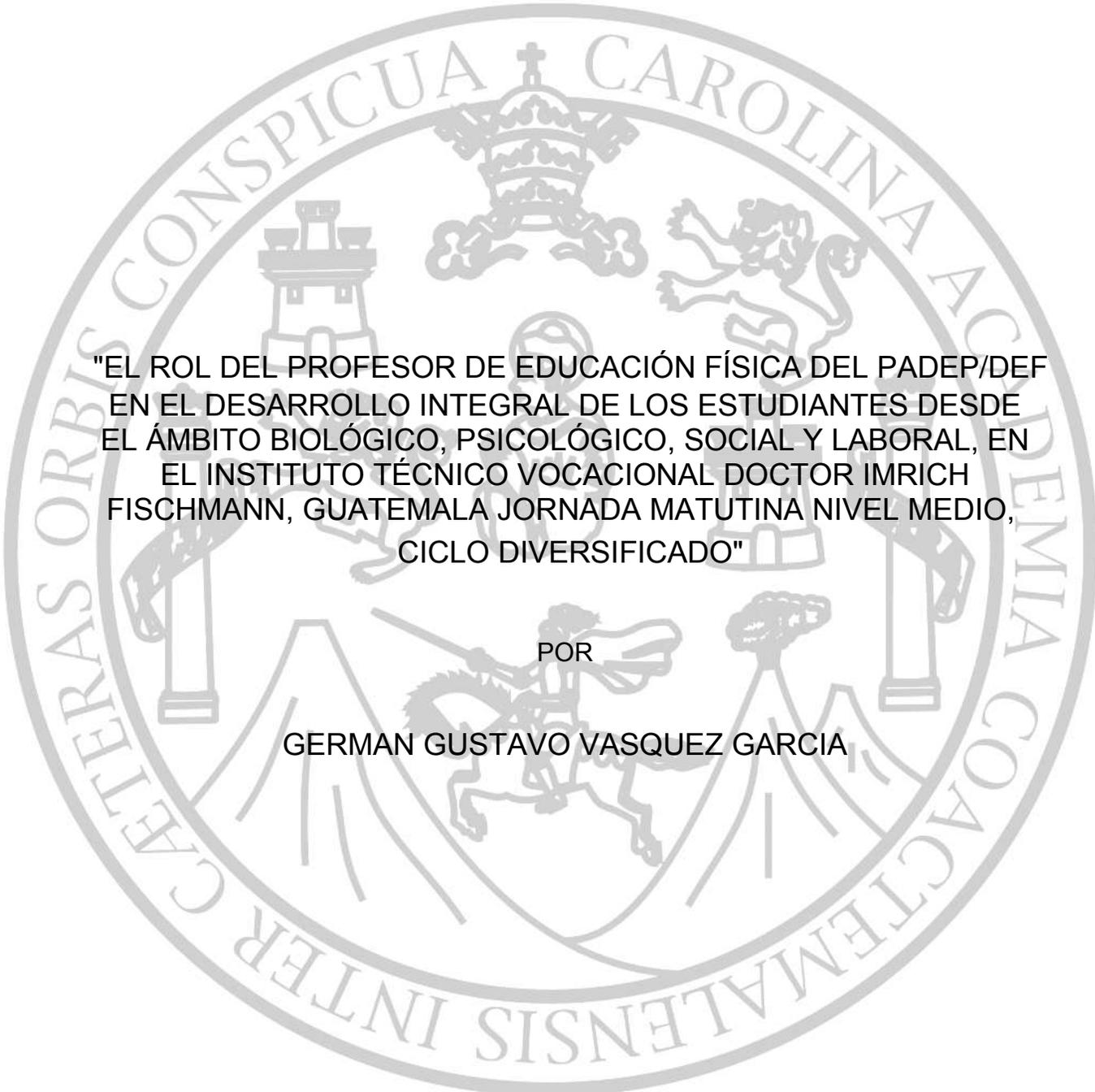


UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
Y EL DEPORTE –ECTAFIDE-
PADEP/DEF



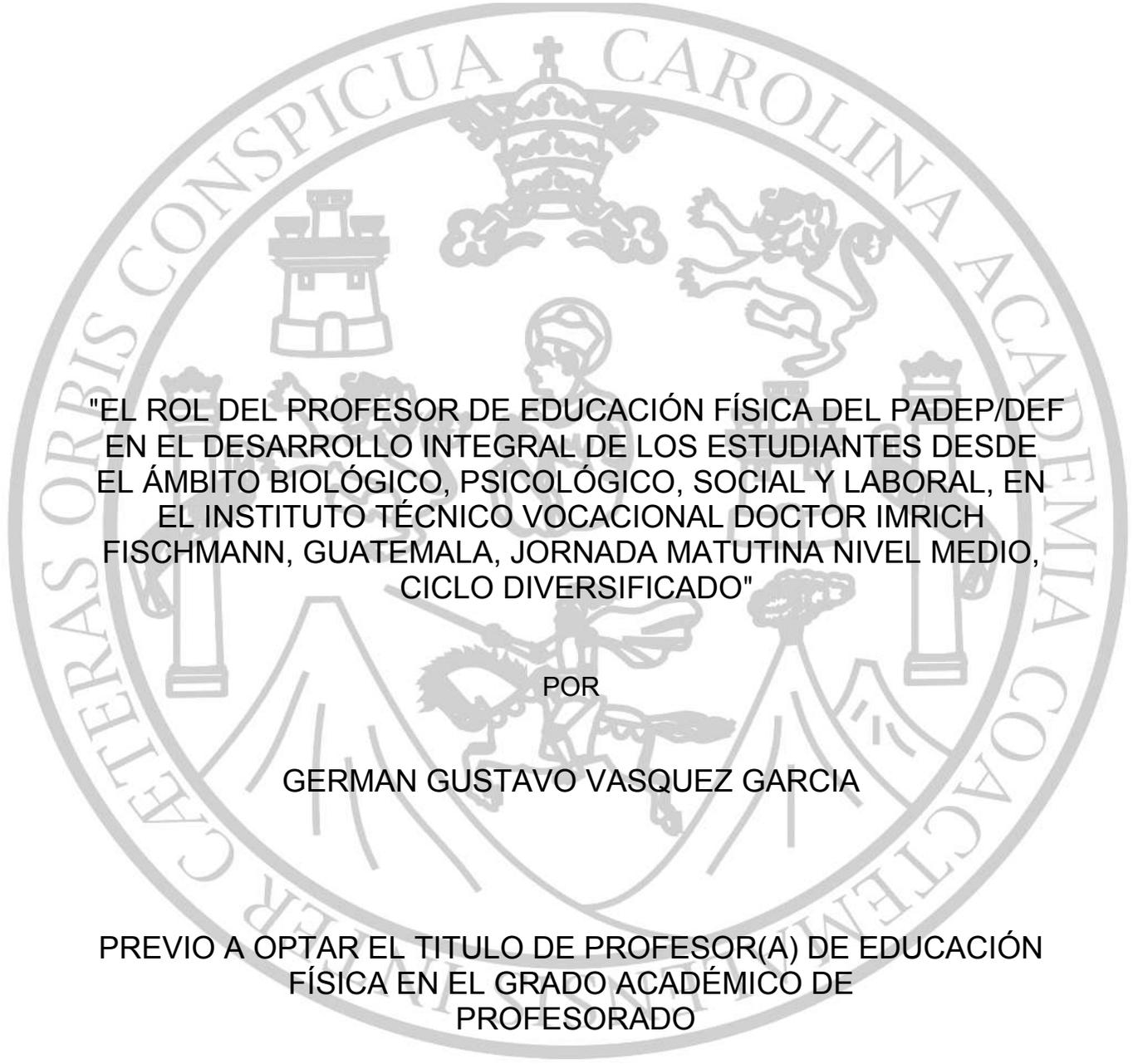
"EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP/DEF
EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE
EL ÁMBITO BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL, EN
EL INSTITUTO TÉCNICO VOCACIONAL DOCTOR IMRICH
FISCHMANN, GUATEMALA JORNADA MATUTINA NIVEL MEDIO,
CICLO DIVERSIFICADO"

POR

GERMAN GUSTAVO VASQUEZ GARCIA

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2,016

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
EL INSTITUTO TÉCNICO VOCACIONAL DOCTOR IMRICH
FISCHMANN, GUATEMALA, JORNADA MATUTINA NIVEL MEDIO,
CICLO DIVERSIFICADO"

POR

GERMAN GUSTAVO VASQUEZ GARCIA

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE PROFESOR(A) DE EDUCACIÓN
FÍSICA EN EL GRADO ACADÉMICO DE
PROFESORADO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2,016

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

LICENCIADO ABRAHAN CORTEZ MEJIA
DIRECTOR

M.A. MYNOR ESTUARDO LEMUS URBINA
SECRETARIO

LICENCIADA DORA JUDITH LÓPEZ AVENDAÑO
LICENCIADO RONALDO GIOVANNI MORALES SÁNCHEZ
REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

LICENCIADO JUAN FERNANDO PORRES ARRELLANO
REPRESENTANTE DE LOS EGRESADOS

PABLO JOSUÉ MORA TELLO
MARIO ESTUARDO SITAVÌ SEMAYÀ

REPRESENTANTE DE LOS ESTUDIANTE



C.c. Control Académico
 Archivo
 Reg. 141-2016
 CODIPs. 2381-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante
 German Gustavo Vasquez Garcia
 PADEP/DEF
 Escuela de Ciencias Psicológicas
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO CUADRAGÉSIMO SEGUNDO (142º) 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 CUADRAGÉSIMO 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 el Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann, Guatemala jornada matutina nivel medio, ciclo diversificado”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

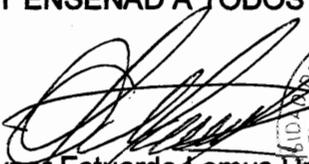
German Gustavo Vasquez Garcia

CARNÉ: 8314005

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. 144-2016
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 el Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann, Guatemala jornada matutina nivel medio, ciclo diversificado”

Realizado por el estudiante:

German Gustavo Vasquez Garcia

CARNÉ: 8314005

Carrera: Profesorado de Educación Física

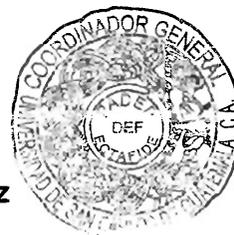
El cual fue aprobado el 26 de febrero del año en curso por el Consejo Directivo. Por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener **ORDEN DE IMPRESIÓN**.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

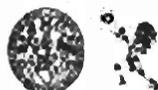


**Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General PADEP/DEF**





UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA



ESOLELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA
ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE -ECTAFDE-



Guatemala 06 mayo 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

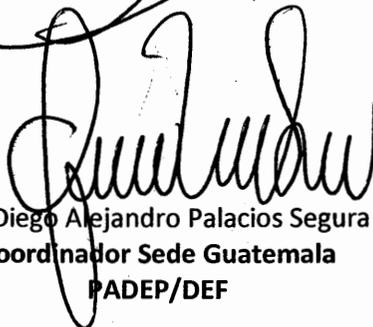
Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulado **El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico Social, Laboral en el Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann** el estudiante German Gustavo Vásquez García, con carne 8314005 de la carrera del Profesorado de Educación Física, del Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física PADEP/DEF.

Sin otro particular y agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"



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



C.c. Control Académico
 Archivo
 Reg. 144-2016
 CODIPs. 915-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
 German Gustavo Vasquez Garcia
 PADEP/DEF
 Escuela de Ciencias Psicológicas
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO CUADRAGÉSIMO SEXTO (146º) 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 CUADRAGÉSIMO 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 el Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann, Guatemala jornada matutina nivel medio, ciclo diversificado”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

German Gustavo Vasquez Garcia

CARNÉ: 8314005

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 Myhor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/Sindy

INSTITUTO TECNICO VOCACIONAL
"Dr. IMRICH FISCHMANN"
7ma. Avenida 5-80 zona 13



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 Director del Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann ciudad de Guatemala, el estudiante **German Gustavo Vásquez García**, carné No.8314005, 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 el Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann Ciudad de Guatemala, jornada matutina nivel diversificado"**. 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,

Lic.
Director
Fabio Marroquín
Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann
Ciudad Guatemala



Agradecimientos

Universidad de San Carlos de Guatemala

Escuela de ciencias psicológicas

Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad
Física y el Deporte –ECTAFIDE-

Dirección General de Educación Física
Programa Académico de Profesionalización Docente de Educación Física
-PADEP/DEF-

Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann

Dedicatoria

A Dios:

Fuente de Sabiduría que ilumino mi camino para lograr este escalón de mi vida.

A Mama María:

Gracias madrecita del cielo.

A Mi Madre: Elsa García

Gracias por tu esfuerzo, sacrificio y dedicación

A mis Abuelo: Daniel García Raymunda López

Flores sobre sus tumbas

A mi esposa Nineth Gramajo

Gracias por su apoyo incondicional

A mis hijas: Madelaine y Esly
Por estar ahí

A mis nietos

Melissa, Abbi, Javier, y Esteban
Mis amores chiquititos

A mi hermana: Silvia

A mis sobrinos: Ale y Josué

A mis Tíos

Mirta, Socorro, Daniel, y Coti

Ejemplo de esfuerzo

A mis amigos
Especialmente (lo logramos mucha)

Tabla de Contenido

Introducción	1
I Marco Conceptual	2
1.1 Planteamiento del problema	2
1.2 Justificación	4
II Marco Metodológico	6
2.1 Objetivos	6
2.2 Métodos	6
2.3 Instrumentos	7
III Marco Teórico	9
3.1 El rol del Profesor de Educación Física	9
3.2 Concepto de Educación física	10
3.3 Historia de la Educación Física	10
3.4 Desarrollo Integral del niño (a	12
3.5 Ámbito Biológico	15
3.6 Ámbito Psicológico	21
3.7 Ámbito social.	23
3.8 Ámbito laboral	24
IV Marco Operativo	33
4.1. Diseño de la investigación	33
4.1.1. Equipo de investigación	33
4.1.2 presupuesto de la investigación	33
4.1.3 Programación	33
V Presentación de resultados	35
5.1 Análisis de datos	35
5.2 Interpretación de resultados	35
VI Conclusiones	41
VII Recomendaciones	42
VIII Bibliografía	43
IX Anexos	44

Introducción:

Las percepciones sobre la calidad en la educación física tienden a ser muy subjetiva y a depender de intereses personales desde los profesores de educación física que cuentan con diferentes aspiraciones y otros que buscan que la educación física sea conforme a su conocimiento y están las instituciones que buscan profesores de educación física capacitados, para realizar bien su trabajo.

Es por ello que el rol del profesor de educación física difícilmente puede cumplir con las expectativas de todos.

Pero también se logró identificar la importancia dentro del ámbito educativo del profesor de la educación física y de lo que se su buena práctica docente ocasiona como efecto en los estudiantes.

Creando en ellos conciencia de la importancia de la actividad física, en su ámbito biológico, psicológico y social y de la importancia del juego para liberar el estrés de la carga escolar y qué mejor de ser juegos que mantengan vivas las tradiciones de su país.

Marco conceptual

1.1 Planteamiento del problema

¿Cuál es el rol del profesor de educación física - PADEP/DEF-, en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral, en el Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann del nivel medio, ciclo diversificado jornada matutina?

El maestro de educación física, de nivel diversificado encuentra varias circunstancias en el cambio de nivel de estudio y estas pueden ser como la transición que sufren los estudiantes al cambio de establecimiento, de carga académica y la exigencia que les representa enfrentarse a los nuevos retos. Desafortunadamente la preparación que reciben si es que cuentan con la dicha de contar con la clase de educación física en el nivel básico, al ingresar al instituto es precaria por lo que es indispensable iniciar con lo básico a nivel de acondicionamiento físico tanto como con las técnicas deportivas.

Por lo que en muchas ocasiones es necesario retroceder en los contenidos, para poderlos poner a nivel o por lo menos que tenga conocimiento de los fundamentos de las diferentes temáticas del Curriculum Base. También los alumnos, por la mala alimentación, tienen un desgaste físico y mental lo que hace que su rendimiento físico y académico, se vea mermado.

Por estas mismas circunstancias, la función del maestro, va más allá, de servir como orientador, consejero, el cual hace más extensa la labor docente, los resultados son bajo rendimiento o mal comportamiento, ya que se han dado casos de problemas de tabaquismo, alcoholismo, drogadicción, que hacen más complicada la labor del docente de educación física.

En el ámbito laboral otro problema más es que los estudiantes se encuentran fuera de edad escolar para el nivel en el que están inscritos. La

población del establecimiento es mixta aunque prevalece el género masculino, por el contexto para el cual fue creado el mismo. Las edades comprenden entre quince y veintiún años.

Para poder ingresar al Instituto deberá de tener Aprobado Tercero Básico, siendo un establecimiento público, hay estudiantes de todos los estratos sociales y económicos.

Con respecto a las condiciones de salud, desarrollo de capacidades motrices, al momento de inscribirse deberán hacer un examen médico, el cual tiene que ser aceptable, en el ciclo en curso, no hay población con discapacidad, aunque en años anteriores si ha habido.

Los problemas que los estudiantes presentaron en su gran mayoría es la falta de condición física, poco desarrollo de las capacidades motrices y por lo mismo no hay un buen desarrollo deportivo.

Se abordó el problema de la investigación por medio de la técnica de encuestas, presentando los resultados con técnica de gráficas e interpretación de las mismas.

1. ¿Se han cumplido los objetivos como docente
2. ¿Conozco los problemas motores de los estudiantes?
3. ¿Cómo clasificaría las diferentes capacidades de los Estudiantes?

Se basó en el Método Científico para sustentar la teoría.

Se utilizaron las instalaciones deportivas del Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann ubicado en la 7av. 5-80 zona 13 de la ciudad de Guatemala.

Las instituciones que formaron parte de la organización, realización y ejecución del programa fueron:

Universidad de San Carlos de Guatemala

Escuela de Ciencias Psicológicas

Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –
ECTAFIDE-

Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann. El programa abarco a la comunidad del Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann. Del cuarto bachillerato. Esta investigación se desarrolló del 15 de septiembre 2015 al 16 de abril 2016

1.2 Justificación:

Por medio de esta investigación, se establecieron los medios necesarios cuantitativos y cualitativos para fundamentar los resultados de una manera sistemática, identificar las causas, circunstancias o efectos que se dan en la población de la Institución, en el bajo desempeño para mejorar la condición Deportiva, capacidades motrices, su situación, psicológica y prepararle para su mejora personal y mantenga su posición económica, esto aunado a tener y mejorar su autoestima y seguridad de sí mismo en el desempeño de cada una de sus actividades, personales, educativas y en un futuro laborales .

Se logró por medio de la investigación, primero aprender a efectuar una investigación, luego fundamentar un procedimiento científico, lógico y progresivo de cada una de las partes de la investigación, estableciendo lo proyectado en el problema estudiado y con ella crear un nuevo aprendizaje.

Además como un requisito de estudio del programa PADEP/DEF que al final nos sirvió como medio de graduación al presentarlo como tal.

Especificar los parámetros significativos de comportamiento, para proveer al estudiante de los instrumentos básicos primordiales para su desarrollo académico social, psicológico y aun laboral y que sea parte integral de la comunidad educativa. Función comúnmente independiente, pensante.

Una herramienta que permitió establecer logros del estudiante en su desarrollo biopsicosocial, siendo al final este más beneficiado. Al mismo tiempo el maestro de educación física, al momento de alcanzar un grupo de trabajo homogéneo. Y a los demás Compañeros esperar un mejor rendimiento académico.

II Marco Metodológico

2.1. Objetivos

Objetivo General

Establecer el rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito bio-psico-socio-laboral en el instituto técnico vocacional Dr. Imrich Fischmann.

Objetivos Específicos

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

2 Fundamentar desde la teoría socio constructivista, el avance de la zona de desarrollo próxima en las capacidades motrices.

3 Cimentar las capacidades motrices para fortalecer la auto aceptación, desde el trabajo en sí mismo y en equipo para evitar las discriminación.

4. Adaptar los juegos tradicionales en la evaluación de las capacidades motrices.

2.2. Métodos

a) Técnica de Muestreo

Discrecional: Que se hace libremente que deja al criterio de la persona o autoridad que puede regularlo.

b) Técnicas de 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 el entorno ni el fenómeno donde se recoge la información ya sea para entregarlo en forma de tríptico, gráfica o tabla. Los datos se obtienen realizando un conjunto de preguntas normalizadas dirigidas a una muestra representativa o al conjunto total de la población estadística en estudio, integrada a menudo por

personas, empresas o entes institucionales, con el fin de conocer estados de opinión, ideas, características o hechos específicos.

c) Técnicas de análisis estadísticos de los datos

Estadística Descriptiva:

La estadística descriptiva es una gran parte de la estadística que se dedica a recolectar, ordenar, analizar y representar un conjunto de datos, con el fin de describir apropiadamente las características de este. Este análisis es muy básico.

Es la rama de las matemáticas que recolecta, presenta y caracteriza un conjunto de datos (por ejemplo, edad de una población, altura de los estudiantes de una Escuela, temperatura en los meses de verano, etc.) con el fin de describir apropiadamente las diversas características de ese conjunto

1. Medidas de tendencia central

a) Mediana: representa el valor de la variable de posición central en un conjunto de datos ordenados. El valor de la variable que deja el mismo número de datos antes y después que él;

b) Moda: en estadística la moda es el valor con una mayor frecuencia en una distribución de datos

c) Media: En matemáticas y estadística una media o promedio es una medida de tendencia central que según la real academia española resulta al efectuar una serie determinada de operaciones con un conjunto de números y que todo el conjunto., en determinadas condiciones pueda representar por si solo a todo el conjunto.

2.3 Instrumento

a) Lista de cotejo: Es un instrumento que permite identificar comportamiento con respecto a actividades, habilidades y destrezas, contienen un listado de indicadores de logro en el que consta, en un solo momento la presencia o ausencia de estos mediante la actuación de los y las estudiantes.

b) Guía de Observación:

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

III. Marco Teórico

3.1 El rol del profesor de educación física

El rol del docente especialista en educación física su conducta comprende dos áreas: la de sensibilización, representada por los logros de actitudes requeridas para su desenvolvimiento en el orden individual, social y profesional y de la formación, referida al dominio de funciones, roles o áreas de incumbencia para la actividad profesional.

Considerando, que la educación en Guatemala está cambiando en los distintos niveles y modalidades, el perfil del docente de educación física en lo particular y de acuerdo al contexto debe ser: creativo, innovador, observador, colaborador, comunicativo, auténtico, crítico, honesto, objetivo, responsable, sensible, analítico, lógico, eficaz, sistemático, ordenado, previsor, perseverante, emprendedor, líder, ético, humano, sensible, facilitador, mediador, administrador, promotor, evaluador, reflexivo, práctico persuasivo que tenga la habilidad de inducir a los demás a creer o hacer algo, dinámico, participativo, investigador, se documenta, interviene en tareas, trata con un colectivo en busca de soluciones a los problemas del ámbito educativo y comunitario.

Es importante resaltar que algunos docentes en educación física están desempeñando funciones que van desde el aula y más allá de ella, todo con la intencionalidad de hacer valer nuestro justo valor profesional.

Los roles del docente de educación física tienen como misión cambiar de un estado estático a uno dinámico instalada en el cambio y en la innovación, con exigencias de calidad total, en el marco general se puede decir que el rol del docente de educación física debe estar estructurado por un eje de vertebración que son los nuevos paradigmas de la educación

. En este sentido se puede decir que un país cambiante como Guatemala requiere de gente capaz de enfrentar los retos del mundo de una manera crítica,

creativa y con una perspectiva de liderazgo bien marcada que le ayude a construir ciudadanos pensantes y con criterio para mejorar el país.

3.2 Concepto de educación física.

Esta es la disciplina que abarca todo lo concerniente al uso del cuerpo. Desde un punto de vista pedagógico, ayuda a la formación integral del ser humano. Esto es, que con su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales.

Es parte de la educación, que a través de actividades, motrices y lúdicas promueve el mejorar hábitos de actividad física para mejorar la salud, y la convivencia.

También entregando aportes para el fomento de la tolerancia, el respeto de los derechos humanos, la ocupación del tiempo libre, e impulsando una vida activa en contra del sedentarismo.

3.3 Historia de la educación física y el deporte en Guatemala

El primer atisbo 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 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 Educación física y Recreación- le reconoce nuevamente la categoría inicial denominándole Dirección General de Educación física, Recreación y Deporte. El 28 de agosto de 1997 el Congreso de la República realiza una readecuación y emite el Decreto 76-97 Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte. El título 2, capítulo 1, artículo 32. Crea y reconoce, a través del Ministerio de Educación la Dirección General de Educación

física, con la responsabilidad de coordinar y dar cumplimiento a la filosofía, política y directrices de la Educación física Nacional.”

En el año 2008 la Dirección General de Educación Física – DIGEF como le llamamos dentro por todo el ámbito de la educación física y el deporte, ha evolucionado tanto en los aspectos administrativos como curriculares y extracurriculares, expandiéndose y ampliando su cobertura de atención a los niños
Y niñas guatemaltecos

Misión:

Ciudadanos formados integralmente a través de la educación física y actividades lúdicas, orgullosos de ser guatemaltecos con principios, valores y convicciones, dentro del marco de la cultura física.

Visión

Institucionalizar la cultura física a través del proceso formativo, mediante programas educativos de calidad y excelencia, orientados a la obtención de resultados en el marco de la competitividad, el respeto a la diversidad y la convivencia armónica; comprometidos por una Guatemala mejor.

Sus áreas sustantivas son la Curricular y la Extracurricular, de las cuales se desprenden un gran número de programas que promueven la actividad física en familia, como beneficio para una mejor calidad de vida.

3.4 Desarrollo integral del niño (a)

a) Aportes de la educación física a la sociedad

Que los estudiantes tengan una mejor conciencia de la importancia de la actividad física, con hábitos de higiene y con el conocimiento para trabajar por y para su cuerpo para toda la vida.

b) Aportes de la educación física a la educación

Es la integración ya que las áreas de educación física construyen en el estudiante habilidades y destrezas que fortalecen su aprendizaje en todas las áreas.

c) Aportes de la educación física a la disciplina

Crea hábitos de orden, respeto, tolerancia, responsabilidad, perseverancia, trabajo en equipo, ya que con este se logra que el estudiante se conduzca de una mejor manera.

d) Aportes de la educación física a los valores

Consolidar todos los valores aprendidos en casa, y fortalecerlos dentro de la clase de educación física.

e) Aportes de la Educación física En la familia.

La familia es la base de la sociedad, y es necesario que esta sea parte del acompañamiento de los estudiantes, para que en su diario aprender, respalde apoye y guíe a los mismos.

- Autoestima:

Es un cúmulo, de pensamientos, evaluaciones, sentimientos, y tendencias de comportamientos, dirigidas a nosotros mismos, que son enseñados y estimulados en casa, con la intención de crear seguridad en los estudiantes.

- Hábitos:

Es la costumbre que se adquiere a partir de repetir conductas similares. Para tener buena limpieza, orden, y calidad de vida, y su enseñanza empieza en la familia.

- Valores generales

Es la base que permite orientar nuestro comportamiento para enfrentar la vida de la mejor manera en función de realizarnos como personas.

- En la escuela,

Es el lugar donde los estudiantes, adquieren y mejoran sus conocimientos, tanto los que han recibido en la familia como los que van recibiendo del entorno y contexto de crecimiento.

- **Carácter:**

Cualidades, rasgos y circunstancias propios de cada persona, que indican su naturaleza forma de pensar y actuar, que lo distingue de los demás. La educación física contribuye a consolidar y mejorar esta característica, a través de la práctica continua de la actividad física, y en la interacción con los demás, su entorno y contexto.

- **Independencia:**

Es la capacidad del ser humano por el cual puede existir o funcionar por sí mismo sin que deba aceptar, tolerar o permitir injerencias externas. Y la educación física contribuye a que los estudiantes mediante la práctica de la actividad física tomen sus decisiones, para fortalecerlo en su vida cotidiana.

- **Cooperativismo,**

Es la acción que se realiza entre dos o más personas e instituciones en la búsqueda de un objetivo en común. Ella es una herramienta que utiliza la educación física para fomentar el trabajo en equipo, donde la finalidad primordial es que todos y todas sean importantes y necesarios para alcanzar objetivos y metas.

- **Relaciones sociales,**

Interpersonales de alguna manera establecen las pautas de cultura de grupo y su proceso de socialización, fomentando la percepción, la motivación y el aprendizaje dentro de determinado grupo y son un complemento de la vida de un ser humano. La educación física estimula este tipo de relaciones ya que sus actividades van encaminadas al trabajo en grupo.

- **Convivencia:**

Es la acción de vivir en compañía de otros. Por lo que no se puede realizar la clase de educación física sin tomar en cuenta este precepto puesto que en ella la convivencia es parte de la misma, ya que nadie puede vivir aislado.

- **Tolerancia**

Actitud de la persona que respeta las opiniones, ideas o actitudes de las demás personas, aunque no coincidan con las propias. En lo que la educación

física les enseña a tener un sano espíritu de tolerancia que les haga apreciar y respetar las opiniones ajenas.

- **Afectividad:**

Conjunto de sentimientos y emociones de una persona. La educación física ayuda a reforzar los lazos de compañerismo y fraternidad por medio de los juegos lúdicos, de actividad física y deportiva.

- **Interacción**

Es la acción recíproca entre dos o más personas. Aunque la educación física hace uso del trabajo individual también es una herramienta en la que los estudiantes realicen acciones en equipo, parejas tríos etcétera.

3.5 .Ámbito biológico.

Es el conjunto de órganos sistemas y tejidos que trabajan en conjunto y realizan actividades propias de los seres vivos para su subsistencia, así como es capaz de alterar su medio ambiente.

Tabla No. 1 Etapas del crecimiento.

Infancia y niñez:	Adolescencia y juventud	Madurez
<p>Infancia y niñez: Abarca desde el primer año de vida, hasta los trece años el infante desarrolla numerosas habilidades gracias al desarrollo de su cerebro. Aprende a gatear, caminar. El resto del cuerpo adquiere mayor tamaño.</p>	<p>Adolescencia y juventud: El individuo se ve afectado por cambios físicos fisiológicos y mentales. Las niñas maduran más rápido que los niños. La característica más importante es la maduración sexual.</p>	<p>Madurez: Corresponde a un madurez física y emocional en donde el individuo está listo para reproducirse se obtiene la altura definitiva y la capacidad de su rendimiento físico llega a su culmen.</p>

Fuente: elaboración propia

Los efectos que provoca la actividad física en el proceso de vida, en los seres humanos, es el de hacer una relación de los hábitos que logra implantar en los estudiantes, cultura de actividad física, juego, recreación, iniciación deportiva y utilización de tiempo de ocio.

- Desarrollo de las capacidades físicas

Tanto la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad, son cualidades que en todos poco a poco se van desarrollando, en las clases de educación física. Desde bien pequeños, se trabajan estas capacidades. Las cualidades o capacidades físicas son los componentes básicos de la condición física y por lo tanto elementos esenciales para la prestación motriz y deportiva, por ello para mejorar el rendimiento físico el trabajo a desarrollar se debe basar en el entrenamiento de las diferentes capacidades.

Aunque los especialistas en actividades físicas y deportivas conocen e identifican multitud de denominaciones y clasificaciones las más extendidas son las que dividen las capacidades físicas en: condicionales, intermedias y coordinativas; pero en general se considera que las cualidades físicas básicas son: resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad.

- Fuerza: es la capacidad neuromuscular de superar una resistencia externa o interna gracias a la contracción muscular, de forma estática (fuerza isométrica) o dinámica (fuerza isotónica)

- Evolución de la fuerza: el factor fuerza se desarrolla continuamente durante el período de crecimiento. En los niños hacia los 6 años el desarrollo motriz es lento, culminando su proceso de aceleración y desarrollo hacia los 10 años, con la maduración de las vías nerviosas. Desde los 8 hasta los 12-13 años no hay grandes incrementos de fuerza, siendo éste mayor entre los 13 y los 16 años, alcanzando su máximo a los 30. Entre los 7 y 14 no existen diferencias de fuerza en cuanto al género. A partir de los 14 la fuerza va siendo mayor en varones que en mujeres. El entrenamiento y la práctica deportiva juegan un

papel importante en el desarrollo de la fuerza, pero esta no debe ser sistemática a través de ejercicios especiales hasta que no se complete el crecimiento óseo.

- Fuerza explosiva: también conocido como pliometria o potencia. Se define como la mayor fuerza que actúa en el menor tiempo posible. Fuerza + velocidad = potencia, la Fuerza explosiva es una manifestación de la fuerza que se basa en generar la mayor cantidad de fuerza posible en el menor tiempo sin perder la eficiencia. Por esta razón este tipo de fuerza es la predominante en la mayoría de los deportes de equipo y en algunas modalidades de deportes individuales. existen múltiples métodos de trabajo de la fuerza explosiva, sin embargo, la relación que proporciona un mayor desarrollo del entrenamiento es el trabajo con fuerzas-velocidades intermedias. El objetivo final es buscar de cuánto tiempo dispone en su modalidad deportiva para manifestar la máxima fuerza posible y a partir de allí empezar a trabajar. Como es lógico pensar, para desarrollar altos niveles de fuerza aumentaremos las cargas altas pero para desarrollar altos niveles de velocidad se requiere cargas bajas. La potencia (fuerza explosiva como tal) permanece estrechamente relacionada al trabajo con cargas medias (como ya se ha mencionado).

- La fuerza resistencia: no es otra cosa más que la capacidad de mantener una fuerza a un nivel constante durante el tiempo que dure una actividad o gesto deportivo. Contrario al pensamiento de muchos, la fuerza resistencia se encuentra presente en una increíble variedad de disciplinas deportivas, gracias a los distintos grados de especificidad que puede alcanzar. Un gimnasta, por ejemplo, necesita de una fuerza que le permita mantenerse durante algunos segundos en una posición determinada. Esta modalidad de la fuerza resistencia, más conocida como *estática*, es característica de este deporte. Piensen ahora en un ciclista o un remero desarrollando en forma mecánica, sistemática y repetitiva cada movimiento. Esta manifestación es de carácter *cíclico*. Finalmente, el ejemplo del boxeador es emblemático: debe soportar una serie de rounds a través

de golpes que varían todo el tiempo. Estamos frente a una resistencia del tipo *acíclica*.

Desde el punto de vista energético, el trabajo de fuerza resistencia se sostiene sobre bases aeróbicas. No obstante, ante intensidades superiores al 40-50% de la fuerza máxima, suele haber una transición hacia la anaeróbica. Como concepto, cuando la carga no supera el 20% de la fuerza máxima, domina la resistencia como factor decisivo. Cuando la carga supera el 20%, la relación se invierte en favor de la fuerza. A partir de esta idea se construye la metodología clásica del entrenamiento de fuerza resistencia: muchas repeticiones con poco peso. Esto permite trabajar sobre el sistema energético específico y evitar la hipertrofia. Sin embargo, un trabajo muy específico realizado bajo estas condiciones puede diezmar los índices generales de fuerza.

La resistencia es una de las 4 capacidades físicas básicas, particularmente aquella que nos permite llevar a cabo una actividad o esfuerzo durante el mayor tiempo posible.

Se clasifican los tipos de resistencia según si actúa una parte del cuerpo (resistencia local) o todo el cuerpo (resistencia general), o por si es aeróbica o anaeróbica.

- Resistencia aeróbica: es la capacidad que tiene el cuerpo humano de dominar el ritmo de la respiración, después de sostener un esfuerzo durante el mayor tiempo posible. Se puede decir entonces, que la resistencia aeróbica se refiere a la habilidad del aparato respiratorio para suministrar una adecuada provisión de oxígeno a las células y remover los productos metabólicos de desechos producidos por el trabajo muscular corporal.

- Resistencia anaeróbica: es el tipo de resistencia que aparece durante un esfuerzo físico de una gran intensidad, en el que el suministro de oxígeno al tejido muscular no es suficiente para realizar las reacciones químicas de oxidación que se necesitarían para cubrir la demanda energética de dicho esfuerzo. Se

consideran anaeróbicos aquellos ejercicios de tal intensidad que no puedan efectuarse durante más de tres minutos.

Existen dos tipos de resistencia anaeróbica:

- Resistencia anaeróbica aláctica: los esfuerzos son intensos y de muy corta duración (0-16 s). La presencia de oxígeno es prácticamente nula. La utilización de sustratos energéticos (ATP, PC) no produce sustancias de desecho.

- Resistencia anaeróbica láctica: esfuerzos poco intensos y de media duración (15 s-2 min). La utilización de sustratos energéticos produce sustancias de desecho (ácido láctico) que se va acumulando y causa de forma rápida conocida como fatiga.

- Velocidad

Definición: la velocidad es la capacidad de realizar un movimiento en el menor tiempo posible, o la de reaccionar ante un estímulo lo más rápido posible. La velocidad está directamente relacionada con la contracción de las fibras musculares, y estas son de carácter genético por lo que son difícilmente modificables.

Tipos de velocidad

- Velocidad de reacción: respuesta con movimiento a un estímulo en el menor tiempo posible. Viene determinado por el tiempo de reacción pre motriz, es decir el tiempo en que el estímulo es captado por un órgano sensorial, pasa a los receptores, llega al cerebro y es devuelto hasta completar el mensaje. Y el tiempo de reacción motriz, o transmisión del impulso a las placas motrices musculares. Velocidad Contráctil: Capacidad de la fibra muscular de contraerse y relajarse en el menor tiempo posible.

- Velocidad de movimiento: también llamada gestual, pues nos permite realizar un movimiento segmentario o global en el menor tiempo posible.

- Velocidad de desplazamiento: nos permite recorrer un espacio en el menor tiempo posible. Depende de: la cantidad de fibras de contracción rápida que poseamos. Las características biomecánicas del individuo, etc.

- Evolución de la velocidad: depende de las fibras musculares blancas, de su velocidad de contracción. Su desarrollo se halla muy condicionado con la maduración del sistema nervioso. El tiempo de reacción mejora hacia los 14 años.
El trabajo

La flexibilidad

Entendemos por flexibilidad la capacidad que tienen las articulaciones para realizar movimientos con la mayor amplitud posible. Hemos de tener en cuenta que la flexibilidad no genera movimiento, sino que lo posibilita. La amplitud estructural puede verse alterada o limitada por diversos factores: por factores internos, como la elasticidad muscular, la estructura ósea, el tipo de articulación o la masa muscular, y por factores externos como el sexo, la edad, el sedentarismo o incluso la hora del día.

Existen dos componentes de la flexibilidad

- a) estática
- b) dinámica.

Las capacidades físicas, a nivel general, evolucionan positivamente hasta una determinada edad. Sin embargo, la flexibilidad, por el contrario, involucre de manera rápida desde muy temprana edad.

Toda persona activa tiene por objeto el desarrollo de la flexibilidad, aunque sea, en cierta medida, para el óptimo desarrollo de la actividad física. Pero, no sólo es necesario el trabajo de la flexibilidad en las personas que quieran rendir físicamente, sino que se hace necesario, también, en cualquier persona que quiera conservar su integridad física a largo plazo.

Debido a la involución que sufre esta capacidad, el paso del tiempo influye de manera negativa en ella. Hasta los 10 años nuestro nivel de flexibilidad es bastante alto. Desde aquí y hasta la pubertad, el desarrollo muscular y óseo limita su evolución. A partir de los 20 años de edad, aproximadamente, esta capacidad

se verá mermada en un 75% de su totalidad, si no ha sido trabajada, y a partir de los 30 años de edad, su pérdida se ve incrementada por otros factores como son la paulatina deshidratación de los tejidos conjuntivos y el gradual aumento de la grasa corporal.

Al igual que el trabajo paulatino de esta capacidad va a contribuir a un óptimo desarrollo de nuestra condición física, llevado al extremo puede cursar con importantes inconvenientes para nuestra salud, ya que estaremos favoreciendo la aparición de deformaciones óseas, así como la tendencia a sufrir luxaciones y esguinces.

Para el trabajo de la flexibilidad, se recomienda realizar ejercicios genéricos para pasar posteriormente a los específicos de la actividad física. Hemos de recordar aquí que la ejecución de un estiramiento apropiado tiene muchos beneficios en el aumento de la flexibilidad, mejora el desempeño de la tarea y disminuye de cualidades motoras.

3.6 Ámbito psicológico

a) Teoría de desarrollo psicosocial Erick Erickson (alemán)

Fue influenciado por Freud, sin embargo reconoce la influencia de la sociedad en el desarrollo de la personalidad. Sostiene que la búsqueda de la identidad es el tema más importante de la vida. La sociedad es una fuerza positiva para moldear el desarrollo del ego o el yo. Cada etapa representa una crisis en la personalidad que implica un conflicto diferente y cada vez mayor.

Tabla No.2 Teorías de Erickson

Confianza Vs. Desconfianza (0-1 año)	Autonomía Vs. Vergüenza (2-3 años)	Iniciativa Vs. Culpa (3-6 años)	Industria Vs. Inferioridad (7-12 años)	Identidad Vs. Confusión (12-18 años)	Intimidad Vs. Aislamiento (adulthood temprana)	Generatividad vs. Estancamiento (adulthood mediana)	Integridad del yo vs. Desesperación (adulthood tardía)
Apoyo de necesidades básicas	Etap a determinante para el amor, odio, cooperación terquedad, libertad de expresión, supresión.	Reescolar	Olvidar	Adolescentes	Relaciones afectivas, establecimiento de relaciones intimas	Paternidad y guía satisfacer y apoyar la siguiente generación	Reflexión sobre la propia vida y aceptación de esta, aceptación de sí mismo y autorrealización

Fuente: elaboración propia

b) Teoría Socio constructivista

En la construcción del conocimiento es importante, la búsqueda, la exploración, la investigación y la solución de problemas compartidos con alguien. Además de las actividades compartidas ayudan a internalizar la forma de pensar. La actividad del estudiante primero es interpersonal y luego intrapersonal por lo que se entiende que el niño es un ser activo.

Para que se pueda aplicar esta teoría, se debe propiciar el dialogo y la participación tanto de forma oral como escrita de los estudiantes.

También la reciprocidad entre el individuo y la sociedad es muy importante ya que con esto ocurre un desarrollo cognoscitivo y lingüístico.

El estudiante obtiene conocimiento cultural a través del habla, de la interacción social además que la educación deba proveer situaciones y experiencias significativas, además de estar encaminado al aprendizaje colaborativo.

(Papalia, 2009) Lenguaje es una herramienta de mediación para lograr el pensamiento. Otras herramientas son los signos, símbolos, dibujos, mapas y escritura.

El lenguaje combina la función de comunicar con la de pensar. El niño combina su forma de pensar con el lenguaje que aprende del adulto.

c) Zona de desarrollo próximo:

Es la distancia entre el nivel real de desarrollo y el nivel de desarrollo potencial. Área donde el niño requiere de un guía adulto o de colaboración para resolver un problema.

Andamiaje: Apoyo temporal que ofrece el adulto al niño para realizar una tarea hasta que este la domine por sí mismo.

- Métodos de desarrollo:
- Método lúdico forma de participar en la cultura.
- Método individualizado adapta ideas que considera adecuadas de cada miembro de la sociedad.
- Método tradicional Que el adulto enseñe.
- Método socializador Aprendizaje por influencia del ambiente y el entorno social.

3.7 Ámbito social.

Se refiere al impacto que este proceso tiene en la vida y el trabajo de las personas, además abarca los asuntos de seguridad, cultura e identidad, inclusión social y hasta unión de familias.

- Influencia de las tribus urbanas

En épocas recientes ya sea por moda, desintegración familiar o por influencia de los medios masivos de comunicación o entretenimiento se desarrollaron estas famosas tribus urbanas, las que por necesidades afectivas, económicas o bien por el poder que puedan tener, Y el estado de anarquía en el que puedan vivir, y la educación física, juega un papel muy importante en la recuperación de estos estudiantes al reinsertarlos a la normalidad de vida.

- Género:

Es un término técnico específico de las ciencias sociales que alude al conjunto de características diferenciadas que cada sociedad asigna a hombre y mujeres. Entonces, según la O.M.S. se refiere a los roles socialmente construidos, comportamientos, actividades y atributos que una sociedad considera como apropiados para hombre y mujeres.

- Cultura:

Conjunto de saberes, creencias y pautas de conducta de un grupo social, incluyendo los medios materiales que usan sus miembros para comunicarse entre sí y resolver sus necesidades de todo tipo.

- Entorno:

Conjunto de circunstancias o factores sociales, culturales, morales, económicos, profesionales, etc., que rodean una cosa o a una persona, colectividad o época e influyen en su estado o desarrollo.

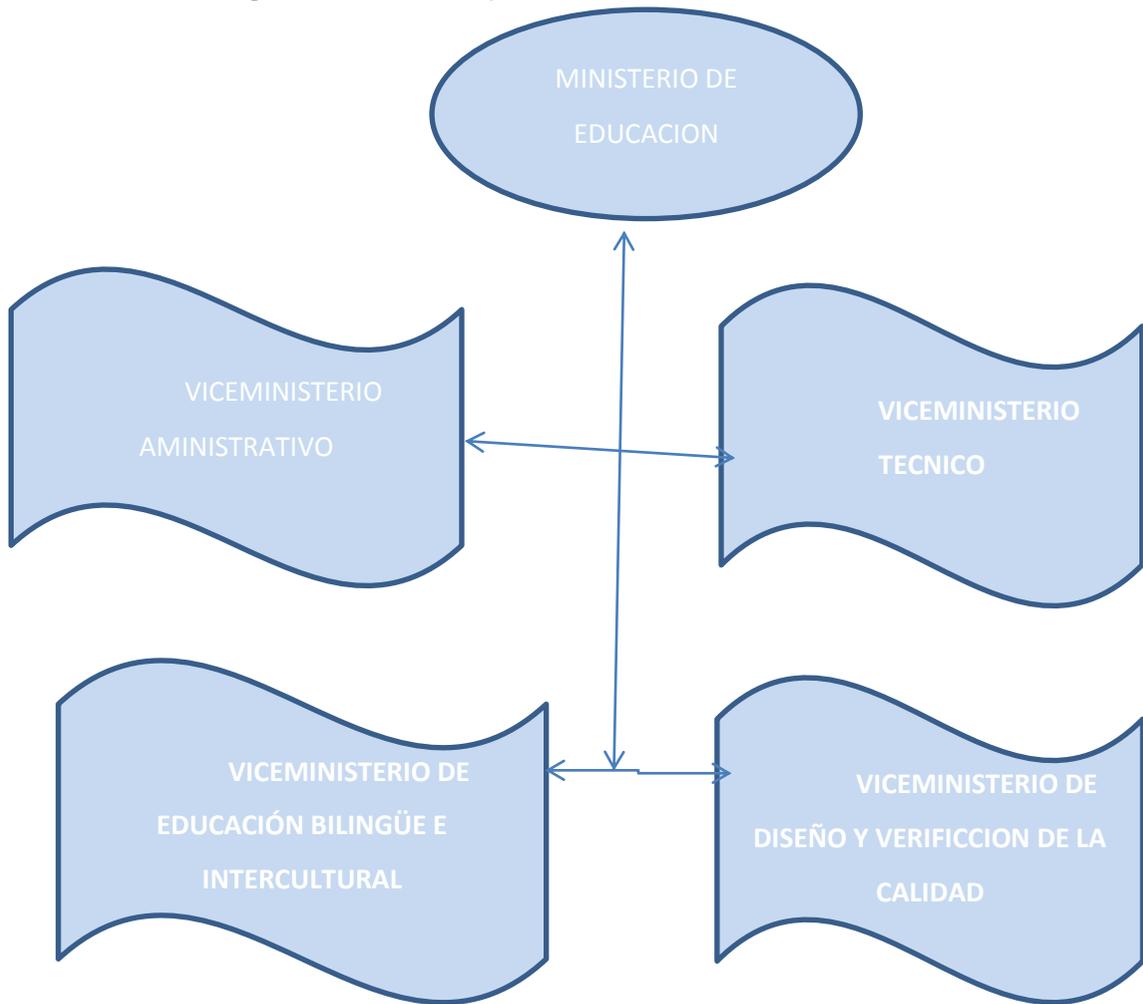
3.8 Ámbito laboral:

Es el espacio o ambiente en donde las personas realizan diferentes labores.

A. Ministerio de Educación:

Es la Institución responsable de la educación en Guatemala, por lo cual corresponde lo relativo a la aplicación del régimen jurídico concerniente a los servicios escolares y extraescolares para la educación de los guatemaltecos.

Figura No. 1 Jerarquía del Ministerio de Educación



B. Base legal

Acuerdo 76-97

Ley Nacional Para El Desarrollo De La Cultura Física Y Del Deporte

EL CONGRESO DE LA REPUBLICA DE GUATEMALA

CONSIDERANDO:

Que la Constitución Política de la República de Guatemala establece que la educación tiene como fin el desarrollo integral de la persona humana y determina que es obligación del Estado procurar el más completo bienestar físico, mental y

social así como velar por la elevación del nivel de vida de todos los habitantes del país contribuyendo al bienestar de la familia.

CONSIDERANDO:

Que la Constitución Política de la República de Guatemala, reconoce como deber del Estado el fomento y la promoción de la educación física, el deporte escolar y la recreación física, así como la plena autonomía del deporte federado.

CONSIDERANDO:

Que la Constitución Política de la República de Guatemala, al señalar la protección antes indicada confiere al deporte escolar la educación física y la recreación física una importancia prioritaria, en igual forma obligada a desarrollar nuevos conceptos al incluir dentro de la función del Estado y de las obligaciones de este al deporte no federado, actividad que practican las mayorías del país;

CONSIDERANDO:

Que para el mejor desarrollo del deporte, la educación física y la recreación física, es necesario regular las actividades de las instituciones que conforman su dirección, por medio de la interrelación de los organismos responsables de dirigir tales actividades físicas a nivel nacional.

CONSIDERANDO:

Que de acuerdo con el espíritu constitucional que tiende a la descentralización como norma para el desarrollo integral de todas las actividades de los habitantes de Guatemala se hace imprescindible emitir un cuerpo de leyes con esa tendencia;

POR TANTO:

En uso de las facultades que le confiere el artículo 171, inciso a) y lo que determinan los artículos 72, 91, 92, 94 y 119 de la Constitución Política de la República de Guatemala.

Título I

De La Interinstitucionalidad De La Educación física, La Recreación Y El Deporte

Capítulo I

Objetivos, Creación y Principios

ARTÍCULO 7. INTEGRACIÓN Y OBJETIVOS. Se establecen los siguientes sistemas a desarrollarse principalmente, bajo la responsabilidad de los organismos y entidades rectoras establecidas en esta ley:

a. Sistema de Educación física: Corresponde al Ministerio de Educación. Se integra con las modalidades de deporte y recreación física escolar en el ámbito extracurricular. Dicho Ministerio será representado por la Dirección General de Educación física-DIGEF-. El sistema de educación física, persigue como objetivo interinstitucional de carácter general, lograr desde su ámbito escolar la iniciación y formación de la actividad física, sistemática como parte de la cultura general de la sociedad, en órdenes de actividad física desarrollo físico y mejora de los niveles de salud en función de una elevación de la calidad de vida. En cuanto a su objetivo interinstitucional de carácter específico persigue articular la actividad deportiva y recreativa escolar en sus modalidades extra docente y extra aula en proceso de promoción, formación selección y participación.

ARTÍCULO 8. POBLACIONES DE PARTICIPACIÓN. Se establecen las siguientes poblaciones de participación. a. Población escolar: matriculada en los distintos centros educativos escolares oficiales y privados

TITULO II

EDUCACION FISICA

CAPITULO I

OBJETIVO Y CREACION

ARTÍCULO 32. CREACIÓN El estado crea y reconoce a través del Ministerio de Educación a la Dirección General de Educación física –DIGEF-, la cual se encargará de la coordinación y cumplimiento de la filosofía, política y directrices de la educación física nacional. Decreto 76-97 17

ARTICULO 33. AMBITO. El acceso a la educación física es un derecho de todo escolar por ser un elemento esencial en su proceso formativo y en su bienestar integral Su práctica se realizará sin ningún tipo de restricción o discriminación alguna. Tanto el deporte como la recreación escolar por ser parte en su carácter de medios de la educación física, se entienden incluidos cuando se menciona ésta, la que los abarca y desarrolla en su ámbito extracurricular, cuando se refieren a programas específicos.

ARTICULO 34. RECTORIA. La educación física como parte fundamental de la educación y como modalidad de aplicación obligatoria en el Sistema educativo Nacional, corresponde su rectoría y tutelaridad al Ministerio de Educación, en cumplimiento del deber constitucional de fomento y promoción de la educación física.

ARTÍCULO 36: ESTRUCTURA ORGÁNICA. La Dirección General de Educación física conforma su estructura orgánica con una instancia colegiada a cargo de un Consejo Directivo y por una instancia ejecutiva a cargo de un Director General.

ARTÍCULO 37. CONSEJO. El Consejo Directivo de la Dirección General de Educación física –DIGEF- se constituye como un órgano asesor, coordinador y reglador de las políticas, proyectos, directrices y estrategias de dicha Dirección. Se integra por convocatoria del Ministerio de Educación, con los siguientes miembros:

- a) El Director General de Educación física, quien lo preside.
- b) Un delegado de la Presidencia de la República
- c) Un representante del despacho del Ministerio de Educación
- d) Un representante por las asociaciones de maestros de educación física
- e) El Director de la Escuela Normal Central de Educación física.
- f) Un representante del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social
- g) Un representante de la unidad académica de educación física superior

De las Universidades privadas de Guatemala

h) Otros miembros que el Despacho Ministerial a través de su titular determine integrar

CAPITULO II REGIMEN INSTITUCIONAL

ARTÍCULO 42. CAMPO DE ACCIÓN. La educación física, dentro del Sistema Educativo Nacional se aplica en dos ámbitos de acción.

1. El Curricular: Que corresponde ex profesamente al plan y programa de estudios que se aplica en la clase de educación física y que constituye la base de todo el proceso de formación y proyección educacional, siendo sus objetivos.

a) Adquirir y preservar hábitos de salud

b) Inculcar el beneficio de una mejor calidad de vida mediante el hábito de la práctica de actividades físicas.

c) Fijar el hábito permanente del ejercicio físico;

d) Contribuir a la adquisición de una aptitud para la acción mediante el desarrollo de habilidades motrices y técnicas y capacidades físicas.

e) Promover una educación por y para el movimiento que contribuya a la educación integral y multilateral;

f) Inculcar una moralidad en acción

ARTÍCULO 45. PROFESIONALIZACIÓN. La educación física en su ámbito curricular, en todos los niveles educativos tanto en el sector oficial como privado, será impartida, exclusivamente por docentes titulados en educación física. Así mismo. Las coordinaciones o como se les denomine en el área de educación física y deportes, en cada centro educativo privado, deben estar dirigidas por docentes titulados en educación física, en garantía de los valores positivos del esfuerzo pedagógico.

C. General de Educación física: es la entidad rectora de la educación física en Guatemala. Debe velar por el desarrollo de programas y planes de actividad física en el medio educativo en todos los niveles de educación.

D. Curriculum nacional base -CNB- área curricular de educación física del cuarto bachillerato

Área curricular de educación física

a) Descriptor

La Educación física, en el nivel medio, ciclo diversificado, orienta en los aspectos motrices para contribuir al logro de actividades físicas que son indispensables en el desarrollo de las y los adolescentes, ayuda a sobrellevar las agresiones propias de la vida cotidiana del medio, a afrontar el presente y el futuro con actitud positiva. Tomando en cuenta que la vida sedentaria del trabajo en las oficinas y lugares diversos provoca enfermedades de tipo cardiovascular y obesidad, se debe promover y facilitar a los individuos a comprender su propio cuerpo. El desarrollo y recreación personal de cada uno.

Cuando se realiza ejercicio físico no solo se actúa sobre nuestro cuerpo, sino que eso repercute en el conjunto de nuestro ser ya sea a nivel químico, energético, emocional e intelectual.

La educación física purifica interiormente, es una medicina para la descarga emocional, se aprende deportes y a trabajar en equipo. Promueve las habilidades físicas como andar, correr, saltar, balanceos, lanzar, patear, volteos, equilibrio entre otros. Se recomienda caminar, hidratarse, come fruta todos los días y hacer actividad física a diario para mantener una salud de calidad.

b) Competencia de área

1. Desarrolla habilidades físicas y deportivas con un grado de dificultad demostrando la aptitud física.

2. Incorpora una interrelación social e intercultural que le proporciona una vida activa y saludable.

c) Apuntes metodológicos

La educación física tiene como propósito contribuir al desenvolvimiento de los estudiantes por medio del desarrollo integral de las capacidades y habilidades

motoras, de manera que los estudiantes mejoren y aumenten la efectividad del movimiento que les es útil en la vida.

En el marco de esa integralidad la educación física desarrolla la habilidad de comprensión significativa del cuerpo orientando a los estudiantes hacia él, reconociendo sus limitaciones, potencialidades, emociones y las formas de canalizarlas.

Estos grandes propósitos delinear el tratamiento metodológico para el desarrollo de las competencias, en tres momentos:

- Primer momento (inicio). Antes de cada actividad se debe tener un tiempo para preparar el cuerpo y la mente, es decir, los estudiantes deben tener claridad del propósito de la actividad y lo que implica para el desarrollo corporal mental.

- Segundo momento (Desarrollo): El desarrollo de la actividad propiamente dicha; se debe evitar al máximo establecer un ambiente competitivo entre los y las estudiantes, y toma en cuenta las debilidades y fortalezas individuales.

- Tercer momento comprensión significativa de su cuerpo, sus limitaciones y potencialidades con respecto al propósito de la actividad en el logro de la competencia.

Subárea: educación física

a) Descriptor:

Esta subárea está diseñada para que él o la estudiante mantengan continuidad con el proceso totalizador de la educación física iniciando en los niveles educativos precedentes.

Para tal efecto el seguimiento se mantiene en función de dos componentes: el condicionamiento físico, persigue que el individuo mantenga una salud corporal a través de ejercicios aeróbicos. El condicionamiento de habilidades motrices/deportivas consiste en practicar tácticas en tres deportes que son baloncesto. Fútbol, balonmano.

b) Componentes:

1. El condicionamiento físico, desde donde se persigue fortalecer una condición física natural que responda a las características de crecimiento y desarrollo individual favoreciendo el mantenimiento de una aptitud física aceptable como estándar de logro en la vida.

2. El componente de habilidades motrices/deportivas, por el que se busca introducir a la fundamentación de la táctica individual básica en tres deportes de conjunto y el desarrollo de elementos técnicos en una actividad física individual como lo es la danza aeróbica (Cierre): Se refiere a la evaluación.

E. Instituto técnico vocacional doctor Imrich Fischmann: Institución educativa con más de 55 años de funcionamiento que es la encargada de egresar mano de obra calificada y además de preparar el estudiantado para ir a la universidad.

F. Comunidad educativa: Es el conglomerado que de manera directa o indirecta, tiene que velar por el desenvolvimiento óptimo de las instalaciones del establecimiento, así como velar porque los estudiantes alcancen el nivel práctico y académico aceptable.

G. Infraestructura: son todas las áreas de trabajo que constituyen talleres, aulas académicas, salón de usos múltiples y área deportiva.

H. Recursos didácticos, materiales: En todas las áreas de trabajo son insuficientes y con material obsoleto, pero se trata de optimizar de tal forma que con lo que se tiene se pueda lograr el aprovechamiento al máximo de los recursos.

IV Marco Operativo:

4.1. Diseño de la investigación

4.1.1. Equipo de investigación:

Investigador principal	Muestra
German Gustavo Vásquez García	30 estudiantes de 4° bachillerato

4.1.2 presupuesto de la investigación

Recursos materiales	Costo
2 resmas de papel bond tamaño carta	Q 30.00
Tinta	Q 90.00
Transporte	Q 200.00
Alimentación	Q 420.00
Fotocopia de instrumentos de evaluación 180 x 0.15	Q 27.00
Total	Q 767.00

4.1.3 Programación

Actividades	meses	Septiembre 2015				Octubre 2015				Noviembre 2015				Diciembre 2015				Enero 2016				Febrero 2016				Marzo 2016				Abril 2016			
		Semanas																															
Análisis de contexto																																	
Priorización de temas de investigación																																	
Formulación Plan de Investigación																																	
Planteamiento del problema																																	
Justificación																																	
Análisis de objetivos																																	
Estado del arte																																	
Marco teórico																																	
Aplicación de instrumentos																																	
Formulación Informe Final de Investigación																																	
Análisis de datos																																	
Interpretación de resultados																																	
Conclusiones y recomendaciones																																	
Examen privado de la sistematización																																	
1ª. Revisión informe final																																	
2ª. Revisión informe final																																	
Aprobación informe final con fines de graduación																																	

V Presentación de resultados

5.1 Análisis de datos

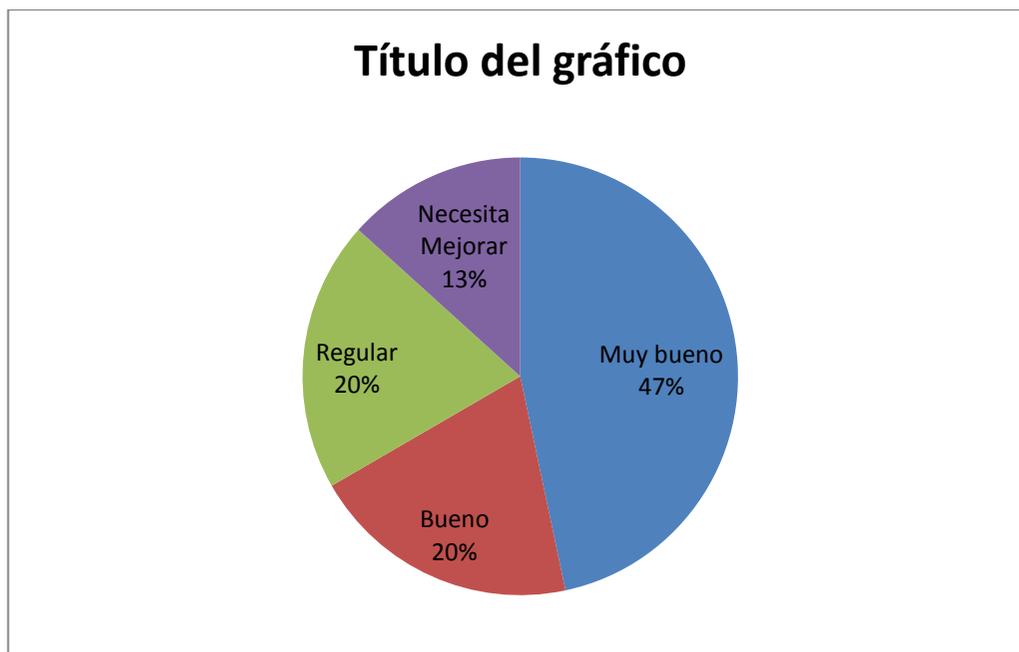
Población: 30 estudiantes

Edades: 15 a 21 años

Género: 15 hombres 15 mujeres

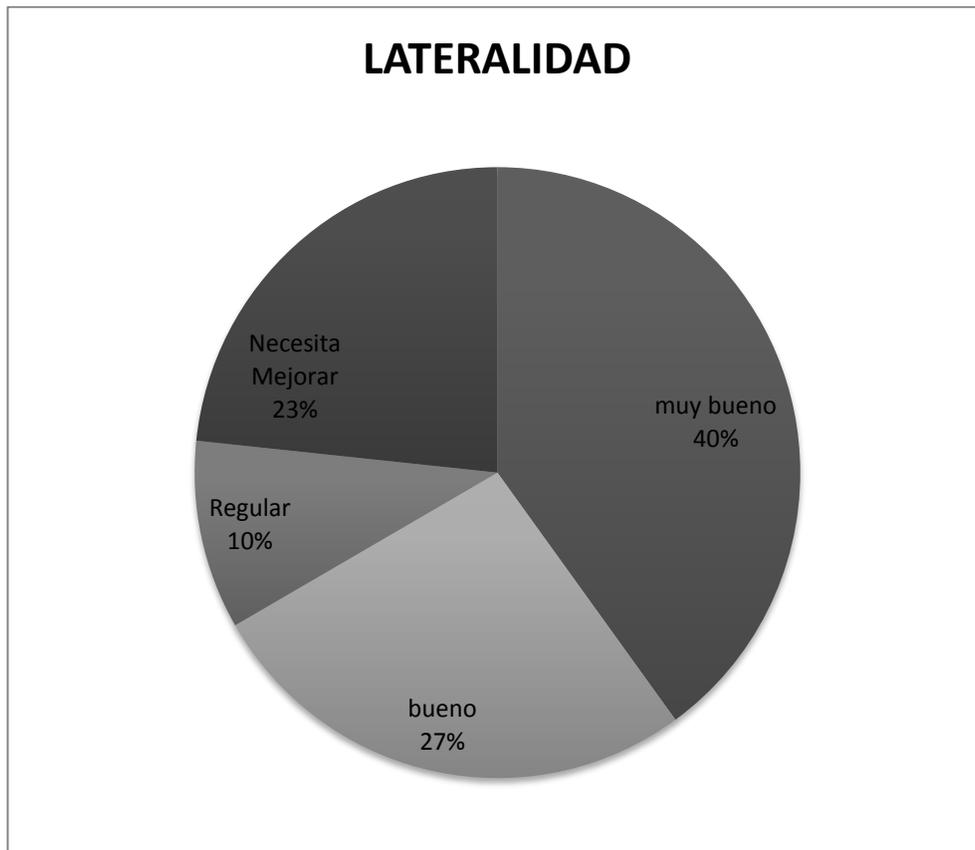
5.2 Interpretación de resultados

Figura No. 2 Desplazamiento



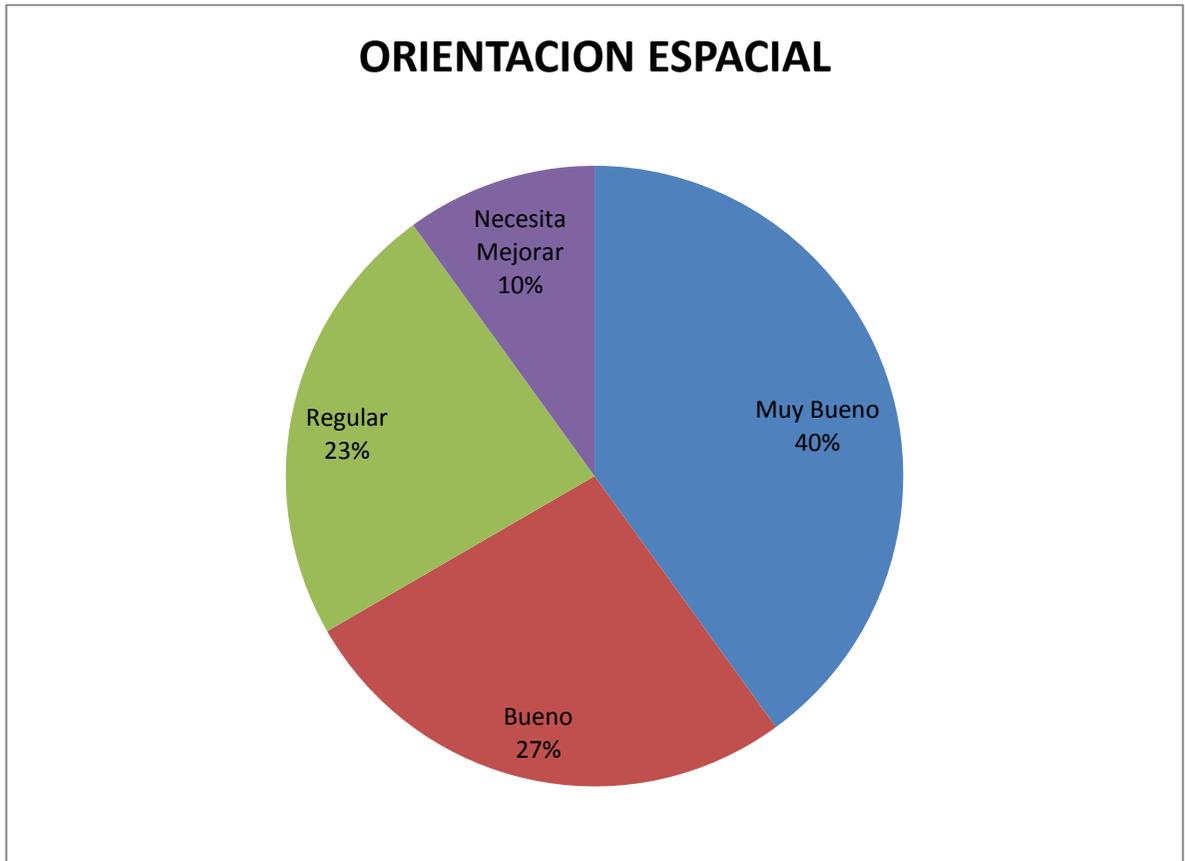
En esta investigación se trabajó la capacidad motora del desplazamiento y la figura determina que la tendencia en el desplazamiento es muy buena. Porque de la muestra de 30 estudiantes el 47% evidencio que tienen muy buen desplazamiento, el 20% lo hizo de manera regular, el 20% bueno y el 13% necesita mejorar. para lo cual los estudiantes pueden tener ya la iniciación deportiva.

Figura No. 3 Lateralidad



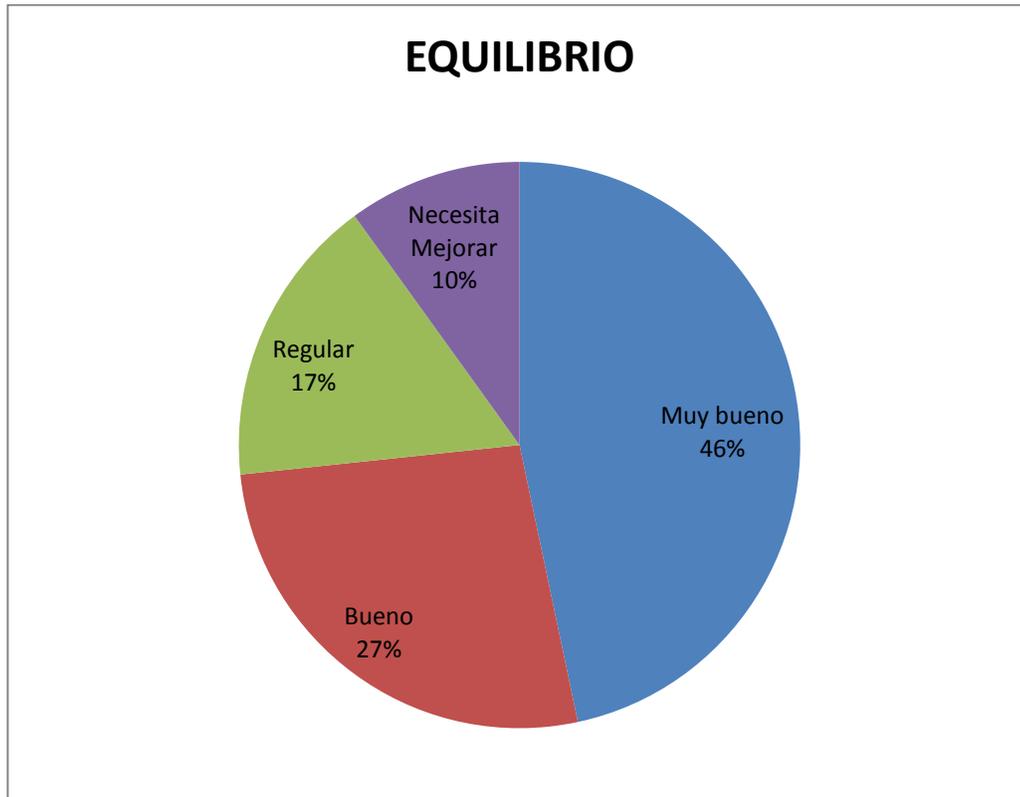
En esta figura se puede determinar que en la capacidad motora de la lateralidad es muy buena porque de una muestra de 30 estudiantes el 40% fueron muy buenos el 27% bueno el 10% regular y para lo cual pueden trabajar el área deportiva

Figura No. 4 Orientación espacial



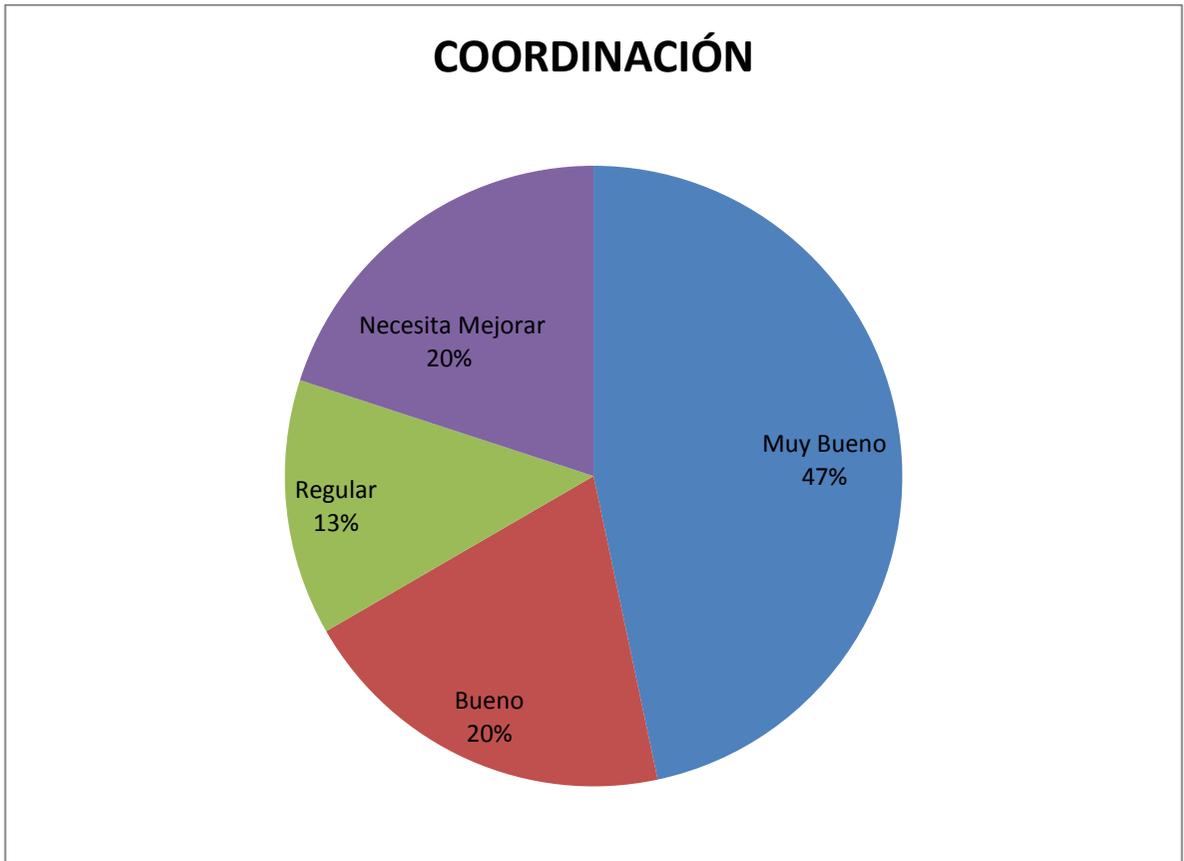
En la capacidad motora de orientación espacial en la figura se puede observar que es muy buena ya que de 30 estudiantes el 40% evidenciaron estar muy bien, el 27% bueno el 23% regular y el 10% necesita mejorar Con lo cual pueden practicar cualquier deporte.

Figura No. 5 Equilibrio



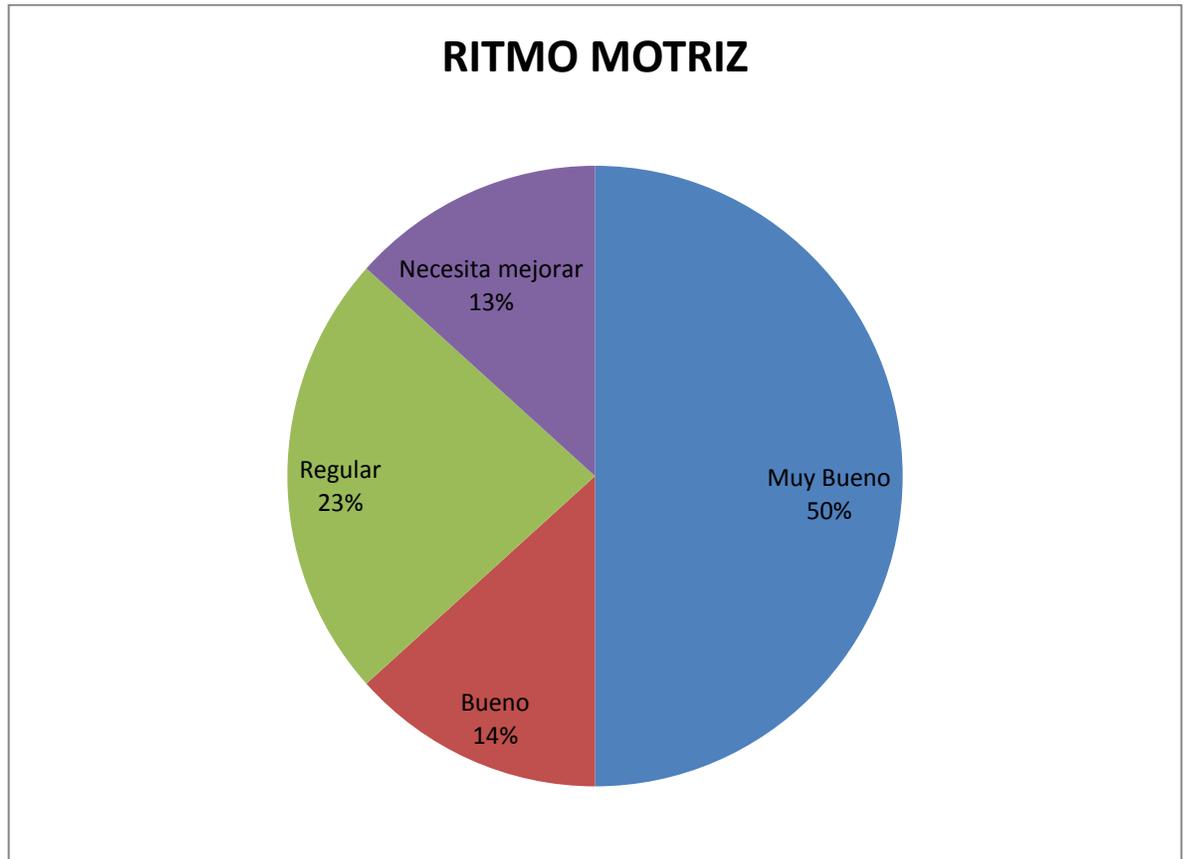
En esta figura se determinó que la tendencia en el equilibrio es muy buena ya que de una población de 30 estudiantes el 46%, el 27% bueno el 17% regular y el 10% necesitan mejorar. Y por lo tanto pueden hacer práctica de cualquier deporte.

Figura No. 6 Coordinación



En esta figura se puede evidenciar que en la capacidad motora de la coordinación los estudiantes presentan una buena evaluación porque de una muestra de 30 estudiantes el 47% salió muy bueno el 20% bueno el 13% regular y el 20% necesita mejorar.

Figura No. 7 Ritmo Motriz



En la figura que corresponde a esta capacidad motora se puede ver que los estudiantes poseen una buena calificación ya que de 30 estudiantes el 50% tuvieron una buena calificación el 14% bueno el 23% regular y el 13% necesita mejorar

VI Conclusiones

1. Concluir que el rol del profesor de educación es importante para el desarrollo integral de los estudiantes.
2. Evidenciar por medio de esta investigación el bienestar que provoco en los estudiantes la actividad física que realizaron dentro de las clases.
3. Concientizar al estudiante que mediante la actividad física logra mejorar las relaciones interpersonales.
4. Experimentar que dentro de la actividad física el estudiante adquirió conocimientos de sus fortalezas y debilidades.
5. Establecer que por medio del juego tradicional el estudiante adquirió habilidades motrices y mantener las tradiciones de su país.

VII Recomendaciones

1. Debido a que al rol del profesor de educación física no se le ha dado la importancia necesaria se recomienda a las instituciones pertinentes evaluar la temporalidad con que se desarrollan las clases de educación física.
2. El profesor de educación física se actualice constantemente, Para que el estudiante reciba una clase de educación física de calidad.
3. Que a la clase de educación física se le dé más énfasis para que el estudiante tenga una mejor convivencia con sus compañeros y comunidad educativa.
4. Que el sistema educativo estimule mediante la educación física el trabajo de los estudiantes en casa
5. Implementar estrategias de aplicación de juegos educativos tradicionales.

VIII Bibliografía

- Bernal, C. A. ((2010).). *Metodología de la Investigacion (Tercera edicion ed.)*. Colombia, Sabana, Colombia:: Pearson Educacion.
- Berthier, A. E. (2004). *Investigacion Documental y marco teorico*.
- Chavez Z, J. J. ((1994).). *Elaboracion de Proyectos de Investigacion (Segunda ed.)*. . Guatemala, Guatemala, Guatemala:: XL Publicacion wa.
- Curriculum Nacional Base de diversificado*. (s.f.). Guatemala, Guatemala.
- Educacion, M. d. (s.f.). *Curriculum Nacional Base de Bachillerato en ciencias y letras con oreintacion mecanica automotriz*. Guatemala: Digecade.
- Gambara, H. (2002). *Metodos de investigacion en psicologia y educacion*. madrid: mac graw-hill .
- Informe de la Real Academia Española sobre la expresion violencia de genero*. (2004).
- Ley Nacional Para el desarrollo de la cultura fisica y el deporte*. (1990). Guatemala.
- Papalia, D. (2009). *Psicologia del desarrollo de la infancia a la adolescencia*. mexico: Mc Grawhill.
- Pitarque, A. (s.f.). *Metodos y Diseño de investigacion*.
- Zamora Prado, J. L. ((2009). *Epistemologia de la educacion fisica*. Guatemala.

IX Anexos

9.1 Glosario:

- **Atisbo:** Acción de atisbar
- **Atisbar:** Mirar, observar con cuidado, recatadamente.
- **Calistenia:** es un sistema de entrenamiento centrado principalmente en el movimiento de los distintos grupos musculares, más que en la potencia y el esfuerzo. La finalidad principal de los ejercicios calisténicos es la de mejorar nuestra agilidad, fuerza física y flexibilidad
- **Curricular** El término curricular se emplea para referirse a todo aquello propio del currículo o que es relativo a este.
- **Extracurricular:** es un término que usamos extendidamente en el ámbito educativo para dar cuenta de aquello que no forma parte o integra el currículo, es decir, éste no lo comprende. Actividades como música, la práctica de algún deporte, el aprendizaje de algún idioma, entre otros, pueden ser aprendidas de manera extracurricular y por caso ser consideradas como tales.
- **Autoestima** es la valoración que cada uno de los seres humanos tenemos sobre nosotros mismos, lo que somos, en lo que nos convertimos, como consecuencia de una mezcla de factores físicos, emocionales y sentimentales a los que nos enfrentamos a lo largo de la vida y que fueron moldeando nuestra personalidad, esto, en cuanto a la definición más formal que podemos dar y desestructurándonos un poco podemos decir que autoestima es el amor que nos dispensamos a nosotros mismos.
- **Hábitos:** toda conducta que se repite en el tiempo de modo sistemático. Debe quedar claro que un hábito no es una mera conducta asidua, sino que debe ser de un grado de regularidad que se confunda con la vida del individuo que lo ostenta. Por extensión, suele denominarse hábito al modo de vida de los presbíteros.
- **Fuerza:** se define como la capacidad de generar tensión intramuscular frente una resistencia independientemente de que se genere o no movimiento
- **Fuerza Isotónica** la fibra muscular modifica su longitud y se realiza un movimiento. En este caso la fuerza es mayor que la resistencia.

- Fuerza Isométrica tiene lugar cuando la fuerza no implica movimiento, es decir que la resistencia sobre la cual se ejerce fuerza permanece estática, sin movimiento, en ese caso, la resistencia es mayor que la fuerza.
- Resistencia: Es la capacidad física, que nos permite llevar a cabo una actividad o esfuerzo durante el mayor tiempo posible.
- Resiliencia: es la capacidad del ser humano para superar circunstancias traumáticas o periodos de dolor y se utiliza en el ámbito de la psicología
- Flexibilidad: es la capacidad física que nos permite alcanzar el grado máximo posible de una articulación.
- Velocidad: relación que se establece entre el espacio o la distancia que recorre un objeto y el tiempo que invierte en ello.
- Estático: que permanece en un mismo estado y no experimenta cambios
- Dinámico: que implica movimiento o lo produce
- Anaeróbico: vivir sin oxígeno
- Aláctica: necesidad de energía para poder re sintetizar el atp utilizado
- Láctico: qué se produce a partir del ácido láctico.
- Aeróbico: que suministra o facilita la entrada de oxígeno

El rol del profesor de educación física de PADEP-DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito bio-psico-socio-laboral en nivel diversificado.

Guía de evaluación de capacidades coordinativas segundo ciclo de nivel primario.

Definición: se utiliza para identificar el nivel de desarrollo de las habilidades motrices del estudiante en el ámbito biológico.

Establecimiento: _____ Docente: _____ Grados: _____

Área: _____ Fecha de ejecución: _____ Muestra de sujetos a estudio: _____

Capacidades coordinativas a evaluar: Ritmo motriz. Indicadores: Sin y con elementos.

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

Descripción: Nombre de la actividad: Coreografía de una canción I. Macarena. Método: Global. Recurso: Música.

Tiempo: 15 minutos. Organización: Individual.

Desarrollo: Con la pista de la canción realizamos los movimientos coordinados y fluidos con forme la ocasión no lo indique y a cada sonido una vuelta coordinada a la izquierda o a la derecha tratando de memorizar la coreografía la variante se realiza con el elemento con una pelota de plástico coordinado movimientos con el ritmo musical.

No.	Nombre del alumno	Grado	Genero	Edad	Escala de evaluación				Observaciones (Económico - salud - otros)
					Realiza la coreografía de una forma rítmica y fluida.	Realiza los pasos adecuados.	Presenta dificultad con el ritmo musical.	No presenta coordinación y fluidez.	
					Muy Bueno	Bueno	Regular	Necesita mejorar	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									
29									
30									

Director del establecimiento

Vo.Bo

MEF: _____

El rol del profesor de educación física de PADEP-DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito bio-psico-socio-laboral en nivel Diversificado

Guía de evaluación de capacidades coordinativas en nivel Diversificado

Definición: se utiliza para identificar el nivel de desarrollo de las habilidades motrices del estudiante en el ámbito biológico.

Establecimiento: _____ Docente: _____ Grados: _____
 Área: _____ Fecha de ejecución: _____ Muestra de sujetos a estudio: _____

Capacidades coordinativas a evaluar: Lateralidad. Derecha-Izquierda. Indicadores:

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

Descripción: Nombre de la actividad: Cincho caliente. Método: Global. Recurso: Prensa, pañuelo.
 Tiempo: 15 minutos. Organización: Grupal.

Desarrollo: En grupos de tres formados a la par libremente en el área de trabajo, dos estudiante los cuales no tendrán grupo, uno con el cincho y el otro se desplazara para no ser alcanzado, ellos se desplazaran cuando se les indique podrá incorporarse al grupo, dependiendo del lado que se le indicado (derecho, izquierdo), sin ser alcanzado por el que lleva el recurso para no ser chicoteado y el del lado contrario debe retirarse del grupo buscando incorporarse en otro.

No.	Nombre del alumno	Grado	Genero	Edad	Escala de evaluación				Observaciones (Económico - salud - otros)
					Domina su lateralidad.	Reconoce su lateralidad.	Presenta dificultad al reconocer su lateralidad.	No reconoce su derecha y su izquierda.	
					Muy Bueno	Bueno	Regular	Necesita mejorar	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									
29									
30									

Director del establecimiento Vo.Bo MEF: _____

El rol del profesor de educación física de PADEP-DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito bio-psico-socio-laboral en nivel Diversificado

Guía de evaluación de capacidades coordinativas de nivel Diversificado.

Definición: se utiliza para identificar el nivel de desarrollo de las habilidades motrices del estudiante en el ámbito biológico.

Establecimiento: _____ Docente: _____ Grados: _____

Área: _____ Fecha de ejecución: _____ Muestra de sujetos a estudio: _____

Capacidades coordinativas a evaluar: Bilateralidad. Indicadores:
Movimientos simultáneos, movimientos alternos, movimientos disociados.

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

Descripción: Nombre de la actividad: Salto de cuerdas. Método: Global. Recurso: Cuerdas. Tiempo:
15 minutos. Organización: Estaciones.

Desarrollo: En grupos de tres: Primera estación: dos con cuerdas y uno salta en payasitos (movimientos simultáneos). Segunda estación: como en la primera estación con la variante de realizar soldaditos (movimientos alternos), con la salvedad que los tres pasan al medio. Cuarta estación: Cada quien con su cuerda saltando en diferentes formas (movimientos disociados).

No.	Nombre del alumno	Grado	Genero	Edad	Escala de evaluación				Observaciones (Económico - salud - otros)
					Ejecuta fluidez y coordinación.	Coordina movimientos.	Presenta inconvenientes en la coordinación.	Falta de coordinación.	
					Muy Bueno	Bueno	Regular	Necesita mejorar	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									
29									
30									

Director del establecimiento

Vo.Bo

MEF: _____

Guía de evaluación de capacidades coordinativas del nivel Diversificado									
Definición: se utiliza para identificar el nivel de desarrollo de las habilidades motrices del estudiante en el ámbito biológico.									
Establecimiento: _____ Docente: _____ Grados: _____ Área: _____ Fecha de ejecución: _____ Muestra de sujetos a estudio: _____									
Capacidades coordinativas a evaluar: Equilibrio. Indicadores: estático - dinámico.									
Objetivo: Identificar desde el ámbito biológico las capacidades coordinativas para el desarrollo de las habilidades motrices.									
Descripción: Nombre de la actividad: Un dos tres cruz roja estatuas. Método: Global. Recurso: Ninguno. Tiempo: 15 minutos. Organización: Libre.									
Desarrollo: Se procederá a seleccionar a un monitor el cual dirá un dos tres cruz roja estatuas y los estudiantes adoptaran una posición de estatua en uno o varios apoyos (equilibrio estático), el cual vendrá saltando en uno o dos pies (equilibrio dinámico) pasara de monitor el que lo realice de una manera correcta.									
No.	Nombre del alumno	Grado	Genero	Edad	Escala de evaluación				Observaciones (Económico - salud - otros)
					Lo realiza sin dificultada.	Lo ejecuta de una forma adecuada.	Presenta dificultad moderada.	No Presenta la habilidad.	
					Muy Bueno	Bueno	Regular	Necesita mejorar	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									
29									
30									

 Director del establecimiento Vo.Bo MEF: _____

El rol del profesor de educación física de PADEP-DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito bio-psico-socio-laboral en nivel diversificado.

Guía de evaluación de capacidades coordinativas segundo ciclo de nivel primario.

Definición: se utiliza para identificar el nivel de desarrollo de las habilidades motrices del estudiante en el ámbito biológico.

Establecimiento: _____ Docente: _____ Grados: _____

Área: _____		Fecha de ejecución: _____		Muestra de sujetos a estudio: _____					
Capacidades coordinativas a evaluar: Coordinación. óculo-mano, óculo-pie.					Indicadores:				
Objetivo: Identificar desde el ámbito biológico las capacidades coordinativas para el desarrollo de las habilidades motrices.									
Descripción: Nombre de la actividad: futbol araña.		Método: Global. Recurso: Pelota plástica.		Tiempo: 15 minutos.					
Organización: Equipos.									
Desarrollo: Se forman equipos de 10 los cuales se colocaran en una posición de cuadrúpeda dorsal tratando de anotar el gol en la portería contraria utilizando las extremidades superiores e inferiores sin levantarse y no existiendo contacto con el otro equipo.									
No.	Nombre del alumno	Grado	Genero	Edad	Escala de evaluación				Observaciones (Económico - salud - otros)
					Evidencia la coordinación.	Presenta dificultad.	Lo realiza con dificultad.	Lo realiza con deficiencia.	
					Muy Bueno	Bueno	Regular	Necesita mejorar	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									
29									
30									
_____		Vo.Bo		MEF: _____					
Director del establecimiento									

9.3 Programa Docencia

Universidad de San Carlos de Guatemala

Programa Académico de Profesionalización Docente 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 el Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann del nivel medio, ciclo diversificado jornada matutina

Justificación.

El presente programa de Habilidades Motrices va enfocado hacia el claustro de maestro del en el Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann del nivel medio, ciclo diversificado jornada matutina, en donde se les brindara los conocimientos teóricos de cada una de las habilidades básicas del ser humano que va desarrollando desde temprana edad y las ira perfeccionando a lo largo de su desarrollo, siendo estas las bases para hacer otras actividades más complejas que le permitan desarrollarse y adaptarse al medio en que se desenvuelve. Ya que el claustro de maestro tiene un concepto diferente sobre lo que es una habilidad motriz y una capacidad física. Así también se desarrollara una práctica de las habilidades motrices en donde el claustro de maestro verificara su grado de madurez motriz.

Objetivo general:

Que los docentes del Instituto en el Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann del nivel medio, ciclo diversificado jornada matutina adquieran los conocimientos sobre las habilidades motrices que ayudaran a que sus alumnos adquieran una mejor base motriz y sepan responder mejor a las situaciones que se le presentan.

Objetivo específico:

De los conocimientos teóricos obtenidos en las charlas los docentes del en el Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann del nivel medio, ciclo diversificado jornada matutina, practiquen en un rally motriz las diferentes habilidades motriz y tenga una base más sólida sobre lo que es el desarrollo motor y puedan beneficiarse de estas actividades para el desarrollo integral de los jóvenes.

Motricidad:

La motricidad es la capacidad del hombre y los animales de generar movimiento por sí mismos. Tiene que existir una adecuada coordinación y sincronización entre todas las estructuras que intervienen en el movimiento (Sistema nervioso, órganos de los sentidos, sistema musculo esquelético)

La motricidad puede clasificarse en Motricidad Fina y Motricidad Gruesa.

Motricidad gruesa: hace referencia a movimientos amplios. (Coordinación general y viso motora, tono muscular, equilibrio etc.)

Motricidad fina: movimientos finos, precisos, con destreza. (Coordinación óculo-manual, fonética etc.)

Habilidad motrices básicas

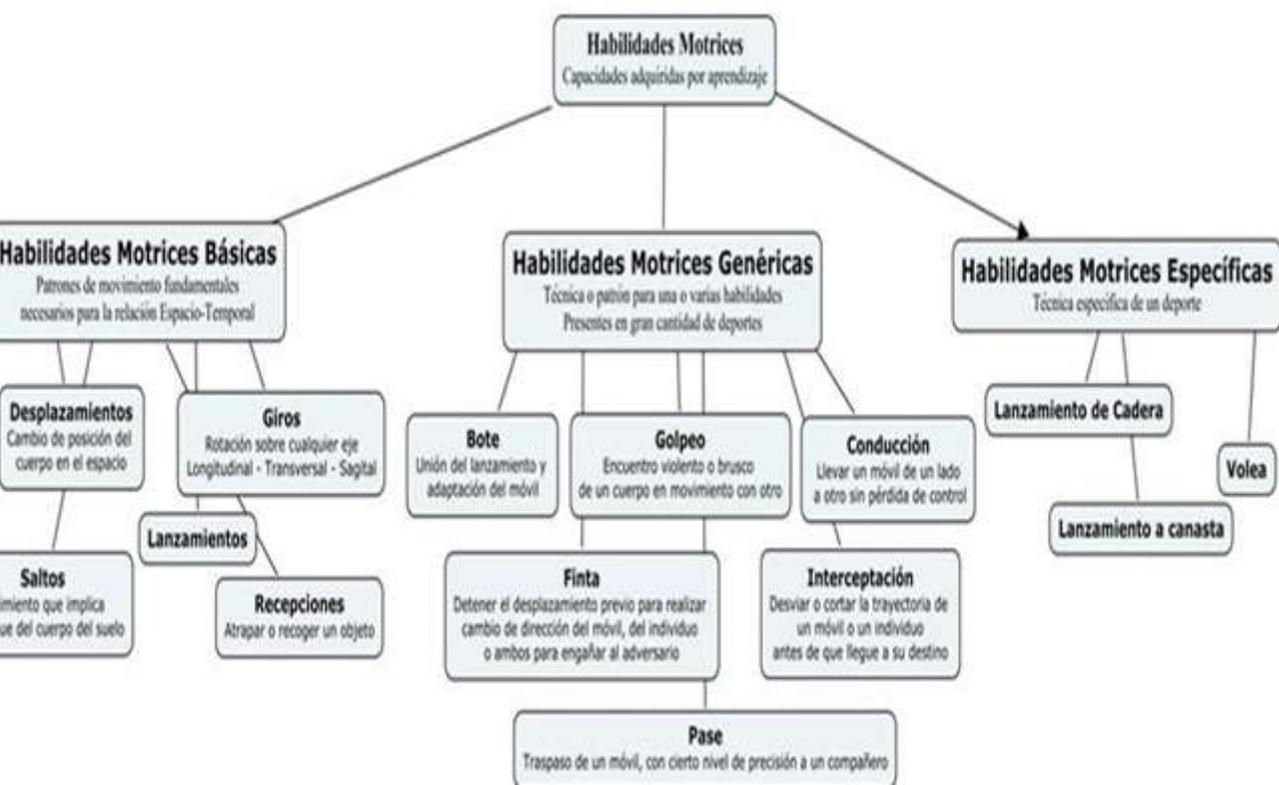
Definición: el concepto de habilidad motriz básica considera una serie de acciones motrices que aparecen conforme a la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, atajar.

Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son que son comunes a todos los individuos, permiten la supervivencia y son el fundamento de aprendizajes motrices más complejos.

Se consideran habilidades motrices básicas los desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones, todos ellos relacionados con la coordinación y el equilibrio.

Todos ellos son aspectos a ser desarrollados entre los 6 y los 12 años, período comprendido entre la adquisición y desarrollo en el niño de las habilidades perceptivo-motrices y el desarrollo pleno de su esquema corporal.

A través de su progresiva adquisición, la cual dependerá de la maduración del sistema nervioso central y del ambiente social, el niño podrá moverse en el mundo adecuadamente en la interacción con otras personas y los objetos.



Rally

Competencia general:

Desarrolla sus habilidades motrices, a través del Rally conociendo las posibilidades de su cuerpo de organizar, estructurar y decidir su acción motriz. Demuestra sus habilidades motrices en distintas situaciones ejecutando saltos, lanzamientos, equilibrio dinámico, coordinación ojo-mano, coordinación ojo-pie, dominio espacial; adquiriendo mayor seguridad y confianza en su accionar motriz.

Actividad 1: A la señal las/los participantes lanzaran el aro adentro del cono.

Actividad 2: Luego de ejecutar el lanzamiento deberán de correr en zigzag entre los conos.

Actividad 3: Al salir de los conos saltaran con los pies juntos adentro de los aros.

Actividad 4: Terminando de saltar deben de correr a la portería con los aros colgados, lanzarán una pelota tratando de que la misma pase por en medio de los aros; después cada una de las/los participantes ira por la pelota que lanzo y la colocara en el lugar de inicio de la estación.

Actividad 5: Al colocar la pelota en su lugar deben de correr a los conos con palos de bambú, y deberán pasar por debajo de los mismos.

Actividad 6: Cuando salgan de los conos con palos de bambú deben dirigirse hacia las colchonetas, ahí se colocarán acostadas boca arriba, rodando sobre sí mismas hasta finalizar al largo de las colchonetas.

Actividad 7: Al levantarse de las colchonetas, deben caminar encima de la línea de lana sobre el piso manteniendo su equilibrio.

Actividad 8: Terminando de ejecutar su equilibrio dinámico, encontrarán una caja o cubetas con 8 pelotas agarrando pelota por pelota deben de llevarlas hacia la otra caja o cubeta que estará ubicada en el otro extremo.

Material a utilizar

Estación 1: 2 aros y 2 conos

Estación 2: 8 conos

Estación 3: 12 aros

Estación 4: 1 portería, 2 aros, 1 bola de lana, 2 pelotas y 2 fritbys

Estación 5: 10 conos, 5 palos de bambú y 1 rollo de tape del grueso

Estación 6: 2 colchonetas

Estación 7: 1 rollo de lana y tape

Estación 8: 4 cajas de cartón o cubetas y 16 pelotas pequeñas.

9.4 Programa de Extensión

Universidad de San Carlos de Guatemala

Programa Académico de Profesionalización Docente 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 el Instituto Técnico Vocacional Doctor Imrich Fischmann del nivel medio, ciclo diversificado jornada matutina

Título: fis minutos

Objetivo general: Cimentar las capacidades motrices para fortalecer la auto aceptación desde el trabajo en sí mismo y en equipo para evitar la discriminación.

Objetivo específico: Formar estudiantes capaces de relacionarse con los demás para establecer niveles de aceptación y respeto.

Programación temática

Temática No.1: gimnasia básica

Desarrollo: se ejecutarán movimientos de articulaciones empezando desde la cabeza hasta los pies.

Dosificación: 5 minutos diarios antes de empezare el primer periodo de clases.

- Materiales: hidratación, toallita

VARIABLES: utilizar música

Evaluación de la actividad por los participantes:

Lista de cotejo

Objetivo: establecer el grado de desarrollo alcanzado por el estudiante

Definición: lista de aspectos que conforman indicadores de logro que permiten establecer su presencia o ausencia en el aprendizaje alcanzado por los estudiantes

Lineamientos de aplicación: marque con una X la respuesta que usted considere aceptable a las siguientes preguntas

Preguntas

- Obtuvo algún beneficio con esta actividad
- Se sintió aceptado en el grupo
- Pudo desarrollar los movimientos
- Encontró alguna dificultad en la actividad

Si	No
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Temática No.2: aeróbicos

Desarrollo: realizaran series de ejercicios establecidos rítmicamente

Dosificación: 5 minutos diarios antes de empezare el primer periodo de clases.

Materiales: hidratación, toallita, equipo de sonido y pistas seleccionadas

Variables: ejercicios estacionarios y con desplazamiento

Evaluación de la actividad por los participantes:

Lista de cotejo

Objetivo: establecer el grado de desarrollo alcanzado por el estudiante

Definición: lista de aspectos que conforman indicadores de logro que permiten establecer su presencia o ausencia en el aprendizaje alcanzado por los estudiantes

Lineamientos de aplicación: marque con una X la respuesta que usted considere aceptable a las siguientes preguntas

Preguntas

- Fueron de utilidad los ejercicios aeróbicos para sus diferentes capacidades
- Cree usted que obtuvo más resistencia al practicar estas rutinas
- Tuvo algún inconveniente al realizar los ejercicios aeróbicos
- Interactuó con sus compañeros

Si	No

Temática No.3: baile libre

Desarrollo: seleccionar diferentes ritmos musicales los cuales los estudiantes podrán aprender y practicar

Dosificación: 5 minutos diarios antes de empezare el primer periodo de clases.

Materiales: hidratación, toallita, equipo de sonido, música seleccionada

Variables: en parejas, en grupos

Evaluación de la actividad por los participantes:

Lista de cotejo

Objetivo: establecer el grado de desarrollo alcanzado por el estudiante

Definición: lista de aspectos que conforman indicadores de logro que permiten establecer su presencia o ausencia en el aprendizaje alcanzado por los estudiantes

Lineamientos de aplicación: marque con una X la respuesta que usted considere aceptable a las siguientes preguntas

Preguntas

- Fue motivadora la actividad
- Se sintió a gusto con los ritmos musicales
- Aprendió los ritmos musicales practicados
- Cree que es de beneficio propio la realización de estas actividades

Si	No

Cronograma de actividades:

Fecha Actividad	Enero	Febrero	Marzo - Mayo	Mayo - Julio	Agosto - Octubre
		15 al 30	1 al 5 - 8 al 29	1 de marzo al 13 de mayo	16 de mayo al 29 de julio
1.	Elaboración del programa	Presentación del programa Inducción del programa	Desarrollo de la temática 1	Desarrollo de la temática 2	Desarrollo de la temática 3

Evidencia de logro:

Los estudiantes realizarán un mapa mental del programa Fis minutos.