesta para estudiantes y una para maestros. Una vez obtenidos los resultados de la encuesta, se tabuló una gráfica por cada pregunta dando de esta manera un porcentaje de conocimiento y opinión de cada encuestado.

f. Instrumentos:

Las técnicas e instrumentos utilizados fueron: La observación a través de lista de cotejo, la encuesta, la prueba.

La observación: El término hace referencia al registro de ciertos hechos mediante la utilización de instrumentos. La observación forma parte del método científico ya que, junto a la experimentación, permite realizar la verificación empírica de los fenómenos. La mayoría de las ciencias se valen de ambos recursos de manera complementaria. En este caso para realizar nuestra investigación, primero observamos los problemas y hechos que afronta la escuela, para luego dar paso a la investigación formal a través de instrumentos y acciones específicas del proceso investigativo.

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

III. Marco Teórico

3.1. Epistemología de la Educación Física:

Antes de adentrarnos directamente al rol del profesor de educación física en el ámbito educativo y poder definirla, es necesario saber sobre el concepto de educación física y sus bases epistemológicas, las cuales proporcionarán conocimientos de orden científico que ayudarán a definir la importancia de su aplicación y el papel que debe asumir el profesor en la misma.

Al hablar de epistemología nos referimos a teorías del conocimiento científico, tal y como lo describe el DRAE “Epistemología es la doctrina de los fundamentos y métodos del conocimiento científico”¹ y si se habla de epistemología de la educación física es claro que se refiere a los conocimientos teóricos científicos que se tiene, se comprueba e investiga de esta ciencia y rama educativa que hoy por hoy es fundamental su aplicación en el sistema educativo nacional e internacional.

La epistemología de la educación física permite tener un conocimiento amplio sobre las bases fundamentales de la educación física, su historia, sus métodos y formas conceptuales en las que se basa y desarrolla, así como los cambios que ha tenido que aceptar para su evolución continua y poder impactar positivamente en su rol educativo, de lo que necesita, quiere, y persigue, sus fines, sus conceptos y realidades, su propio análisis como área que le permita ir formando y amparando su estructura y la importancia que ejerce en el ser humano.

a. Concepto de educación física:

El concepto de educación física es un tema amplio y complejo que ha ido cambiando en su terminología desde los primeros años, pero para entender mejor este concepto debemos buscar desde su raíz etimológica, la cual se origina de la

¹ Diccionario de la Real Academia Española

palabra educación que proviene del latín educere, que significa “sacar hacia afuera” y físico que viene de phycis que indica “naturaleza, lo real y tangible”.

De esta manera muchos filósofos y estudiosos de la materia han intentado dar un concepto claro a lo que refiere y surgen con forme el tiempo diversas terminologías y conceptos acerca de la misma, tal como sucede en la edad moderna que a la educación física se le denominaba Gimnasia, época en la que surgieron escuelas gimnásticas y abarco el sistema educativo, también surgieron otras expresiones como expresión corporal, ciencias de la educación motriz, educación motriz, psicomotricidad, educación corporal, educación del movimiento, etc., que en su mayoría enriquecieron y complementaron el marco conceptual y objeto de estudio de la educación física, de tal manera que fuese ganando su lugar como una ciencia.

Entre las principales tendencias conceptuales podemos mencionar el termino de movimiento respaldado por Le Boulch (1980), en la que ubica la acción física corporal sobre lo cognitivo, otra tendencia significativa es la conducta motriz, respaldado por Arnold (1990), en la cual valora lo psicológico sin dejar de centrarse en la acción motriz. A través de las investigaciones y antecedentes epistemológicos se van creando nuevas tendencias conceptuales que van ayudando a que el concepto de educación física se vaya consolidando cada vez más.

b. Definición de Educación Física:

A lo largo de su evolución, el término de educación física se ha ido consolidado en el ámbito educativo y pedagógico, su definición abarca una gama de caracteres que la puedan describir con exactitud y certeza, como por ejemplo su naturaleza, su objeto y sujeto de estudio, sus fines, sus medios, sus principios y su misión, por la que muchos autores han tratado de definirla, entre ellos están:

Carlos Bolívar Bonilla Baquero. (Colombia)

“La educación física es una disciplina pedagógica que contribuye significativamente a la estructuración de la personalidad del alumno, su creatividad, su socialización y al fortalecimiento de sus aprendizajes escolares, mediante la cualificación de su motricidad natural y el enriquecimiento del repertorio de movimientos no naturales o adquiridos. Es toda acción de formación que parte del movimiento humano como principal medio educativo”.²

José María Cagigal (España)

“La educación física es la acción educativa por el movimiento o a través del movimiento. Como ciencia pedagógica especificada en cuanto a su objeto propio, es el hombre en movimiento o capaz de moverse o en cuanto que se mueve”.³

Plan de Estudios de la Escuela Normal Central de Educación Física,
(Guatemala):

“Concibe a la educación física como un área de enseñanza obligatoria que sitúa al educando como su objeto de estudio desde los dos ejes básicos de su acción educativa como lo son el cuerpo y el movimiento comprendiendo una relación integral y didáctica”.

Jorge L. Zamora: (ENCEF, Guatemala):

“Educación física es un proceso científico interdisciplinario que surge en la educación y se consolida en la cultura física, que persigue la formación integral y el desarrollo multilateral del ser humano con énfasis en su funcionalidad orgánica y su adaptabilidad al entorno físico y social que le circunda, recurriendo a su

² Carlos Bonilla. Citado por Jorge L. Zamora, Epistemología de la Educación Física 1ra. Edición (DIGEF)

³ José M. Cagigal. Citado por Jorge L. Zamora, Epistemología de la Educación Física 1ra. Edición

medio específico concebido como la ejercitación física sistemática, construida en hábito permanente en la vida”.⁴

Se podría decir entonces que la educación física es parte fundamental de la educación ya que contribuye al desarrollo integral del ser humano en cuerpo y mente, fortaleciendo valores y creando hábitos de salud física en los estudiantes contribuyendo con su socialización y su motricidad, teniendo como eje el movimiento y estimulándolo a través del juego y el deporte. Partiendo de estos conocimientos sobre la definición de educación física que propugnan su validez e importancia dentro de la educación, se podrá ir definiendo también sobre el enorme papel que debe ejercer el maestro de educación física para dar cumplimiento a los objetivos de dicho curso, la importancia de la labor docente tomando en cuenta las perspectivas anteriores sobre educación física y la amplitud que la misma abarca dentro del sistema.

c. Historia de la Educación Física:

Conocer la historia de la educación física permitirá al docente entender mejor el estado actual de esta disciplina, viéndola desde una perspectiva amplia de cómo era en el pasado, como es en el presente y como podría definirse en el futuro. Estos datos históricos sobre distintas manifestaciones culturales que han ocurrido a lo largo del desarrollo de la humanidad y que han ido moldeando el estilo de vida de las personas, nos permiten evaluar, explicar y valorar la importancia e incidencia que la actividad física ha tenido en el ser humano como un proceso de aprendizaje, desarrollo y supervivencia, ya que el movimiento que es una característica principal de la educación física, ha estado intrínseco en la persona desde sus orígenes hasta su muerte. Desde la antigüedad, en la época prehistórica, el hombre realizaba ejercicio físico para poder sobrevivir, necesitaba cazar, desplazarse, labrar, recoger, trepar, entre otras actividades físicas que le permitieran alimentarse, resguardarse y desarrollarse corporalmente, para ello

⁴ Jorge L. Zamora.

debía de hacer uso de la fuerza, velocidad, flexibilidad, rapidez, agilidad y todas aquellas capacidades físicas que le permitieran poder conseguir su objetivo.

Desde entonces el ser humano ha necesitado del movimiento y la actividad física para poder desarrollarse, sobrevivir y relacionarse creando una sociedad y una cultura activa desde el punto de vista físico que ha ido evolucionando hasta el punto del merecimiento de su análisis propio como disciplina o ciencia educativa necesaria dentro del proceso formativo del ser humano.

El concepto de educación física así como sus fines han ido cambiando de acuerdo a las necesidades y prioridades culturales según la época en que se encuentra, es así como en Esparta el fin de la educación física era formar hombres de acción, fuertes y para la guerra. En Grecia se combinaba la sabiduría con la formación del cuerpo y en Roma se perseguía la formación atlética. Galeno fue el primer filósofo en proponer ejercicios específicos para el cuerpo y estudiar sus efectos. Durante la época Visigoda ya se practicaban algunos deportes como la lucha y los saltos. La educación física como hoy se conoce, se surgió a través de actividades físicas que el hombre trato de ordenar en la antigüedad y poder ser muy capaces para la guerra.

La gimnasia que es la denominación primaria de la educación física surgió a principios del siglo XIX y con ello diversos sistemas y métodos educativos donde las bases biológicas y fisiológicas de la ciencia fueron decisivas para construir la educación física moderna. El termino de educación física fue utilizado por primera vez por John Locke en Inglaterra (1893) y por J. Bllexserd (1762) en Francia. Sin embargo a mediados del siglo XX se genera gran debate sobre su terminología y obtiene varias denominaciones que a la larga hace referencia a la educación física. La ideas pedagógicas en las que se basa la educación física en siglos anteriores según (Blazquez, D. 2001) se atribuyen a:

Mercurialis H. Doctor en medicina que hace una distinción entre gimnasia militar, gimnasia atlética y “médica” a la cual atribuye mayor importancia, dicha referencia lo hace en su tratado de “arte gimnastica”

Rousseau, J.J. (1712 - 1778) filósofo y pedagogo, cuya educación natural abre las puertas a la educación física utilitaria: "el cuerpo debe ejercitarse para desarrollar los sentidos y ser más eficaz"

En la primera mitad del siglo XIX se destacan las obras de ilustres pedagogos y literatos como J.H. Pestalozzi (1746 - 1827) y J. Guts Muths (1759 - 1839), el primero por la elaboración de principios didácticos generales con base psicológica y el segundo por ser el primero en comprender la necesidad de que la educación física se practicara de acuerdo con las leyes fisiológicas y los conocimientos anatómicos, entre otros aportes.

De esta manera la educación física ha ido evolucionando y afrontando diversos retos y múltiples investigaciones que la han ido fortaleciendo desde el punto conceptual hasta lo institucional. Entre las instituciones más sobresalientes a nivel mundial están: La Federación Internacional de Educación Física (FIEP) creada en Bruselas, Bélgica en 1923, dicha institución contribuye al desarrollo de las actividades físicas educativas y recreativas en diversos países; el Consejo Internacional de Educación Física y deportes de la UNESCO; Consejo Internacional de Higiene, Educación física y Recreo (ICHPER); Asociación Americana para la Salud, Educación Física, Recreación y Danza, AAHPERD; Asociación Internacional de Escuelas Superiores de Educación Física, AIESEP, entre otras.

3.2. Actividad Física y Salud.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera la salud como “el estado de completo bienestar físico, mental, social y espiritual, y no la mera

ausencia de enfermedad o invalidez".⁵ Cuando se habla de salud lo primero que viene a la mente de las personas es la alimentación, tener una dieta balanceada para la mayoría indica estar saludables, por consiguiente demeritan la actividad física como eje importante para mantener una buena calidad de vida. Durante años el ser humano ha estado activo en su diario vivir, sin embargo la tecnología ha venido a proporcionar mayor comodidad en la forma de vivir de las personas y esto ha ocasionado el sedentarismo repercutiendo en la salud de las personas.

La actividad física va íntimamente relacionado con la salud de las personas ya que el moverse y tener hábitos de ejercicio físico mejora proporcionalmente el buen funcionamiento del cuerpo y le da a la persona mayor oportunidad de vida.

Son muchos los beneficios que una forma de vida activa pueda proporcionar así como puede suceder lo contrario en personas que no realizan actividades físicas, estas personas pueden padecer de muchas enfermedades de tipo físico y psicológico que pudiesen evitarse con el ejercicio como una forma de medicina preventiva, especialmente en los niños que viven en un mundo tan violento, y con tanta inseguridad, víctimas del estrés que provoca la sociedad que cada día está más inmersa en la tecnología descuidando las necesidades corporales.

d. Enfermedades comunes que se agudizan por falta de actividad física:

Como se menciona anteriormente, una persona que no se ejercita constantemente corre el riesgo de desarrollar con mayor facilidad enfermedades perjudiciales para su salud no solo corporal sino también mental, es por ello que muchos médicos, y organizaciones promueven una vida activa tal y como lo señala la Organización Mundial de la Salud (OMS), en la carta de Ottawa (1986), considera los estilos de vida saludables como componentes importantes de intervención para promover la salud en el marco de la vida cotidiana, en los

⁵ Organización Mundial de la Salud (OMS)

centros de enseñanza, de trabajo y de ocio. No obstante los estudios demuestran que la vida sedentaria es cada vez mayor en los adultos y niños, por consiguiente a lo largo de estos últimos años se ha visto un incremento significativo de enfermedades que ponen en riesgo la vida de las personas. A continuación describiremos algunas enfermedades comunes que se han agudizado en los seres humanos y deterioran los órganos por la falta de actividad física.

- El sedentarismo
- La obesidad
- Hipertensión arterial
- Enfermedades cardiovasculares
- Accidentes cerebrovasculares
- Retinopatías
- Depresión
- Ansiedad
- Atrofia muscular
- Osteoporosis
- Estrés
- Artrosis

e. Beneficios de la actividad física:

La promoción de la salud en el ámbito educativo es fundamental para construir una sociedad sana, de modo que nuestra infancia debe ser prioridad ya que ellos están sufriendo de estrés y comodidades que afectan su desarrollo, es obligación de todos fomentar un análisis crítico y reflexivo sobre conductas, condiciones sociales y estilos de vida saludables en busca de desarrollar y fortalecer acciones que favorezcan la salud. El fortalecimiento de la actividad física en los niños permitirá crear en ellos hábitos saludables beneficiosos para su vida futura, y por consiguiente formar una sociedad con cultura física. Dentro de

los innumerables beneficios que la actividad física proporciona al ser humano podemos mencionar:

- Previene la enfermedad coronaria principal causa de mortalidad.
- Previene el síndrome metabólico del sedentarismo.
- Ayuda a prevenir, controlar y tratar la hipertensión arterial.
- Previene la obesidad en adultos y niños.
- Ayuda a combatir la depresión y ansiedad.
- Mejora la capacidad de sueño y descanso.
- Disminuye la fatiga ante el esfuerzo físico.
- Disminuye la incidencia de ciertos tipos de cáncer.
- Mejora la capacidad de concentración mental.
- Aumenta la autoestima.
- Incrementa el tono y fuerza muscular.
- Mejora el equilibrio y la coordinación.
- Mejora la relación social entre sus practicantes.
- Mejora el humor y combate el estrés.
- Contribuye al fortalecimiento y desarrollo musculo-esquelético.
- Mejora la creatividad, pensamiento analítico y de orientación.

3.3. Medios de la Educación Física:

Es necesario señalar que en educación física se interpreta a los medios de enseñanza como el material didáctico con que se cuenta para trabajar o también llamado recursos educativos, y al movimiento y el ejercicio físico como los medios fundamentales de los cuales nos vamos a referir específicamente ya que del resultado de la aplicación de estos surgen los medios básicos fundamentales.

f. Medio General:

La educación física, por su naturaleza es netamente practica y solo actúa por y para el movimiento del cuerpo humano, por esta razón el movimiento se convierte en el medio general para lograr sus fines, adquiriendo de esta manera doble connotación para el área de educación física, como medio y como fin, según se estableció en el congreso de ICHPER de 1979, en Kiev R.F. Alemania.

g. Medio Específico:

La Federación Internacional de Educación Física en el Manifiesto Mundial de Educación Física concibe al ejercicio físico como la tarea física del movimiento, constituye el medio específico de la educación física. El profesor Mosston Muska define al ejercicio físico como “un acto voluntario aceptado libremente con intención de mejora personal, es fundamentalmente controlado cualitativa y cuantitativamente y tiene intencionalidad”.⁶

No obstante, el ejercicio físico concebido como tarea (FIEF) y definido como acto voluntario (Mosston Muska), puede ser guiado con el objetivo de estimular, desarrollar y educar habilidades y capacidades que contribuyan al fortalecimiento de la personalidad del ser humano, por lo cual, al igual que el movimiento, el ejercicio físico cumple con doble connotación, la de medio porque es a través de la ejercitación que se alcanzan las habilidades y objetivo porque tienen la tarea del estímulo de esas capacidades.

h. Medios Básicos de la Educación física:

a. El Juego:

Uno de los medios fundamentales de la educación física de la cual se hace valer para el cumplimiento de sus fines y objetivos es sin lugar a duda el juego. Este medio educativo influye de manera diversa y compleja en el niño, desempeñando un papel significativo en su desarrollo físico y psíquico. Huizinga

⁶ Mosston Muska, “La enseñanza de la educación Física”, Editorial Paidós, 1982

(1938), define al juego como “ una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de –ser de otro modo– que en la vida corriente”. Gutton, P (1982), dice que juego “es una forma privilegiada de expresión infantil”.

El juego es una conducta inherente al ser humano y está presente durante todas las etapas de su vida, es espontánea, natural y expresiva en el individuo, así pues el niño aprende mientras juega, tal como lo expone Piaget, El juego infantil potencia el desarrollo íntegro y el aprendizaje. La vida de los niños es continuamente juego. Los niños juegan por instinto natural, comienzan a moverse, a golpear las cosas, tocar, gatear, andar, mantenerse de pie, etc., es imposible mantenerlos encerrado y negarles la más libre expresión, puesto que el juego proporciona en los niños hábitos, capacidades motrices, volitivas y morales como el compañerismo, disciplina, la perseverancia entre otras, incluso ya en la vida adulta el juego está presente, con un enfoque obviamente distinto, sin embargo cumpliendo con necesidades humanas como la distracción y alegría que solo el juego por sí mismo puede cumplir. El juego ha ganado tanto auge en la actualidad gracias a los fundamentos que grandes psicólogos, filósofos y pedagogos predicán para su aplicación en el ámbito educativo. El juego por su naturaleza y finalidad se clasifican en sensoriales, coordinativos, condicionales, pre- deportivos y deportivos, todos contribuyendo al desarrollo íntegro y social de las personas.

b. El Deporte:

Otro medio fundamental por la que se basa la educación física es el deporte ya que está ligado íntimamente a la actividad física y movimiento para su ejecución, la cual se realiza de forma inducida, sistematizada y planificada. El deporte es definido por la CIEPS-UNESCO como “toda actividad con carácter de

juego, que adopte forma de lucha consigo mismo o con los demás y constituye una confrontación con los elementos naturales”.⁷

La Carta Europea del deporte lo define como, “Todas las formas de actividades físicas que mediante una participación organizada o no, tienen como objetivo la expresión o la mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competición de todos los niveles”.⁸ El español Cagigal J. M. Clasifica el deporte en deporte praxis y deporte espectáculo o de elite. En la primera entra de lleno la educación física, ya que se utiliza con fines educativos, recreativos, de salud y ocio.

El deporte con fines educativos contribuye al desarrollo de capacidades motrices de tipo gestual y técnico, la adquisición de hábitos deportivos que permitirán al individuo practicar algún deporte que satisfaga su necesidad de moverse lúdicamente al mismo tiempo que le ayude a desarrollarse corporal y socialmente como ser humano. Una de las cualidades del deporte praxis es que debe ser para todos así como lo es la educación física, de acuerdo con el Comité Olímpico Internacional, la práctica del deporte es un derecho humano y uno de los principios fundamentales del Olimpismo es que “toda persona debe tener la posibilidad de practicar deporte sin discriminación de ningún tipo y dentro del espíritu olímpico, que exige comprensión mutua, solidaridad y espíritu de amistad y de juego limpio”.⁹

c. La Recreación:

La recreación son actividades que los seres humanos realizan para divertirse, distraerse, realizarse, activarse con fines placenteros que le permitan liberarse de tensiones cotidianas, es un medio del que se apoya la educación

⁷ CIEPS-UNESCO, “Manifiesto sobre el Deporte”, 1964

⁸ Carta Europea del Deporte. Artículo 2.

⁹ Comité Olímpico Internacional, “Carta Olímpica”.

física pero desde un ámbito extracurricular y que utiliza conductas motoras para su realización tales como el juego, el deporte y la danza. En la recreación lo fundamental es divertirse, jugar y tener un ocio activo donde la persona se desenvuelve a su manera. Esta forma de aprovechar el tiempo libre, contribuye a la socialización y formación de conductas motrices que luego puedan convertirse en hábitos beneficiosos en la formación de la persona como un ser humano expresivo, alegre y por consiguiente saludable, características con tintes educativos.

d. La Danza:

La danza es un medio de expresión corporal para el ser humano y por ende es fundamental dentro del ámbito físico-educativo. Mario López la define como “el nivel superior de la expresión-comunicación del ser humano por el cuerpo-movimiento, arte, y cultura. Un lenguaje”.¹⁰

Cagigal califica a la danza como medio fundamental de la educación física, así como del juego y del deporte, enfatiza a su vez que tales medios no pueden ser aislados de la educación física, ya que estos son conductas naturales del ser humano que lo acompañan desde su inicio hasta su fin y que le permiten ser lo que es, “un ser humano libre, pensante y expresivo en sus emociones”.

3.4. Didáctica de la Educación Física:

La palabra didáctica procede del griego “didaskhein” que significa “enseñar”. Francisco Larroyo define a la didáctica como la doctrina del aprendizaje, Juan Amos Comenio se refiere a ella como “el arte de enseñar y aprender” por otro lado Imideo Nerici (1985) la define como el conjunto de procedimientos y normas destinada a dirigir el aprendizaje de la manera más eficiente que sea posible.

¹⁰ López Mario, “Esquema Conceptual Referencial Operativo de Educación Física”, Argentina 1991.

Podría decirse entonces que la didáctica de la educación física es el conjunto de normas, procesos, principios, formas y métodos que buscan a través del movimiento y ejercicio físico desarrollar de manera eficiente y adecuadamente el aprendizaje motriz de los estudiantes. Dado que la didáctica de la educación física es específica por la naturaleza de la disciplina, podremos distinguir varias características como las siguientes:

Su aprendizaje no reside solo en saber sino en hacer.

La educación física es por y para el movimiento, así que el proceso de enseñanza- aprendizaje se basa en el desarrollo motriz.

Por la naturaleza de la disciplina, el proceso es inductivo, vivencial, practica, experimentada, por “esquemas de asimilación motriz” (Piaget).

Ciertas conductas motrices son aprendidas naturalmente, no por aprendizaje, sino por desarrollo, y son bases para los siguientes procesos.

i. Enseñanza:

Se describe a la enseñanza como el proceso de transmisión de conocimientos y experiencias de una persona a otra. Dicha enseñanza gira bajo dos modalidades, una de carácter deductivo y la otra inductiva, la primera descansa sobre la información que el docente pueda transmitir y la segunda sobre las experiencias y los conocimientos que el alumno descubre. La enseñanza en educación física como área específica recurre a sus propios métodos, técnicas y estrategias que la encaminen a sus objetivos, dado que lo que persigue tiene que ver con conductas motrices y estas para su mejora dependen del desarrollo natural de los movimientos primarios y experiencias anteriores. Es prudente resaltar también que

Existen factores como edad, genero, ambiente, cultura e ideología que pueden condicionar las formas de enseñanza en un determinado momento.

j. Aprendizaje:

Según Guthrie, “llamamos aprendizaje a los cambios de conducta que siguen a otra conducta”. Planchard la define como “el perfeccionamiento progresivo de la actividad como consecuencia del ejercicio.

Tomando las referencias conceptuales anteriores podemos concluir que el aprendizaje es la acción de adquirir cambios de conducta y conocimientos, en educación física específicamente de tipo psicomotriz. Es importante señalar que el aprendizaje del desarrollo físico-motriz del niño pasa por distintas etapas evolutivas, primero es un aprendizaje por estímulo de desarrollo motriz, luego aprendizaje por desarrollo motriz y físico, por último se centra en el aprendizaje por enseñanza físico y técnico.

k. Metodología de la Educación Física:

Método es el camino para llegar a un fin (Nerici). Saber enseñar a realizar un ejercicio de manera adecuada, eficiente y que a su vez el niño este motivado durante el proceso, requiere de una buena metodología por parte del docente. Existen diversos métodos, técnicas o formas de enseñanza aplicables en la educación física, estas decisiones metodológicas tomadas por el profesor dependen en gran parte de variables como “los objetivos, las características de los alumnos, y la tarea motriz”, (delgado 1991). A continuación seleccionaremos algunos métodos de acuerdo a la forma y estilo de ejecutar la tarea.

a. Métodos de acuerdo a la forma de ejecutar la tarea”:¹¹

Método Sintético o Global: acá la ejecución del ejercicio se realiza de manera completa, puede aplicarse a toda edad, especialmente en ejercicios de fácil coordinación. No se recomienda en acciones físicas complejas.

Método Analítico: este se utiliza cuando un ejercicio es muy complejo y se busca la técnica, permite practicar un movimiento o ejercicio por fases y corregir en cada una de ellas, se utiliza especialmente en el desarrollo de acciones deportivas con movimientos a-cíclicos.

Método Mixto: (sintético-analítico-sintético), este método se caracteriza por desarrollar en ejercicio en tres fases, la primera de manera global, la segunda por fases, y la tercera de manera global pero con la diferencia de haber experimentado cada fase y corregido errores por la cual le da más seguridad y técnica al niño. (Aplicable según tarea motriz).

b. “Métodos de acuerdo a los estilos de enseñanza.”¹²

El Mando directo: se caracteriza por el total protagonismo del maestro en la toma de decisiones, el alumno ejecuta, sigue y obedece, un estilo militarizado que puede limitar al niño en su creatividad, pero sin embargo es necesaria su aplicación según el momento de la clase y según el contenido o tarea motriz.

Estilo de la Práctica: este método involucra al alumno en la toma de decisiones al realizar determinada tarea, por ejemplo un salto, el decide como ejecutarlo para alcanzar su objetivo, el maestro solo dicta la tarea.

El Estilo de Enseñanza Reciproca: este método se realiza en parejas, consiste en asignar un rol a cada quien, en este caso uno ejecuta la acción y el

¹¹ Pila Telaña Agosto, “Educación Físico Deportiva Enseñanza-Aprendizaje”, Edit. Pila Telaña, Madrid, España, 1981, citado en el libro Didáctica de la Educación Física por Jorge L. Zamora

¹² Mosston Muska-Ashworth Sara, citado por Jorge L. Zamora “Didáctica de la Educación Física”

otro observa. Las ventajas del método es que el observador puede corregir errores, dar feedback y al mismo tiempo visualizar bien la acción motriz para su propio beneficio, las decisiones son individuales.

Estilo del Descubrimiento Guiado: en este estilo de enseñanza el docente guía al niño a través de una serie de preguntas que lo encaminen al objetivo buscado, obliga al uso de lo intelectual-verbal y motriz, a través de ello el niño piensa, decide y ejecuta. Esencial para estimular la iniciativa y creatividad en sus ideas.

Estilo Resolución de Problemas: a diferencia del descubrimiento guiado es que el niño debe buscar varias alternativas, el docente presenta el problema y el alumno busca las posibles soluciones al problema para luego ejecutarla. Estimula lo cognitivo, la curiosidad, el descubrimiento e independencia motriz.

El Cuento Motor: es similar al cuento hablado solo que en este caso es más representado y jugado, donde el profesor es el narrador y los alumnos representan a través de acciones motrices lo narrado. Este es el mejor método para utilizar en edades tempranas donde la imaginación y fantasía son características esenciales en los niños, el cuento motor es estimulante, motivador, durante su práctica el niño desarrolla habilidades y destrezas básicas, desarrolla creatividad y estimula los sentimientos, desarrolla lo cognitivo-afectivo-social, promueve valores de respeto hacia los demás y hacia uno mismo.

I. Principios Didácticos de la Clase de Educación Física:

Para estructurar y organizar bien la clase de educación física es necesario tomar en cuenta algunos principios didácticos que puedan encaminar a los logros trazados. Existen varias escuelas que exponen diversos principios pero que al final todas responden hacia las mismas necesidades. A continuación nombraremos los más fundamentales según la escuela cubana.

Principio de la Planificación: establece que todos los docentes deben cumplir con su labor en forma planificada, y que este plan preconcebido responda a los objetivos trazados.

Principio de la Sistematización: este principio establece que debe haber coherencia en las actividades, respecto a lo que ya saben y lo que aprenderán.

Principio de la individualización: parte del punto que no todos los niños desarrollan iguales, tienen diferentes capacidades y aptitudes por lo cual también aprenden de manera distinta y a un ritmo diferente, el docente debe tomar en cuenta distintas características como la edad, el sexo, estructura corporal, estado biológico, etc. Dichos caracteres son decisivos en la dosificación de la carga física aplicada a cada estudiante.

Principio de la Percepción Directa: toda información que el niño extrae de su entorno lo hace por medio de los sentidos, específicamente lo visual, táctil y auditiva. La educación física se vale de la explicación, demostración y corrección de los ejercicios, lo cual indica lo importante que son estos órganos, he aquí la importancia del principio de la individualización y la percepción cuando un niño tiene dificultades para percibir con cierto sentido, obliga al docente a buscar formas metodológicas especiales para adecuar los contenidos y actividades de acuerdo a sus capacidades.

Principio de la Asequibilidad y Accesibilidad: el aprendizaje de un ejercicio depende de lo que el niño pueda captar en cuanto a concepto y explicación y si está dentro de sus posibilidades motrices la ejecución de dicha tarea. Por consiguiente una tarea es pedagógicamente asequible si la explicación y metodología del docente es adecuada, unas reglas de esta es que se enseñe de lo fácil a lo difícil, de lo conocido a lo desconocido. Por otro lado, la tarea debe ser accesible tomando en cuenta las potencialidades físico-funcionales del educando.

m. La Planificación en Educación Física:

La planificación se realiza en tres niveles de planeamiento los cuales son:

Macro ciclo: este refiere al plan anual del docente, se divide en unidades que pueden ser de cuatro o más según el contexto institucional en el que se desarrolla y contiene los temas principales que se desarrollaran en cada unidad.

Mesociclo: este es el plan de unidad, en este plan los contenidos y objetivos son más concretos ya que se trabaja bajo un tema principal del cual se desglosan una serie de subtemas que marcan la distribución temática de los microciclos.

Microciclo: en educación física es el plan de cada clase, aquí se plasma todas las actividades que se realizaran para el aprendizaje de un tema específico, la dosificación y metodología a utilizar, sus objetivos son por competencias, el microciclo es el plan bajo el cual se va construyendo paso a paso el aprendizaje y desarrollo del educando, en dicho proceso se va alcanzando los objetivos de unidad, de grado y área. Este plan se divide en tres partes, la parte inicial, la parte principal y final.

Parte Inicial: es la parte en la que se prepara física, funcional y mentalmente al estudiante, esto para evitar lesiones y conseguir mejores resultados para la parte principal.

Parte Principal: es el momento en el que se desarrolla las actividades principales del plan y por medio de las cuales se pretende dar alcance al objetivo por competencia logrando los cambios esperados.

Parte Final: espacio en el que se regresa al alumno a su estado normal funcionalmente hablando o espacio en el que se pretende despedir de manera motivada la clase, esto en dependencia del esfuerzo orgánico realizada en la parte principal.

3.5. Fundamentación Legal de la Educación Física:

La educación física en Guatemala obtiene su fundamentación legal a través de la Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte (Decreto No. 76-97) y a través de la Ley de Educación Nacional (Decreto no. 12-91). En el ámbito internacional se fundamenta a través de la Carta Magna Internacional de la educación Física y el deporte y del Manifiesto Mundial de la Educación Física FIEP. Para ser más específicos citaremos algunos artículos de dichos documentos.

n. Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte. Decreto “76- 97”.

En el Título I. Capítulo I y Artículo 3. Principios. Inciso c. Menciona que es obligación del estado, la promoción y fomento de la educación física, la recreación física y el deporte, como factor importante del desarrollo humano, por lo que deben ser favorecidos y asistidos en forma apropiada por los fondos públicos.

Título I. Capítulo I y Artículo 6. Objetivos. Inciso a. Promover, practicar y difundir las actividades relacionadas con la educación física, la recreación física y el deporte en todas sus modalidades.

Título III. Capítulo I y Artículo 32. Creación. El estado crea y reconoce a través del Ministerio de Educación, la Dirección General de Educación Física DIGEF, la cual se encargará de la coordinación y cumplimiento de la filosofía, política directrices de la educación física nacional.

Título III. Capítulo I y Artículo 33. Ámbito. El acceso a la educación física es un derecho de todo escolar por ser un elemento esencial en su proceso formativo y en su bienestar integral. Su práctica se realizará sin ningún tipo de restricción o discriminación alguna. Tanto el deporte como la recreación escolar por ser parte en su carácter de medios de la educación física, se entienden incluidos cuando se

menciona ésta, la que los abarca y desarrolla en su ámbito extracurricular, cuando se refiere a programas específicos.

En el Título III. Capítulo III. Artículo 49. Obligaciones. La educación física como asignatura escolar, tiene carácter de obligatoria en todos los grados, ciclos y niveles del Sistema Educativo Nacional, el Ministerio de Educación a través de la Dirección General de educación Física DIGEF deberá realizar los estudios técnicos correspondientes para determinar el mínimo de periodos de clase a la semana que deberán impartirse en cada grado de los diferentes niveles educativos, especialmente para mejorar la frecuencia de éstos en los niveles de preprimaria y primaria.

o. Decreto 12-91 Ley de Educación Nacional.

Capítulo VII. Artículo 59. Definición. Se define a la Educación física como una parte fundamental la educación del ser humano que tiende a formarle integralmente, en mente, cuerpo y espíritu, a través de actividades físicas racionalmente planificadas, científicamente concebidas y dosificadas para ser aplicadas progresivamente en todos los ciclos de la vida del hombre, cuya extensión comienza con la educación inicial y termina con la educación del anciano.

Capítulo VII. Artículo 60. Finalidades. Son finalidades de la Educación Física: 1. Preservar y mejorar la salud .2. Adquirir y mantener la aptitud física y deportiva 3. Contribuir al desarrollo de los valores morales.

Capítulo VII. Artículo 61. Derechos Fundamentales. El Estado reconoce la práctica de la Educación Física como un Derecho Fundamental para todos, y como obligatoria su aplicación en todos los niveles, ciclos y grados del Sistema Educativo Nacional, tanto en sus ámbitos de Educación Formal y Extraescolar o

Paralela. Su diseño curricular se adecuará al tipo de organización de cada nivel, modalidad y región.

p. Carta Magna Internacional de la Educación Física y el Deporte.

Artículo primero. La práctica de la educación física y el deporte es un derecho fundamental para todos.

Todo ser humano tiene el derecho fundamental de acceder a la educación física y al deporte, que son indispensables para el pleno desarrollo de su personalidad. El derecho a desarrollar las facultades físicas, intelectuales y morales por medio de la educación física y el deporte deberá garantizarse tanto dentro del marco del sistema educativo como en el de los demás aspectos de la vida social.

Artículo 2. La educación física y el deporte constituyen un elemento esencial de la educación permanente dentro del sistema global de educación.

La educación física y el deporte, dimensiones esenciales de la educación y de la cultura, deben desarrollar las aptitudes, la voluntad y el dominio de sí mismo de cada ser humano y favorecer su plena integración en la sociedad. Se ha de asegurar la continuidad de la actividad física y de la práctica deportiva durante toda la vida, por medio de una educación global, permanente y democratizada.

Artículo 4. La enseñanza, el encuadramiento y la administración de la educación física y el deporte deben confiarse a un personal calificado.

Todo el personal que asuma la responsabilidad profesional de la educación física y el deporte debe tener la competencia y la formación apropiadas. Se ha de reclutar con cuidado y en número suficiente y el personal disfrutará de una

formación previa y de un perfeccionamiento continuo, a fin de garantizar niveles de especialización adecuados.

q. Manifiesto Mundial de la Educación Física (FIEP).

Artículo 1. La Educación Física, por sus valores, debe ser comprendida como uno de los derechos fundamentales de todas las personas.

Artículo 5. La Educación Física, debe ser asegurada y promovida durante toda la vida de las personas, ocupando un lugar de importancia en los procesos de educación continuada, integrándose con los otros componentes educacionales, sin dejar, en ningún momento, de fortalecer el ejercicio democrático expresado por la igualdad de condiciones ofrecidas en sus prácticas.

3.6. Área Curricular de la Educación Física.

r. Currículo Nacional Base (MINEDUC)

En Guatemala se cuenta con un currículo nacional base (CNB) de cada nivel educativo, entendiéndose específicamente nivel pre-primario, primaria y básico aprobado por el ministerio de educación, en dicho currículo se describen todas las áreas que los docentes deben desarrollar, planificar y enseñar a los estudiantes según sea su contexto educativo, es por ello que existe un macro-currículo, un meso-currículo, y un micro-currículo, el primero ve las necesidades educativas a nivel nacional, el segundo a nivel regional y el tercer nivel es más específico hacia una comunidad o institución educativa. Tales áreas mencionadas por el currículo contienen en el mismo la descripción de sus objetivos, contenidos, indicadores de logros, competencias, y los fines que persiguen como materia individual. Dentro de las áreas incluidas en el CNB se encuentra la Educación Física como parte importante en el proceso educativo de los estudiantes ya que según lo describe el CNB ayuda en el desarrollo integral de los estudiantes, puntualmente en el

desarrollo corporal, desarrollo social, promueve la salud, el desarrollo psico-motriz, y da grandes beneficios en el desarrollo cognitivo del ser humano, dichos aspectos que este documento asigna y da crédito a la educación física lo comparten muy estrechamente las guías programáticas desarrolladas por la DIGEF. Sin embargo debemos mencionar que al estudiar y analizar detenidamente el área de educación física en el CNB., podemos concretar que existen grandes carencias en los contenidos y en su desarrollo sistemático, la educación física también requiere como toda materia de un proceso pedagógico para su enseñanza, algo que no está muy claro en este documento ya que la estructura está mal elaborada y encausada únicamente para que el maestro de grado la imparta y no un profesional en el área, de tal forma que a pesar de la importancia que le da, no cumple con los parámetros adecuados y por consiguiente con los fines y propósitos que la educación requiere.

s. Guías Programáticas de Educación Física. (DIGEF).

Según la Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte Decreto No. 76-97, le establece dentro de las funciones a la Dirección General de Educación Física, aprobar los planes y programas de Educación física para todos los niveles y ciclos educativos; así como dirigir, ejecutar, evaluar y supervisar los proyectos educativos que se dicten. Partiendo de este hecho legal, la DIGEF se ha dado la tarea de elaborar las Guías Programáticas de Educación Física de los niveles pre-primaria, primaria y básicos a través del área curricular de la DIGEF, de esta misma manera se crea el meso-currículo a nivel departamental con el apoyo directo de los orientadores metodológicos y sectores docentes representativos de cada región, con el fin de otorgar la contextualización pertinente del contenido programático de la educación Física.

Al conocer el contenido de las guías programáticas, sus descriptores como modalidad educativa, como área curricular, sus fundamentos, su contexto, su eje

transversal, el perfil motriz del niño de cada nivel, las competencias del área y grado, la tabla de componentes y secuencia de contenidos, se puede concluir que su forma es completa, contiene todo lo que el sistema y proceso educativo requiere, pero especialmente la estructura en sus contenidos son acordes al nivel y grado en que se trabaja, tiene un orden lógico y técnicamente es mejor en lo que requiere y persigue como área, aparte de ello fue elaborado por la entidad especializada en el tema y además se cuenta con el meso-currículo en el cual todo el sector docente especialista en el campo fue participe de la misma, teniendo la oportunidad de esta manera desarrollar los contenidos adecuados de acuerdo al contexto de cada región.

Dentro del sistema educativo se cuenta con dos documentos válidos, pero que realmente solo uno es operable (Guías Programáticas) por las carencias pedagógicas de la otra (CNB).

3.7. La Educación Física dentro del Sistema Educativo Nacional.

t. Funciones de la Clase:

Dentro del sistema educativo nacional la educación física debe cumplir con funciones enfocadas al desarrollo social, cultural, motriz, cognitivo y biológico de los estudiantes guatemaltecos, según los ideales del currículo nacional y el contexto social en el lugar en que se desarrolla.

u. Valorización de la Clase:

La educación física como materia o área educativa es de carácter obligatorio en el pensum de estudios de los escolares no solo a nivel nacional sino internacional, en nuestro país la frecuencia es de dos veces por semana y su valorización es inminente dada la amplia fundamentación teórica de beneficios y efectos que posee a corto y largo plazo, dicha fundamentación hace que exista un

programa organizado de educación física en los distintos niveles educativos tanto a nivel curricular como extracurricular, sin embargo pese a estos argumentos, la clase es también desvalorizada por gente mediocre en el tema, que en su función de político, maestro de grado o padre de familia no han sabido apreciar la riqueza real del área, limitándose únicamente al conocimiento teórico.

v. Material didáctico:

El conjunto de material didáctico lo componen todos aquellos utensilios, móviles o elementos que se utilizan en la clase de educación física para la realización de las actividades y como vehículo para conseguir que el alumnado alcance los objetivos didácticos propuestos a través de los contenidos. El material debe ser considerado como un valioso recurso didáctico del área de educación física que está al servicio del profesorado y del alumnado para la realización de las diferentes tareas propuestas, así como para el logro de los objetivos. Lastimosamente en nuestro medio no se implementan las escuelas de material didáctico o si lo hacen es de muy mala calidad lo cual repercute en el desarrollo adecuado de la clase y por ende dificulta alcanzar los objetivos obligando al docente al reciclaje que ayuda pero no cubre en su totalidad las necesidades requeridas.

w. Infraestructura:

Un aspecto fundamental que toda escuela o centro educativo debe tener para el desarrollo adecuado de la clase de educación física es un área deportiva con las condiciones necesarias para trabajar y desarrollar los contenidos y actividades planificadas. Bajo el concepto de instalaciones deportivas se debe incluir todos aquellos espacios, lugares o instalaciones en donde se practica o se puede practicar algún tipo de actividad física y además, aquellos servicios que

estas pueden o deben tener. Lastimosamente en nuestro medio, el área de trabajo es uno de los principales obstáculos que el docente debe afrontar por las pésimas condiciones en que se encuentran y la casi nula inversión que el gobierno realiza para mejorarlas, esto es una de las razones del porque existe bajo desarrollo deportivo en nuestro país y poca cultura física.

3.8. Ciencias Auxiliares de la Educación Física.

x. Biología:

la biología es la ciencia que estudia los seres vivos, su evolución, sus propiedades, su reproducción, sus funciones como especie, sus capacidades y necesidades de moverse y expresarse, es por ello que esta ciencia alcanza una estrecha relación con la educación física de aquí su necesidad de fundamentarla desde un punto de vista biológico tomando en cuenta que trabajamos con seres humanos y lo que se persigue precisamente es el desarrollo adecuado del organismo biológicamente hablando, satisfaciendo las necesidades del cuerpo a través del ejercicio partiendo del punto de vista de que el cuerpo fue echo para moverse. Es conocido que el estudio de la motricidad además de tener un carácter físico en el movimiento, tiene su fundamento biológico al establecer la relación entre el Sistema Nervioso y el Locomotor. De la biología se desprenden la Anatomía y la Fisiología.

y. Anatomía:

Es imprescindible que el docente tenga conocimientos de anatomía humana, dicha ciencia proporciona conocimientos importantes sobre la estructura corporal y dado que en educación física son necesarios estos conocimientos para la aplicación adecuada de tareas físicas que garanticen una práctica sin riesgos

para la salud y seguridad en los niños, evitando lesiones y otro tipo de actividades que puedan dificultar su desarrollo.

z. Fisiología.

Si la anatomía estudia la estructura corporal, la fisiología es la ciencia que estudia las capacidades funcionales de las estructuras corporales, es decir que analiza las funciones de cada órgano, musculo y hueso del cuerpo, analiza el funcionamiento del sistema nervioso, respiratorio, cardiaco, etc. Todo lo que sucede internamente en el cuerpo humano esta ciencia trata de responderlo a través de estudios científicos ayudándonos de esta manera a entender mejor nuestro cuerpo. La fisiología aplicada al ejercicio es más específica ya que estudia como el cuerpo desde el punto de vista funcional responde y se adapta al ejercicio, sin lugar a dudas esta ciencia es fundamental en el ámbito de la educación física ya que nos ayuda a entender mejor lo que sucede en el cuerpo de cada niño desde el punto de vista biológico funcional y lo que provoca cada ejercicio o actividad física que aplicamos en ellos, estos conocimientos permitirán al docente realizar su trabajo con mayor eficiencia, seguridad y certeza, logrando resultados adecuados en el desarrollo de los niños.

a.a. Primeros Auxilios:

Consiste en la atención inmediata que se le da a una persona lesionada o enferma en el lugar de los hechos mientras llega personal preparado para la situación. Estos conocimientos son de vital importancia en la sociedad en general y en la práctica de actividad físico-deportiva, en particular, no solo por conocer y detectar cuáles son las lesiones más comunes en nuestro ámbito, sino también por saber actuar de forma correcta ante un accidente, independientemente del contexto en que nos encontremos.

a.b. Psicología:

la psicología ayuda a entender la conducta humana tanto a nivel individual como nivel social. En el plano educativo es importante saber porque un niño actúa de determinada forma y más importante aún saber conducirlo a pesar de los posibles problemas que pueda tener y que le afecten en su proceso educativo. La salud mental del niño es un factor muy importante que puede afectar en su aprendizaje y desarrollo como ser humano, los problemas en el hogar, la falta de atención por parte de los padres, la economía, su estado físico y la violencia social entre otros casos, son problemas comunes que afectan al niño guatemalteco y que a su vez estos problemas causan estrés, depresión, y baja autoestima que modifican el estado de ánimo y la conducta del niño. Sin embargo numerosos estudios fundamentan una relación positiva entre el ejercicio y el bienestar psicológico del ser humano, tal como lo describe (Blasco, 1997) “el ejercicio produce efectos saludables, bien previniendo la aparición de trastornos de salud, o bien facilitando el tratamiento de los mismos”, entre los beneficios psicológicos del ejercicio podemos mencionar, el rendimiento académico, asertividad, confianza, estabilidad emocional, autoestima, mayor sociabilización, memoria, autocontrol, etc. De aquí la fundamentación de la importancia de la educación física en los niños y la incidencia positiva que tiene en su desarrollo a nivel mental.

a.c. Pedagogía:

“la pedagogía es la ciencia que se ocupa de la educación y la enseñanza, lo que enseña y educa por doctrina o ejemplos”¹³ esta definición es generalizada, sin embargo podemos especificar que la pedagogía de la educación física es la ciencia de la educación que se encarga de estudiar los procesos de instrucción o enseñanza y de formación integral de la personalidad del individuo, a través del desarrollo de las capacidades físicas – motrices, funcionales e intelectuales, además de las habilidades motrices deportivas, influyendo igualmente de manera

¹³ Diccionario de la Real Academia Española

positiva en la conducta social de éste. Dada la importancia de la educación física en el ámbito educativo esta tiene objetivos, contenidos, fines, medios, métodos, organización y evaluación entre otros componentes que le dan su valor pedagógico. Las corrientes pedagógicas en que la educación actual se apoya es la Constructivista el cual resalta el papel activo del niño como constructor de sus propios conocimientos, en lugar de ser un receptor pasivo que solo recibe instrucción del maestro. Para Piaget en el constructivismo el conocimiento se adquiere partiendo de la interacción con el medio, para Vygotsky se basa en el aprendizaje sociocultural de cada individuo, y para Ausubel los nuevos conocimientos se incorporan de manera sustantiva en la estructura cognitiva del individuo. Otra corriente que adopta la educación es la Cognitiva la cual refiere a los conocimientos que el individuo ya posee y como los tiene organizados, relacionando estos conocimientos previos a los nuevos conocimientos que se pretenden adquirir. Ausubel dice que el factor más importante que influye en el aprendizaje es lo que el alumno ya sabe, y conforme a esto debe enseñarse. Tomando en cuenta las funciones de esta área en el contexto guatemalteco y lo que la educación persigue, podemos decir que estas corrientes pedagógicas brindan nuevas estrategias para poder alcanzar los fines y objetivos que la educación en general de nuestro país persigue.

3.9. El Maestro de Educación Física.

a.d. Perfil:

Todos los profesores de Educación Física como otros docentes deben poseer capacidades pedagógicas, actitudes profesionales, personales y orientaciones filosóficas que contribuyen con el desempeño de su labor docente y la formación cognitiva, afectiva y valórica de sus alumnos. Ya no se define a un buen profesor como sólo aquél que mejora las aptitudes físicas de los alumnos, si no también aquel que trabaja de una manera biopsicosocial potenciando todas sus aptitudes y actitudes, solo un docente que sea innovador, investigador,

disciplinado, comprometido, responsable, empático, con vocación y motivador podrá lograr transmitir conocimientos y actitudes positivas en sus alumnos.

a.e. Funciones:

Son funciones y obligaciones de los maestros de educación física que participan en el proceso educativo, las siguientes:

Elaborar una periódica y eficiente planificación de su trabajo.

Respetar y fomentar el respeto para su comunidad en torno a los valores éticos y morales de esta última.

Participar activamente en el proceso educativo

Actualizar los contenidos de la clase de educación física y la metodología educativa que utiliza.

Fomentar la actividad física y el deporte en sus estudiantes.

Dar la clase de educación física de manera eficiente y profesional de manera que los estudiantes puedan alcanzar los logros esperados en dicha clase desde el punto de vista biopsicosocial.

Ser socializador, facilitando instancias de convivencia y relaciones en diferentes situaciones y contextos, promoviendo el trabajo en equipo, la participación y cooperación.

a.f. Preparación:

como todo profesional, el maestro de educación física debe ser una persona preparada en el área ya que la educación física en el ámbito educativo tiene un carácter científico y pedagógico la cual la hace compleja y especial. Aguirre de Vergara (2011) señala que el docente necesita tener una formación

académica, que le permita estar preparado para dirigir a sus alumnos, mediante conocimientos actuales y claros, los conocimientos que debe poseer un maestro de educación física no debe limitarse únicamente a la enseñanza de movimientos físicos, sino también al impacto que estos ejercicios tienen en el desarrollo del ser humano desde el punto de vista biológico y cognitivo, así pues el maestro de educación física debe poseer conocimientos pedagógicos, científicos, tecnológicos, tener formación valórica, ética, y ser todo un profesional en el área y como persona.

3.10. Impacto del rol del profesor de educación física en las necesidades educativas de los estudiantes y la sociedad guatemalteca.

Según Ibarra (2006) el rol del docente ha tenido múltiples cambios y su función está determinada por lo que la sociedad requiere en la actualidad. El docente pasó de ser el protagonista que entrega conocimientos, a ser el mediador, que facilita el aprendizaje a través de herramientas, en donde el alumno es partícipe en la construcción de estos conocimientos. A nivel mundial la educación física ha ido evolucionando comprendiendo mejor sus funciones y fines como área educativa, de esta manera también el profesor ha ido comprendiendo mejor su rol como maestro, lo que debe y puede lograr con los estudiantes y la comunidad a través de la clase de educación física y actividades deportivas. El rol del maestro está sujeta al contexto social en que se desarrolla, en nuestro país se pretende dar al alumno una educación integral, donde la mente el cuerpo y el espíritu son esenciales para su desarrollo y esto solo puede lograrse a través de la clase de educación física, por lo cual el impacto que genera dicha clase en el desarrollo de nuestra sociedad es grande y solo puede lograrse con un trabajo consciente y profesional de los maestros especialistas en el área. Fomentar la convivencia, el respeto, la cooperación, la disciplina, el desarrollo físico-motriz, cognitivo, psicológico y lograr que los niños, niñas y personas adultas disfruten, socialicen y tengan una mejor calidad de vida es parte del quehacer del maestro. De esta manera el docente de educación física en Guatemala juega un papel importante

en el desarrollo de nuestro país, ya que de él depende que nuestra sociedad tenga hábitos de cultura física que hasta hace unos años carecía el país y que por lo tanto no existían resultados a nivel deportivo, situación que ha ido cambiando poco a poco pero que aún espera una gran tarea. Finalmente nuestro rol como docentes en nuestro amado país es facilitar un desarrollo biológico adecuado en los estudiantes y un estado psicológico equilibrado, logrando una sociedad estable, sana, con valores y con calidad de vida.

IV. Marco Operativo

4.1 Diseño de la investigación:

La investigación se ha diseñado bajo la estructura de un equipo de investigación, de un presupuesto y una programación.

4.1.1 Equipo de investigación.

- Coordinador general del programa PADEP/DEF
- Coordinador de sede central
- Asesor de sistematización
- Investigador
- Director
- Estudiantes
- Maestros
- Padres de familia

Organización institucional.

- Ministerio de Educación
- Universidad de San Carlos
- Dirección Departamental
- Supervisión Municipal
- Institución Educativa
- Comunidad

Recursos institucionales.

- Recursos humanos:
 - Coordinador, asesor y licenciados del programa
 - Supervisor, director, maestros y alumnos de la escuela.
- Recursos materiales:
 - Cuaderno de apuntes, hojas, lapiceros.
 - Cañonera, equipo de audio, cámara, computadora, impresora.
 - Material didáctico deportivo, área deportiva.

4.1.2 Presupuesto de investigación.

Actividad	Recursos	Costos
Recargas de internet en diferentes días.	Computadora	Q60.00
Fotocopias de material informativo	Fotocopiadora	Q6.00
Fotocopia de 2 libros	Fotocopiadora	Q43.00
Compra de USB	USB	Q65.00
Impresión de encuestas	Impresora	Q80.00
Primera impresión de la sistematización para revisión	Impresora	Q500
Segunda impresión de sistematización para revisión	Impresora	Q800
Tercera impresión de sistematización para revisión	Impresora	Q25.00
Total		Q292.00

4.1.3 Programación y/o calendarización del proyecto de investigación.

ACTIVIDADES	MESES											
	ENERO				FEBRERO				MARZO			
	SEMANAS											
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
FASE I												
Identificación de fuentes bibliográficas	■	■										
Acopio de información bibliográfica			■	■								
Construcción del marco teórico					■	■						
FASE II												
Selección de la muestra							■	■				
Tipo de muestreo							■	■				
Técnicas e instrumentos de recolección de datos									■			
Descripción de las técnicas con sus respectivos indicadores										■		
FASE III												
Organización jerárquica del proyecto											■	
Recursos Institucionales											■	
Presupuesto de la investigación												■
FASE IV												
Trabajo de campo												■
Aplicación de las técnicas e instrumentos de recolección de datos												■

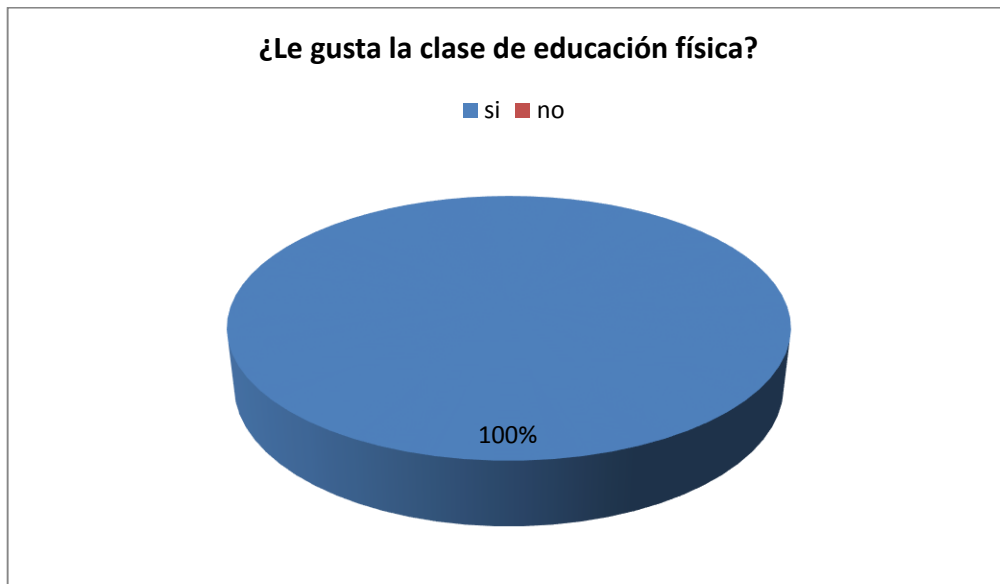
V. Presentación de los resultados:

5.1. Análisis de datos:

A continuación se detallan los resultados obtenidos de la encuesta realizada a estudiantes de la Escuela Aldea Buena Vista con el fin de determinar la procedencia de factores que inciden negativamente en el desarrollo de la clase y que limitan el rol del docente y los fines de la educación física.

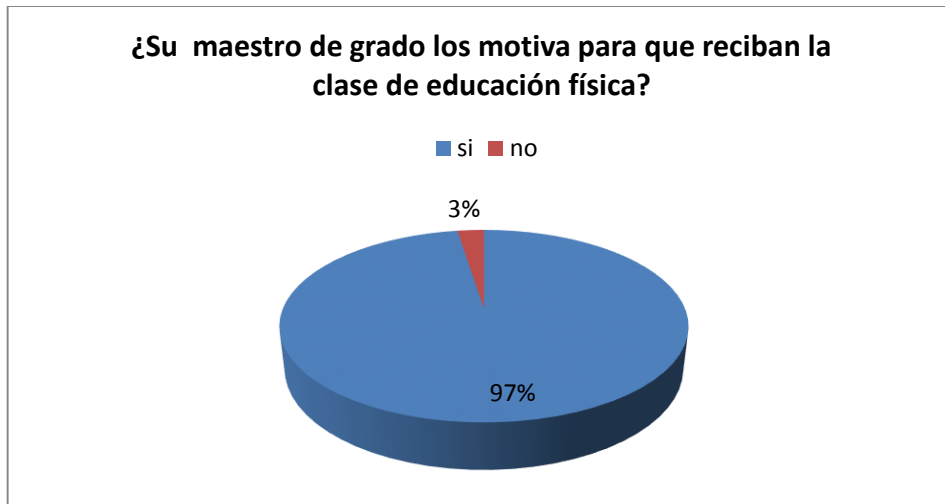
La encuesta se realizó a niños y niñas de 5to y 6to grado del nivel primario, comprendidos en las edades de 10 a 13 años, el total de la muestra fueron de 80 alumnos.

Pregunta No. 1



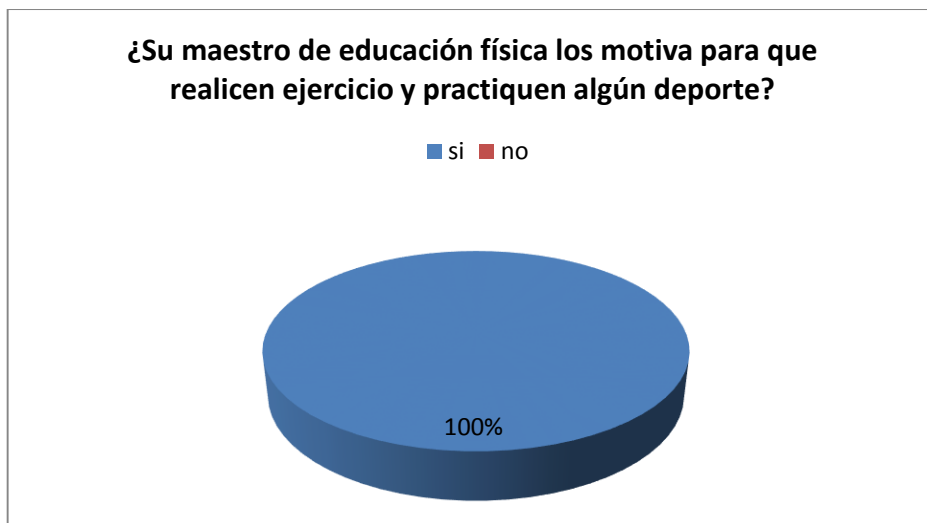
Todos los niños dijeron que si les gusta la clase de educación física porque se divierten realizando ejercicio, aprenden diversos deportes, conviven con sus compañeros y porque es bueno para su salud.

Pregunta No. 2



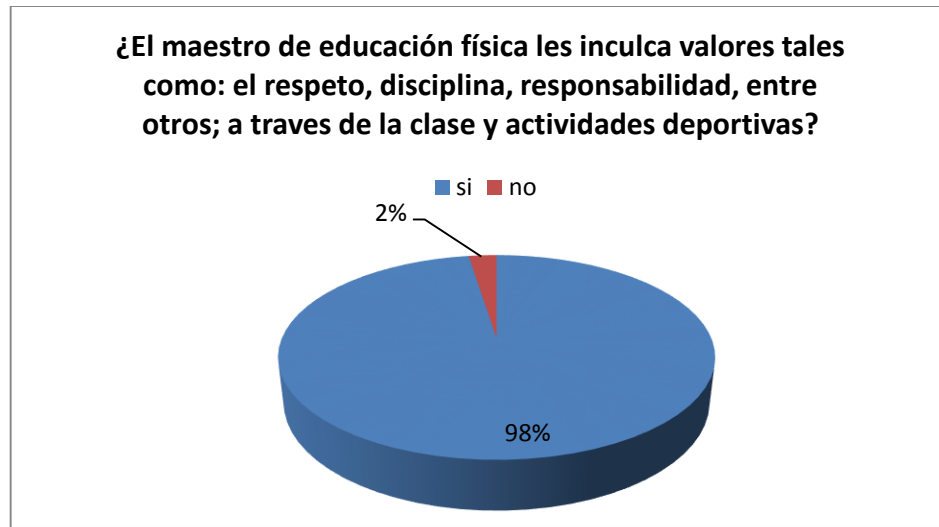
El 97% de los estudiantes afirman que su maestro de grado los apoya y motiva para que reciban la clase de educación física ya que les indica la importancia que la clase tiene para su salud. Solo el 3% dice que no lo hace.

Pregunta No. 3



De los niños y niñas encuestados, todos dijeron que su maestro de educación física los motiva y enseña a realizar ejercicio y practicar deporte, un ejemplo que dieron es que se les incluye en diversos campeonatos.

Pregunta No. 4



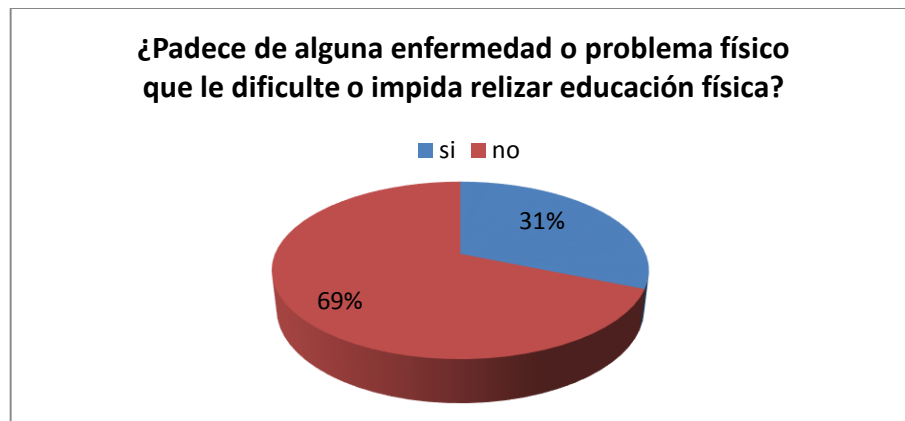
El 98% de los estudiantes mencionaron que durante las clases de educación física y los campeonatos se les inculca el respeto hacia los demás, el juego limpio, la inclusión de todos sin importar sus capacidades, a trabajar en equipo y en general se les enseña a seguir instrucciones, estas acciones dan paso a los valores como seres humanos.

Pregunta No. 5



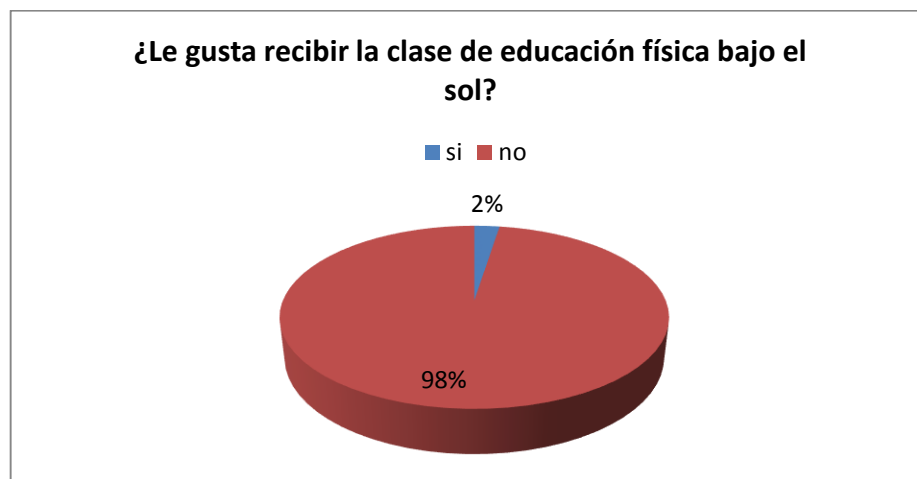
De los 80 estudiantes encuestados 75 dijeron que si desayunan antes de ir a la escuela, dicha cifra corresponde al 94% y los otros 6% dijeron que no por razones de que no les da hambre por las mañanas.

Pregunta No. 6



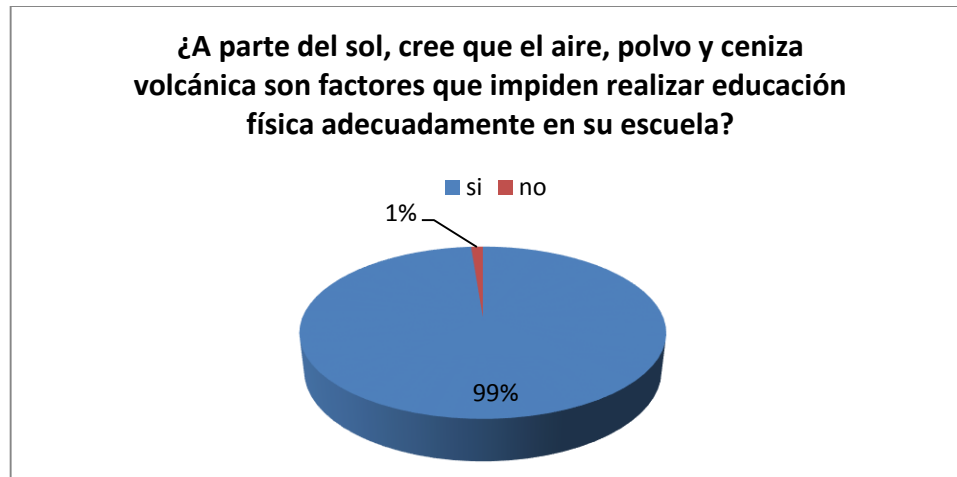
El 69% de los estudiantes encuestados no padecen de problemas físico-biológicos que limiten su participación en actividades físicas, sin embargo el 31% padece de algún problema en su organismo que se agudiza con los factores ambientales de los cuales podemos mencionar los alérgicos al sol y los asmáticos entre otros.

Pregunta No. 7



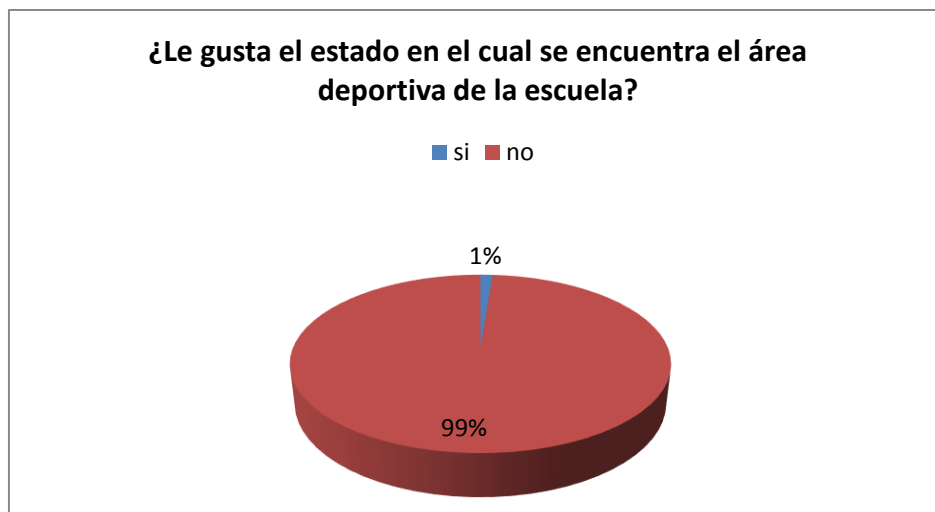
El 98% de los niños y niñas dicen que no les gusta recibir clases bajo el sol ya que les afecta en su motivación, les quema la piel, y les provoca dolor de cabeza, pero principalmente es que muchos de ellos son alérgicos a los rayos UV por lo cual no les gusta exponerse.

Pregunta No. 8



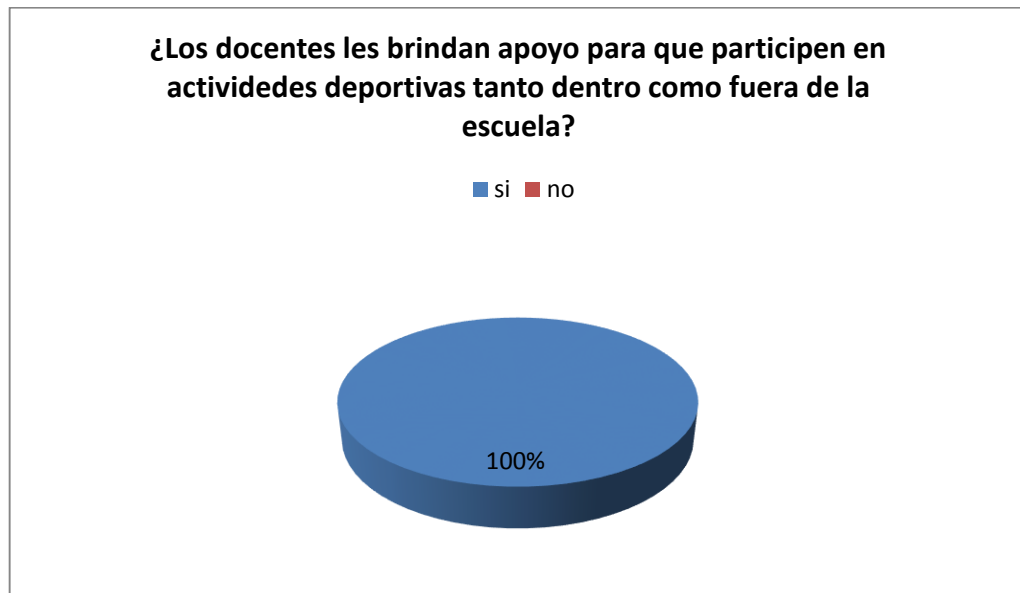
El 99% de los encuestados dijeron que el aire, polvo y ceniza volcánica si son factores ambientales que a ellos les perjudica y además algunos agregaron el factor lluvia. Las razones expuestas por los estudiantes son que se enferman y que les dificulta practicar deporte.

Pregunta No. 9



99% de los estudiantes coinciden en que el área de educación física se encuentra muy deteriorada y que por estar a la intemperie las personas no la han sabido cuidar, razón por la cual los estudiantes opinan que hay que realizar grandes mejoras en ella.

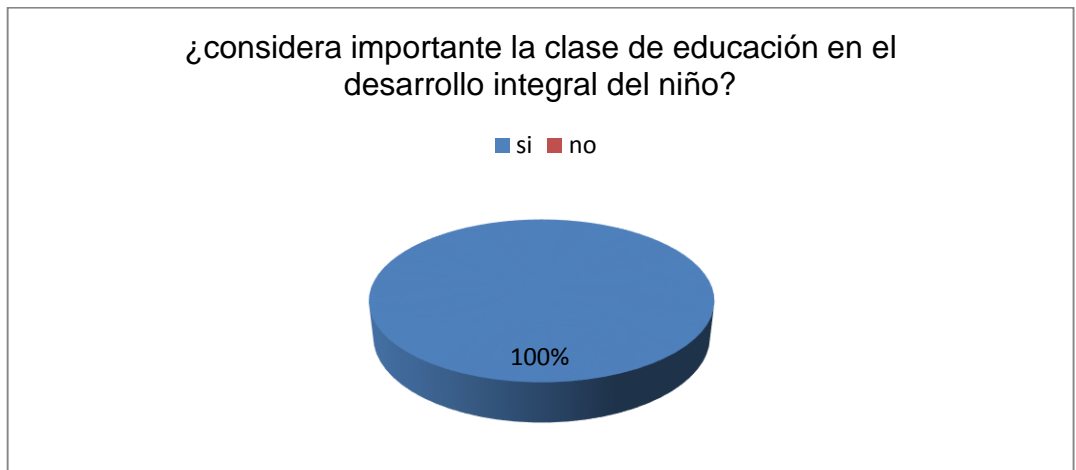
Pregunta No. 10



Todos los estudiantes mencionaron que en la escuela si se les da apoyo y se promueve el deporte tanto internamente como en las actividades extracurriculares.

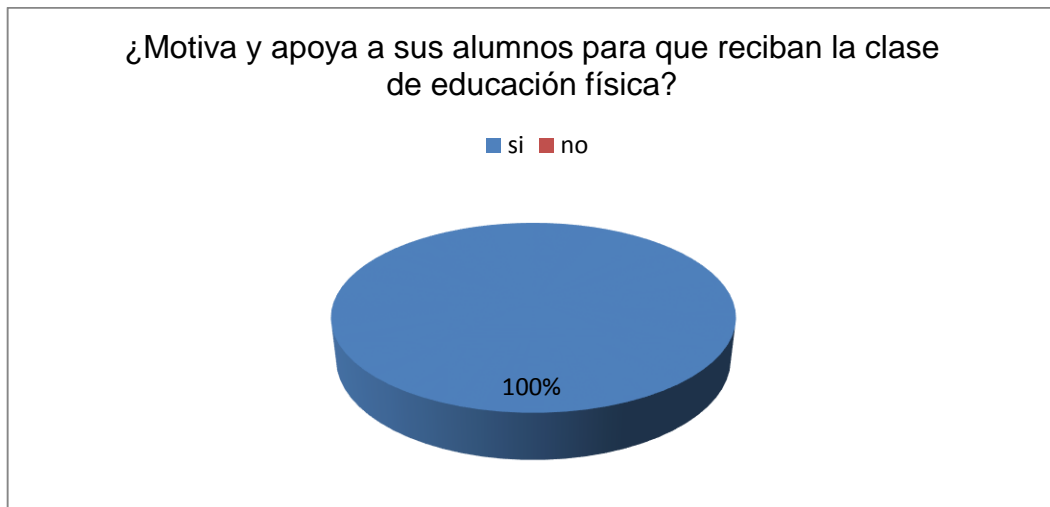
Resultados de encuesta a docentes:

Pregunta No. 1



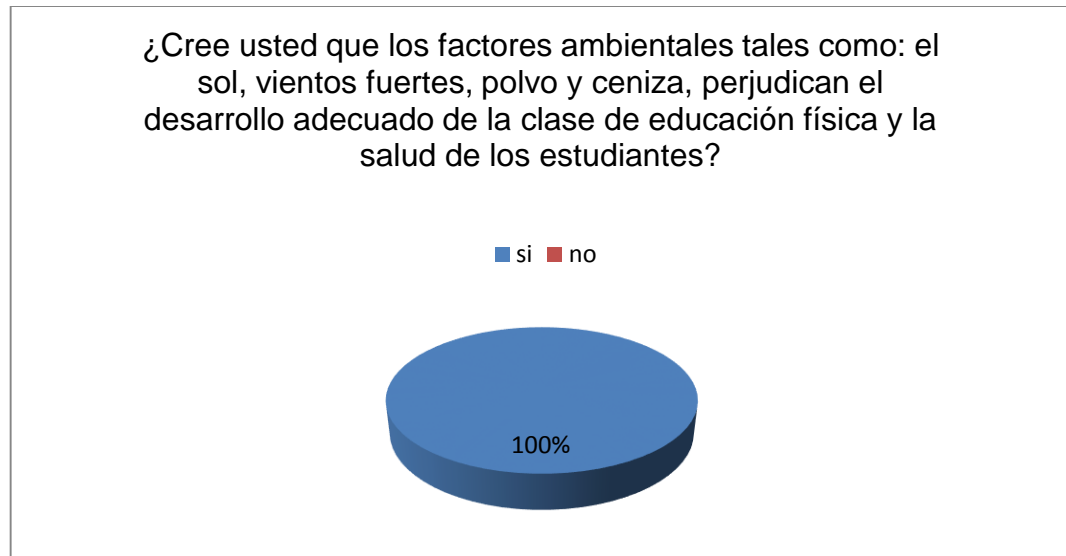
Todos los docentes consideran importante la clase de educación física ya que permite un mejor desarrollo del niño tanto en lo físico como en lo mental.

Pregunta No. 2



El 100% de los docentes motivan a sus alumnos porque en la práctica ellos socializan mejor, se motivan, mejoran en otras áreas y lo más importante es que mantienen hábitos saludables.

Pregunta No. 3



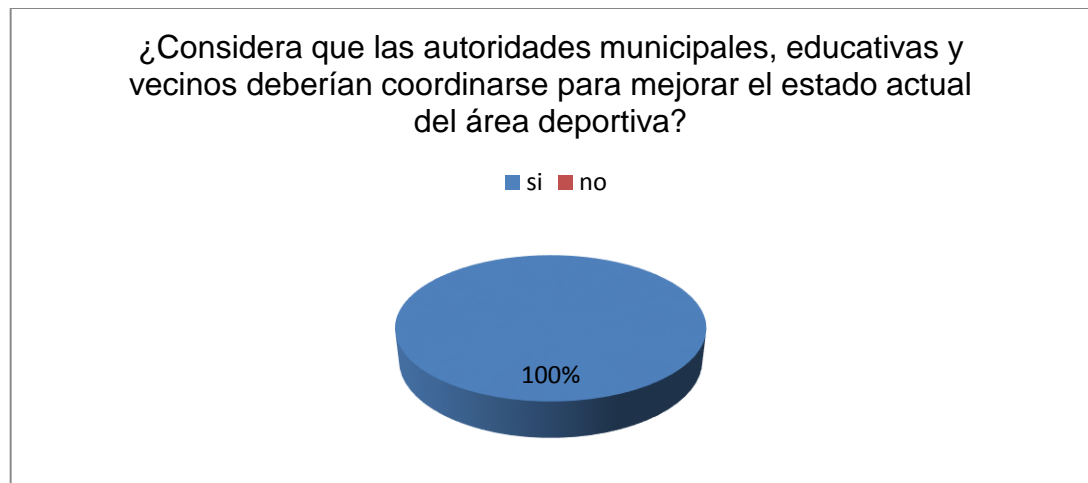
Todos los maestros de la Escuela Aldea Buena Vista coinciden en que los factores ambientales mencionados afectan la clase de educación física perjudicando la salud de los niños.

Pregunta No. 4



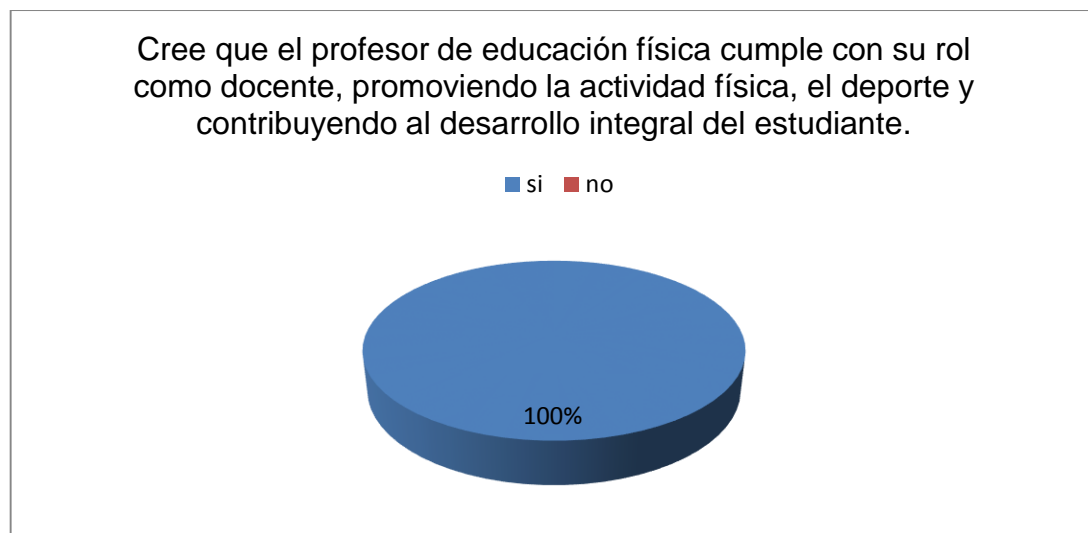
Todo el personal docente de la escuela considera que el área deportiva no es segura ya que transitan vehículos y personas ajenas a la escuela.

Pregunta No. 5



El 100% del personal docente considera que por seguridad y bienestar de los estudiantes si debería haber acercamiento de las autoridades y vecinos con el objetivo de mejorar el área deportiva y de toda la escuela.

Pregunta No. 6



Todos los docentes afirman que el maestro si cumple con su rol ya que la clase es innovadora, participativa, motivadora, con actividades acorde al nivel del niño y porque se fomenta el deporte contribuyendo a una mentalidad sana del niño.

5.2. Interpretación de resultados:

Según los resultados obtenidos de las encuestas y plasmadas en las gráficas se pudo notar el que la mayoría de estudiantes afirmaron con sus respuestas que la clase de educación física es educativa ya que aprenden valores mientras juegan, también es formativa ya que ayuda a desarrollar el cuerpo y comprenden lo saludable que es el ejercicio.

También se pudo comprobar que para los estudiantes, los factores como el sol, el aire, la ceniza volcánica entre otros factores ambientales, perjudican el desarrollo adecuado de la clase de educación física, según los niños esto influye negativamente en su motivación y perjudica en su salud.

Por último se comprobó que el área deportiva no está en condiciones para desarrollar la clase de educación física y que esto incide también negativamente en el desarrollo de la clase, tanto en lo pedagógico como en lo emocional.

VI. Conclusiones

Se concluye que los problemas principales que afectan la clase de educación física en la Escuela Aldea Buena Vista son los factores ambientales, entre ellos podemos mencionar: el sol, el aire, el polvo, la ceniza volcánica y el agua; dichos factores afectan a los niños en su salud y esto repercute en el buen desarrollo de la clase afectando en la motivación y provocando aislamiento.

Se comprueba que la mejor manera de transmitir valores a los estudiantes y la comunidad es a través de la clase de educación física, las actividades deportivas y recreativas, dichas actividades permiten la convivencia, la disciplina, el respeto, la cooperación, la solidaridad y la armonía en la sociedad y por ende crea mejor calidad de vida y un ambiente de cultura física en los alumnos y ciudadanos guatemaltecos.

Concluimos a través de la investigación que la educación física no solo tiene bases legales que la ubican como un área académica, sino que también se fundamenta sobre bases científicas que la acreditan como un área importante en el proceso educativo ya que contribuye grandemente en el desarrollo integral de los estudiantes desde el punto de vista biológico, psicológico y social.

Se concluye que el área donde se imparte la clase de educación física influye grandemente en la motivación del niño y niña, ya sea para bien o para mal, esto depende del estado en que se encuentre dicha área, razón por la que los niños de la escuela soliciten mejoras en sus instalaciones.

Se concluye que el profesor de educación física juega un rol importante en el desarrollo integral de sus alumnos y en la sociedad guatemalteca y que por ende debe ser una persona preparada académicamente, ético y profesional en el cumplimiento de su deber, perfil que se logra a través de la preparación dada en el programa PADEP/DEF de la gloriosa Universidad de San Carlos de Guatemala.

VII. Recomendaciones:

Se recomienda que tanto los docentes como padres de familia se organicen para implementar un proyecto que mejore el área deportiva y evitar con ello que los factores ambientales anteriormente mencionados afecten el desarrollo adecuado de la clase.

Se recomienda implementar actividades recreativas y deportivas que permitan transmitir y vivenciar los valores, mejorar la convivencia y socialización en los estudiantes y en toda la comunidad educativa.

Dado a que en la Escuela Aldea Buena Vista se recibe clase de educación física bajo el sol, se recomienda que los estudiantes utilicen gorra, bloqueador solar, y se hidraten constantemente para evitar daños en la piel, insolación o desmayos.

Se recomienda que los niños de primero, segundo y tercero primaria, reciban la clase de educación física en las primeras horas (7 a 9am.), esto debido a que la luz solar es más débil a esa hora y que los niños en esas edades son más vulnerables, de esta manera estaremos reduciendo el impacto negativo del sol hacia los estudiantes más jóvenes y propensos.

Se recomienda ser muy cuidadoso en la intensidad de trabajo y esfuerzo físico que los estudiantes realizarán, ya que el clima puede ser un factor determinante en el rendimiento del niño, de esto depende que la clase pueda ser alegre y saludable o pesado y dañino.

Es recomendable que cuando el ambiente climático sea muy hostil y dañino para la salud, (polvo y ceniza volcánica), se implemente actividades alternativas en el aula, como por ejemplo, juegos de mesa, motricidad fina o ejercicios que requieran poco espacio.

Se recomienda dar mayor importancia a la clase de educación física ya que solo a través de ella se logra una verdadera educación integral.

VIII. Bibliografía

Blández, J. (1995): la utilización del material y del espacio en educación física. Barcelona Ed. Inde.

Contreras Domingo, J. (1990). Enseñanza, curriculum y profesorado. Madrid Ed. Akal

Contreras, Jordán O. (1998). Didáctica de la educación física, un enfoque constructivista. España. Edit. INDE.

Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte decreto No. 76-97. (Guatemala 2010)

Ministerio de Educación, Dirección General de Educación Física DIGEF (2007). Guías Programáticas de Educación Física (1ª ed). Guatemala: Edit. Sur S.A.

Ministerio de Educación, Currículo Nacional Base Nivel Primario, (Guatemala).

Moreno, J.A. (1999) "Motricidad Infantil. Aprendizaje y desarrollo a través del juego" DM Librero - Editor, Murcia

Palacios, Luis; Martínez, Cristina (2008). Educación física y salud en la Educación Básica. INDEXA

Zamora Jorge L. (2012). Didáctica de la educación física (edición actualizada). Guatemala: Ed. Artemis Edinter, S.A.

Zamora Jorge L. (2009). Epistemología de la educación física (1ª edición). Guatemala: Dirección General de Educación Física.

E-grafía

[Http://www.educacioninicial.com/ei/contenidos/00/0300/320.ASP](http://www.educacioninicial.com/ei/contenidos/00/0300/320.ASP)

[Http://www.efdeportes.com/efd132/los-metodos-de-ensenanza-en-la-educacion-fisica.htm](http://www.efdeportes.com/efd132/los-metodos-de-ensenanza-en-la-educacion-fisica.htm)

[Http://www.efdeportes.com/efd149/cuento-motor-una-pizca-de-magia.htm](http://www.efdeportes.com/efd149/cuento-motor-una-pizca-de-magia.htm)

[Http://www.efdeportes.com/efd51/salud1.htm](http://www.efdeportes.com/efd51/salud1.htm). La actividad física y su influencia en una vida saludable (Revisado 20 de julio 2011)

[Http://www.efdeportes.com/](http://www.efdeportes.com/) Revista Digital - Buenos Aires - Año 9 - N° 62 - Julio de 2003

[Https://es.wikipedia.org/wiki/Educación_física](https://es.wikipedia.org/wiki/Educación_física)

[Http://www.mineduc.gob.gt/portal/contenido/menu_lateral/leyes_y_acuerdos/leyes_educativas/documents/1991%2012-91%20DL%20Ley%20de%20Educaci%C3%b3n%20Nacional.pdf](http://www.mineduc.gob.gt/portal/contenido/menu_lateral/leyes_y_acuerdos/leyes_educativas/documents/1991%2012-91%20DL%20Ley%20de%20Educaci%C3%b3n%20Nacional.pdf)

[Http://www.monografias.com/trabajos16/educacion-fisica-salud/educacion-fisica-salud.shtml](http://www.monografias.com/trabajos16/educacion-fisica-salud/educacion-fisica-salud.shtml)

[Http://portal.unesco.org/es/ev.php-URL_ID=13150&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html](http://portal.unesco.org/es/ev.php-URL_ID=13150&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html)

[Www.saludmed.com/edfisica/edf-Hist.html](http://www.saludmed.com/edfisica/edf-Hist.html)

[Https://www.uco.es/deportes/media/documentacion/MANIFIESTO%20MUNDIAL%20DE%20LA%20EF%202000.pdf](https://www.uco.es/deportes/media/documentacion/MANIFIESTO%20MUNDIAL%20DE%20LA%20EF%202000.pdf)

IX. Anexo

9.1. Glosario.

- A-cíclico: en lo deportivo refiere a los movimientos que no tienen secuencia, que cambian constantemente y que no tienen un ciclo.
- Adentrarse: penetrar en lo interior de algo.
- Agilidad: Habilidad para moverse con rapidez, destreza y celeridad de movimientos.
- Aleatorio: tomar algo al azar.
- Artrosis: alteración patológica de las articulaciones, de carácter degenerativo y no inflamatorio.
- Asequible: que puede conseguirse o alcanzarse.
- Atrofia: falta de desarrollo de cualquier parte del cuerpo.
- Cualificación: preparación para ejercer determinada actividad o profesión.
- Destreza: es la capacidad del individuo de ser eficiente en una habilidad determinada.
- Empírico: que se basa en la experiencia.
- Espontaneidad: expresión natural y fácil del pensamiento.
- Feedback: relativo a la retroalimentación de alguna actividad o conocimiento.
- Físico-funcional: relativo a las funciones físicas del cuerpo. (función de órganos, músculos, huesos, etc.)
- Gimnastica: relativo a la gimnasia. Nombre con la que también se le llama a la educación física.
- Inductivo: que se hace por inducción. Método utilizado para educar, que induce a algo con un fin, un propósito.
- Lúdico: relacionado con el juego.
- Ocio: Tiempo libre de una persona en la que puede realizar otra actividad por diversión.
- Propugnar: acción de defender o amparar.

- Psicomotriz: refiere a la coordinación de lo motriz con lo psíquico, estimulación de la mente y las capacidades físicas del cuerpo a través del movimiento y actividades prácticas.
- Sedentarismo: actitud de una persona que lleva una vida sedentaria. Persona que no practica la actividad física.
- Sistemático: que sigue o se ajusta a un sistema.
- Sociabilizar: hacer que la persona sea sociable.
- Volitivo: refiere a los actos o fenómenos de la voluntad.

9.2. Instrumentos



ESCUELA OFICIAL RURAL MIXTA ALDEA BUENA VISTA JM.

ENCUESTA A ESTUDIANTES DE LA ESCUELA

NIVEL: Primario GRADO: _____ EDAD: _____

SEXO: F M

INSTRUCCIONES: Responda las siguientes preguntas y justifique cada respuesta.

1. ¿Le gusta la clase de educación física?
Sí No
¿Por qué? _____

2. ¿Su maestro de grado los motiva para que reciban la clase de educación física?
Sí No
¿Por qué? _____

3. ¿Su maestro de educación física los motiva para que realicen ejercicio y practiquen algún deporte?
Sí No
¿Por qué? _____

4. ¿El maestro de educación física les inculca valores tales como: el respeto, cooperación, disciplina, responsabilidad, humildad, tolerancia entre otros; a través de la clase de educación física y actividades deportivas?
Sí No
¿Por qué? _____

5. ¿Desayunan todos los días antes de ir a la escuela?
Sí No
¿Por qué? _____





USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS Y TECNOLOGÍA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ESTAFEC-



6. ¿Padece de alguna enfermedad o problema físico que le dificulte o impida realizar educación física?

Sí No

¿Cuáles? _____

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

Sí No

¿Por qué? _____

8. ¿A parte del sol, cree que el aire, polvo y ceniza volcánica son factores que impiden realizar educación física adecuadamente en su escuela?

Sí No

¿Por qué? _____

9. ¿Le gusta el estado en el cual se encuentra el área deportiva de la escuela?

Sí No

¿Por qué? _____

10. ¿Los docentes les brindan apoyo para que participen en actividades deportivas tanto dentro como fuera de la escuela?

Sí No

¿Por qué? _____

[Handwritten Signature]





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-



ESCUELA OFICIAL RURAL MIXTA ALDEA BUENA VISTA JM.

ENCUESTA A DOCENTES

INSTRUCCIONES: Responda las siguientes preguntas y justifique cada respuesta.

1. ¿Considera importante la clase de educación física en el desarrollo integral del niño?

Sí No

¿Por qué? _____

2. ¿Motiva y apoya a sus alumnos para que reciban la clase de educación física?

Sí No

¿Por qué? _____

3. ¿Cree usted que los factores ambientales tales como: el sol, vientos fuertes, polvo y ceniza, perjudican el desarrollo adecuado de la clase de educación física y la salud de los estudiantes?

Sí No

¿Por qué? _____

4. ¿Considera seguro el área deportiva de la escuela, tomando en cuenta que se encuentra al aire libre?

Sí No

¿Por qué? _____

5. ¿Considera que las autoridades municipales, educativas y vecinos deberían coordinarse para mejorar el estado actual del área deportiva?

Sí No

¿Por qué? _____

6. ¿Cree usted que el profesor de educación física cumple con el rol de educar al niño desde el punto de vista psicomotriz, promoviendo la actividad física, el deporte y contribuyendo en su desarrollo integral?

Sí No

¿Por qué? _____

[Handwritten Signature]



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA



ESCUELA OFICIAL RURAL MIXTA ALDEA BUENA VISTA JORNADA MATUTINA
LISTA DE COTEJO PARA EVALUAR A TRAVÉS DE LA OBSERVACIÓN Y ENTREVISTA

Grado: _____ Fecha: _____

	Aspectos a Observar	S.	AV.	N.
1	Todos los niños y niñas reciben la clase de educación física			
2	Utilizan indumentaria adecuada para recibir la clase de educación física.			
3	Desayunan antes de ir a la escuela.			
4	Los niños cuentan con apoyo de su maestro de grado para el desarrollo de la actividades de educación física			
5	Es adecuado el área deportiva para el desarrollo de la actividad física			
6	El alumno participa activamente en las actividades que el maestro de educación física realiza.			
7	Existe un momento de la clase donde el alumno se desespere o desmotive.			
8	El alumno practica actividades físicas durante su tiempo libre.			
9	El alumno cuenta con el apoyo de sus padres para la práctica de actividades físicas extracurriculares.			
10	Existen indicios de bullying por parte de algunos estudiantes.			
11	Existen casos en la escuela de niños con problemas de salud física			

S. siempre

AV. A veces

N. nunca



9.3. Programa de Docencia

Taller Sobre La Importancia De La Educación Física En El Desarrollo Integral Del Niño

Resumen Ejecutivo:

El presente taller trata sobre la incidencia que tiene la educación física en el desarrollo integral del niño y niña, persigue concientizar al docente de grado que la actividad física y el deporte es fundamental en el crecimiento y formación del cuerpo y que este a su vez tiene gran relación con la mente. Dado a que los docentes que imparten áreas teóricas no tienen el conocimiento suficiente sobre el rol que tiene la clase de educación física en el proceso formativo de los estudiantes, vemos la necesidad de educar e informar sobre el tema para poder generar esos conocimientos que hagan valorar y entender mejor el papel que juega dicha área educativa.

Es de vital importancia recalcar la importancia de la clase desde diferentes ámbitos educativos y los beneficios que genera en cada uno de ellos. Desde el ámbito biológico, el psicológico, el cognitivo y desde el punto de vista social. También se tratara sobre los factores ambientales que inciden negativamente en la clase y el impacto que esto tiene en los niños, como podemos contrarrestarlos y la necesidad de generar proyectos que beneficien a la comunidad educativa.

En fin, el taller pretende dar el valor pedagógico y científico que la clase tiene y merece, esto con el afán de encontrar mayor apoyo en el personal docente y administrativo de la escuela así como de los padres de familia, para que vean la clase como una fortaleza y no como una mera forma de perder el tiempo, que no vean la clase solo con fines recreativos sino también con fines educativos y como un medio oportuno de desarrollo integro.

Justificación:

Es importante dar a conocer el valor pedagógico que la clase de educación física tiene en el proceso educativo del niño y niña, sus beneficios significativos en el ámbito social, de salud, psicológico, etc. Y debido a que los docentes carecen de estos conocimientos sobre el impacto que la clase tiene en los niños, es importante hacerles ver sobre estos beneficios de modo que valoricen la clase y que transmitan ese entusiasmo y apoyo hacia los estudiantes de manera que el concepto de educación física vaya consolidándose como la clase educativa, formativa e indispensable dentro de la educación del niño, al mismo tiempo concientizar al docente sobre los obstáculos que impiden desarrollar bien la clase en la escuela y que toda la comunidad educativa pueda encontrar soluciones a través de proyectos o estrategias.

Objetivo General:

Demostrar la importancia de la educación física en el proceso educativo y el impacto que esta tiene en el desarrollo integral del niño y niña desde el ámbito biológico, psicológico y social.

Objetivo Específico.

Concientizar a los docentes sobre la importancia de la educación física en los niños, valorizando la clase y motivando a los niños para que practiquen actividad física.

Buscar soluciones a los problemas que limitan la clase de educación física desde el punto de vista laboral.

Lugar y Fecha de la Actividad:

San Pedro Yepocapa Chimaltenango.

Escuela Aldea Buena Vista.

03-03-2016

Población Objetivo:

Estudiantes y vecinos de la comunidad.

Participantes:

Personal docente y Administrativo.

Metodología a utilizar:

Explicativa: refiere a la forma de como el disertante transmite la información a los que escuchan.

Analítica: refiere a que la información dada sea amplia y critica para que el docente pueda analizar las diferentes situaciones que se contextualiza en la clase de educación física.

Científica: es fundamentarse a través de investigaciones de carácter científico. Investigativa: refiere a la indagación sobre aspectos de educación física de acuerdo a nuestro contexto.

Desarrollo Temático:

Actividad física

Deporte

Educación física

Educación física desde el punto de vista biológico

Educación física desde el punto de vista psicológico

Educación física desde el punto de vista social

Factores positivos y negativos en la clase de educación física de la escuela.

Actividad practica

Recursos:

Fichas

Computadora

Cañonera

Equipo de audio

Hojas

Lapiceros

Marcadores

Pizarra

Producto Esperado:

Mayor interés por parte de los docentes.

Ideas claras sobre lo que persigue la clase de educación física.

Cobertura:

Inicialmente tendrá una cobertura a nivel institucional, luego a nivel de comunidad y después a nivel de municipio, logrando con ello una cultura física.

Impacto:

Mayor apoyo de los maestros hacia la clase y por ende mayor motivación y participación en las actividades físicas por parte de los estudiantes.

Evaluación:

Se evaluará a los participantes por medio de una lista de cotejo que evidencie los logros alcanzados con la capacitación.

Lista de Cotejo

No.	Criterio	Comprende la importancia de la educación física		Relaciona la educación física con la educación de aspecto cognitivo		Reconoce los factores negativos que inciden en la clase de educación Física en la escuela		Muestra interés en la implementación de proyectos que permitan mejorar los espacios físicos en que se desarrolla la clase.		Muestra mayor interés en participar en actividades deportivas.	
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No
	Estudiante										
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											
6.											
7.											
8.											
9.											
10.											

9.4. Programa de Extensión

Proyecto de desarrollo de actividad física en la comunidad.

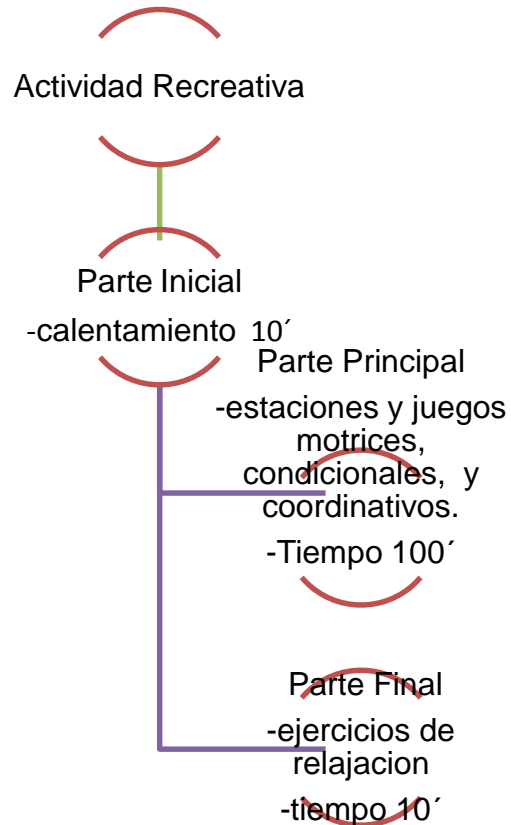
<p>San Pedro Yepocapa Chimaltenango.</p> <p>Escuela Aldea Buena Vista</p> <p>Campo de la escuela.</p>	<p>Procedimiento específico</p> <p>Actividad Recreativa Dirigida</p>		
	<p>Planificación y desarrollo (descripción): se planificara una actividad recreativa con estudiantes y vecinos de la comunidad con el objetivo de promover la actividad física en la sociedad y crear una cultura activa, participativa y deportiva en los niños y adultos, en dicha actividad convivirán de manera amena a través del juego, y deporte que despertarán en los participantes emociones, sentimientos de solidaridad, cooperación, competitividad, alegría y disfrute, conductas que solo el juego y las actividades físicas pueden dar.</p>		
	<p>Ubicación geográfica: Aldea Buena Vista, San Pedro Yepocapa, Chimaltenango.</p>		
	<p>No. participantes</p> <p>150</p>	<p>De</p>	<p>Hombres:</p> <p>80</p>
<p>Fecha:</p>	<p>04 de marzo del 2016</p>		

Importancia de definir el tema generador	El rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral del niño desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral.
Edad del grupo a atender	10 a 30 años
Tipo de actividad a desarrollar	Recreativa
Objetivos de la actividad	<p>Promover la actividad física en familia a través de juegos recreativos.</p> <p>Crear hábito de cultura física en personas de diferentes edades y diferente género que viven en la comunidad.</p> <p>Convivir amablemente con los vecinos de la comunidad, poniendo en práctica los valores y disfrutando de la naturaleza.</p>
Competencias a desarrollar	<p>Participa en los juegos de manera activa demostrando sus diferentes capacidades como persona y respetando las capacidades de los demás.</p> <p>Disfruta de cada actividad física y valora los beneficios positivos que deja el ejercicio en el ser humano.</p> <p>Corre, salta y colabora con el grupo con el fin de lograr la meta en cada estación, realizándolo con alegría y responsabilidad.</p>
Guía de desarrollo de la	Actividad inicial 15 minutos.

<p>actividad,</p>	<p>1. Protocolo</p> <p>Parte inicial 10 minutos</p> <p>2. Calentamiento general</p> <p>Parte principal. 100 minutos</p> <p>1. Elaboración de 10 grupos de 15 integrantes, mixto.</p> <p>2. Ubicación de 5 estaciones.</p> <p>3. En cada estación se ubicaran dos grupos los cuales competirán en los juegos durante un tiempo determinado, al finalizar el juego o el tiempo, cada grupo rotara hacia otra estación en forma contraria hasta pasar por todas las estaciones, gana el grupo que más puntos acumule en cada juego.</p> <p>Parte final 10 minutos</p> <p>Se realizara ejercicios de relajación con música.</p>
<p>Tiempo de la actividad</p>	<p>120 minutos</p>
<p>Nombre del estudiante que realiza la propuesta</p>	<p>Heber Darío Xia Umul</p>
<p>Estrategias a desarrollar</p>	<p>Habito de cultura física</p> <p>Fomento de valores</p> <p>Desarrollo social</p> <p>Aprendizaje significativo.</p> <p>Formación de personalidad</p>

	<p>Desarrollo motriz</p> <p>Trabajo en equipo.</p>
Vinculación al curso de	<p>Educación Física, Formación Ciudadana, matemáticas, ciencias y tecnología, valores,</p>
<p>Justificación de la actividad, desde su aprendizaje:</p> <p>Tomando en cuenta que rara vez se realizan actividades lúdicas que refuercen la relación padre-alumno-docente y lo fundamental que es esto en el proceso educativo y de desarrollo de un pueblo, es necesario que el estudiante del padep/def., organice actividades de tipo recreativas que beneficien el desarrollo de la comunidad, promoviendo el deporte y la actividad física en los niños y padres de familia que necesitan de actividades físicas para socializar, distraerse y disfrutar sanamente a través de juegos inculcándoles de esta manera valores morales, estimular sus capacidades motrices y lograr mejor relación entre los vecinos de la comunidad y los docentes.</p>	
<p>Alcance de la actividad:</p> <p>El alcance es total ya que está dirigida a toda la comunidad incluyendo docentes y alumnos.</p>	
<p>Procedimientos vinculados a las actividades a desarrollar:</p> <p>El mando directo, resolución de problemas, descubrimiento guiado.</p>	

Diagrama de flujo de la actividad:



Materiales a utilizar:

- Balones
- 30 conos
- Costales
- Agua
- Cancha y campo
- Hojas
- Cronómetro y silbato
- Vejigas
- Tambos de agua

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

Lista de cotejo

No.	Criterio	Se evidencia conocimiento de la actividad		Realiza adecuadamente Ejercicios		Tiene fluidez al realizar los ejercicios.		Muestra interés en la actividad.		Se ve motivado al realizar los ejercicios.	
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No
	Estudiante										
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											
6.											
7.											
8.											
9.											
10.											
11.											
12.											
13.											
14.											
15.											
16.											
17.											

Fotografías.



Fotografías del mal estado en que se encuentra la cancha de educación Física, (agrietado, con tierra, una superficie rustica y con baches)



Imágenes de los estudiantes respondiendo una encuesta y fotografías del taller sobre la importancia de la Educación Física hacia los maestros.



La selección de la escuela en el campeonato de los juegos e4scolares.



Los niños realizando actividades de educación física.



Área de educación Física de tierra y a la intemperie.



Los niños de la escuela en actividades deportivas.