

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

- PADEP/DEF-

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP DEF EN EL
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA OFICIAL
URBANA MIXTA ENRIQUE GÓMEZ CARRILLO SAN LA LAGUNA SOLOLÁ ,
JORNADA VERPERTINA NIVEL PRIMARIO.**

MARCOS WALTER CHOLOTIO NAVICHOC

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

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

-PADEP/DEF-

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP DEF EN EL
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA OFICIAL
URBANA MIXTA ENRIQUE GÓMEZ CARRILLO SAN JUAN LA LAGUNA
SOLOLÁ , JORNADA VERNERTINA NIVEL PRIMARIO**

POR

MARCOS WALTER CHOLOTIO NAVICHOC

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE:
PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA
EN EL GRADO DE:
PROFESORADO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

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

LICENCIADO ABRAHAM CORTEZ MEJÍA

DIRECTOR

M.A. MYNOR ESTUARDO LEMUS URBINA

SECRETARIO

LICENCIADA DORA JUDITH LÒPEZ AVENDAÑO

LICENCIADO RONALD GIOVANNI MORALES SÀNCHEZ

REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

LICENCIADO JUAN FERNANDO PORRES ARELLANO

REPRESENTANTE DE LOS EGRESADOS

PABLO JOSUE MORA TELLO

MARIO ESTUARDO SITAVÍ SEMAYÁ

REPRESENTANTES DE LOS ESTUDIANTES

C.c. Control Académico
Archivo
Reg. 37-2016
CODIPs. 2277-2016
De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante
Marcos Walter Cholutío Navichoc
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto TRIGÉSIMO OCTAVO (38º) del Acta CINCUENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (57-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 27 de septiembre 2016, que copiado literalmente dice:

“TRIGÉSIMO OCTAVO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Urbana Mixta Enrique Gómez Carrillo, San Juan La Laguna Sololá, jornada vespertina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

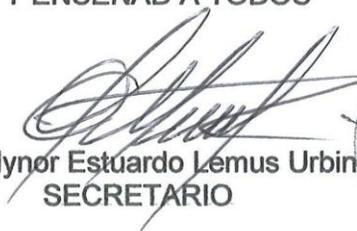
Marcos Walter Cholutío Navichoc

CARNÉ: 201415592

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/Sindy

PADEP/DEF No. 037-2016
28 de Julio de 2016

Señores
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano

Estimados Señores:

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

“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Urbana Mixta Enrique Gómez Carrillo, San Juan La Laguna Sololá, jornada vespertina nivel primario”

Realizado por el estudiante:

Marcos Walter Cholotío Navichoc

CARNÉ: 201415592

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 06 mayo 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulado **El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico Social y Laboral en la Escuela Urbana Mixta Enrique Gómez Carrillo, San Juan La Laguna Sólola, jornada vespertina, nivel primario**. Del estudiante Marcos Walter Cholutio Navichoc, con carne 201415592 de la carrera del Profesorado de Educación Física, del Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física PADEP/DEF.

Sin otro particular y agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

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





C.c. Control Académico
Archivo
Reg. 037-2016
CODIPs. 808-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
Marcos Walter Cholutío Navichoc
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto TRIGÉSIMO OCTAVO (38º) del Acta CATORCE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (14-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 26 de febrero 2016, que copiado literalmente dice:

“TRIGÉSIMO OCTAVO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Urbana Mixta Enrique Gómez Carrillo, San Juan La Laguna Sololá, jornada vespertina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Marcos Walter Cholutío Navichoc

CARNÉ: 201415592

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

Guatemala 01 abril 2016

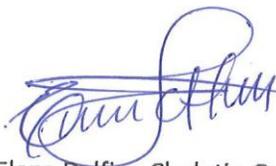
Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Directora de la Escuela Oficial Urbana Mixta Enrique Gomez Carrillo Jornada Vespertina, San Juan Laguna Solola, el estudiante **Marcos Walter Cholotio Navichoc**, carné No.201415592, desarrollo su Sistematización con el tema "El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta "Enrique Gomez Carrillo, San Juan Laguna Solola, Jornada Vespertina. 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,



Profa. Elena Delfina Cholotio Garcia.
Directora



**Escuela Oficial Urbana Mixta Enrique Gomez Carrillo Jornada Vespertina
San Juan La Laguna, Solola.**

Agradecimientos

Gracias de corazón a los licenciados Juan Alberto Cutz Gutiérrez y Dilma Judith García, gracias por su paciencia, dedicación, motivación, criterio y aliento. Han hecho fácil lo difícil. Ha sido un privilegio poder contar con su guía y ayuda.

Gracias a todas la personas de la Universidad de San Carlos de Quetzaltenango en especial al personal del PADEP/DEF, por su atención y amabilidad en todo lo referente a mi vida como alumno de profesorado de educación física.

Gracias a la Escuela Oficial Enrique Gómez Carrillo Jornada Vespertina por su disposición y colaboración para poder realizar mis practicas de campo.

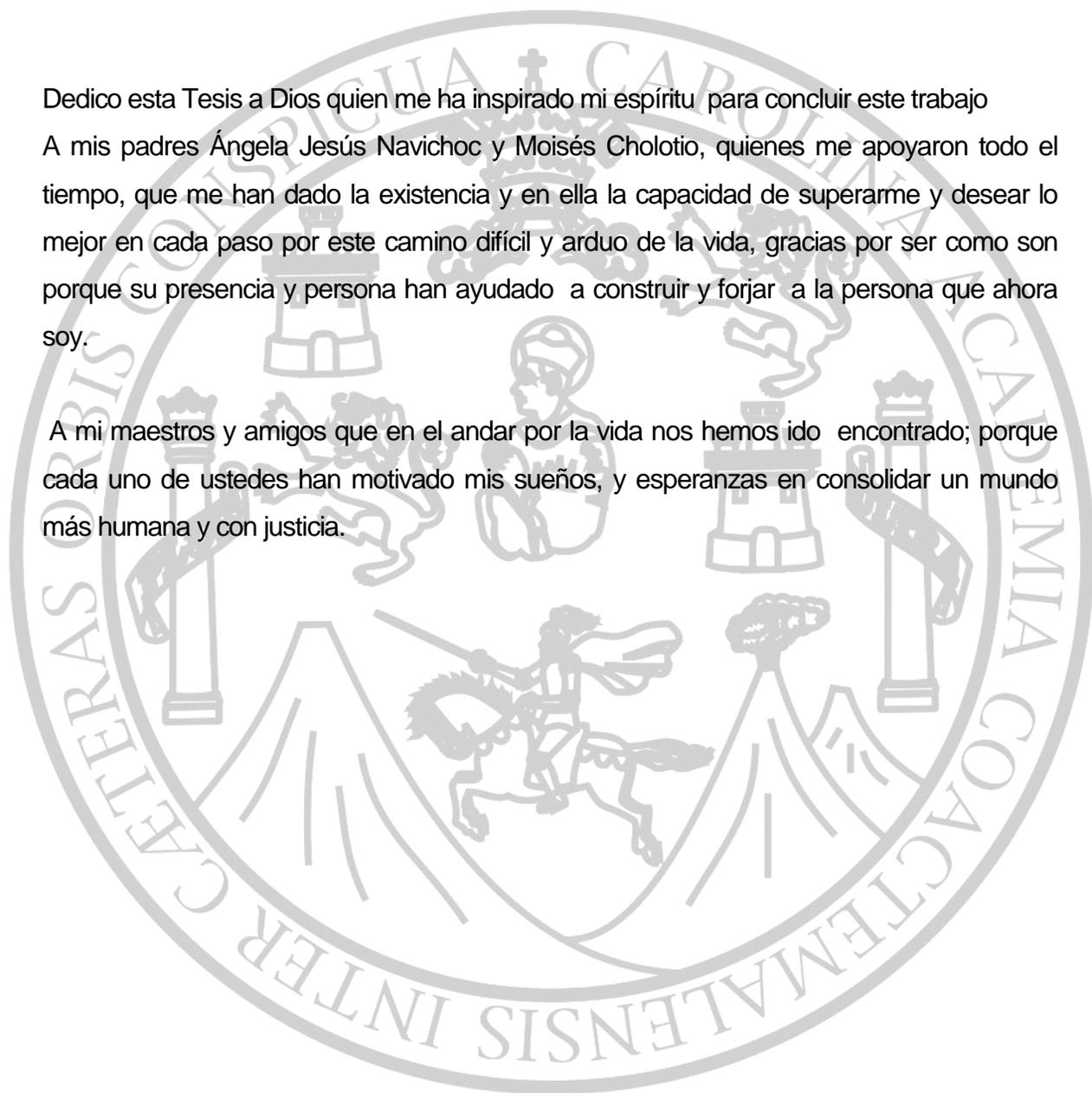
Gracias a las personas que, de una manera u otra, han sido claves en mi vida profesional. A los amigos Mary Diaz, Edwin Velásquez y Adonis Ajpop.

Dedicatoria

Dedico esta Tesis a Dios quien me ha inspirado mi espíritu para concluir este trabajo

A mis padres Ángela Jesús Navichoc y Moisés Cholotio, quienes me apoyaron todo el tiempo, que me han dado la existencia y en ella la capacidad de superarme y desear lo mejor en cada paso por este camino difícil y arduo de la vida, gracias por ser como son porque su presencia y persona han ayudado a construir y forjar a la persona que ahora soy.

A mi maestros y amigos que en el andar por la vida nos hemos ido encontrado; porque cada uno de ustedes han motivado mis sueños, y esperanzas en consolidar un mundo más humana y con justicia.



I.	Contenido	
	Introducción	1
I	Marco conceptual.....	1
1.1	Planteamiento del problema	1
1.2	Justificación	2
II.	Marco metodológico.....	3
2.1	Objetivos.....	3
2.2	Método.....	4
III.	Marco teórico.....	5
3.1	Antecedentes Generales:.....	5
3.2	Monografía de la comunidad.....	6
3.3	Historia de la Educación en Guatemala	6
3.4	Historia de la clase de Educación Física en Guatemala	7
3.5	El rol del maestro de Educación física	9
3.6	Importancia De Conocer El Estado Nutricional Del País:.....	13
3.7	Qué problemas causa una escasa alimentación en los niños.....	16
3.8	Creencias Sobre La Alimentación:.....	17
3.9	Consecuencias para el sector educacional:.....	18
3.9.	Consecuencias Por Una Mala Alimentación.	18
3.10	Principios del desarrollo motor.....	22
IV.	Marco operativo.....	25
4.1	Diseño de la investigación	25
V.	Presentación de resultados.....	27
5.2	Interpretación de resultado	29

VI.	Conclusiones.....	33
VII.	Recomendaciones.....	34
VIII.	Bibliografía	35
IX.	Anexo	36

Introducción

Como maestro de educación física es importante conocer los factores biológicos, psicológicos, social y laboral que son aspectos determinantes para el logro de los procesos de aprendizaje en el desarrollo integral del alumno, ya que es una herramienta fundamental para evaluar el comportamiento individual, colectivo, también son procesos cognitivos de los cuales se puedan establecer relaciones significativas entre maestro y alumno. Como también el papel que juega los conocimientos previos del alumno con los nuevos contenidos, que influyen en los factores de adaptación, problemas emocionales y constitución de la personalidad. Tomando en cuenta de la problemática que presentan algunos alumnos en los procesos de aprendizaje es necesario recurrir a la ciencia de la psicología para poder identificar las causas que impiden a los alumnos lograr un mejor rendimiento en sus estudios. La psicología nos recuerda que todo ser humano es único e irrepetible, diferente a los demás. El maestro de educación física debe de preparar una clase con muchas estrategias pedagógicas para que la enseñanza sea eficaz y el aprendizaje exitoso. Un aspecto de la enseñanza que merece tenerse en cuenta es como planificar actividades y cursos que tengan sentido para los alumnos, a fin de que comprendan el propósito de lo que están realizando. Cuando se produce así los alumnos no solo están más motivados para comprender sino que disfrutan más el proceso de aprendizaje. Aquí los juegos recreativos cumplen un papel importante ya que a través de este se puede estimular al niño y disfrutar el momento

I Marco conceptual

1.1 Planteamiento del problema

Se realiza la siguiente investigación con la finalidad de comprender los problemas que afectan a nuestros alumnos y así poder entender los comportamientos que desarrollan en la escuela, también para poder intervenir de manera efectiva y puntual a tratar de resolver sus problemas de la mejor forma posible en donde se tenga conocimiento hacia donde los queremos conducir. La familia y la escuela es

considerada como la unidad básica de organización social, cuyas funciones y roles son proporcionar a sus miembros educación, protección, compañía, seguridad, alimentación, socialización y principalmente ser fuente de afecto y apoyo emocional especialmente para los niños, quienes se encuentran en pleno proceso de desarrollo. La familia es el principal agente a partir del cual el niño desarrollará su personalidad, sus conductas, aprendizajes y valores. El ambiente ideal para el desarrollo adecuado de estos elementos es aquel que brinde armonía y afecto entre los integrantes de la familia. En síntesis, la familia cumple diversas funciones Brinda la seguridad y los recursos necesarios que el niño necesita para desarrollarse biológicamente, llevar a cabo una alimentación saludable gozar de salud, desarrollarse y aprender habilidades básicas necesarias para su supervivencia. Brinda la educación, los patrones de conducta y normas que le permitirán desarrollar su inteligencia, autoestima y valores haciéndolo un ser competitivo y capaz de desenvolverse en sociedad. Proporciona un ambiente que le permitirá al niño formar aspectos de su personalidad y desarrollarse a nivel socioemocional. Teniendo en consideración la influencia que tiene la familia en el desarrollo integral del niño, es fundamental propiciar un ambiente libre de tensión y violencia, donde exista un equilibrio y se logre brindar las pautas y modelos adecuados que permitan a los hijos actuar adecuadamente, desarrollar las habilidades personales y sociales que perdurarán a lo largo de su vida y que serán reflejados más claramente en ellos cuando formen sus propios hogares.

1.2 Justificación

Por lo tanto el presente trabajo será de gran utilidad para las escuelas y todas aquellas instituciones independientes de centros educativos que tengan a su cargo el manejo y cuidado de escolares informar sobre la buena alimentación así el educando tendrá en óptimas condiciones sus sentidos perceptivos de conocimientos que le serán útiles en su desenvolvimiento como ser humano competente ante una sociedad que lo espera y reta para brindar soluciones hacia distintas situaciones que le presenta el entorno social. Saber que para que el

desarrollo óptimo de una educación excelente deben tener una buena comunicación los padres de familia el alumno y los docentes que están envueltos en el desarrollo de la enseñanza aprendizaje.

Los primeros años de vida resultan de vital importancia en lo que al estado nutricional se refiere: si el niño presenta algún grado de desnutrición, los efectos se reflejan incluso durante la etapa adulta, en la productividad de las personas; una alimentación inadecuada dentro del hogar tiene un efecto negativo sobre las condiciones de salud del niño, sobre su habilidad para aprender, comunicarse, pensar analíticamente, socializar efectivamente y adaptarse a nuevos ambientes y personas, es así como surge el interés de buscar con este proyecto posibles soluciones al mal que acecha dicha población escolar para lograr el cumplimiento de los objetivos de esta investigación, se pretende brindar algunas medidas de prevención para que una de otra forma se pueda combatir la misma.

II. Marco metodológico

2.1 Objetivos

a. General

Identificar los efectos que tiene la mala alimentación en los niños de cuarto, quinto y sexto primaria de la escuela Oficial Rural Mixta “Enrique Gómez Carrillo” Jornada Vespertina del Nivel Primario. San Juan La Laguna Sololá.

Y tratar de mejorar su estado nutricional dando consejos a padres de familia y mejorar la refacción escolar.

Concientizar a los niños de la escuela sobre la importancia que tiene mantener una alimentación saludable y equilibrada.

Lograr que el padre de familia entienda que la nutrición del niño es muy importante para el desarrollo psicomotriz e intelectual.

b. Específico

Información a los niños sobre la importancia y el beneficio de la buena alimentación.

Taller para padres de familia sobre la importancia de la buena alimentación.

Dar planes nutricionales acorde a las edades y sexo del niño para no tener deficiencias en su alimentación

Llevar un control específico de su talla y peso para supervisar su desarrollo

Establecer campañas para que los estudiantes estén informados y tomen conciencia de sus hábitos alimenticios.

2. Método

c. Muestra

El rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico y social en la Escuela Oficial Urbana Mixta “Enrique Gómez Carrillo” jornada Vespertina del nivel primario.

Nombre y dirección de la escuela donde se realiza la investigación: Escuela Oficial Urbana Mixta “Enrique Gómez Carrillo” jornada Vespertina del nivel

Cantón Central. Municipio San Juan La Laguna Departamento Sololá.

Grados donde se realizó la encuesta y maestros:

Cuarto, quinto y sexto grado del nivel primario. Y los maestros de cada grado.

Características generales de la población objeto de estudio:

Edad de los niños: entre los 10, 11, 12 años.

Género: masculino y femenino.

Procedencia: Área Urbana.

Condición de salud: malos hábitos alimenticios.

Situación económica: pobre.

Lengua Materna: bilingüe Español, Tzutijil.

Recolección de datos

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 entorno ni el fenómeno donde se recoge la investigación ya sea para entregarlo de 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 el estudio, integra a menudo por personas, empresas o entes institucionales con el fin de conocer estados de opinión, ideas, características o hechos específicos.

Análisis estadístico de los datos

Instrumentos

III. Marco teórico

3.1 Antecedentes Generales:

El establecimiento educativo Cuenta con 2 maestros de educación física con 2 y 4 partidas cada uno haciendo un total de 6 partidas presupuestarias bajo el reglón 011 del ministerio de educación a través de la dirección general de educación Física. Desde su fundación siempre ha contado con un maestro de educación física, aquí el rol del profesor de Educación Física en este contexto parece un tema interesante e importante de abordar si se reconocen las potencialidades que estas tienen en base a la capacidad educativa e integradora de su acción. Actualmente, a nivel nacional o local podemos encontrar a especialistas que

hayan definido o estudiado la mala alimentación que tienen los niños en la escuelas, sobre la tendencia al no consumir los nutrientes necesarios, que puede ser de gran ayuda para la salud y poder desarrollar una clase de Educación Física. En esta etapa el niño está en constante movimiento y aprovechar el medio de la actividad física ya que a través de esto podemos llegar a conocer cuáles son las necesidades básicas de formación motriz de los estudiantes de cada ciclo de escolaridad y el contexto en el que cada profesor desempeña su labor docente.

3.2 Monografía de la comunidad

El municipio de San Juan La Laguna se encuentra situado en la parte Suroeste del departamento de Sololá, Cuenta con una extensión territorial de 36 kilómetros cuadrados y se encuentra a una altura de 1,585 metros sobre el nivel del mar, por lo que generalmente su clima es templado. La distancia de esta cabecera municipal a la cabecera departamental de Sololá es de 24 kilómetros en la Región VI o Región Suroccidental. Cuenta con la Escuela Oficial Urbana Mixta “Enrique Gómez Carrillo” Jornada Vespertina, la cual lleva nueve años de su fundación. Según la historia ésta albergaba alumnos procedentes de otras comunidades como las aldeas del municipio, actualmente cuenta con un edificio de dos niveles, en la que funciona jornada matutina y vespertina, como también la escuela nocturna.

3.3 Historia de la Educación en Guatemala

La Educación en los Antiguos Pueblos Mayas La civilización maya, se ubica en los sectores altos del peten del siglo IV al XVI. Sus aportes esenciales fueron los códices que actualmente se encuentran fuera de nuestro país. En relación a la educación maya estaba fundamentada a satisfacer sus necesidades sin dejar a un lado sus fines de la vida por ejemplo, la familia, religión y el pueblo propiamente dicho. De acuerdo a su ideología y tradiciones, las personas eran sometidas a ritos religiosos las cuales manifiestan las diferentes fases del ser humano. En

relación a las características de su educación tenían un sentido religioso, cultivo de maíz y atribuciones del hogar, ya se manifestaban la división de clases sociales. La educación que sobresale entre los mayas es la educación estética y la educación femenina. Esta cultura refleja una cultura más extensa que la de los toltecas ya que cuando fueron encontrados por los españoles fueron divididos en los grupos de Quiche, Cakchiquel, Tzutujil, Kekchi, Mam y Pocoman. (Monografías.com=educación. Cach Mónica).

Desarrollo educativo en los primeros años del siglo xx En 1901 se crearon los primeros centros de educación parvulario o kindergarten, con lo cual se inició la educación preprimaria en Guatemala. Esta se afianzó con la creación de la Escuela Normal para maestras de Párvulos. La educación en Guatemala tuvo su mayor impulso después de 1944, propiciando cambios significativos, impulsó una nueva actitud humanística que influyó en la Reforma del Sistema Educativo, con un proceso evolutivo, modernizando sus programas, metodologías y sistemas didácticos. Se puede afirmar que durante el período comprendido de 1945 a 1995 el Sistema Educativo Nacional evolucionó de acuerdo a las políticas de los distintos regímenes., las nuevas corrientes pedagógicas, la orientación sugerida por los asesores extranjeros y las ayudas económicas externas recibidas.

Evidencia empírica: Anteriormente los educadores solo poseían el grado de sexto primario para poder impartir clases, posterior mente se pedía el grado de tercer básico y a estos se les llamaban promotores educativos. Los tiempos fueron cambiando y se les pedía un título del nivel medio y en la actualidad se está pidiendo título universitario. Por eso, la educación es un factor muy importante y primordial en el desarrollo de los habitantes de un país, ya que esta hace que cada ciudadano sea productivo y que aporte algo para su pueblo.

3.4 Historia de la clase de Educación Física en Guatemala

La Educación Física según nuestra historia, se registran durante la época precolombina, teniendo como finalidad preparar para la vida guerrera, durante la colonia, se recibía “calistenia” en las escuelas organizadas por el Obispo

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

Los inicios de la DIGEF empezaron en el año 1940, cuando se creó el Departamento de Educación Física, dentro de la estructura organizativa de la oficina de extensión, cultura y deportes, del Ministerio de Educación Pública. Según el Acuerdo Gubernativo No. 368 "palacio nacional".- Ministerio de Educación Pública.- Guatemala, 26 de noviembre de 1947.-En la administración del entonces EL presidente de la república, Juan José Arévalo, se creó la Dirección General de Educación Física con categoría de Dirección General. Considerando: Que es deber del Estado proteger el desarrollo físico de niños, adolescentes y jóvenes, y que la Constitución de la República declara de utilidad social el incremento del deporte y la cultura física. "El 8 de octubre de 1986, por Acuerdo Gubernativo No 756-86 se modificó su nominación a Dirección de Educación Física, Recreación y Deporte Escolar, restándole la categoría de Dirección General. El 15 de enero de 1990, el Decreto No. 75-89 – Ley del Deporte, la Ecuación Física y Recreación- le reconoce nuevamente la categoría

inicial denominándole Dirección General de Educación Física, Recreación y Deporte. El 28 de agosto de 1997 el Congreso de la República realiza una readecuación y emite el Decreto 76-97 Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte. El título 2, capítulo 1, artículo 32. Crea y reconoce, a través del Ministerio de Educación la Dirección General de Educación Física, con la responsabilidad de coordinar y dar cumplimiento a la filosofía, política y directrices de la educación física nacional política y Nacional.” (Educacionfisicaguatemala2008.blogspot.com)

Evidencia empírica:

Ahora la Dirección General de Educación Física DIGEF ha evolucionado tanto en los aspectos administrativos como curriculares y extracurriculares, expandiéndose y ampliando su cobertura de atención a los niños y niñas guatemaltecos. Cuenta con un macro currículo a nivel nacional, meso currículo descentralizados por regiones de acuerdo a las culturas, economía vida social de cada región del país y los micro currículo que se trabajan en cada una de las escuelas de acuerdo a las necesidades de los pueblos de cada familia y cada alumno que reciba la clase de Educación Física y al contexto del trabajo.

3.5 El rol del maestro de Educación física

El maestro de educación física tiene la obligación importante de conocer los factores que determinan los procesos de aprendizaje en el desarrollo integral del alumno, ya que es una herramienta fundamental para evaluar el comportamiento individual, colectivo, social, y procesos cognitivos de los cuales se puedan establecer relaciones significativas entre maestro y alumno. Como también el papel que juega los conocimientos previos del alumno con los nuevos contenidos, que influyen en los factores de adaptación, problemas emocionales y constitución de la personalidad.

Contextualización: El aprendizaje es un proceso activo que se Produce como consecuencia de procesos internos o en la actividad mental constructiva del niño, nos pueden enseñar pero nadie más puede aprender por nosotros. El aprender es la información externa, esta representación no se produce en el vacío sino es el resultado de conocimientos previos, experiencias y motivaciones de cada persona, lo que hace que el proceso de aprendizaje sea único e irreplicable en cada caso. El aprendizaje es un proceso interno de igual manera, este se Produce gracias a los procesos de interacción social con otras personas, ya sean adultas o de la misma edad, para el niño puede ser un primer momento con la ayuda de otros, a través de la interacción. Después es capaz de hacerlo por sí solo. La zona en la que se diferencia entre lo que el niño puede hacer por sí solo y con la ayuda de otros se llama zona de desarrollo próximo. El aprendizaje significativo es por definición un aprendizaje comprensivo, y relacionado y a diferencia del aprendizaje mecánico y repetitivo nunca está acabado, aun siendo adultos nuestra comprensión continua desarrollándose, a medida que vamos confrontando nuestras nuevas ideas con nuestros conocimientos previos las viejas ideas pueden cambiarse a raíz de nuevas experiencias

3.5.1 Problemas del desarrollo biológico.

Mala Alimentación en Guatemala, está asociada a deficiencias, desequilibrios y excesos alimentarios y bajo desarrollo humano, ha establecido en Guatemala un círculo vicioso crónico, que se ha perpetuado por generaciones. Se acepta que las altas prevalencias de desnutrición crónica, anemia, sobrepeso y obesidad, afectan a casi el 50 por ciento de niños preescolares y mujeres en edad fértil, estas son resultado de modelos de desarrollo imperantes que han excluido a grupos importantes de la población Inicios de Mala Alimentación

La realidad educativa en el entorno escolar es que la algunos estudiantes tienen síntomas de cansancio al momento de realizar actividades físicas, y así es difícil el desarrollo de sus capacidades físicas, tales como resistencia, fuerza, flexibilidad

y velocidad, por lo cual es importante analizar soluciones para que el alumno se desenvuelva de una manera competente al momento de desarrollar dichas cualidades en su perfil estudiantil. Se ha notado que en ocasiones según encuesta de forma personalizada que los niños solo comen para llenarse y no para alimentarse. En fin los factores en el desarrollo biológico son múltiples entre tantos podemos mencionar:

3.5.2 Problemas del desarrollo psicológico.

Los problemas de desarrollo psicológico en la infancia incluyen entre otros un progreso insuficiente, problemas de comportamiento de alimentación y de sueño, falta de atención y por ende de aprendizaje. Entre tantos problemas resalta el problema de desarrollo físico que es causado por varios factores como por ejemplo en la etapa prenatal, y post natal. Un niño incapaz de asimilar conocimientos nuevos, es por mala alimentación y este a su vez no crece y no asimila lo que el maestro o facilitador le imparte. Al no tener padres el niño esta propenso a entrar a una etapa de depresión y esto lo llevaría a la falta de apetito y así el niño se estaría absteniendo de participar en su rutina alimenticia. Los aspectos afectivos y emocionales tienen gran influencia en el aprendizaje: entre algunos problemas de aprendizaje social podemos mencionar: La interacción de calidad entre alumno, padre de familia y docente.

3.5.3 Problemas del desarrollo Social.

Los problemas sociales del contexto educativo influyen mucho en el desarrollo del niño, ya que están íntimamente relacionadas en la cultura, el comportamiento social de la comunidad, como las normas, valores que influyen en la formación del mismo. Se refieren a circunstancias ambientales que intervienen en el aprendizaje escolar tales como: las condiciones económicas y de salud, el vecindario, las actividades de los padres y las oportunidades de estudio, las cuales dan lugar a depravación cultural, alcoholismo, limitaciones de tiempo para atender a los hijos etc. Estas condiciones pueden transformar el comportamiento del escolar, ya que el niño puede imitar actividades negativas como: la delincuencia, la vagancia, la

drogadicción. Este proceso deberá armonizar el desarrollo bio-físico-social del niño con las condiciones sociales y culturales del medio dentro del cual se desenvuelve. Durante esta fase, el proceso de socialización debe propiciar mecanismos que no se limiten a garantizar la adaptación al medio social, sino que además estimulen la imaginación y creatividad del niño en la solución de problemas y en la selección de alternativas.

El niño al no crecer con el cariño paternal tiende a tener diferentes tipos de sentimientos como: soledad, baja autoestima y tristeza, el niño estar en este estado de ánimo adquiere problemas de aprendizaje por tener problemas de atención y de esta manera no puede rendir de la mejor manera en sus estudios. En ocasiones el niño expresa sus sentimientos a través de la violencia desahogándose con sus compañeros de clase al momento que ellos le faltan el respeto, el niño en vez de reportar el problema con el maestro utiliza en recurso de agresividad y de esta manera crea más violencia en el área de trabajo. Al surgir este tipo de malestares entre ellos como compañeros la convivencia no es tan fluida como debería de ser en una sociedad que cuenta con el desarrollo de sus habilidades sociales. Es aquí donde el curso de Educación Física entra en acción apoyándolo con actividades que van dirigidas a su orientación enfocado a su desarrollo social.

3.5.4 Problemas del desarrollo laboral

No cabe duda que en nuestro país es notable el déficit que tiene el estado para brindar al alumno una infraestructura adecuada a los niños para que reciban una educación formal, porque si el establecimiento educativo no brinda los recursos necesarios para las necesidades del niño es seguro que también repercute en su formación integral. Uno de los factores muy marcados en el hecho de que exista pobreza, la mayoría de veces afectando las áreas rurales, puesto que en el área urbana es muy poca la población que es afectada con este problema, las personas que no ven soluciones para obtener el recurso económico que les sirve para brindar las necesidades básicas a su núcleo familiar, se ven en la necesidad de dejar el país, dejando así a su familia con mucha tristeza. Otro factor influyente

es que existen niños que dosifican el tiempo empleándolo en estudiar, dormir y trabajar, ya en ocasiones los padres no tienen el hábito de planificación familiar y eso ocasiona a que pongan a trabajar a sus hijos a muy temprana edad.

Con el paso de tiempo nos damos cuenta que la realidad educativa de Guatemala es atropellada por varios factores, es por eso que es clasificado como país en subdesarrollo.

A raíz de estos inconvenientes el padre de familia se centra en que es lo único importante es saber leer y escribir, para que con el tiempo se ponga a trabajar en oficios que le exijan esa dicha capacidad. Dejando así la importancia que tiene el curso de educación física y los beneficios que este brinda a la persona en general, ya que un niño que practica educación física garantizando salud a largo y corto plazo.

3.6 Importancia De Conocer El Estado Nutricional Del País:

Guatemala Prueban que los primeros datos sistematizados sobre las principales deficiencias nutricionales en el país se conocen a finales de la década de los treinta. Esto ocurrió como resultado del interés de varios pediatras nacionales, otros provenientes del resto de América Latina, y de investigadores que deseaban que se estudiaran los síndromes de desnutrición proteica en diversas regiones del mundo Hacia fines de los años 50, el INCAP ya contaba con suficiente información proveniente de siete años de investigación sobre desnutrición en Guatemala A partir de esta información, se identificaron las características clínicas, bioquímicas y patológicas de los niños que sufrían desnutrición, se definió el tratamiento recomendado, así como las medidas de prevención en los campos alimentario y sanitario. En el año de 1965 que se lleva a cabo la primera Encuesta nacional de

nutrición (INCAP, 1969) en un total de 800 familias residentes en 40 comunidades del país. Como resultado de este estudio, que formó parte de la Primera encuesta regional de nutrición se determinó que los principales problemas de la nutrición en Guatemala se relacionaban a la desnutrición proteica calórica, las deficiencias de vitamina A y riboflavina, y la anemia nutricional por deficiencia de hierro y folatos. La desnutrición crónica se ha utilizado como un 'proxy' de la inseguridad alimentaria y nutricional. En un esfuerzo por identificar sus factores determinantes, se ha explorado la asociación de numerosas variables económicas, sociales, ambientales con el retardo en talla. Se ha podido establecer, por otra parte, la fuerte relación de nutrición con variables de naturaleza social, como es el caso de la relación de dependencia demográfica, la educación materna, la pobreza y pobreza extrema, las condiciones de saneamiento del medio y del 'hábitat' en general. Entre los factores económicos que, al igual que el estado nutricional, afectan las condiciones de pobreza, marginación y exclusión en que se encuentra la mayoría de la población guatemalteca son, entre otros, la capacidad de generar e incrementar los ingresos y acumular activos económicos, el acceso a medios de producción como tierra y crédito y las modalidades de inserción de los jefes de familia en el mercado de trabajo. Consecuencias de una Mala Alimentación es causada por una insuficiencia o exceso de uno o más nutrientes en la dieta. Una persona corre riesgo de malnutrición si la cantidad de energía y/o nutrientes de la dieta no satisface sus necesidades nutricionales. La obesidad, o sea la acumulación de un exceso de grasa corporal, es una forma grave de malnutrición y ha llegado a constituir un problema de proporciones epidémicas en las sociedades ricas de los países industrializados. El peso excesivo impone una carga extra al corazón y puede causar cardiopatía grave y otros trastornos. Las personas obesas generalmente mueren, a menor edad que las de peso normal. Según, estadísticas de las compañías aseguradoras, los varones con 20%, de o más de sobrepeso tienen mayor riesgo de morir por cardiopatía (43%), hemorragia cerebral (53%) y diabetes (133%), que los que tienen peso normal. Un hombre con 20% de sobrepeso tiene 30 % mayor probabilidad de morir antes de la edad de jubilación que si su peso fuera normal.

Cuando lactantes o niños pequeños son alimentados en exceso, se forman cantidades anormalmente grandes de adipositos. Más tarde en la vida estas células pueden llenarse de un exceso de lípidos o encogerse, pero siempre están presentes. Se piensa que las personas con tales cantidades aumentadas de adipositos son más susceptibles a la obesidad que aquellas que tiene cantidades de normales. La mayoría de las personas con sobrepeso comen en exceso debido a una combinación de malos hábitos alimentarios y factores psicológicos. La retención de líquidos incrementa el peso corporal, no influye en la acumulación de grasa; los excesos de agua pueden reducirse con mayor rapidez y facilidad que los de grasa. Por cada 9.3 Kcal. (Kilocaloría). De alimento en exceso ingerido, se almacena 1 gramo de agua. Dado que muchas personas tiene exceso de peso, las dietas han venido a constituir una industria multimillonaria de dólares que incluye alimentos especiales, formulaciones de complementos, píldoras, libros, clubes, aparatos para adelgazar e incluso procedimientos quirúrgicos como el engrapado del estómago y la inserción dentro de éste de burbujas de plástico. Por desgracia, la obesidad no tiene una cura mágica. La única forma segura y sana, de perder peso es restringir la ingestión de alimento energía, de modo que sea menor que la salida de energía. Esto obliga al organismo a tomar de sus depósitos de grasa las calorías faltantes, y dado que la grasa se moviliza y quema, el peso corporal disminuye. Bajar de peso puede lograrse mejor mediante una combinación de aumento en el ejercicio y disminución de la ingestión calórica para personas moderadamente obesas se recomienda una dieta de con 1000 a 1500 Kcal. La mayoría de los nutricionistas, concuerdan en que la mejor dieta reductiva es una bien balanceada que aporte calorías, principalmente en la forma de carbohidratos complejos.

Causas

de

una

Mala Alimentación Obesidad Según UNICEF (2012) el sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud Desnutrición Según la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional de Guatemala (SESAN) La desnutrición es la manifestación de bajo peso en relación a la talla del individuo, el cual se origina por una situación reciente de falta de alimentos o por una enfermedad que

produce pérdida de peso. Clasificación de la Desnutrición primaria La desnutrición primaria puede presentarse debido a insuficiencia consumo de alimentos, ya sea por carencia de recursos económicos, dietas rigurosas o anorexia. Desnutrición secundaria Su aparición es debido a que los alimentos ingeridos no son procesados por el organismo de manera adecuada debido a que diversas enfermedades interfieren con la digestión, entre dichos trastornos se encuentran infecciones crónicas, insuficiencia cardiaca, deficiencias enzimáticas a nivel intestinal, alteraciones en hígado, colitis, parasitosis, diabetes mellitus, cáncer o sida. Desnutrición de primer grado Agrupa a personas cuyo peso corporal representa del 76 a 90% del esperado para su edad y talla; en estos casos se consumen las reservas nutricionales pero el funcionamiento celular se mantiene en buen estado. Desnutrición de segundo grado El peso corporal se encuentra entre 61 y 75% del ideal, y quienes la sufren tienen agotadas sus reservas de nutrientes, por lo que en el intento por obtener energía lesionan a las células. Desnutrición de tercer grado El peso corporal es menor al 60% del normal; las funciones celulares y orgánicas se encuentran sumamente deterioradas y se tiene alto riesgo de morir.

Marasmo Estado grave que es caracterizado por ocasionar decaimiento del organismo debido a inadecuado aporte de calorías y proteínas, el cual deriva en excesiva pérdida de peso, tumefacción de piel y tejido subcutáneo, hundimiento del abdomen, temperatura baja, pulso lento y diarrea.

Kwashiorkor Este es un síndrome resultante de intensa deficiencia de proteínas que se presenta al seguir dieta insuficiente en cantidad o calidad de alimentos y al padecer problemas de absorción de nutrientes; suele ocasionar edema generalizado, dermatitis escamosa, debilitamiento, pérdida del pigmento capilar, aumento en el tamaño del hígado, retraso del crecimiento y mayor riesgo de contraer infecciones.

3.7 Qué problemas causa una escasa alimentación en los niños.

Los problemas más frecuentes podrían ser Una disminución calórica o una alimentación que no tenga la suficiente cantidad de proteínas, frutas y verduras o hidratos de carbono puede generar deficiencia de minerales como el hierro y de vitaminas. Eso afecta al crecimiento y también al desarrollo cerebral de los niños, que es muy importante en los cuatro primeros años de vida, y que se sigue formando hasta la adolescencia. Además, las carencias de principios inmediatos y nutrientes pueden dar lugar a rasgos como tener el pelo débil, problemas de piel o lesiones en las encías. También puede darse que la alimentación no sea escasa pero sí inadecuada, excesiva en hidratos o con grasas de mala calidad.

3.8 Creencias Sobre La Alimentación:

Las creencias acerca de los efectos de los alimentos sobre la salud y el bienestar pueden afectar la elección de alimentos. Muchas personas adquieren sus creencias acerca de la comida a través de medios de difusión como la televisión, las revistas y otros medios de comunicación. Por ejemplo, algunas personas están reduciendo su ingesta de grasas de origen animal en respuesta a la evidencia de que el consumo excesivo de grasas de origen animal es un importante factor de riesgo en la enfermedad cardiovascular, incluyendo infartos al corazón y derrames cerebrales.

Las comidas de moda que implican las prácticas tradicionales de alimentos son relativamente comunes. Una moda es un interés generalizado, pero de corta duración o de una práctica seguida con entusiasmo considerable. Puede basarse en la creencia de que ciertos alimentos tienen poderes especiales o en la idea de que ciertos alimentos son perjudiciales. En algunas ocasiones las comidas de moda pueden ser consumidas por las personas con la finalidad de la búsqueda de una cura milagrosa a una enfermedad, o bien pretende sentirse o tener una salud superior o quiere retrasar el envejecimiento. Algunas formas de alimentarse basado en algunas modas pueden ser inofensivas, pero otras son potencialmente peligrosas para la salud.

3.9 Consecuencias para el sector educacional:

Los aspectos antes mencionados son de importancia trascendental para la educación, ya que existen investigaciones que señalan que la circunferencia craneana para la edad es el parámetro antropométrico en el rendimiento escolar y la capacidad intelectual.

Es de alta relevancia para la educación poder analizar las interacciones entre estado nutricional, desarrollo cerebral, inteligencia y rendimiento escolar, considerando que los problemas nutricionales afectan a todos los estratos económicos, especialmente a los más pobres sometidos a sub-alimentación crónica. Las investigaciones relativas a determinar las interrelaciones entre estado nutricional, desarrollo cerebral, inteligencia y rendimiento escolar son fundamentales, especialmente en la edad escolar, ya que los problemas nutricionales afectan especialmente a los estratos socioeconómicos más pobres de la sociedad, y sus consecuencias negativas para el desarrollo económico; en la edad escolar, esto se traduce en altos índices de deserción escolar. Esto limita el desarrollo de cognitivo para enfrentar los problemas sociales, culturales, económicos en el educando.

3.9. Consecuencias Por Una Mala Alimentación.

Una mala alimentación es no variar los alimentos, ingerir demasiadas Grasas o demasiadas proteínas, etc. lo normal es variar los alimentos comer de todo y variado, y sobre todo muchas frutas y verduras, no olvidarse del pescado al menos 2 veces por semana, y carnes, unas veces blancas ,otras veces rojas , beber mucha agua y poco alcohol. Una mala alimentación es la que no aporta a nuestro organismo los nutrientes necesarios para realizar las funciones necesarias para la vida. Cada persona tiene unas necesidades distintas, y según nuestra actividad diaria, el lugar donde vivimos y las condiciones meteorológicas, estas varían de modo significativo. No es lo mismo alimentarse que comer, pues muchas personas

creen que con comer excesivamente están bien alimentados, cuando puede que no estén aportando alguno de los nutrientes que su cuerpo necesita. Las consecuencias de una mala alimentación pueden ser más o menos graves y se pueden revertir modificando la dieta hacia una alimentación saludable y completa. Pero hay que tener presente que en algunos casos, puede ser motivo de problemas no sólo físicos sino que también mentales. . Una carencia de sustancias nutritivas puede generar enfermedades como la anemia, el bocio, escorbuto o raquitismo entre otras. En caso de que se trate de una deficiencia leve que es reciente seguramente se sufrirá de una baja en la resistencia física, en la capacidad mental, trastornos de carácter, calambres, adormecimiento y dolores de cabeza entre otras dolencias. El hierro es uno de los minerales más importantes para nuestro organismo, una dieta con aporte de hierro deficiente puede causar problemas graves durante el embarazo, retraso del crecimiento y trastornos del desarrollo mental a largo plazo. Además el organismo se torna más vulnerable a contraer infecciones. Con este apartado pretendemos mejorar los hábitos alimentarios de la gente porque cada vez hay más personas con enfermedades y queremos evitarlo. Para ello se trabajarán tanto las premisas para unos buenos hábitos como las enfermedades y problemáticas derivadas de una mala alimentación. A continuación explicaremos brevemente algunas de las enfermedades más comunes.

La obesidad es la enfermedad crónica de origen multifactorial que se caracteriza por acumulación excesiva de grasa o hipertrofia general del tejido adiposo en el cuerpo; es decir cuando la reserva natural de energía de los humanos y otros mamíferos, almacenada en forma de grasa corporal se incrementa hasta un punto donde está asociada con numerosas complicaciones como ciertas condiciones de salud o enfermedades y un incremento de la mortalidad. La OMS (Organización Mundial de la Salud) define como obesidad cuando el IMC o índice de masa corporal (cálculo entre la estatura y el peso del individuo) es igual o superior a 30 kg/m². También se considera signo de obesidad un perímetro abdominal aumentado en hombres mayor o igual a 102 cm y en mujeres mayor o igual a 88 cm. (Ver: diagnostico de la obesidad). La obesidad forma parte del síndrome

metabólico siendo un factor de riesgo conocido, es decir predispone, para varias enfermedades, particularmente enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, apnea del sueño, ictus, osteoartritis, así como a algunas formas de cáncer, padecimientos dermatológicos y gastrointestinales. Para disfrutar de buena salud es necesario que comamos de forma variada y equilibrada. Nuestra alimentación debe ser rica en hidratos de carbono, contener un tercio de grasas y el resto debe estar cubierto por proteínas. La diferencia entre la buena y la mala alimentación repercute en la salud. Paralelamente, tan importante como comer es practica alguna actividad física diaria. La comida no es un premio, ni debe ser un castigo, y tampoco debe ser un desahogo a las tensiones de una persona. La comida debe tener su lugar, su hora, y su control. Los grandes responsables del sobrepeso de un niño son sus padres, aquellos que determinan lo que se consume en la casa.

El desayuno es muy importante en la alimentación infantil normalmente, sea por los errores, obsesiones, o por el desconocimiento y ignorancia de sus padres, los niños consumen más cantidad de alimentos de la que necesitan, y su alimentación es muy rica en grasas, azúcares, presentes en grandes cantidades de carne, en alimentos precocinados, y en los dulces. Son niños que no consumen verduras, legumbres, frutas, ni pescado. A eso también se suma a que muchos niños ignoran y acaben saliendo de casa sin desayunar. En la última investigación acerca del sobrepeso en la infancia, entre otras cosas, se constató que el 8 por ciento de los niños españoles acuden a la escuela sin haber desayunado. El desayuno es una de las comidas más importantes del día, y está directamente implicada en la regulación del peso. Aciertos en la alimentación infantil Cuando los padres dan a los hijos la atención debida y se preocupan por su alimentación, las posibilidades de que sufran sobrepeso son bajas. El control de los adultos es fundamental a la hora de prevenir la obesidad infantil. Para eso es necesario obedecer a algunas pautas alimenticias, considerando que los primeros años de vida de un niño son cruciales en su educación.

Evitar que los niños no se salten las comidas, organizando una rutina de comida y siendo constante. Preparar las comidas con ingredientes frescos y naturales,

siempre que puedas Considerar la tabla de pesos y medidas que ofrecemos y la que determine el pediatra de tu hijo. Y en el caso de que el bebé o niño no presente un cuadro de medidas dentro de la normalidad, hable con el pediatra acerca de forma de poder mejorar la situación. Ofrecer una alimentación variada en carnes, harinas, verduras, frutas etc. Ofrecer muchos líquidos a los niños especialmente en temporadas de mucho calor y después de que practique ejercicios físicos. El agua es una buena fuente y un fluido que no tiene calorías. Los errores de los padres en la alimentación de los hijos obligar a que el niño coma más de los que pueda premiar un buen comportamiento con golosinas y otros alimentos calóricos. Castigar al niño sin comida por si presenta alguna conducta desfavorable. Festejar cualquier acontecimiento importante de la vida del niño ofreciéndole una "comida basura". Permitir el consumo diario de chuches, bollos, bebidas gaseosas y azucaradas. Ofrecer, con frecuencia, platos precocinados por la falta de tiempo. La obesidad es una enfermedad crónica que debe ser tratada en forma integral, considerando la intervención nutricional como una herramienta indispensable para conseguir un balance energético negativo. Una dieta de bajas calorías debe lograr objetivos importantes en el tratamiento de los pacientes obesos, como son alcanzar un "peso ideal" y mantener este peso una vez alcanzado. Para lograr esto, además de un cambio de las conductas alimentarias, debe haber un cambio en el estilo de vida. Alcanzar el peso ideal es difícil y en algunos casos imposibles, por lo que los objetivos deben ser adaptados al individuo, intentando lograr una reducción de peso tal que reduzca los niveles de mortalidad. Recomendaciones Nutricionales: Para mantener por largos períodos un dieta hipocalórica, ésta debe ser variada, equilibrada, agradable y adaptada a las condiciones individuales. Antes de analizar los diferentes tipos de dieta, nos parece necesario analizar las recomendaciones nutricionales que deben ser consideradas en la elaboración de una dieta para pacientes obesos: Los carbohidratos debe considerar 100 g como mínimo, para preservar las proteínas, prevenir la cetosis y evitar grandes oscilaciones en el peso por cambios en el balance hídrico. Las Proteínas 0,8 g/kg/día más 1,75 g de proteínas de alto valor biológico por cada 100 Kcal de déficit calórico propuesto. Son necesarias para la

mantención de la masa magra. Grasas menos del 30% del valor calórico total con distribución de 10% de ácidos grasos saturados, 10% poli insaturados y 10% mono insaturados. El aporte de fibra es útil por cuanto aumenta la saciedad y puede evitar el estreñimiento, frecuente en las dietas hipocalóricas; además se reconoce su efecto favorable en el metabolismo de hidratos de carbono y lípidos. Es difícil, sin embargo, obtener la cantidad recomendada de fibra, 20-30 g/día ó 25 g/1.000 Kcal/día, por lo que es necesario recurrir a suplementos como salvados, avena integral u otros. El agua es recomendable al menos el consumo de un litro al día. Desde el punto de vista nutricional, es útil considerar algunas indicaciones prácticas para los individuos que desean bajar de peso:

1. Eliminar alimentos con alto contenido calórico como azúcar, dulces, pasteles, helados, papas fritas, alcohol.
2. Reducir proporcionalmente las grasas: aceites, mantequillas, mayonesas, embutidos, fiambres, carnes grasas en general.
3. Evitar preparaciones: salsas, cremas, frituras.
4. Agregar alimentos ricos en fibra.

Calculo de calorías la dieta hipocalórica debe estar adaptada a las necesidades calóricas de cada individuo, a su actividad física y estructurarse en forma equilibrada y variada de acuerdo a los hábitos y preferencias culinarias individuales. El primer paso es realizar un interrogatorio de hábitos y conductas del comer. Lo ideal es aplicar una encuesta alimentaria por tendencia de consumo semanal cuantificada considerando que los obesos tienden a subestimar su ingesta. También debe interrogarse sobre actividad física, lo que permite elaborar una dieta según la actividad individual y hacer recomendaciones a aquellos individuos que necesiten desarrollar más ejercicios. Es importante tener en mente cuales son las importancias de una buena alimentación para que, conozcamos las consecuencias de una mala alimentación, por la cual tengamos una buena autoestima con nuestro cuerpo físico, también tomar en cuenta que el alimento es algo necesario para el cuerpo y no por la figura.

3.10 Principios del desarrollo motor.

Base o acuerdos generales del desarrollo motor o características comunes en el proceso del desarrollo motor. Participación e interrelación entre la maduración

neuroanatomía y las influencias del ambiente. *Neuroanatomía: maduración del sistema nervioso y aparato locomotor*. Presencia de una creciente diferenciación entre movimientos espontáneos globales y difusos, los movimientos coordinados específicos y cada vez más precisos.

Presencia en el desarrollo de la dirección cefalocaudal; el desarrollo se dará desde la cabeza siguiendo por el tronco y finalizando en piernas y pies. EX: Los bebés lo primero que consiguen mantener es la cabeza, a los 2 meses. A los 5, le permite poder estar sentado; a los 9 ó 12, consigue la motricidad de las piernas.

Existe también la dirección próximo distal; primero se desarrollan las zonas cercanas al eje central del cuerpo y posteriormente las zonas periféricas”.

Watson.

El desarrollo psicomotriz se dará desde la cabeza siguiendo por el tronco y finalizando en las piernas y pies, por ejemplo, los bebés lo primero que consiguen mantener es la cabeza, a los 2 meses y posteriormente en el orden ya mencionado, es así como el ser humano va terminando sus etapas de desarrollo motor.

Factores que determinan el desarrollo.

“Desde hace décadas ha habido disputas entre los que piensan que se nace predeterminado (se nace con todo) y los que creen que el ambiente es fundamental para el desarrollo.

Ambientalistas: Consideran al ser humano como una “tabula rasa” (tabla lisa) donde se podría imprimir en ella todo lo que se quisiera; creen que el ser humano es lo que el ambiente determina que sea. WATSON diría “todo depende del ambiente”. Podemos hablar de: humanistas, conductistas, deterministas ambientales...

Nativistas o Inactivistas: Creen que el individuo nace predeterminado y que el papel del ambiente es mínimo, comparado con las fuerzas internas.

Escuela: En la actualidad se piensa que el desarrollo motor puede llevarse a cabo de forma espontánea y al azar (dicen que no hace falta que exista la E.F.).

Desde una perspectiva de la educación por el movimiento se entiende que cuanto más joven sea el niño más necesidad de oportunidades diversas y variadas debe recibir (Principio de lo global a específico).

Medios de información:

El niño recibe a través de los medios de información modelos muy concretos y los héroes deportivos se convierten en modelos a imitar y seguir por el niño.

Los medios de comunicación tienden a homogeneizar las conductas motrices de los niños (todos los niños tienden a jugar a fútbol por culpa del T.V.).

Medio material:

Es medio y ambiente pero no es un agente socializador; desde que los niños consiguen moverse según sus intereses (motricidad voluntaria) se lanzan a explorar y conquistar el espacio, materiales y el medio en general.

Todos los investigadores coinciden en que es apropiado dar al niño la posibilidad de utilizar materiales distintos, en cuanto a tamaño, color, textura, peso, dureza, etc. No todos los juguetes trabajan igual, siendo más favorecedores aquellos que por sus características permiten ser modificados: plastilina, arcilla, legos, etc. Todo esto favorece la psicomotricidad fina.

Ropa: La ropa limita los movimientos y puede atrasar el desarrollo de los niños.

3.11 Modelos explicativos del desarrollo psicomotor.

Tanto Wallon como Piaget han demostrado que en el transcurso de la primera infancia, la motricidad y el psiquismo están relacionados. Únicamente el niño que domina el uso de su cuerpo puede actuar sobre los elementos del entorno y establecer relaciones entre ellos, es decir, desarrollar su inteligencia.”

1860 por Darwin

Piaget

Wickstron.

El aprendizaje motor estudia las etapas del desarrollo en relación a la edad de los niños tomando en cuenta las diferencias individuales de cada uno de ellos y

también haciendo referencia de las características genéticas de los padres para así lograr determinar el trabajo adecuado para el óptimo desarrollo del educando. Estudia de igual manera los procesos de información para que el cuerpo reaccione con las acciones que le demanda la situación, del medio ambiente, en Educación física se desarrolla una educación sistemática de lo global a lo específico abarcando un índice para el desarrollo integral del ser humano.

IV. Marco operativo

4.1 Diseño de la investigación

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 entorno ni el fenómeno donde se recoge la investigación ya sea para entregarlo de 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 el estudio, integra a menudo por personas, empresas o entes institucionales con el fin de conocer estados de opinión, ideas, características o hechos específicos.

Definición de lo que se pretende medir o recabar:

Situación económica de la comunidad.

El desempleo nacional.

Mala alimentación por causa de desempleo y pobreza.

Como repercute la pobreza al desarrollo psicomotriz.

Como influye el no tener habilidades sociales en el desarrollo motor.

4.1.1 Equipo de investigación

Nombre del investigador Principal:

Marcos Walter Cholutio Navichoc.

Nombre de las personas involucradas en el proceso de Investigación:

Directora del establecimiento educativo:

Elena Delfina Ch. García.

Maestros de grado:

Pedro Pablo Bizarro.

Andrés U. Hernández.

Diego Méndez.

Eliseo Mendoza.

Luisa Sumoza.

4.1.2 Presupuesto

Impresiones Q. 300.00

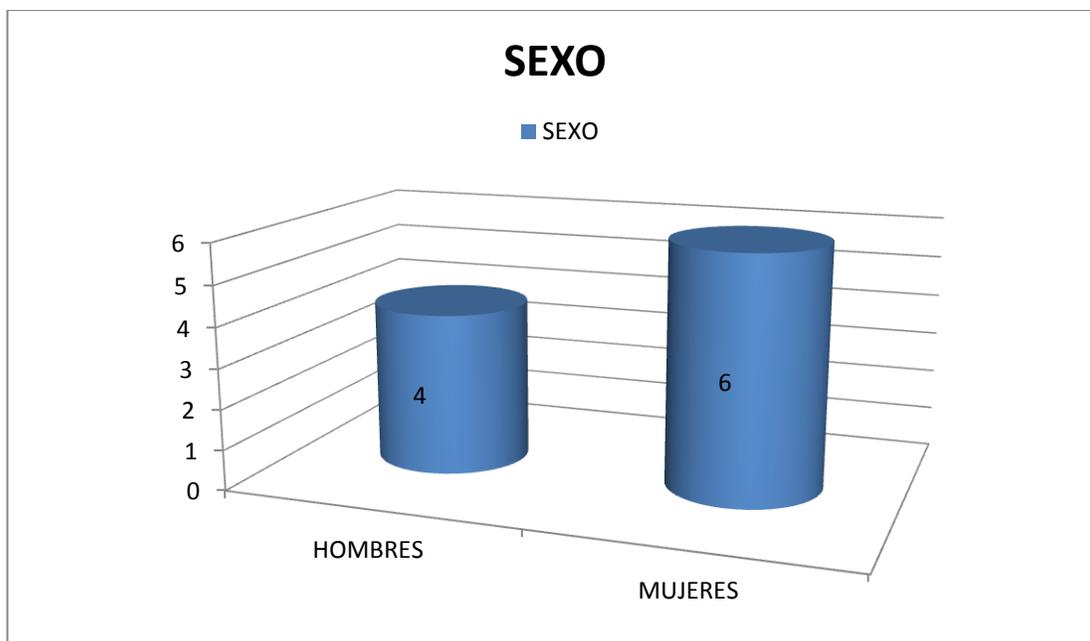
Refacción para estudiantes y personal docente Q. 500.00

Fotocopias Q. 100.00

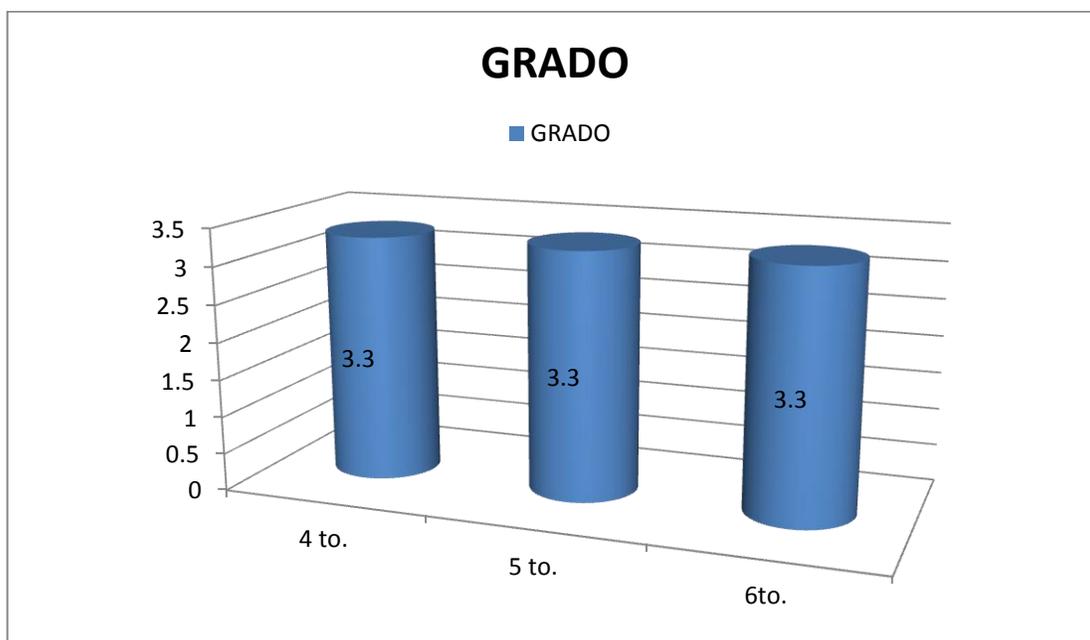
Internet Q. 150.00

4.1.3 Programación

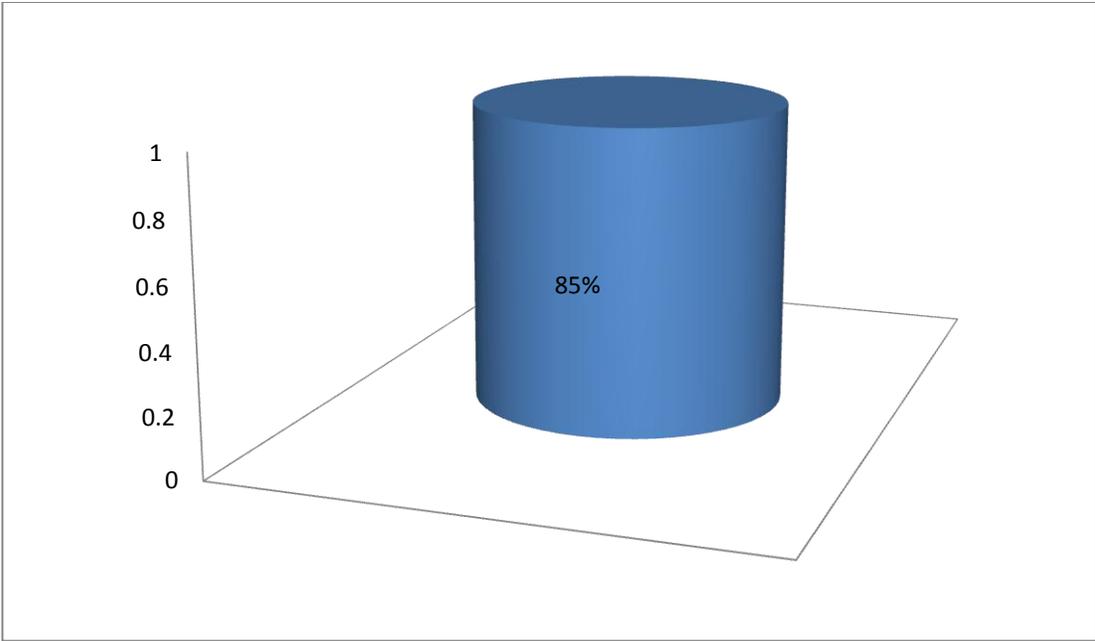
Actividades	Meses	Nov.				Dic.				enero				febrero				marzo			
	Semanas	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1. Planteamiento del Problema		■	■																		
2. Justificación				■	■																
3. Objetivos Generales y Específicos				■	■																
4. Esquema del Marco Teórico						■															
5. Marco Teórico						■	■	■	■	■	■	■	■								
6. Metodología o Diseño de la Investigación												■	■	■							
7. Ejecución de Taller Teórico Practico																■					
8. Interpretación de Datos																	■				
9. Conclusiones y Recomendaciones																				■	
10. Resumen o Abstracto.																				■	



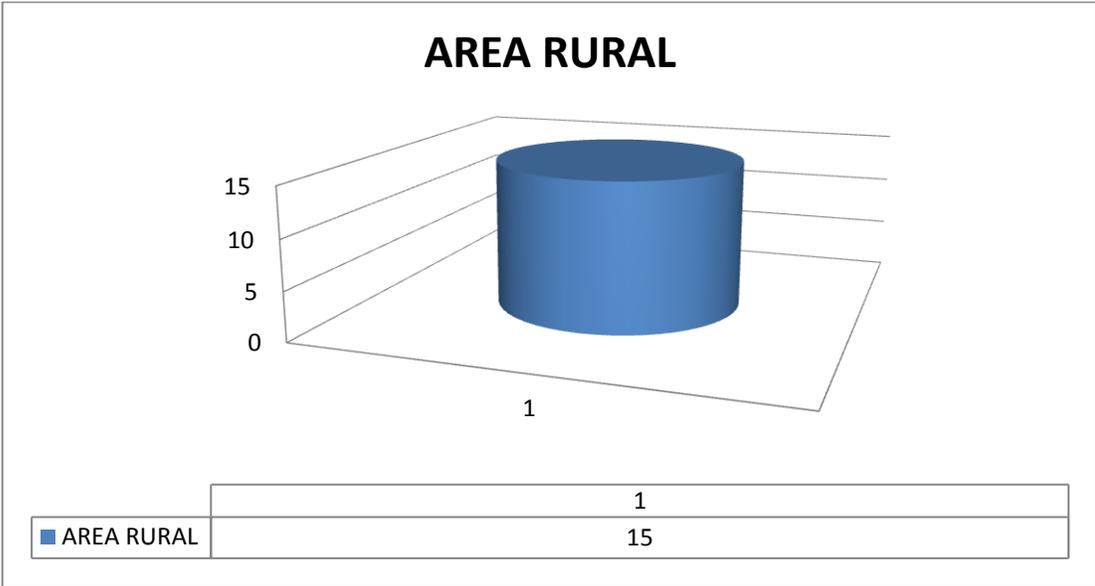
El total de niños según el sexo fueron 4 hombres y 6 mujeres.



Los niños encuestados eran de cuarto, quinto y sexto grado primario.



El 85 % son del área Urbana.



El 15 % son del área rural.

5.2 Interpretación de resultados
 Ámbito laboral.

En la encuesta que realice pude encontrar a seis niños que laboran y en otros casos los niños realizan labor del campo aunque no reciben un pago ya que es actividad de la familia.

La educación es un elemento decisivo de toda actividad eficaz para erradicar el trabajo en los niños. Existen muchas explicaciones del trabajo infantil que guardan relación. La participación de los niños en el trabajo es infinitamente variada y cambiante, protección social y de oportunidades de educarse inciden en la situación del trabajo a los niños.

La agricultura ha sido un factor importante pero en los últimos años el cambio climático ha venido afectar las siembras y eso ha hecho los escasos de ingresos económicos. Los trabajos informales han ayudado un poco para cumplir con los gastos de los hijos y así poder cumplir con lo mínimo de las necesidades de la del hogar.

Aquí se establece que los padres de familia no tienen un trabajo estable por lo tanto esto hace que surjan cambios en los ingresos económicos.

Otro de los problemas que surgen por no contar con los recursos económicos necesarios esto obliga a algunos padres la dificultad de comprar los implementos deportivos a sus hijos que es necesario para la realización de ciertos ejercicios en el curso de la Clase de Educación Física, problema que crea en el niño un desanimo.

Ámbito social.

En estas encuestas nos damos cuenta los compartimientos de los niños como establecer y Poner límites a las demandas del niño es esencial para crear hábitos de conductas adecuados. Un niño con problemas de conducta, que desobedece de forma habitual a sus progenitores, que grita y se enfada con frecuencia los padres y docentes son los sindicatos de ver el trastorno de comportamiento. En el desarrollo del niño es normal que, en ocasiones, se detecten estas conductas agresivas, desafiantes, de oposición o desobedientes. Las pautas

educativas habituales logran en general erradicar estos comportamientos. Sin embargo, en algunos niños estas actitudes son perseverantes en el tiempo y se incrementa su frecuencia y magnitud a medida que el infante crece.

Una intervención temprana de los padres y maestros pueden ayudar a prevenir que un problema de conducta infantil evolucione hacia trastornos más graves en la adolescencia.

Ámbito psicológico.

Se considera que una tarea preventiva que ayuda a los niños a desarrollar sus potencialidades personales y académicas es el punto de encuentro entre maestros, directores, alumnos y padres, para ayudar al niño a desarrollar sus potencialidades personales y académicas cuando están comprometidas debido a que sus propias dificultades generan círculos viciosos en el medio escolar. La encuesta nos de las experiencias, para atender niños y familias, también nos arroja un resultado como podemos ayudar a mejorar su comportamiento

Como sabemos, la función específica de la escuela es la educación y la adquisición de conocimientos y desarrollo de funciones y recursos en definitiva, de la personalidad de la experiencia de aprender y de las relaciones interpersonales que se dan en el marco escolar.

En la escuela hay funciones de los maestros, los alumnos y los padres, así facilitar la tarea de todos ellos para que esta colaboración y tantos esfuerzos obtengan un resultado satisfactorio. Esta función se concreta especialmente en el hecho de atender las relaciones interpersonales y sus conflictos en la realización de la tarea de cada uno

Ámbito biológico.

En la edad de desarrollo que va de los seis a los doce años tiene como experiencia central el ingreso a la escuela. A esta edad el niño debe salir de su casa y entrar a un mundo desconocido donde aquellas personas que forman su familia y su mundo hasta ese momento quedan fuera. Su éxito o fracaso en este período va a depender en parte de las habilidades que haya desarrollado en sus seis años de vida anteriores. Este hecho marca el inicio del contacto del niño con la sociedad a la que pertenece la cual hace exigencias que requieren de nuevas habilidades y destrezas para su superación exitosa y es a través de la escuela que se le van a entregar las herramientas necesarias para desenvolverse en el mundo adulto, la escuela puede ser una prueba severa de si se han logrado o no las tareas del desarrollo de las etapas anteriores, ya que el período escolar trae a la superficie problemas que son el resultado de dificultades previas no resueltas.

La entrada en la escuela implica que el niño debe enfrentar y adecuarse a un ambiente nuevo en el cual deberá lidiar con demandas desconocidas hasta ese momento para él aprender las expectativas del colegio y de sus profesores y lograr la aceptación de su grupo. La adaptación y ajuste que el niño logre a este nuevo ambiente como veremos posteriormente tiene una importancia que trasciende lo inmediato. El grado en que el niño se considera confortable e incluido en el colegio es expresión del éxito en su adaptación. Reacciones como ansiedad, evitación o actitudes negativas pueden ser signo temprano de dificultades en su ajuste y que pueden tornarse en problemas futuros.

El desarrollo del niño lo podemos separar por áreas sin embargo existe una estrecha relación entre los aspectos intelectual, afectivo, social y motor. Lo que vaya ocurriendo en un área va a influir directamente el desarrollo en las otras, ya sea facilitándolo o frenándolo o incluso anulándolo y provocando el regreso del niño a conductas o actitudes ya superadas. Aquí la clase de educación física cumple un rol importante para ayudar a acelerar la confianza del niño así poder acoplarse al medio escolar.

VI. Conclusiones

Como maestro de educación física para mí es una oportunidad poder profesionalizarme por lo que se pretende es mejorar y brindar una educación física de calidad y así tener el conocimiento y una eficaz aplicación del proceso enseñanza aprendizaje recordemos que el mundo está en constante evolución la educación física no se puede quedar atrás y tiene que estar a la vanguardia, si enseñamos como antes estamos retrocediendo y no aceptamos retos y desafíos.

Por eso al finalizar este proceso de investigación se logra comprender las prioridades de las personas involucradas en el proceso.

Uno de los aspectos muy resaltantes del marco teórico es como el factor económico afecta el desarrollo integral del ser humano en todas sus áreas de desarrollo.

En la etapa final de este programa de capacitación docente llama la atención el hecho de preparar cada vez mejor una clase, para que los niños y niñas tengan una formación de calidad enfocado a corrientes constructivistas, dirigidas a una

mejor interacción hacia, y el bienestar emocional de la comunidad educativa en general.

VII. Recomendaciones

Valorar nuestra vocación como maestro y vivir nuestra profesión con pasión de esta manera logramos una educación integral y de calidad. Para establecer buenas relaciones humanas es necesario conocernos a nosotros mismos, nuestras fortalezas y debilidades, para luego conocer a los demás; al tener buenas relaciones humanas esto nos ayudara a afrontar los conflictos de una mejor manera.

Es necesario que en cualquier ámbito social se den buenas relaciones interpersonales y a la vez mejorar como formadores educativos, para guiar y poder vivir en paz, y así determinar que es importante tener aceptación en cualquier círculo social.

Es importante conocer la realidad educativa para así saber aplicar los diferentes principios de metodología de enseñanza, adaptado a las necesidades diversas de los que integran la comunidad educativa.

Que a través del ministerio de educación se apertura un curso de orientación enfocado a problemas de desarrollo del niño.

VIII. Bibliografía

Batalla, a. (2000): *habilidades motrices*. Inde. Barcelona.

Cívica comodes. (2001). diccionario municipal de Guatemala.

Díaz, j. (1999): *la enseñanza y el aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Inde. Barcelona.

Diccionario municipal de Guatemala, 2001.

Gil y león (1995)

Ruiz Pérez, (1987): desarrollo motor y actividades físicas. Gymnos. Madrid

Guatemala, 18 de octubre de 2006, lesly Pérez.

Haefkens, j. (1969). *Viaje a Guatemala y Centroamérica*. Guatemala.

Lanuza, s. (s.f.). *Viaje a Guatemala con prensa libre: Totonicapán*. Prensa libre.

Morán, s. (1978). *Guía geográfica*. Guatemala: impresión el faro.

IX. Anexo

9.1 Glosario

Coordinación: Acción de coordinar,

Desnutrición: Pérdida de reservas o debilidad de un organismo por recibir poca o mala alimentación.

Endógeno: Que se forma en el interior de algo, con la célula que se forma en el interior de otra.

Exógeno: que se forma o nace en el exterior de otro, que se debe a causas externas.

Fluidez: Cualidad de fluido.

Habilidad: Capacidad de una persona hacer una cosa correctamente y con facilidad.

Kinestésica: Es la rama de la ciencia que estudia el movimiento humano, se puede percibir en el esquema corporal, equilibrio, y espacio y el tiempo.

Motriz: Motor, movimiento.

Nativista: La presencia de inmigrantes, y el flujo de emigrantes en el país.

Psicomotriz: Adjetivo de la motilidad y los factores psicológicos que intervienen en ella, condicionado su desarrollo, relacionado con ella.

Síndrome: Conjunto de síntomas que se presentan juntos y son característicos de una enfermedad o de un cuadro patológico determinado provocando, en ocasiones por la consecuencia de más de una enfermedad.

Terminología del desarrollo motor.

Biólogos: alcanzar la madurez (la finalización del desarrollo del organismo en general).

Psicólogos: proceso por el cual una persona alcanza la plenitud de sus capacidades mentales.

Mala alimentación: falta de nutrientes al organismo

Ambiente: Es todo cuanto pueda influir desde el exterior de forma premeditada o no (intención o sin ella) en el desarrollo de la persona; desde el ambiente nos llegan todo tipo de estimulaciones: familia, sociedad, alimentación, clima, temperatura, amigos, escuela.

Desarrollo: Término global que influye maduración-crecimiento-influencias del ambiente. Se consigue gracias a la relación e interacción del organismo y el medio.

Adaptación: Proceso de interrelación entre el organismo y el medio.

Desarrollo motor: Es un proceso de adaptación que determina el dominio de sí mismo y del ambiente pudiendo ser capaz de utilizar sus capacidades motrices como medio de comunicación con el ambiente y la esfera social; es un proceso en el que se puede observar una progresiva integración motriz.

Conducta motriz: Es la organización significativa del comportamiento motor. No puede limitarse a una serie de movimientos; para analizar la conducta tenemos

que tener en cuenta: la perfección, los afectos, la imagen mental, las emociones, la anticipación... Comportamiento motriz + Vivencia personal.

Habilidades locomotrices: implican desplazarse:

Andar, correr, saltar, reptar, nadar, gatear, rodar...

Porque es la base para posteriores aprendizajes:

Habilidades no locomotrices: dominio del cuerpo en el espacio sin desplazamiento:

Saltar, girar, equilibrarse, estirarse, flexionarse.

9.2 Instrumentos

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

PROGRAMA DE ACTUALIZACIÓN PROFESIONAL DOCENTE

PADEP/DEF

CURSO: SISTEMATIZACIÓN

ENTREVISTA A MAESTROS (AS) SOBRE EL ROL DEL MAESTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS AMBITOS BIOLÓGICOS, PSICOLÓGICOS, SOCIAL Y LABORAL.

Establecimiento: EOUM "Enrique Gómez Carrillo" Jornada Vespertina

Genero _____

EDAD _____

Instrucciones:

A continuación se le presenta una serie de preguntas, las cuales deberá responder conforme a sus experiencias y sus conocimientos entorno a la clase de educación física. La información que nos proporciones es estrictamente, confidencial y la misma será utilizada única y exclusivamente para efectos del estudio

1. ¿Cree usted que es importante la educación física en la sociedad?

2. ¿Cree usted que le ayuda la clase de educación física al niño y niña?

3. ¿Cuál es el aporte de la clase de educación física en el desarrollo laboral en la niñez?

4. ¿Cuál es el aporte de la clase de educación física en el desarrollo social en la niñez?

5. ¿Cuál es el aporte de la clase de educación física en el desarrollo biológico en la niñez?

6. ¿Cree usted que es importante que reciban la clase de educación física los niños y niñas?

7. ¿Cree usted que es importante la clase educación física para una calidad de vida del niño y niña?

8. ¿Qué tipo de actividades cree usted que realiza el niño después del horario Clases?

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
PROGRAMA DE ACTUALIZACIÓN PROFESIONAL DOCENTE
PADEP/DEF
CURSO: SISTEMATIZACIÓN

El rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta “Enrique Gómez Carrillo” jornada Vespertina del nivel primario.

Establecimiento: Escuela Oficial Urbana Mixta “Enrique Gómez Carrillo”

Edad _____

Grado _____ Genero _____

Recolectar información y datos sobre el rol del Maestro de educación física en los ámbitos ya mencionado.

1. ¿Desayuna antes de venir al establecimiento? _____

2. ¿Qué tipo de alimentación consumen en su casa?

3. ¿Le gusta la clase de Educación Física?

Si_____ No_____

Porque._____

3. ¿Cree usted que tiene algún beneficio la clase de educación Física, en su vida?

Si_____ No_____

Porque._____

4. ¿Qué actividades realiza después del horario de clases?

5. ¿Sus padres tienen posibilidades económicas para comprarle implementos deportivos?

-

6. ¿Comparte con sus padres lo aprendido en la clase de Educación Física?

Si_____ No_____

Porque._____

7. ¿Le beneficia la clase de Educación Física en su estado emocional?

Si _____ No _____

Porque. _____

9.3 Programa de Docencia Actividad

Como parte de la formación académica, siendo estudiante del programa académico de desarrollo profesional docente de educación física, es de gran importancia dar a conocer el curso de educación física como parte del desarrollo motor del estudiante en la edad escolar, tomando en cuenta el aprendizaje obtenido, durante el proceso de preparación profesional.

Objetivo general:

Informar sobre la actividad física a los niños, niñas, jóvenes y señoritas asistentes, a través de actividades recreativas, pre deportivas, fomentando al mismo tiempo la convivencia pacífica y el trabajo en equipo.

Objetivos específicos

Concientizar a los asistentes, de la práctica constante de la actividad física.

Incrementar las ofertas físico-recreativas para todas las personas de la comunidad y de los asistentes.

Contribuir al mejoramiento de la salud mediante el esparcimiento y el disfrute del tiempo libre.

Que se realizará:

Una plática con el tema del desarrollo motor enfocado en niños de 7 a 12 años del nivel primario.

Actividad practica física

Actividades recreativas

A continuación, se detallan las actividades que se tienen planificadas realizar:

Presentación con diapositivas del desarrollo motor del alumno de la edad escolar de 7 a 8 años.

Porque se hará:

Para mejorar el concepto de la educación física en el establecimiento educativa

Quienes participarán:

Directora del establecimiento

Maestros y maestras de grado asignados durante el año

Como se hará el proyecto: presentación de la planificación al asesor de sistematización.

Lugar de la actividad

Escuela oficial Urbana Mixta "Enrique Gómez Carrillo" Jornada Vespertina. San Juan La laguna Sololá.

Cuando se ejecutará el proyecto:

Las actividades se realizaran el día: Jueves 3 de marzo en el horario de: 8:00 am a 12:00 pm.

9.4 Programa de Extensión

Planificación Mañana Recreativa Con Padres Y De Familia Y Maestros

Plantel:

Escuela oficial Urbana Mixta "Enrique Gómez Carrillo"

Justificación:

De acuerdo a las necesidades lúdicas que se tiene por la rutina del diario vivir, se ha llegado a la conclusión de organizar una mañana recreativa en base a la realidad que tiene la comunidad de padres de familia para así lograr que se

integren las instituciones involucrados en el proceso educativo del niño, aportando a la comunidad en general un espíritu deportivo y recreacional.

Competencias.

Competencia generales:

- 1.- reconoce el efecto positivo que produce la práctica de la actividad física en el organismo
- 2.- practica de forma continua y sistemática actividades físicas y deportivas con el fin de mejorar sus condiciones de salud, para una mejor calidad de vida.
- 3.- reconoce que la práctica deportiva es un fenómeno sociocultural, y a la vez influye positivamente en la vida.

competencias de específicas

- 1.- desarrolla las capacidades físicas cognitivas para mejorar su estado de ánimo y salud.
- 2.- adquirir hábitos de actividad física y recreativa, con el fin de lograr un des estrés que se adquiere en el ciclo rutinario de todas las semanas.
- 3.- asume la practica físico deportiva como una interrelación social e intercultural, identificando sus influencias para una vida activa.

Desarrollo de la actividad

Se invitara a padres de familia a participar en la actividad programada. Y a la vez se estarán trabajando con actividades que requieren cierto grado de coordinación, lógica y estimulación motriz, y actividades en relación a habilidades sociales.

Actividad numero 1.

Se formaran en grupos de tres integrantes y un color por cada grupo deberán jugar las minas con hulas que estarán tiradas en la cancha deportiva.

Actividad numero 2

Se les dará un patrón de movimiento (coordinación) en el cual deben realizarlo con la metodología adecuada y se premiara al grupo que domine dicho patrón.

Actividad numero 3.

Se realizara un juego llamado la numeración en el que deben dirigirse hacia estaciones determinadas dependiendo el número que se diga. Los participantes estarán divididos en cantidades iguales.

Fecha del evento

Jueves 4, de marzo del presente año.

Lugar:

Escuela oficial Urbana Mixta “Enrique Gómez Carillo” municipio de San Juan La Laguna Departamento de Sololá.

Recursos:

Humanos

Organizador maestro de educación física.

Padres de familia en específico.

Recursos infraestructura

Escuela oficial Urbana Mixta “Enrique Gómez Carillo”

Recursos materiales:

Bocinas, Cables, Cañonera. Hulas. Cámara digital. Recursos financieros

Maestro de educación física.