

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 GUARDIA DE HONOR, COLONIA ENRIQUETA ZONA 5, VILLA
NUEVA GUATEMALA JORNADA MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

DILMA CONSUELO GOMEZ ALDANA

GUATEMALA, OCTUBRE 2016

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

-PADEP/DEF-

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP DEF EN EL
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESUELA OFICIAL
URBANA MIXTA GUARDIA DE HONOR , COLONIA ENRIQUETA ZONA 5 ,
VILLA NUEVA GUATEMALA JORNADA MATUTINA, PRIMARIA”**

POR

DILMA CONSUELO GOMEZ ALDANA

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 LÓPEZ AVENDAÑO

LICENCIADO RONALD GIOVANNI MORALES SÁNCHEZ

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. 151-2016
CODIPs. 2391-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante
Dilma Consuelo Gómez Aldana
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO QUINCUGÉSIMO SEGUNDO (152º) del Acta CINCUENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (57-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 27 de septiembre 2016, que copiado literalmente dice:

“CENTÉSIMO QUINCUGÉSIMO SEGUNDO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta Guardia de Honor, Colonia Enriqueta zona 5, Villa Nueva Guatemala jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de profesorado de Educación Física realizado por:

Dilma Consuelo Gómez Aldana

CARNÉ: 200320865

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

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



PADEP/DEF No. 154-2016
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 Urbana Mixta Guardia de Honor, Colonia Enriqueta zona 5, Villa Nueva Guatemala jornada matutina nivel primario”

Realizado por el estudiante:

Dilma Consuelo Gómez Aldana

CARNÉ: 200320865

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 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulado **El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico Social, Laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta Guardia de Honor, Colonia Enriqueta zona 5, Villa Nueva, Nivel Primario**. De la estudiante **Dilma Consuelo Gómez Aldana con carné 200320865**, 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,

"DID Y ENSEÑAD A TODOS"

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





C.c. Control Académico
 Archivo
 Reg. 154-2016
 CODIPs. 925-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
 Dilma Consuelo Gómez Aldana
 PADEP/DEF
 Escuela de Ciencias Psicológicas
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO QUINCUGÉSIMO SEXTO (156º) 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 QUINCUGÉSIMO SEXTO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Urbana Mixta Guardia de Honor, Colonia Enriqueta zona 5, Villa Nueva Guatemala jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Dilma Consuelo Gómez Aldana

CARNÉ: 200320865

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,

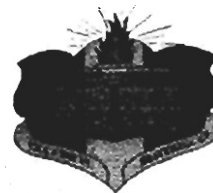
“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

Licenciado Myner Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/Sindy

**ESCUELA OFICIAL URBANA MIXTA
"GUARDIA DE HONOR
5ª AVENIDA 11-13 ZONA 5
COLONIA ENRIQUETA VILLA NUEVA
GUATEMALA
TEL. 5829-0086**



Villa Nueva 01 de abril de 2016

Licenciado:
Ronald Geovanny Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Director de la Escuela Oficial Urbana Mixta J.M. Guardia de Honor Colonia Enriqueta, Municipio de Villa Nueva, Departamento de Guatemala, la estudiante Dilma Consuelo Gómez Aldana carné 2003220865, 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 Guardia de Honor, Colonia Enriqueta Zona 5, Villa Nueva Guatemala 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.


Profa. Lida Betsaida Rojas Vaides
DIRECTORA
01-15-2002-43
Tel. 58290086



escuelaguardiadehonor@hotmail.com

AGRADECIMIENTOS

A DIOS.

Por darme la oportunidad de terminar una profesión, por ser ese ser maravilloso que me dio una vida llena de bendiciones y por darme fortaleza en esos momentos de debilidad. Gracias

A MIS PADRES

Por su apoyo incondicional por su enorme amor y paciencia hacia conmigo, y sobre todo por el buen ejemplo que siempre me han dado a lo largo de mi vida, los amo.

A MI HIJOS

A mis hijos a Vale por ser mi niña preciosa responsable, a Mi Sebas mi niño guapo que con sus ocurrencias y su dulzura llena cada segundo de mi vida y a mi Princesita sofí mi niña carismática y hermosa le agradezco por tenerme paciencia por darme tiempo y sobre todo por ser ese, motor que me impulsaba a seguir siempre.

A MI FAMILIA

A Carol por su apoyo incondicional y por el tiempo paciencia y amor dedicado a mis hijos, a mis hermanos Mincho y Christian por su apoyo en los momento difíciles, a mi cuñada Ingri por tener siempre palabras de aliento y a mi Cuñana Aura por el tiempo dedicado a mis hijos gracias.

A MIS AMIGAS

Paty por ser tan especial divertida dejada pero con un gran corazón, Anita la sonriente responsable ,paciente y a Claudia por sus enseñanzas su responsabilidad su entereza, gracias por su amistad cada una de ustedes fueron un pilar en estos dos años para lograr este éxito...se le quiere amiguetas..

A MIS CATEDRADICOS Y A MIS COMPAÑEROS DE LA SECCION C

Les agradezco por la sabiduría compartida, por sus enseñanzas por la paciencia y el esfuerzo dedicado cada sábado.

Dedicatoria

La presente sistematización está dedicada a Dios, ya que gracias a el logre terminar mi carrera.

Vale, Sebas y Sofí por ser chispa en mi vida por su dulzura paciencia su fuerza y por ese enorme amor que me demuestran diariamente, y a Carol por darme fuerza tiempo y sobre todo mucho apoyo para lograr esta gran satisfacción.

A mi papa por ser mi mejor amigo y estar al pendiente de mi y de mis hijos, a mi mejor amiga mi Mami por su amor su ejemplo por los valores y la buena educación que me dieron,

A mis familiares, maestros, mis compañeros de trabajo, amigos y amigas y a todas las personas que de una u otra forma contribuyeron a que lograra llegar a culminar mi carrera.

TABLA DE CONTENIDO

Introducción

I.	Marco conceptual.....	2
1.1	Planteamiento del problema.....	2
1.2	Justificación.....	4
II.	Marco metodológico.....	5
2.1	Objetivos.....	5
a.	General.....	5
b.	Específicos.....	5
2.2	Método.....	5
2.2.1	Muestra.....	6
2.2.2	Recolección de datos.....	6
2.2.3	Análisis estadístico de los datos.....	6
2.2.4	Instrumentos.....	8
III.	Marco teórico.....	8
3.1	Antecedentes.....	8
3.1.1	Historia de la educación física.....	9
3.1.2	Educación Física.....	9
3.2	Clase de Educación Física.....	10
3.2.1	La distribución.....	10
3.2.2	Análisis de los tiempos de una sesión de Educación Física.....	10
3.2.2.1	Tiempo previsto.....	11
3.2.2.2	Tiempo Disponible para la práctica.....	11
3.2.2.3	Tiempo de compromiso motor.....	11
3.2.2.4	Estrategias para aumentar el tiempo de práctica motriz.....	12
3.3	Salud y Educación Física.....	12
3.4	Características del profesor de educación física.....	14
3.4.1	Mediador.....	14
3.4.2	Formador de Valores.....	14
3.4.3	Capacidad de dominio de grupo.....	15

3.4.4	Socializador.....	16
3.5	Rol del profesor de Educación Física.....	16
3.5.1	Ámbito Social.....	16
3.5.2	Ámbito Psicológico.....	17
3.5.3	Ámbito Biológico.....	17
3.5.4	Ámbito Laboral.....	18
3.6	Beneficios que obtiene el estudiante al realizar dos veces a la semana la clase de educación física.....	19
3.6.1	En el desarrollo.....	19
3.6.2	En las capacidades.....	19
3.6.3	En el aspecto físico y psicomotor.....	20
3.7	Los beneficios del Ejercicio.....	20
3.8	¿Qué es el habito?.....	21
3.8.1	Hábitos saludables.....	22
3.8.2	Alimentación adecuada.....	22
3.8.3	Hidratación Adecuada.....	22
3.8.4	Factores Climáticos.....	23
IV	Marco operativo.....	24
4.1	Diseño de la investigación.....	24
4.1.1	Equipo de investigación.....	24
4.1.2	Presupuesto.....	24
4.1.3	Programación.....	25
IV.	Presentación de resultados.....	26
5.1	Análisis de datos.....	26
5.2	Interpretación de resultados.....	27

V.	Conclusiones.....	35
VI.	Recomendaciones.....	36
VII.	Bibliografía.....	37
VIII.	Anexos.....	39
	9.1 Glosario.....	39
	9.2 Instrumentos.....	40
	9.3 Programa de Docencia.....	44
	9.4 Programa de Extensión.....	55

INTRODUCCIÓN

El enfoque del maestro es volver capaz al alumno ante cualquier circunstancia motriz que se le presente, , mediante conocimientos actuales y claros El problema que a investigar es como se identificara el niño con su nuevo maestro de educación física y los cambios que le provocara el hacer dos veces a la semana la clase de educación física, teniendo en cuenta que no tenían maestro. el rol el profesor de Educación física le permita influenciar de una manera positiva en el estudiante para lograr hábitos saludables y una educación que aporte grandes potenciales para que la población escolar cambie malos hábitos por hábitos saludables fortaleciendo también los valores y mejorando la practica por medio del tiempo motor, pero eso se vera a largo plazo, tanto los estudiantes como el claustro maestros evaluaron por medio de una encuesta el rol del profesor de educación física,

I. Marco conceptual

1.1 Planteamiento del problema

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 Guardia de Honor, jornada matutina del nivel educativo primaria.

El maestro de educación física tiene un arduo trabajo a su cargo tiene en sus manos el moldear vidas en todos los ámbitos a través de la actividad física.

El enfoque del maestro es volver capaz al alumno ante cualquier circunstancia motriz que se le presente, para lograr esto se necesita de instalaciones adecuadas tiempo espacio material y un apoyo incondicional de parte de todo el claustro en una escuela, además debe tener una formación académica, que le permita estar preparado para dirigir a sus estudiantes, mediante conocimientos actuales y claros; tener una formación completa la cual le permita al docente tener una comunicación cercana, dar una formación íntegra.

El problema que a investigar es como se identificara el niño con su nuevo maestro de educación física y los cambios biológicos psicológicos que le provocara el hacer dos veces a la semana la clase de educación física, teniendo en cuenta que no tenían maestro.

El impacto que tendrá en el estudiante recibir clase de educación física con un maestra de Educación física y por más tiempo, que cambios habrá en el, en los aspectos sociales en la interacción con el maestro y sobre todo el impacto positivo o negativo que conlleve esto a su vida .

La EOUM Guardia de honor cuenta con : 550 estudiantes es mixta, repartidos en 15 secciones actualmente esta remodelada posee una cancha multiusos y cuenta con poco material de Educación Física

Los alumnos de la EOUM Guardia de honor es una población como la mayoría en Guatemala afectada por drogas por desintegración familiar por pobreza y falta de valores ...pero con una necesidad tan grande de actividad física , hay estudiantes con unas habilidades innatas para el deporte que no han podido darse a conocer y se muestran con accesibilidad y por el momento una muy buena aceptación de la maestra de educación física hacia ellos.

El problema se abordara de una manera científica con pruebas de campo en donde el estudiante a través de una encuesta dará a conocer que impacto a tenido en su vida la clase de Educación física y su interacción con su maestra, además también lo miraremos desde las perspectiva del claustro, esto permitirá saber si hemos impactado de una manera positiva a toda una comunidad y al mismo tiempo mejorar en los aspectos en donde estamos fallando.

El problema es algo que se irá verificando al transcurrir el tiempo porque al pasar tiempo veremos a nuestros estudiantes activos con hábitos o sedentarios.

La educación aporta grandes potenciales para que la población escolar cambie malos hábitos por hábitos saludables fortaleciendo también los valores sobre la salud, los derechos y obligaciones. Si los niños adoptan hábitos de vida saludables traerá beneficios en las habilidades motoras y cognitivas, también para las relaciones personales y con los demás obteniendo bienestar físico y psicológico. Y el Maestro de Educación Física como un ente mediador que se capaz de mostrar confianza y al mismo tiempo respeto que enseñe la tolerancia y de su clase de una manera divertida provocara una mejor integración entre ellos

A medida que los entes educativos fortalecen programas de Educación física, están fortaleciendo también valores que contribuyen al desarrollo integral de cada persona, de esta forma la actividad física tomaría un lugar de gran importancia dentro del campo escolar.

Para el desarrollo de la investigación se plantearon las siguientes preguntas

1. ¿Se puede lograr hacer cambios motrices por medio de la práctica constante de la educación física?
2. ¿De qué manera puede influenciar el MEF a los alumnos en su formación? ¿Se integrara el alumno a su nueva maestra y a los cambios que le provoque la clase de educación física?

1.2 Justificación

Es necesario investigar los problemas motrices de salud o desempeño estudiantes por falta de ejercicio desde tempranas edades, de enseñanza motriz y físico deportiva que se practica en la clase de educación física.

Desde el punto de vista académico es necesario investigar lo que provoca la clase de educación física antes de recibir clases teóricas y al mismo tiempo evaluar el desarrollo motriz, la salud de niños que casi nunca reciben la clase de educación física a través de pruebas motrices y físicas que muestren los resultados. y nos den una pauta para mejorar , porque un niño que hace actividad física transporta mas oxigeno a su cerebro y este mejora su capacidad de atención de memoria y libera hormonas que provocan bajar los niveles de estrés.

En el aspecto social es necesario hacer algo al respecto desde ya, para que las poblaciones del futuro se les enseñe a moverse y los beneficios que tiene para su salud desde las tempranas edades y que por lo menos reciban como mínimo 2 veces a la semana por 40 minutos la clase de educación física y así logremos una verdadera educación física en familia para toda la vida.

II. Marco metodológico

2.1 Objetivos

a.) General

Proponer que el profesor de educación física a través de su rol, por medio de los aspectos **biológicos, psicológicos, sociales y laborales** fomente una educación integral participativa y a su vez impacte al alumno de una manera positiva y por medio de esto logre que sea capaz de construir respuestas motrices a través del hábito del ejercicio.

b.) Específicos

1. Crear un ambiente agradable de alegría y motivación entre los estudiantes y su mef.
2. Crear conciencia de lo importante que es la actividad física en los niños tanto dentro como fuera de la escuela.
3. Observar el desarrollo de los estudiantes durante la práctica constante de la clase de educación física.
4. Aplicar los conocimientos aprendidos en la profesionalización para la mejora de la clase de educación física.

2.2 MÉTODO

2.2.1 Muestra

La investigación fue realizada por medio de una muestra aleatoria la cual tiene el propósito de elegir a grupo pequeño de personas del total de la población, por lo que el investigador decide tomar de muestra el 10% de la población estudiantil que este caso fueron 40 estudiantes de 420 de la escuela Oficial Urbana Mixta “Guardia de Honor” de la jornada matutina, dividida en 20 niñas y 20 niños entre 7 y 13 años de edad.

También se tomo como muestra al claustro de maestros de los cuales se entrevistaron a 13 maestros incluyendo la directora. Por lo que se realizaron dos instrumentos diferentes uno para alumnos y otro para maestros.

2.2.2 Recolección de datos

Se realizo por medio de la encuesta en donde se pudo evidenciar los distintos pensamientos que tienen los niños con respecto al rol del maestro de educación física y de la clase de educación física.

2.2.3 Análisis estadístico de los datos

La investigación fue realizada de manera sistemática realizando los pasos adecuados desde el proceso de la observación hasta la encuesta, en donde se observo que un 95% de la muestra entrevistada en la población estudiantil conoce la el rol del profesor de educación física y la forma en el debe trabajar con ellos.

2.2.4 Instrumentos

Observación ,encuesta; La observación la cual permite identificar el problema de esta sistematización en la escuela Oficial Urbana Mixta Guardia de Honor jornada matutina nivel primario, seguidamente se utilizo la encuesta en donde se pudo evidenciar los distintos pensamientos que tienen los niños con respecto al rol del MEF y de la clase de educación física.

También muestra que piensan los maestros de la clase de Educación física y rol que el maestro tiene en la escuela.

III. Marco teórico

3.1 ANTECEDENTES

Los primeros ámbitos de 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 de el 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 Educación Física y Recreación- le reconoce nuevamente la categoría inicial denominándole Dirección General de Educación Física, Recreación y Deporte. El 28 de agosto de 1997 el Congreso de la República realiza una readecuación y emite el Decreto 76-97 Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte. El título 2, capítulo 1, artículo 32. Crea y reconoce, a través del Ministerio de Educación la Dirección General de Educación Física, con la responsabilidad de coordinar y dar cumplimiento a la filosofía, política y directrices de la Educación Física Nacional¹.”

3.1.1 EDUCACION FISICA

Es el grupo de disciplinas y ejercicios que desarrolla las capacidades corporales, sociales y motoras con el objetivo de lograr la perfección y el desarrollo corporal, además y también promueve la salud para prevenir enfermedades y dolencias típicas del sedentarismo

En la escuela, por ejemplo, la educación física resulta ser una materia más, como el resto, sujeta a una evaluación y a través de la cual, la escuela, buscará que el alumno, además de sus capacidades intelectuales, pueda desarrollar a la par, las corporales, sociales y motoras, también imprescindibles para efectivo desarrollo como persona.

¹ Decreto No. 75-89 –

La práctica de un deporte, especialmente aquellos que se juegan de manera colectiva como el fútbol, el básquet, el voleibol, entre los más destacados y populares, son excelentes alternativas para que el alumno aprenda a trabajar en grupo, fomente relaciones interpersonales, desarrolle sentimientos de pertenencia y ejercite la convivencia, entre otros beneficios que sumarán por supuesto en su desarrollo social.

Aquellos niños que no fueron oportunamente incentivados y enseñados en este plano suelen disponer en el futuro muchísimos problemas de integración social, que hasta pueden desencadenar en escenarios más complejos.

3.2 CLASE DE EDUCACION FISICA

3.2.1 LA DISTRIBUCIÓN

La distribución de las clases es un factor vital para poder llevar a buen puerto el proceso de enseñanza aprendizaje en nuestros alumnos, ya que una buena estructura es necesario para poder, temporalizar y secuenciar los contenidos, además de ser un buen indicador a la hora de saber la eficacia y calidad de las clases de educación física, conociendo si estamos cumpliendo con los objetivos y contenidos a desarrollar²

3.2.2 ANÁLISIS DE LOS TIEMPOS DE UNA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Son unos de los criterios para medir la eficacia docente, pero puede variar el tiempo de práctica en función de contenido, por eso aunque es un valor de referencia no debe ser una obsesión el conseguir el máximo tiempo. El objetivo es que cada alumno trabaje el máximo tiempo de aprendizaje.

² Pedro Ignacio barrera 2011

3.2.2.1 TIEMPO PREVISTO

Es de 40 a 80 minutos por semana Pero en realidad es de aproximadamente 40 minutos. Con lo que nosotros debemos concientizar o aumentar el interés del alumnado por la práctica del deporte. Se queda en 30 porque hemos de considerar el tiempo para cambiarse (5-6 minutos) y la explicación de los ejercicios (5-6 minutos).

3.2.2.2 TIEMPO DISPONIBLE PARA LA PRÁCTICA

Para mayor puntualidad, que los chicos lleguen puntuales de las otras clases. Es el tiempo que se cuenta a partir de que el alumno pise la pista. Traslado consensuado de 5 a 7 minutos.

3.2.2.3 TIEMPO DE COMPROMISO MOTOR

Es el tiempo de movimiento. Tiempo efectivo en el cual los alumnos se mueven. Hay que restarle al tiempo de atención y el tiempo de organización.

Caso ideal 100% de efectividad

- 80% tiempo motor.
- 10% tiempo de organización.
- 10% tiempo de atención.

Clase buena o aceptable 80 % de efectividad

- 60-80% tiempo motor.
- 10-20% tiempo de organización.
- 10-20% tiempo de atención.

Pero en el mejor de los casos y la realidad de Guatemala 50% efectividad

- 55% de clases.
- 5' tiempo de traslado.

- 25' tiempo de práctica.
- 5' tiempo de organización.
- 5' tiempo de atención

3.2.2.3 ESTRATEGIAS PARA AUMENTAR EL TIEMPO DE PRÁCTICA MOTRIZ

- Tratar de que la información inicial no ocupe más del 10% del tiempo disponible (como norma general, ya que algún contenido puede que exija más). Para ello:
- Preparar la información a transmitir ajustando su tiempo.
- Proporcionar información complementaria por escrito, para no detenernos en explicaciones prolongadas.
- Diseñar estrategias de organización, especialmente en la utilización del material, para que el tiempo ocupado en esta labor no exceda del 10% de tiempo disponible.
- El calentamiento debe estar en función de la intensidad de la clase , vinculándose lo más posible al contenido específico de la misma:
- Evitar tiempos de espera prolongados, garantizando que el tiempo individual de práctica sea el máximo posible. Debe predominar el trabajo simultáneo, donde el compromiso motor es más intenso.
- Planificar tareas por niveles, tratando de que la individualización de las tareas permita mayor tiempo de práctica motriz exitosa.

3.3 SALUD, Y EDUCACIÓN FÍSICA

Tiene un objetivo claro promover la salud con el objetivo de prevenir enfermedades y dolencias típicas del sedentarismo. Es un hecho que por ejemplo la actividad física reduce problemas cardíacos, de presión arterial, digestivos, problemas de columna, de posición, entre otros..

Hay muchísimas prácticas que ayudan a combatir las mencionadas afecciones, entre las más practicadas y populares se destacan las caminatas y correr. Más actividades son excelentes a la hora de quemar calorías, especialmente para aquellos que disponen de sobrepeso, y también ayudan muchísimo a la hora de equilibrar la presión arterial y prevenir enfermedades cardíacas. Incluso, a las personas que padecen alguna enfermedad de este tipo se les recomienda, que además de llevar una dieta balanceada y sana, deben practicar algún tipo de ejercicio como el indicado.

Facilita la expresión corporal y la relajación asimismo, la educación física, a través de actividades especiales como el yoga, la música y la danza, facilitará la expresión corporal de quienes las desempeñen, permitiéndoles una mejor expresión a nivel social y por otra parte les aportará relajación para reducir los niveles de stress, afección tan corriente por estos tiempos agitados.

Y finalmente, la educación física, en sintonía con la recreación, desarrollará actividades lúdicas que vincularán al sujeto con su entorno y lo ayudarán a la hora del intercambio social con el otro o los otros.

Entonces, la educación física tiene como objetivo principal al ser humano como una suma de cuerpo, mente y alma y en efecto trabajará en orden para conseguir lograr el hábito de la actividad física.

3.4 CARACTERISTICAS DEL PROFESOR DE EDUCACION FISICA

3.4.1 MEDIADOR

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.³

Aguirre de Vergara (2011) señala que se necesita tener una formación académica, que le permita estar preparado para dirigir a sus alumnos, mediante conocimientos actuales y claros; tener una formación va lorica la cual le permita al docente tener una comunicación cercana, dar una formación íntegra y va lorica, teniendo una relación efectiva y cognoscitiva, así como también tener la capacidad de dominio de grupo y la mejor disposición en las clases.⁴

3.4.2 FORMADOR DE VALORES

Los valores son los que enseñan al individuo a comportarse como ser social, ya que solo éste por esa condición, es capaz de establecer una jerarquía entre las cosas los valores se podría decir que definen a la dignidad del hombre. . Denis (2003) considera a los valores pautas, tracciones que orientan el comportamiento humano hacia la transformación social y la realización de la persona.⁵

Es tarea de los profesores de Educación Física en sus clases debe inculcar en sus alumnos; hábitos, conocimientos y habilidades como todo un sistema de valores que debe hacerles ver necesidad de aprender y que reflexionen sobre lo que aprende;

³ Ibarra2 2006

⁴ Vergara 2011

⁵ DENIS 2003

el profesor debe estar en función de estimular la creatividad, de cada aspecto que se presente en el desarrollo de su clase, tomarlo como punto de referencia para analizar qué valores se pueden desarrollar a través de cada una de ellas.

3.4.3 CAPACIDAD DE DOMINIO DE GRUPO

Según Álvarez y González (2002, p. 52) como un “camino que construye el alumno para alcanzar su objetivo; en dicho camino, el alumno resuelve una serie de problemas”. Las estrategias metodológicas utilizadas para el desarrollo de la clase de Educación Física, han sido utilizadas por el docente con poca creatividad, lo que ha generado un sin número de problemas que a simple vista para el docente no son visibles.

El docente de educación física debe cambiar la idea de que dominar al grupo a base de mandar y no facilitar ya que mantener el dominio de la clase, el dominio de los niños, el dominio del todo, hace que se pierda el interés por la disposición de ser un aprendiz.

De acuerdo con el anterior, se nota claramente la metodología utilizada por la corriente de Educación Física militar, cuyas formas de enseñanza se fundamentan en la normalización, la homogenización, el mando directo, el uso del conteo, uso de la repetición, la demostración, la imitación, la instrucción, la asignación de tareas definidas y en lo directivo.

Es importante ser creativo para que la clase sea un escenario más dinámico, más activo, más motivador, para crear nuevas actividades donde se creen formas de involucrar al estudiante para que deje de ser un sujeto pasivo y sea él quien, con sus gustos e intereses le dé un norte a la clase y no sea el profesor el que dice y los estudiantes quienes ejecutan.

En conclusión dominar al grupo no significa que sea el docente quien elija todo lo que se hace sino lo contrario que por medio de la disciplina y el respeto trate que el

estudiante tenga voz, que escuche, se le posibilite la elección, que no hagan todo de la misma manera, que el maestro sea como un guía y cuestione un poco que el maestro es el que manda y los otros obedecen. Buscar formas de relación con el estudiante de modo que este potencie su desarrollo motriz de la manera más satisfactoria y agradable.

3.4.4 SOCIALIZADOR

El docente de educación física tiene el papel de socializador a través de la actividad física donde el área de trabajo le permite fomentar el desarrollo del espíritu de colaboración, de asistencia mutua y de lealtad al grupo. el hábito de trabajo en grupo para un propósito común, desarrollo del sentido de responsabilidad individual para con el grupo y además el espíritu de tolerancia, respeto mutuo y sana camaradería

3.5 ROL DEL PROFESOR DE EDUCACION FISICA

El rol del profesor en general como aquel formado por los parámetros que justifican el éxito de la docencia y que se basan en acciones concretas definidas por la relación con el entorno, la institución educativa y los propios alumnos. El resultado de la interrelación entre ambas nos presenta un rol específico para el profesor de Educación Física definiendo unas pautas de actuación, un tanto ideales, pero que pueden ser tomadas como objetivo final en la progresiva mejora de su acción docente.(Carlos Plana Galindo 2000)⁶

3.5.1 AMBITO SOCIAL

Podemos resaltar que es un ámbito muy importante porque el punto de vista social , nos permite saber cómo interactúa el niño con sus demás compañeros y como se siente cuando lo hace , ya que la mayoría de actividades durante la clase son

⁶ Galindo 2000

grupales y tiene como fin que el alumno interactúa con los demás compañeros se sienta en armonía y se logre a su vez una cultura de paz y libre discriminación.

3.5.2 AMBITO PSICOLOGICO

Es donde el docente puede lograr hacer cambios en el estado de ánimo, en conductas que favorecen al alumno tanto dentro como fuera del establecimiento educativo. Según (weinberg & Gould, 1996) el ejercicio está asociado con los cambios positivos en los estados de ánimo, además se debe tomar en cuenta que el ejercicio debe ser duradero para poder obtener efectos psicológicos positivos⁷

La actividad física permite la reducción de emociones que se activan por estrés, como la ansiedad, además por medio de ella el alumno puede mejorar su rendimiento académico.

3.5.3 AMBITO BIOLOGICO

Parece obvio tener que fundamentar la razón y necesidad de la Educación Física desde un punto de vista biológico, en un mundo en el que la primer causa de muerte son los accidentes automovilísticos, y la segunda las enfermedades cardiovasculares y respiratorias aumentadas por la vida sedentaria predominante en nuestros días.

El movimiento está asociado al fenómeno de la reactividad, expresado por la respuesta (“*reacción*”) de un organismo, a la acción de un estímulo apropiado. Es así que podemos definir al estímulo como una modificación del medio (externo o interno), que produce una reacción o respuesta por parte del sujeto sometido a su acción.

La noción de estímulo implica dos elementos: a. los órganos sensoriales receptores de las modificaciones del medio (externo o interno); y, b. las respuestas que

⁷ weinberg & Gould, 1996

sucedan a los estímulos captados. En líneas generales, las respuestas de los organismos inferiores son mucho más simples que las de los organismos superiores; pero en ambos casos, constituyen siempre unidades de acción sobre el medio. A esas unidades de respuesta que actúan sobre el medio, las llamamos comportamientos.

La Biología comprueba que todos los organismos vivos modifican sus dimensiones a lo largo de la vida, y sobre esa constatación se basa la concepción de crecimiento la actividad física sistemática influye favorablemente sobre el crecimiento humano; el crecimiento osteomuscular precisa del movimiento para alcanzar sus máximas posibilidades potenciales; la maduración del sistema nervioso se ve potenciada por el ejercicio motor; y lo mismo sucede con las grandes estructuras responsables de las funciones vitales (miles de trabajos científicos hablan de la necesaria influencia de la motricidad en el desarrollo cardio/pulmonar). Pero es obvio también que la producción de movimientos cada vez más amplios y coordinados dependerá a su vez del crecimiento óseo, del desarrollo muscular y ligamentario, y de la maduración del sistema nervioso; mientras que la posibilidad de realizarlos continuamente en el tiempo soportando la fatiga, va a estar determinada por el desarrollo pulmonar y cardíaco.

3.5.4 AMBITO LABORAL

Su campo de acción está dividido en dos en el área curricular que corresponde al plan de estudios que se aplica en la clase de educación física y que constituye la base de todo proceso de formación y proyección educativa y por otro lado está el área extracurricular es cualquier actividad que está fuera del plan educativo y que se rige por programas específicos, ejemplo actividades extra aulas , campeonatos deportivos, entrenamientos etc.

En este ámbito el profesor muestra su capacidad pedagógica su creatividad en la ejecución primero de su planificación y luego en la práctica de sus actividades.

3.6 BENEFICIOS QUE OBTIENE EL ESTUDIANTE AL REALIZAR DOS VECES A LA SEMANA LA CLASE DE EDUCACION FISICA

En el sector publico la clase de educación física a evolucionado ya que las clases son más divertidas y favoritas en la comunidad educativa, los alumnos liberan estrés provocado de estar en cuatro paredes y sentados durante 3 horas diarias, la experiencia de la realización de ejercicios les ayuda a segregarse cada una de las sustancias que el cuerpo segrega al momento de realizar ejercicio y así mejorar su estado de ánimo entre otras cosas.

3.6.1 EN EL DESARROLLO.

La práctica de la actividad física y el deporte en edades tempranas es de gran importancia para el buen desarrollo del niño tanto en el aspecto físico como en el afectivo, social y cognoscitivo ya que a través del movimiento y los juegos motores tendrá nuevas experiencias. Le ayuda a que su cuerpo trabaje y se desarrolle en todos los aspectos muscularmente mejore sus capacidades físicas oxigene mas su cuerpo y esto le permita su cerebro mejorar su memoria, concentración y sus habilidades intelectuales, se desarrolla en todos los aspectos como por ejemplo el social ya que la convivencia el trabajo grupal permite desarrollar valores y formar amistades

3.6.2 EN LAS CAPACIDADES

La educación física se basa en desarrollar capacidades como la percepción espacial, la percepción espacio-temporal, la coordinación ojo-mano, pie, la agilidad, el equilibrio y el dominio segmentario, se ponen en contacto con nuevos lenguajes como el corporal; a nivel social, el niño, aprenderá a desempeñar diferentes roles en el grupo, lo cual le formará socialmente, aprenderá a asumir ciertas responsabilidades así como a comprender normas establecidas, vivenciará situaciones de nuevos sentimientos, comprendiendo asumiendo y superando los diferentes retos y sus posibles éxitos o fracasos, se puede decir que la actividad física ayuda a que el niño se forme psíquica y socialmente.

3.6.3 EN EL ASPECTO FÍSICO Y PSICOMOTOR

También son muy importantes los beneficios aportados a niveles físicos y psicomotor, a través del movimiento del cuerpo y de sus segmentos, así como del control y manipulación de objetos. Está admitido que tiene efectos favorecedores en el proceso de crecimiento debido a que el ejercicio aporta factores estimuladores sobre el tejido óseo y muscular. Por el contrario se ha observado que largos períodos de inactividad, como en el caso de astronautas o personas que por enfermedad o lesión han pasado por largos períodos de inactividad, tienen desequilibrios en la composición ósea y atrofas en los músculos. Las presiones a las que se someten los cartílagos debido a la gravedad, el peso corporal y las acciones musculares permiten un crecimiento óseo óptimo.⁸

3.7 LOS BENEFICIOS DEL EJERCICIO

. Los niños que se mantienen activos tendrán:

- Músculos y huesos más fuertes
- Un cuerpo más delgado, ya que el ejercicio ayuda a controlar la grasa en el cuerpo
- Menos probabilidades de tener sobrepeso
- Menor riesgo de tener diabetes tipo 2
- Presión arterial y niveles de colesterol en sangre probablemente más bajos
- Una mejor actitud ante la vida

Además de disfrutar los beneficios que la práctica regular de ejercicio aporta a la salud, los niños que tienen buen estado físico duermen mejor y pueden enfrentar los desafíos físicos y emocionales con mayor eficacia (desde correr para alcanzar un autobús hasta estudiar para un examen).⁹

⁸ Galeón 2003

⁹ KidsHealth 1995-2016

Pero para los niños, hacer ejercicio significa jugar y mantenerse físicamente activos. Los niños hacen ejercicio cuando tienen clase de Educación física en la escuela, cuando practican fútbol o cuando tienen clase de baile. También hacen ejercicio cuando están en el recreo, andan en bicicleta o juegan a la mancha.

Cabe mencionar que el profesor de educación física en la clase de educación física debe tener límites máximos permitidos, utilizar posiciones y ejecuciones adecuadas con cargas no excesivas ya que podría tener efectos negativos, por ello es muy importante que el deporte infantil y la actividad física de base sean impartidos por, educadores, entrenadores, etc. suficientemente formados y especializados que sean capaces de adaptar la actividad física, el deporte y los juegos a las necesidades y capacidades de cada edad y de cada individuo, evitando así caer en posibles errores que puedan interferir negativamente en el desarrollo y crecimiento del niño o causarle lesiones o malformaciones que posteriormente tendrán difícil corrección.

3.8 ¿QUÉ ES EL HABITO?

En la “Ética a Nicómaco”, [Aristóteles](#) define los hábitos como aquello en virtud de lo cual nos comportamos bien o mal respecto de las pasiones. El hábito predispone a un sujeto para la realización perfecta de una tarea o actividad. En la medida en que la naturaleza predispone también a un sujeto (puesto que le da inclinaciones) la tradición habla de los hábitos como de segundas naturalezas.¹⁰

¹⁰ ARISTOTELES

3.8.1 HABITOS SALUDABLES

Son los patrones o conductas que tienen especial interés en el ámbito de la salud, especialmente en los niños, ya que en las edades es donde se puede iniciar la adquisición de ellos y de esos dependerá tener una vida saludable.

3.8.2 ALIMENTACIÓN ADECUADA

Es necesaria una nutrición adecuada y equilibrada en la niñez ya que este es un factor que determina la energía, la capacidad de un niño en la realización de ejercicios.

La actividad física constante requiere un gasto energético mayor, es necesaria una ingesta de alimentos como carbohidratos, grasas saludables y carnes blancas, lácteos.

Para formar hábitos saludables en los niños empezando por una alimentación adecuada es necesario educar al adulto responsable en este caso los padres, el modificar hábitos alimenticios para una mejor nutrición; también es necesario que los establecimientos educativos busquen alimentos adecuados y vitaminados en las refacciones que se les dan y además vigilar que las tiendas escolares vendan alimentos nutritivos y no alimentos como la comida chatarra.

3.8.3 HIDRATACION ADECUADA

José M. López Rodríguez en su artículo publicado en la revista digital #73 menciona que la hidratación es un factor a tener en cuenta sobre todo a la realización de actividades físicas y en condiciones climatológicas adversas.¹¹

La hidratación juega un papel muy importante en la adquisición del hábito del ejercicio ya que el agua se desecha en el sudor y es importante mantener el cuerpo

¹¹ López revista digital #73

hidratada para mantener una rutina de ejercicio sin ningún problema de salud. Cabe mencionar que se deben tomar 2 litros de agua al día.

Fomentar la hidratación adecuada y saludable en los niños comienza en casa, no obstante en la clase de educación física podemos lograrlo a través de formar a los niños en que cuando salgan a la clase de E.F lleven pachmento de agua pura y darles sus momentos o tiempo de hidratación antes durante y después en la práctica de la clase y de esta manera podemos empezar a formar el hábito.

3.8.4 FACTORES CLIMATICOS

Dentro de los factores climáticos se debe de considerar los siguientes aspectos como son la temperatura, humedad e incluso la presión atmosférica mas adecuad más adecuada para la realización de la actividad física (Ramos 1997).¹²

El horario adecuado para realizar actividades física dependerá del clima aunque los expertos recomiendan que se realice antes de las 10 de la mañana y después de las 3 de la tarde, ya que entre esas horas el sol es más intenso y en espacios no techados puede provocar insolación quemaduras etc., y en espacios cerrados baja o alta presión entre otros.

En la clase de Educación física el docente tiene que adecuarse al clima y estar preparado para actividades en donde el clima llegue afectar su planificación.

¹² Ramos 1997

IV. MARCO OPERATIVO

4.1 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Se utilizó un diseño del método científico que nos ayudó a realizarlo de una manera sistemática empezando por la observación para ver el problema de la escuela, el test se realizó con los procedimientos de selección múltiple, recibió la revisión del asesor como la autoridad máxima de la escuela en este caso la directora en donde los participantes respondieron de acuerdo a los ítems de cada uno de los instrumentos que se aplicaron en este caso la observación y la entrevista por medio de una muestra aleatoria.

4.2 EQUIPO DE INVESTIGACIÓN

Estuvo compuesto por la maestra de educación física Dilma Gómez como investigadora y los entrevistados los alumnos de la escuela de primaria Guardia de honor. Y compañeros Maestros.

4.3 PRESUPUESTO

Plan de internet	Q. 175.00
Impresiones de Encuestas	Q. 10.00
Fotocopia de las encuestas	Q. 15.00
Impresión de la sistematización	Q. 60.00
Total.	Q. 260.00

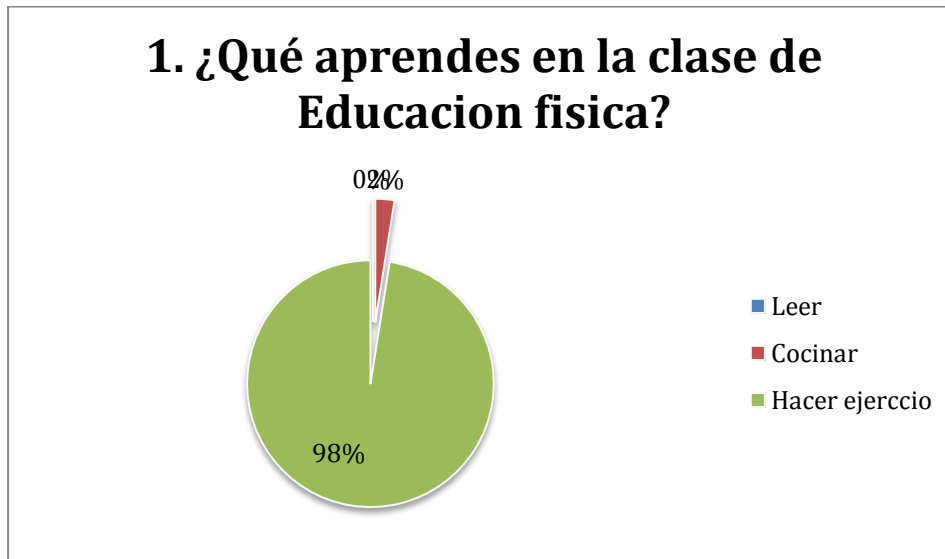
V. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

5.1 ANÁLISIS DE DATOS

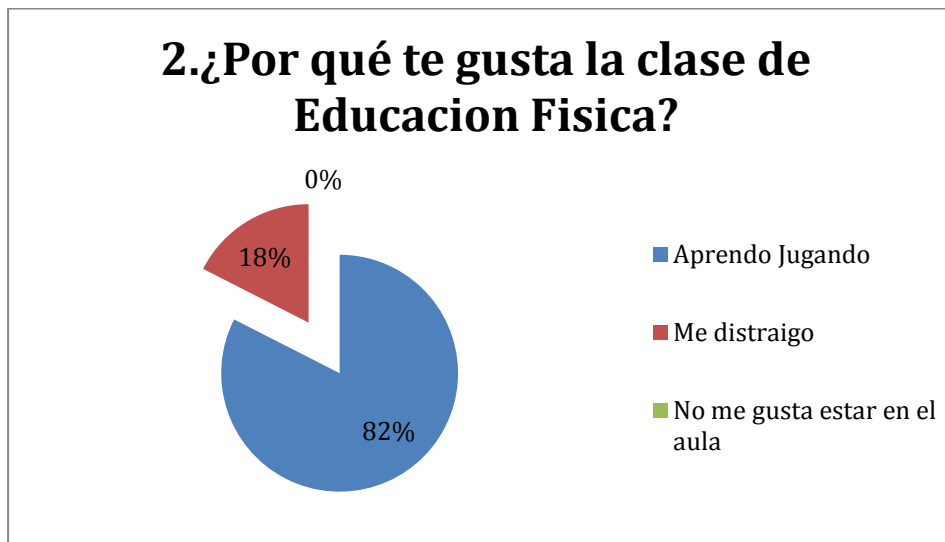
La investigación realizada nos indico que un 68% de los estudiantes piensa que el rol de educación física es educar al cuerpo, se nota que los niños tienen menos valores morales que los niños y la mayoría cree que el hacer educación física les hara verse mejor y con mas músculos, pero al mismo tiempo marca la necesidad que los niños tiene de hacer educación física, en el caso de los docentes es lamentable pero la mayoría cree que la educación física ayuda al niño a mejorara sus capacidades motrices gruesa pero que no es un a educación si no algo que los distrae y que simplemente es necesario para mejorar su salud de cierta manera es mas marcado en maestras en edades de 45 en adelante compañeras mas jóvenes si creen que es una educación y que ayuda al niño no solo en salud si no que en todo.

5.2 INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS ALUMNOS

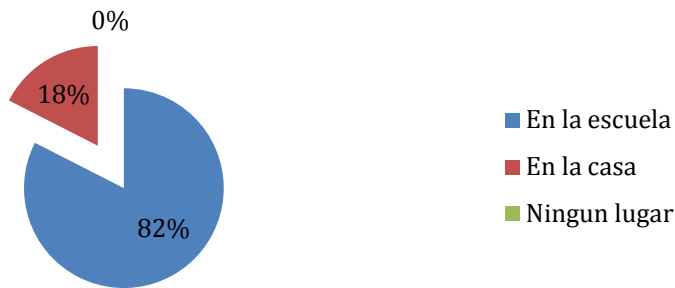


El 98% de la población estudiantil indica que aprende hacer ejercicios en la clase de educación física y el 1% a cocinar.



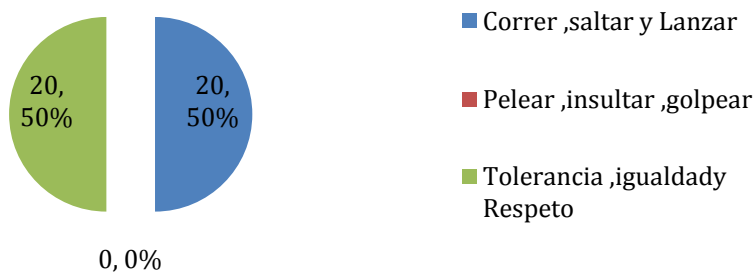
El 82% de la población estudiantil indica que le gusta la clase de educación porque aprende jugando, el 18% por que se distrae.

3.¿En qué momento pones en practica lo realizas en la clase de educacion fisica?



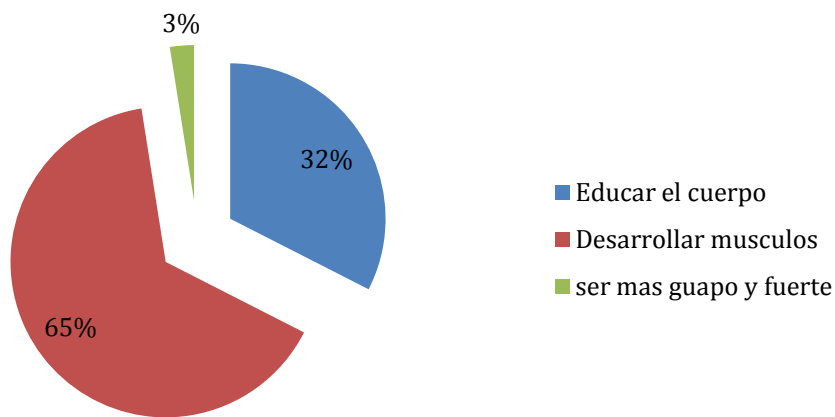
El 82% de los Alumnos indican que ponen en práctica lo aprendido en la clase de Educación Física dentro de la escuela, y el 18% en su casa

4.¿Conoces que valores morales se trabajan en la clase de Educacion fisica?



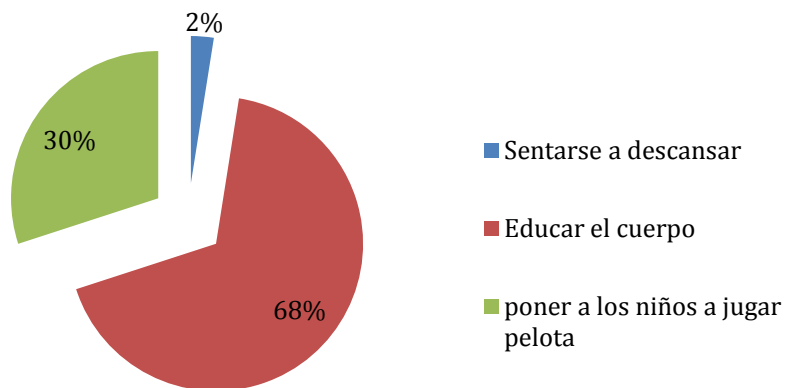
El 20.5% de los alumnos indican que trabajan valores morales como, tolerancia, igualdad y respeto dentro de la clase de educación física y el otro 20.5% consideran que los valores que se trabajan son correr, saltar y lanzar. Ademas marca la falta de valores del sexo masculino ya que la mayoría de ellos respondieron que correr y saltar es un valor

5. ¿Conoces cual es la importancia de la clase de Educacion Fisica?



El 65% de los alumnos piensa que la importancia de la clase de educación física es desarrollar músculos, el 32% educar el cuerpo y el 3% ser más guapo y fuerte.

6.¿Conoces cual es el Rol del Profesor de educacion fisica?



El 68% de los alumnos piensa que el rol del Profesor de Educación física es Educar el cuerpo, el 30% poner a los niños a jugar pelota y el 2% sentarse a descansar.

7. ¿Cómo imparte el maestro de Educación Física la clase?

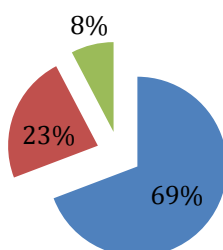


El 95% de la población estudiantil indica que el maestro de Educación física imparte su clase, trabajando con ellos y dando el ejemplo, el 5% solo lo pone a jugar. Esta grafica me impacto y al mismo tiempo , lleno de orgullo y satisfacción ya que el cambio en la educación física se está dando que el maestro interactué y no solo dirija.

ENCUESTA A MAESTROS

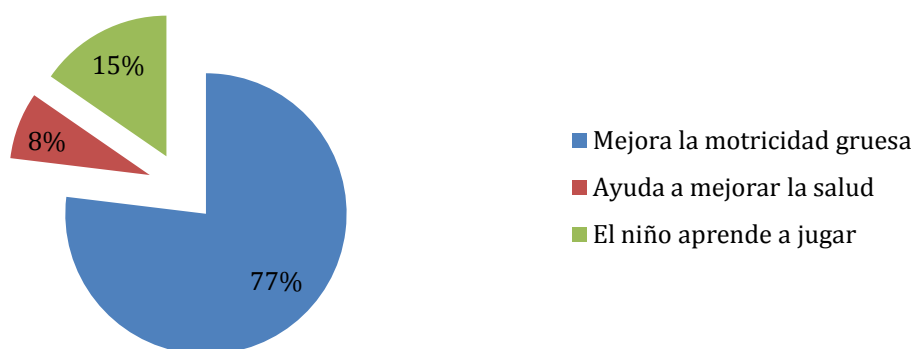
¿Por qué es importante el rol del maestro de educación física?

- Para la formación integral de los estudiantes
- Para mejorar la salud
- Para que los niños se mantengan activos



El 69% del claustro de maestros indica que el rol del maestro es importante para la formación integral de los estudiantes, mientras que el 23 % piensa que es para la mejora de la salud y el 8% cree que el rol del MEF es para que los niños se mantengan

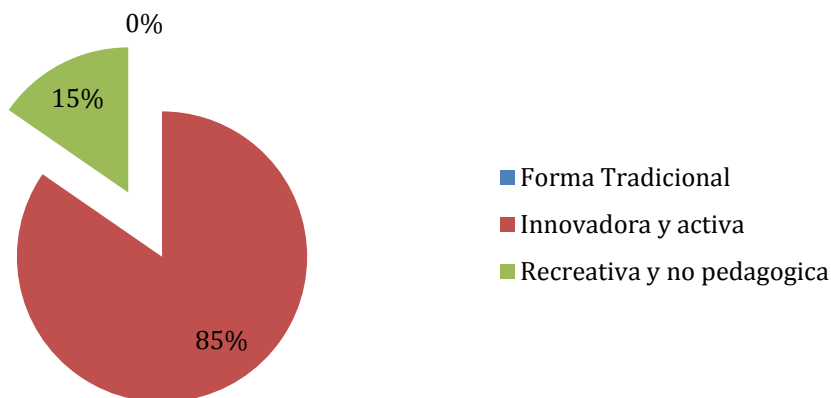
2. ¿Conoce cual es la importancia de la clase de Educación física en el proceso educativo del estudiante?



activo

El 77% del claustro de maestro afirma que la importancia de la clase de educación física es , mejorar la motricidad gruesa, el 15% que el niño aprenda a jugar y el 8% ayudar a mejorar la salud.

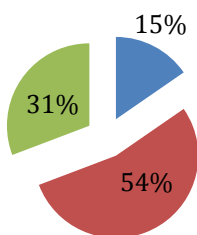
3. ¿ Conoce la forma en el maestro de Educación Física imparte su clase?



El 85% de los maestros piensa que la forma que imparte la clase Maestro educación física es Innovadora y activa, y el 15% piensa que es recreativa y no pedagógica.

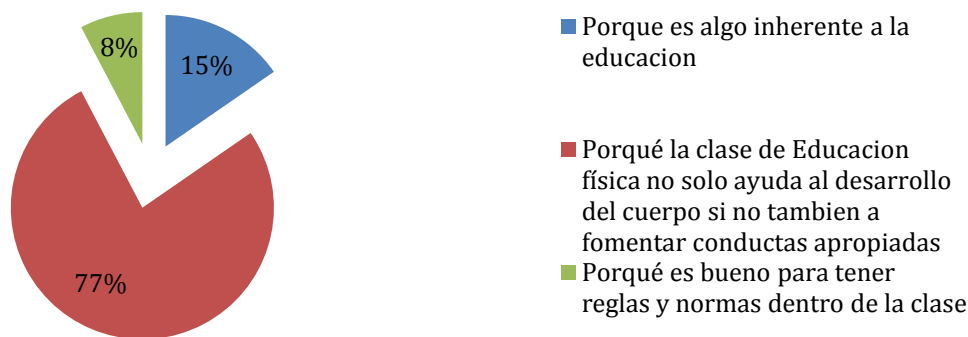
4. ¿Por qué considera que es importante que los estudiantes reciban la clase de educación física?

■ Porque les ayuda a disminuir el estrés ■ Es beneficioso para su salud
■ Porqué es parte del curriculum



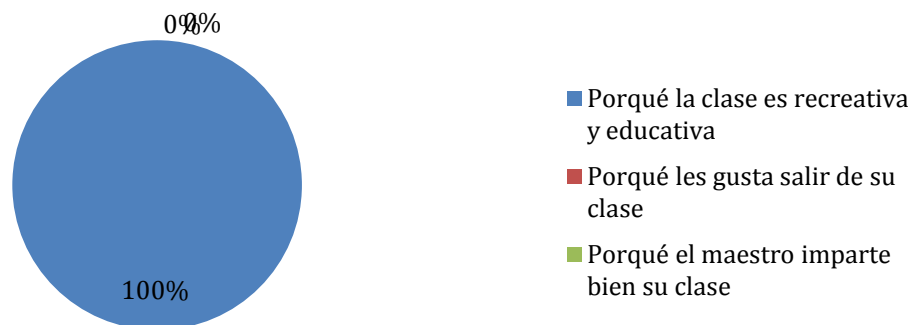
El 54 % de los maestros considera que es importante que los estudiantes reciban la clase de educación física porque es beneficioso para su salud, el 31% porque es parte del currículum y el 15% porque les ayuda a disminuir el estrés.

5. ¿Considera usted que es apropiado que el maestro de educación física implemente valores morales dentro de la clase de educación física?



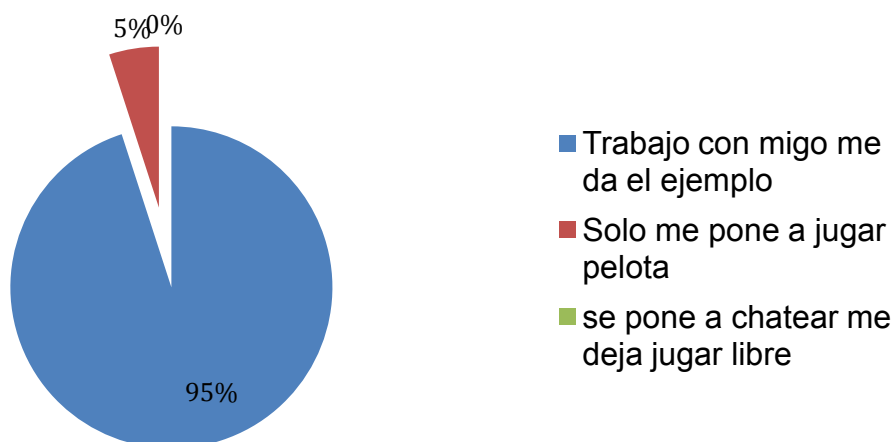
El 77% del claustro que es importante los valores en la clase de educación física porque la clase no solo ayuda al desarrollo del cuerpo si no también a fomentar conductas apropiadas, el 15% porque es algo inherente a la salud y el 8% porque es bueno para tener normas y leyes dentro de la clase.

6. ¿Conoce el porqué la clase educación física es muy demandante en los alumnos?



El 100% del claustro de maestros piensa que la clase de educación es muy demandante por los alumnos porque la clase es recreativa y educativa.

7. ¿Cómo imparte el maestro de Educación Física la clase?



El 95% de la población estudiantil indica que el maestro de Educación física imparte su clase, trabajando con ellos y dando el ejemplo, el 5% solo lo pone a jugar.

VI. CONCLUSIONES

1. El maestro de educación física tiene un arduo trabajo a su cargo tiene en sus manos el moldear vidas por medio de su rol a través de la actividad física.
2. La práctica constante de la actividad física mejora al estudiante en su motricidad ayuda a que su cerebro oxigene mas y por lo tanto mejora sus capacidades intelectuales como la memoria la atención.
3. La forma que un Profesor de educación física interactúa con sus estudiantes puede tener un impacto positivo o negativo en la vida de sus alumnos.
4. La actividad física permite la reducción de emociones que se activan por estrés, como la ansiedad, además por medio de ella el alumno puede mejorar su rendimiento académico.
5. Los beneficios que la práctica regular de ejercicio aporta a la salud son muy importantes ya que los niños que tienen buen estado físico duermen mejor y pueden enfrentar los desafíos físicos y emocionales con mayor eficacia.

VII. RECOMENDACIONES

1. Es importante llevar a cabo evaluaciones constantes de motricidad sobre los alcances que han tenido los estudiantes desde que comenzaron hacer actividad física más veces a la semana.
2. Que el profesor de educación física por medio de su rol socializador realice un plan para que mejore la práctica de valores en los alumnos del sexo masculino.
3. Dar a conocer la importancia de la hidratación y la buena nutrición en la actividad física por medio de escuelas de padres.
4. Es importante que el profesor de educación física trabaje en el mayor porcentaje de su tiempo la práctica motriz utilizando su papel de mediador para que se pueda tener una clase más efectiva.
5. Es importante que el profesor de educación física muestre confianza a sus alumnos pero sin olvidarse del respeto alumno maestro.

BIBLIOGRAFÍA

Blázquez, D. (1995). A modo de Introducción. En Blázquez, D. *La iniciación deportiva*. Barcelona: Inde.

Calvo, J.A. Morillas Pedreño, M. y García Cantó, E. (2009) Las pérdidas de tiempo en las clases de Educación Física del segundo ciclo de la educación secundaria obligatoria. *EFDeportes.com*,

Revista Digital. Buenos Aires, N° 135. García Cantó, E. Calvo, J.A. y Morillas Pedreño, M. (2010) Las pérdidas de tiempo en las clases de Educación Física del tercer ciclo de educación primaria

. *EFDeportes.com*, *Revista Digital*. Buenos Aires, N° 141. López Pastor, Monjas Aguado y Pérez Brunicardi (2003) “*Buscando alternativas a la forma de entender y practicar la EF escolar*”. Inde. Barcelona.

Mosston, Muska y Ashworth, Sara (2001) “*La enseñanza de la educación física: la reforma de los estilos de enseñanza*”. Hispano Europea.

Sánchez Limón, D. (2007) Medidas para la optimización del tiempo de práctica en las clases de Educación Física. *EFDeportes.com*, *Revista Digital*. Buenos Aires, N° 113

Sicilia Camacho, A. y Delgado Noguera (2002) “*EF y estilos de enseñanza*”. Inde. Barcelona.

Siedentop, Daryl (1999) “*Aprender a enseñar educación física*”. INDE. Barcelona.

Travieso García, C.J. y Pavón Ramírez, J.E. (2006) Valoración de la utilización del tiempo en las clases de Educación Física de tercer grado en el municipio Las Tunas . *EFDeportes.com*, *Revista Digital*. Buenos Aires, N° 100.

http://digef.edu.gt/wp/?page_id=22 Epistemología de la educación física 2008

<http://edufisicaguatemala2008.blogspot.com/2008/11/la-direccin-general-de-educacin-fsica.html>

<http://juancamef.blogspot.com/2008/10/el-perfil-profesional-del-profesora-de.html> Revista digital Educación y Deporte N° 7, noviembre de 2008.

<http://redsalud.uc.cl/ucchristus/MS/RevistaSaludUC/deportes-y-vida-sana/salud-mental-deporte.act>

<http://wikiguatemala.com.gt/clima-de-guatemala/>

<http://www.buenastareas.com/ensayos/Ensayo-Del-Desarrollo-Integral-Del-Ni%C3%B1o/1102789.html>

<http://www.efdeportes.com/efd54/efbio.htm>

http://www.ehowenespanol.com/beneficios-fisicos-sociales-emocionales-intelectuales-del-esparcimiento-aire-libre-info_139092/

http://www.ehowenespanol.com/problemas-sociales-afectan-estudiantes-escuelas-info_178816/

<http://www.elcaribe.com.do/2013/03/19/importancia-del-juego-desarrollo-integral-del-nino>

<http://www.rieoei.org/deloslectores/2663Renzi.pdf>

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2278408>

https://es.wikipedia.org/wiki/Psicolog%C3%ADa_del_deporte

- **Anexos**

9.1 Glosario

1. **Impacto** impresión emocional intensa que causa un determinado hecho o su difusión
2. **Ámbitos** son parámetros que nos ayudan delimitar el área que está contenida o comprendida dentro de ciertos límites.
3. **Calistenia** es un sistema de ejercicio físico en el cual el interés está en los movimientos de grupos musculares , más que en la potencia y el esfuerzo.
4. **Practica Motriz** es un marco de integración y de participación activa que potencia las relaciones e interacciones con los demás.
5. **Tiempo Motor** es el tiempo de participación motriz (en movimiento) del alumno en actividades directamente relacionadas con los objetivos puestos.
6. **Protagonista** persona o cosa que desempeña el papel principal en una un hecho o acontecimiento.
7. **Mediador** es un mecanismo de resolución de conflictos en el cual un tercero imparcial busca facilitar la comunicación para que las partes por sí mismas sean capaces de resolver un conflicto.
8. **Acciones Concretas** es una acción real efectiva y específica.
9. **Condiciones climatológicas** es la agrupación de fenómenos meteorológicos (temperatura humedad presión atmosférica precipitaciones y vientos).

9.2 INSTRUMENTOS

ENCUESTA DIRIGIDA A MAESTROS

Nombre del establecimiento: _____ Nivel: _____
Jornada: _____ Grado que imparte: _____ Edad: _____ sexo F M

Indicaciones: A continuación encontrará una serie de preguntas con tres posibles respuestas, subraye la que considere correcta.

1. ¿Por qué es importante el rol del maestro de educación física?

- Para la formación integral del estudiante
- Para mejorar la salud
- Para que los niños se mantengan activos

1. Conoce ¿cuál es la importancia de la clase de educación física en el proceso educativo del estudiante?

- Mejora la motricidad gruesa en el estudiante
- Ayuda a mejorar su salud
- El niño aprende a jugar

2. Conoce la forma en que el maestro de educación física imparte su clase?

- Forma tradicional
- Innovadora y activa
- Recreativa y no pedagógica

3. ¿Porque considera que es importante que los estudiantes reciban la clase de educación física?

- Por qué ayuda a disminuir el estrés
- Es beneficioso para su salud
- Porque es parte del currículo

4. Considera usted que es apropiado que el maestro de educación física implemente valores morales dentro de la clase de educación física
Porque es algo inherente a la educación

Porque la clase de educación física no solo ayuda al desarrollo del cuerpo sino también a fomentar conductas apropiadas

Porque es bueno para tener reglas y normas dentro de la clase

5. Conoce el del por qué la clase de educación física es muy demandante en los alumnos
Porque la clase es recreativa y educativa

Porque les gusta salir de su clase

Porque el maestro imparte bien su clase

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES

Nombre del establecimiento: _____ Nivel _____

Jornada: _____ Grado: _____ Edad: _____

Sexo: F M

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

1. ¿Qué aprendes en la clase de educación física?

a) A leer
ejercicios

b) a cocinar

c) hacer

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

a) Aprendo jugando

b) me distraigo

c) no me gusta estar en
el aula.

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

a) En la escuela

b) En la casa

c) Ningún Lugar

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

a) Correr, saltar, lanzar

b) pelear, insultar,
Golpear

c) Tolerancia, Igualdad
Respeto

5. ¿Conoces cuál es la importancia de la clase de Educación Física?

a) Educar el cuerpo

b) desarrollar músculos

c) ser más guapo (a)

fuerte

y

6. ¿Conoces cuál es el Rol del profesor de Educación Física?

a) sentarse a descansar

c) Educar al cuerpo

d) poner a los niños (as)

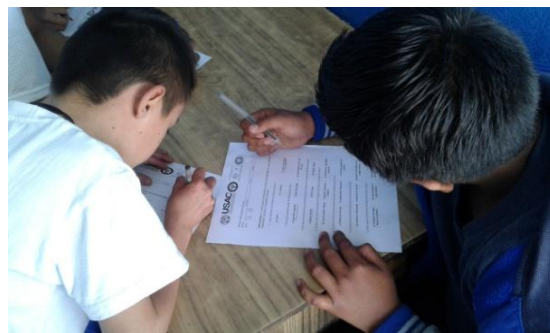
pelota

a jugar

7-¿Cómo imparte el maestro de Educación Física la clase?

- | | | |
|---------------------|-------------------|--------------------|
| a) Trabaja con migo | b) solo me pone a | c) se pone a . . . |
| chatear | | |
| me da el ejemplo | jugar pelota | me deja |
| jugar | | Libre |

FOTOGRAFIAS



9.3 PROGRAMA DE DOCENCIA

NOMBRE DE LA PROPUESTA

TALLER

“IMPORTANCIA DE LA PRÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA “

1. Resumen Ejecutivo

El proyecto la importancia y la educación física escolar, se basa en dar a conocer al claustro de maestros y director de la Escuela Oficial urbana Mixta Guardia de Honor, el valor de la educación física, importancia de la convivencia valores y principios familiares, los beneficios de la clase de Educación Física y los medios de la educación Física. El taller tiene una parte teoría y una práctica en donde los participantes conocerán la teoría sobre la Educación Física, realizarán actividades recreativas para lograr una asimilación en su totalidad sobre la misma.

2. Justificación:

La educación física es importante en el proceso del desarrollo del ser humano, esta es una acción inherente al proceso pedagógico porque por medio de ella se garantiza el movimiento humano como medio de la educación activa y se enfatiza en el mejoramiento de la salud, en la practica de valores y en el mejoramiento de sus capacidades físicas y en algunos momentos intelectuales.

El taller es de gran importancia ya que en las encuestas podemos verificar que los docentes aún tienen dudas sobre la importancia que tiene la educación física creyendo que es una materia que esta hecha para recrear y no para educar, o para volverlos músculos , todo, la importancia que tiene la educación física en el desarrollo de sus hijos, la reafirmación de valores, los medios que esta especialidad utiliza.

El taller viene a beneficiar la comunicación con el docente de aula, y romper el paradigma de que la clase solo los recrea y que no los beneficia en nada así ellos tendrán conocimiento de la clase de educación física, motivando al cuerpo estudiantil para que realicen de una manera adecuada la práctica y así lograr mejores resultados.

3. Objetivo General

Promover la importancia de la Educación física con el claustro de docentes, y dar a conocer los beneficios que obtiene el alumno tanto dentro como fuera del aula en la práctica constante de la clase de Educación Física de calidad.

4. Objetivos Específicos

- Analizar los beneficios de la educación física en edad escolar y cómo influye en el desarrollo integral de niño
- A través de la práctica concientizar al maestro los beneficios que se obtiene a realizar actividades física.
- Identificar los valores que se transmiten por medio de la clase de Educación Física y que cambios conductuales aportan a los niños.

5. Lugar y Fecha:

Escuela Oficial Urbana Mixta Guardia de Honor, jornada matutina colonia Enriqueta zona 5 de Villa Nueva 4 de marzo del 2016.

6. Población objetiva:

Directora, Maestros y Maestras de la Escuela Oficial Urbana Mixta Guardia de Honor jornada matutina.

7. Participantes:

Directora, Maestros y Maestras.

8. Metodología a Utilizar:

- Orden Explicativo
- Apoyo de PowerPoint
- Actividades recreativas con fines educativos

9. Desarrollo Temático

10.

ROL DEL MAESTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA

El rol de profesor de Educación Física ha de ir evolucionando y adaptándose a los cambios que se producen en la sociedad a los interés y necesidades de nuestros estudiantes a las nuevas tendencias por donde discurre la enseñanza a los contenidos del área de Educación Física, esta variedad de contenidos exige de un profesorado activo investigativo, innovador, diseñador, desinhibido, animador, el docente debe ser una persona activa dinamizador de todas las actividades en el centro educativo, no solo de las relacionadas con actividad física y la salud, ha de investigar sobre los aspectos que rodean a la función educadora estar al día de las nuevas corrientes y tendencias de la educación en general pero sobre todo de la educación física.

Debe ser capaz de diseñar sus programaciones unidades didácticas y sesiones desde una vértice investigativa: planteando, comprobando y rediseñando, intentar nuevas secuencias de aprendizaje, utilizar nuevas estrategias.

Savater, F. (1997). El valor de educar. Barcelona: Ariel Ed. Todos los buenos maestros tienen el objetivo de formar individuos capaces de prescindir de su auxilio, de caminar por sí mismos, de olvidar a quienes le enseñaron, de conseguir individuos auténticamente libres, la cultura no es algo para consumir sino para asumir.

EL ROL DEL ESTUDIANTE:

Según Piaget el estudiante debe:

- Participar activamente en las actividades propuestas
- Proponer y defender ideas
- Aceptar e integrar las ideas de otros
- Preguntar a otros para comprender y clarificar
- Proponer soluciones
- Escuchar tanto a sus compañeros como al maestro o facilitador.
- Brindar un papel activo en el proceso educativo.
-

Definición de Educación Física:

Forma destinada a desarrollar la capacidad intelectual, moral, física, motriz y afectiva de las personas de acuerdo con la cultura y las normas de convivencia de la sociedad a la que pertenecen.

Beneficios de la clase de Educación Física:

- Contribuir al desarrollo y crecimiento sano de los alumnos
- Destacar el valor que posee la actividad física y el ejercicio moderado y frecuente.
- Favorecer la confianza y la auto-estima en los alumnos cuando realizan actividad física.
- Proporcionar el conocimiento teórico y práctico básico sobre las relaciones entre el ejercicio físico y la salud que les capacite para la elaboración de su propio programa.
- Favorecer la conciencia crítica en los alumnos sobre las relaciones míticas entre ejercicio y salud y los intereses y desigualdades que pueden existir en los programas y servicios de oferta social.
- Presenta una amplia gama de actividades que ofrecen la oportunidad de participación a la totalidad de alumnos.
- Facilita la práctica positiva y satisfactoria, así como el papel activo de los alumnos en su proceso de aprendizaje (toma de decisiones)
- Toma en cuenta las limitaciones y características particulares de los alumnos.
- Realiza el deporte bajo un contexto recreativo y no competitivo.
- El objetivo es que cada alumno trabaje el máximo tiempo de aprendizaje.

Tiempo previsto

Es de 40 a 45 minutos por semana Pero en realidad es de aproximadamente 40 minutos. Con lo que nosotros debemos concientizar o aumentar el interés del alumnado por la práctica del deporte. Se queda en 30 porque hemos de considerar

el tiempo para cambiarse (5-6 minutos) y la explicación de los ejercicios (5-6 minutos).

Beneficios que obtiene el estudiante al realizar dos veces por semana Educación física.

En la comunidad educativa los alumnos liberan estrés provocado de estar en cuatro paredes y sentados durante 3 horas diarias, la experiencia de la realización de ejercicios les ayuda a segregar cada una de las sustancias que el cuerpo segrega al momento de realizar ejercicio

En el Desarrollo

La práctica de la actividad física y el deporte en edades tempranas es de gran importancia para el buen desarrollo del niño tanto en el aspecto físico como en el afectivo, social y cognoscitivo

En sus capacidades

La educación física se basa en desarrollar capacidades como la percepción espacial, la percepción espacio-temporal, la coordinación ojo-mano, pie, la agilidad, el equilibrio y el dominio segmentario, se ponen en contacto con nuevos lenguajes como el corporal; a nivel social, el niño, aprenderá a desempeñar diferentes roles en el grupo, lo cual le formará socialmente, aprenderá a asumir ciertas responsabilidades así como a comprender normas establecidas

En el aspecto físico y psicomotor

También son muy importantes los beneficios aportados a niveles físicos y psicomotor, a través del movimiento del cuerpo y de sus segmentos, así como del control y manipulación de objetos. Está admitido que tiene efectos favorecedores en el

proceso de crecimiento debido a que el ejercicio aporta factores estimuladores sobre el tejido óseo y muscular

LOS BENEFICIOS DEL EJERCICIO

. Los niños que se mantienen activos tendrán:

- Músculos y huesos más fuertes
- Un cuerpo más delgado, ya que el ejercicio ayuda a controlar la grasa en el cuerpo
- Menos probabilidades de tener sobrepeso
- Menor riesgo de tener diabetes tipo 2
- Presión arterial y niveles de colesterol en sangre probablemente más bajos

Cronograma de la Actividad.

ACTIVIDAD	Metodología	Cronograma
Taller sobre la educación infantil y la educación física de calidad	<ul style="list-style-type: none"> • Orden Explicativo • Recreativo practico 	<ul style="list-style-type: none"> • 8:00am a 10:00 Teórico. • 10:00 a 10:30 refacción • 10:30 a 11:00 dramatización sobre la manera correcta he incorrecta de educar a los niños. • 11:00 a 12:00 actividades recreativas en las que el docente debe identificar los valores y beneficios de la educación física

11.RECURSOS

	Recursos	Cantidades			Costos
1	Humanos	18 participantes	1hombre	17 mujeres	
2	Laptop	1			
3	Cañonera	1			
4	Bocinas	2			
5	hojas de papel bond	100			Q 10.00
6	Impresiones de diplomas	18			Q 57.00
7	Refacciones	18	tostadas, chuchito	Agua pura, fresco natural	Q 100.00
8	Aros	50			
9	Conos	20			
10	Cuerdas	40			
11	Pelotas tenis	40		Total:	Q217.00

12.PRODUCTO ESPERADO

Que comprendan la importancia que tiene la educación infantil como base del desarrollo intelectual y la importancia de la Educación Física de calidad, así mismo la unión entre docentes.

13.COBERTURA

Población Educativa de la Escuela Oficial Urbana Mixta Guardia de Honor jornada matutina.

14.IMPACTO

Que se logre concientizar al docente sobre la gran importancia que tiene la educación infantil para hacer un llamado a los padres de familia y así mejorar el proceso educativo, así mismo cambiar ideologías erróneas sobre la clase de Educación Física, además beneficiar a la población Educativa, logrando que adquieran por medio de la clase de Educación Física el desarrollo de habilidades motrices, que adquieran la actividad física como parte de la vida diaria, erradicando el sedentarismo, consiguiendo que el educando consiga una salud adecuada ya que la mayor parte del cuerpo docente no practica ninguna clase de actividad física.

Aspectos a Evaluar	Siempre 5pts	Casi siempre 4pts.	Algunas veces 3pts.	Raramente 2.pts	Nunca 1pto.
La presentación muestra lógica y coherencia.					
Se deja en claro la importancia de la educación infantil.					
Se deja en claro los problemas de violencia que se pueden presentar en el establecimiento.					
Se manifiesta dentro del taller cuales son los valores que se trabajan dentro de la clase de Educación Física.					
El profesor de Educación Física detalla con claridad y un vocabulario apropiado al tema que está trabajando en					

6	Denota esfuerzo y dedicación en la realización del trabajo.					
7	Incluye comentarios en donde se evidencia la aplicación de la educación Física en la vida cotidiana.					
8	Trasmite el valor que tiene la clase de Educación Física en el proceso educativo.					
9	El conocimiento del profesor en el área de la Educación Física es ampli.					
10	El taller proporciono temas actualizados, interesantes y activos.					

15. Evaluación de los Participantes hacia el expositor

16. Logros Esperados

- Mejorar la comunicación entre profesores de Educación Física, maestros y Directora del establecimiento.
- Que el director y los docentes promuevan la importancia que tiene la educación infantil para mejorar el proceso del desarrollo académico y social del estudiante.
- Que el director y los profesores promuevan la clase de educación Física para que se pierda la apatía a la clase, dando a conocer los beneficios a los niños desde dos puntos, dentro del aula y fuera del aula.
- Que la clase de Educación Física sea parte importante en el desarrollo social y educativo del estudiante.
- Que se comprendan los beneficios de la clase de Educación Física.
- Que se pierdan las malas ideologías acerca de la clase de Educación Física y sobre el maestro.
- Que el rol del profesor física sea aceptado y tenga un lugar importante dentro del centro educativo.

9.4 PROGRAMA DE EXTENSIÓN

PROYECTO DE DESARROLLO EN LA COMUNIDAD

Escuela # 618 “Héctor Nuila Arreaga” .	Procedimiento específico		
	Actividad dirigida		
	A estudiantes de sexto primaria y a sus padres		
	Planificación y desarrollo (descripción): Es un proyecto saludable en el cual el lema es “muévete 45 minutos y tu vida cambiara”, trata de realizar actividades rítmicas y deportivas como Zumba , futbol, Atletismo los días sábados por la mañana donde el objetivo es que el alumno comparta con su padres realizar actividades físicas saludables y que socialice son los de su comunidad.		
Ubicación geográfica: aldea, municipio, departamento. País de Guatemala, departamento de Guatemala, municipio de Guatemala, zona 24 Canalitos cantón el porvenir			
No. participantes	De	Hombres:	Mujeres:
200		100	100
Fecha:	12 de marzo 2016		

1. Importancia de definir el tema generador	Circuito Ritmico Deportivo
2. Edad del grupo a atender	12 en adelante
3. Tipo de actividad a desarrollar	Microciclo de la clase de educación física.
4. Objetivos de la	Utilizar los conocimientos obtenidos en el PADEP/DEF.

actividad	Desarrollar práctica de la actividad física, a través de la práctica del deporte de Proyección a la comunidad.
5. Competencias a desarrollar	Continúa la actividad deportivas y rítmicas con las y los niños y padres de la aldea de Canalitos para activarlos en el ámbito extracurricular, utilizando el referente de la clase de Educación Física.
6. Guía de desarrollo de la actividad,	<p>Ejemplo:</p> <p>Actividad inicial 15 minutos.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. una breve hidratación y alimentación 2. hacer un acto protocolario 3. información general de la actividad <p>Parte inicial 10 minutos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. calentamiento general 2. división de los grupos, para iniciar el circuito <p>Parte principal. 45 minutos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.circuito rítmico y deportivo 15 minutos por estación: Estación 1 futbol dividido en pases y recepción, pie muslo y cabeza Estación 2 zumba Estación 3 Atletismo carreras de relevos y obstáculos <p>Parte final 10 minutos</p> <p>Recreativa y recuperativa ya que se harán juegos estacionarios, juegos tradicionales Yacs, trompos, cincos liga Entrega de refacción a los alumnos y sus padres</p>
7. Tiempo de la actividad	120 minutos
8. Nombre del	Dilma Consuelo Gómez Aldana

estudiante que realiza la propuesta	
9. Estrategias a desarrollar	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aprendizaje significativo. ✓ Participación Activa. ✓ Trabajo en equipo. ✓ Fomento de valores. ✓ Sociabilizar ✓ Mejorar armonía padre he hijo
10. Vinculación al curso de	Principios del Curriculum, Sistema de Evaluación Física, Acondicionamiento Físico de Edad Escolar, Metodología de la Planificación Deportiva II
<p>Justificación de la actividad, desde su aprendizaje:</p> <p>Los estudiantes de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física - ECTAFIDE –Programa Académico de Desarrollo Profesional Docente de Educación Física - PADEPDEF Universidad de San Carlos de Guatemala. Su principal motivo para llevar a cabo el programa de estudio del PADEF/DEF, en la comunidad de la zona 24 de la aldea de canalitos en el cantón el Porvenir de la Escuela Héctor Nuila Arreaga Jornada matutina .Es promover el desarrollo motriz en los niños y las niñas de esta comunidad , la socialización y la convivencia en armonía en la comunidad y con sus padres , que no cuentan con una recreación extracurricular que les ayude a adquirir conocimientos deportivos básicos y rítmicos a través de la recreación y el juego. De esa manera podemos contribuir a la aplicación de algunos de los fines de la educación física es mejorar y preservar la salud, la práctica del deporte, e inducirlo a la práctica social, asimismo concientizarlo en mejoramiento del medio ambiente Promover la salud para prevenir enfermedades y dolencias típicas del sedentarismo.</p> <p>Aquellos niños que no fueron oportunamente incentivados y enseñados en este plano suelen disponer en el futuro muchísimos problemas de integración social, que hasta pueden desencadenar en escenarios más complejos.</p>	

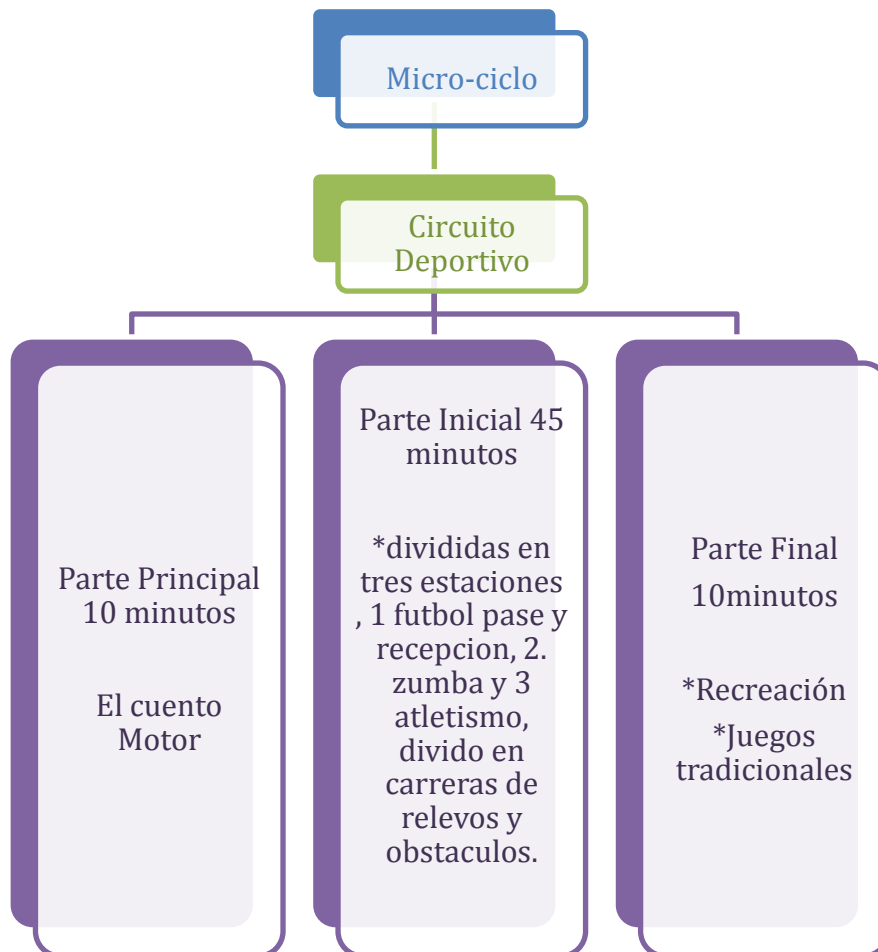
11. Alcance de la actividad:

Promover la actividad física, como hábito permanente de realización

12. Procedimientos vinculados a las actividades a desarrollar:

- El cuento motor, mando directo, resolución de problemas, descubrimiento guiado.

13. Diagrama de flujo de la actividad:



14. Materiales a utilizar:

- Balones de Futbol número
- 25 conos

- Cronómetros.
- Sonido
- Estafetas
- vallas

- recursos humanos
- padres, alumnos y maestros del establecimiento

- Otros recursos
- Manzanas, bananos
- Panes , agua, jugos
- Música
- Bocinas

Extensiones eléctricas

Espacio para la practica



LISTADO DE NIÑOS PARTICIPANTES.

Programa de la actividad

- 8:00 am Refacción leve, banano y agua para hidratarse antes de la actividad.
- 8:15 Acto protocolario
- Presentación de la actividad, explicar el objetivo por el encargado de la actividad
- 8:30 am Distribución de los grupos de trabajo para cada circuito
- 8:45 am inicio de la practica de los circuitos
- Hidratación durante la actividad
- Evaluar por medio de una lista de cotejo las actividades realizadas.
- 10:00 Parte final recreativa, por medio de juegos tradicionales
- Y refacción completa pan, manzana y jugo.

LISTA DE COTEJO

No.	Criterio	Se evidencian conocimientos 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
1	Estudiante Argueta Chiché, Jessica	*		*		*		*		*	

	Rossmery									
2	Baten de Ocute, MAria de Los Angeles	*	*		*		*		*	
3	Boror Hernández, Deyrin Yanelly	*	*		*		*		*	
4	Del Cid Herrera, Kenny Alejandra	*	*		*		*		*	
5	Diaz Muñoz, Ana Belinda	*	*			*	*		*	
6	Diaz Muñoz, Ana Juleidy	*	*			*	*		*	
7	Guerra Hernández, Cristian Manuel	*	*			*	*		*	
8	Gutiérrez Olcot, Jose Francisco	*	*		*		*		*	
9	Lopez Luna Pablo Adolfo	*	*		*		*		*	
10	Lorenzana Rodriguez, Denis Evander	*	*			*	*		*	
11	Luna López, Marlon Misael	*	*		*		*		*	
12	Luna Ortiz, Naidelin Suseli	*	*		*		*		*	
13	Medrano Colindres,	*	*		*		*		*	

	Zayra Beatríz									
14	Melchor Us, Escarlet Azucena	*		*	*		*		*	
15	Muñoz Alvarez, Jhenifer Briyit	*	/*		*		*		*	
16	Ortiz Sican, Hamilton Aaron	*	*			*	*		*	
17	Perez Ibañez, Brandon Steve	*	*			*	*		*	
18	Ortiz Montenegro, Evelin Yessenia	*	*			*	*		*	
19	Quintanilla Valencia, Wilder Alexander	*		*	*		*		*	
20	Rodriguez Luna, Reyna Domenica	*		*	*		*		*	
21	Rodriguez Reyes, Oscar Daniel	*	*		*		*		*	
22	Rodriguez Rodriguez, Madisson Alejandra	*		*		*	*		*	
23	Ruano Pineda, Felipe Andrés	*	*			*	*		*	

24	Solis Interiano, Jheremy Isai	*	*			*	*		*	
25	Solorzano Rodriguez, Andy Ruben	*	*			*	*		*	
26	Tubac Mijangos, ,Jorge Alexander	*			*		*		*	
27	Us Bautista, Valeria Manuelita Alejandra	*			*		*		*	
28	Vega Rodriguez, Yenifer Xiomara	*	*		*		*		*	
29	Véliz Rodriguez, Carlos Gustavo	*	*		*		*		*	
30	Zepeda Chilin, Karla Veronica	*	*		*		*		*	

