

Lázaro Martínez Aldana

**LA RECREACIÓN COMO UNA ALTERNATIVA A LA
EDUCACIÓN FÍSICA TRADICIONAL DE LOS ALUMNOS DE
TERCER GRADO DEL NIVEL PRIMARIO,
ÁREA RURAL DEL MUNICIPIO DE GUASTATOYA,
DEPARTAMENTO DE EL PROGRESO**

Asesora: Licda. Judith Adalgisa Franco



**Universidad de San Carlos de Guatemala
FACULTAD DE HUMANIDADES
Departamento de Pedagogía
y Ciencias de la Educación**

Guatemala, julio 2003.

Este estudio fue presentado por el autor como trabajo de tesis, requisito previo a su graduación de Licenciado en Pedagogía y Ciencias de la Educación.

Guatemala, julio de 2003.

ÍNDICE

	Pág.
Introducción	
CAPÍTULO I	
MARCO CONCEPTUAL	
1.1. Antecedentes	01
1.2. Importancia de la Investigación	05
1.3. Planteamiento del Problema	05
1.4. Alcances y Límites	06
CAPÍTULO II	
MARCO TEÓRICO	
2.1. ¿Qué es la Educación Física? (base legal)	07
2.2. Programa tradicional de la Educación Física	10
2.3. ¿Qué es recreación?	15
2.4. Programa de recreación	15
2.5. Planificación	18
CAPÍTULO III	
MARCO METODOLÓGICO	
3.1. Objetivos	
3.1.1. Objetivo General	21
3.1.2. Objetivos Específicos	21
3.2. Variable	
3.2.1. Definición teórica	21
3.2.2. Definición Operacional	21
3.2.3. Cuadro de la variable	23
3.2.4. Población y muestra	24
3.2.5. Los Instrumentos	24
CAPÍTULO IV	
ANÁLISIS DE RESULTADOS	
4.1. Recopilación y procesamiento de datos	25
4.2. Programa de recreación (Modelo de clase y hoja de evaluación)	31
5. CONCLUSIONES	37
6. RECOMENDACIONES	38
7. BIBLIOGRAFÍA	39
9. APÉNDICE	41
9.1 Encuesta dirigida a alumnos y alumnas	42
9.2 Encuesta dirigida a directores y directoras	44
9.3 Encuesta dirigida a maestros y maestras	46

INTRODUCCIÓN

El trabajo elaborado presenta los resultados obtenidos en un estudio realizado en las Escuelas Oficiales Rurales Mixtas del municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso sobre **“La Recreación como una alternativa a la Educación Física tradicional de los alumnos de tercer grado del Nivel Primario, área rural”**.

El programa de estudio del Nivel Primario, del Ministerio de Educación de la República de Guatemala establece las asignaturas que debe aprobar la población escolar durante un periodo de seis años que dura el proceso de este nivel, con un punteo mínimo de sesenta puntos, términos que establece el Reglamento de Evaluación del Rendimiento Escolar, Acuerdo Gubernativo 1,356.

Dentro de las asignaturas establecidas en el Nivel Primario está la de Educación Física, asignatura que los y las estudiantes reciben una vez por semana en un periodo de cuarenta minutos, misma que debe ser impartida por un docente especializado en Educación Física, lamentablemente sólo el 8.02 % de establecimientos son atendidos por especialistas (1,245), y el 91.98 (14,270) son atendidos por Maestros y Maestras de Educación Primaria, mismos que no tiene conocimientos amplios sobre los métodos y técnicas de la enseñanza de esta asignatura, debiéndose enfatizar que no cuentan con los medios y los recursos mínimos para dicha tarea.

Este estudio permitirá demostrar que a través de la recreación se puede sustituir la asignatura de Educación Física en establecimientos donde no cuentan con un maestro o una maestra de Educación Física, por un maestro o maestra de aula, a través de un plan de clase, basado en los lineamientos de: **a.** La carrera, Saltos y Lanzamiento; **b.** La dirección, sincronización y organización; **c.** Disciplina, y atención; **d.** La destreza y equilibrio, creando en el educando aptitudes y actitudes favorables para actividades de carácter físico, deportivo y

estético, además creará la necesidad de que las autoridades educativas se preocupen por incluir en sus programas de necesidades didácticas, la distribución de materiales deportivos y bibliográficos, así como la programación de capacitaciones por parte especialistas en la materia, a Maestros y Maestras del Nivel Primario, interesados en brindar recreación a sus alumnos.

Lo diferentes capítulos del presente trabajo de tesis son el resultado de la investigación realizado por el ponente de la misma. En el capítulo I se refiere a los diferentes cambios que sufrió la Educación Física desde la época precolombina hasta la presente fecha, asignándosele a la misma diferentes nombres de acuerdo al interés de personajes de esa época. El capítulo II, contiene la base legal, que demuestra que todas las personas en el gobierno que tienen la responsabilidad de dirigir los destinos de la república de Guatemala tienen que cumplir con las diferentes leyes y acuerdos nacionales e internacionales que definen el compromiso de desarrollar una sociedad integralmente en mente, cuerpo y espíritu a través de actividades físicas planificadas, concebidas y dosificadas para ser aplicadas en los diferentes ciclos del ser humano, iniciándose en la educación inicial, finalizando en la tercera edad; a través de la Educación Física, Deporte y Recreación. Capítulo III, da a conocer el objetivo general y los objetivos específicos; la definición teórica y operacional de la variable única en la investigación; la población y la muestra de la misma, e instrumentos aplicados. Capítulo IV, contiene la recopilación y procesamiento de datos de los diferentes instrumentos aplicados a la población muestra, consistente ésta en 68 alumnos y alumnas de tercer grado primaria del área rural, comprendidos entre las edades de 9 y 10 años, así como 4 docentes y 4 directores(a) de 4 escuelas oficiales. Finalizando con las conclusiones y recomendaciones, con referencia a las diferentes instituciones responsables de programas específicos sobre la materia, incluyéndose la bibliografía consultada y un módulo de enseñanza conteniendo lineamientos básicos para los programas pre-deportivos, con miras al deporte escolar a través de la recreación.

CAPÍTULO I

MARCO CONCEPTUAL

1.1. ANTECEDENTES

La Educación Física según la historia en Guatemala, se registra a 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 que el gobierno de Estrada Cabrera, organiza las Escuelas Prácticas, que con equipos gimnásticos, se establece las clases de Educación Física con calistenia y gimnasia con aparatos.

Con 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 llamada Milicia Escolar; en 1936 pasa a depender del Departamento de Extensión Cultural y Deportes del Ministerio de Educación; en el año 1940 aparece el Departamento de Educación Física.

Los movimientos políticos de 1944 le dan la importancia al deporte, dividiéndolo en deporte escolar y extra - escolar, lo que permitió que el 16 de noviembre de 1946 se reestructura su contenido en el aspecto técnico; de los fastidiosos desfiles y marchas escolares, gimnasias, calistenia; se piensa en actividades de Educación Física científica, dando paso a deportes escolares, con miras hacia los Juegos Centroamericanos y del Caribe, a realizarse en Guatemala en 1950, dichos juegos tuvieron sus semilleros en los deportistas escolares que fueron formados por instructores de esta materia en los departamentos de Guatemala.

Este entusiasmo permitió que en 1951 se hiciera el primer censo de Educación Física. En 1952 se creó la Oficina de Investigación y Estadística para estudiar La naturaleza del niño guatemalteco.

En 1956 fueron suprimidos los Instructores de Educación Física en los departamentos de Guatemala, lo que provocó la pérdida y derrotas a todo nivel en el deporte nacional, a la supresión de estas plazas técnico - administrativas docentes, siguió el retiro de maestros específicos en los establecimientos de educación normal. En 1960 viene una decadencia que se mantiene hasta 1974, donde se impulsa el deporte escolar, organizándose las Primeras Olimpiadas Escolares.

La Dirección de Educación Física y Salud elabora en 1965 los programas específicos para suplir la falta de personal especializado en técnicas y rendimiento deportivo, actualmente las escuelas e institutos de más de un millar de estudiantes tienen únicamente nombrado personal docente (Maestros de Educación Física) en el Nivel Pre - primario y Primario, dos secciones de cinco periodos, cada una, con una duración de treinta y cuarenta minutos cada periodo respectivamente, una vez por semana; y el Nivel Medio (ciclo básico y diversificado), cátedras de dos periodos semanales por cada grado y sección que existen en el establecimiento educativo, con una duración de treinta y cinco minutos cada uno; y a todo, se suma la población escolar atendida en cada clase, misma que supera la cantidad establecida por técnicos pedagógicos, para poder instruir correctamente a los alumnos en su desarrollo psicobiosocial.

La Dirección General de Educación Física debe velar por el cumplimiento de la Carta Internacional de Educación Física y Deporte, que dentro de sus preceptos establece:

Art. 1: La práctica de la Educación Física y el Deporte en un derecho fundamental para todos.

Art. 2: La Educación Física y el Deporte constituyen un elemento esencial de la educación Permanente dentro del sistema global de educación.

Art. 3: Los programas de Educación Física y Deporte deben responder a las necesidades individuales y sociales.

Art. 4: La enseñanza, el entrenamiento y la administración de la Educación Física y el Deporte deben confiarse a un personal calificado.

Art. 5: Para la Educación Física y el Deporte son indispensables instalaciones y materiales adecuados.

Art. 6: La investigación y la evaluación son elementos indispensables del desarrollo de la Educación Física y el Deporte.

Art. 7: La información y la documentación contribuyen a promover la Educación Física y el deporte.

Art. 8: Los medios de comunicación de masas deberían ejercer una influencia positiva en la Educación Física y el Deporte.

Art. 9: Las instituciones nacionales desempeñan un papel primordial en la Educación Física y el Deporte.

Art. 10: La cooperación internacional es una de las condiciones previas al desarrollo universal y equilibrio de la Educación Física y el Deporte.

La problemática relacionada con la Educación Física, Recreación y Deportes Escolares, debe afrontarse desde el margen del contexto social, histórico, político y educativo, el cual forma parte de los pueblos de Guatemala, principalmente el sector eminentemente rural, que debe de contar con una atención que le permita una distracción, de entretenimiento sano y favorable igual al desarrollo del área urbana.

Generalmente los niños y niñas que se encuentran estudiando en el nivel primario del área rural no son atendidos con programas específicos de recreación y deportes organizado, por no contar con los mismos.

En el último estudio realizado por el Área Curricular de la Dirección General de Educación Física, determina que en la actualidad son 700 Maestros y Maestras de Educación Física que laboran en el sector oficial cubriendo el 8.02 % de establecimientos (1,245), del 100% (15,515), atendiendo una población del 25.35 % (493,515) quedando desatendidos 1,453,406 estudiantes, esta información fue recolectada por los Orientadores Metodológicos Curriculares de las diferentes Sedes Técnico Administrativas de Educación Física, cuyas sedes se encuentran en las Direcciones Departamentales de Educación de la República de Guatemala.

Existen lineamientos por parte del Estado, donde se define concretamente cual es la función específica de las dependencias encargadas de establecer políticas y estrategias que velen por la recreación y el deporte nacional.

En la actualidad la Dirección General de Educación Física – DIGEG - impulsa estrategias, medios y recursos destinados a cumplir con lo que establece la legislación de la Educación Física.

En el departamento de El Progreso existen dos organizaciones encargadas de elaborar y realizar programas, que tienen como objetivos la distracción y el sano entretenimiento de grupos de personas de diferentes edades, estas organizaciones son:

a. La Junta Departamental de Deportes y Recreación Escolar:

Dicha junta es electa cada año, fundamentado su organización a través de los lineamientos que establece la Dirección General de Educación Física, quien representa al Ministerio de Educación.

b. La Delegación Deportiva Departamental:

Esta delegación es electa cada dos años, fundamentando su organización a través de los lineamientos que establece la Confederación Deportiva de

Guatemala.

Hasta el momento en el departamento de El Progreso, especialmente en el municipio de Guastatoya, no existe investigación referente al problema que afrontan los niños y niñas escolarizados, en el área rural, con relación al uso de sus habilidades para su desarrollo psicomotriz.

1.2. IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN

Es importante realizar la investigación para determinar que problemas afrontan los alumnos y alumnas del Nivel Primario del área rural del municipio de Guastatoya, al no ser atendidos dentro y fuera del establecimiento en el campo de la recreación y el deporte organizado.

El resultado de esta investigación permitirá hacer planteamientos a las organizaciones responsables en la atención de la recreación y el deporte organizado, pudiendo así reformar sus políticas y estrategias, en crear programas específicos sobre estas áreas, debiendo ser dirigidas por personas especializadas en estos campos de atención.

1.4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

Lo básico de la investigación es recabar información a cerca de las condiciones en que los alumnos del Nivel Primario, del área rural, son atendidos en su desarrollo psicomotriz, por lo que se plantea la siguiente interrogante:

¿ PUEDE UN PROGRAMA DE RECREACIÓN MEJORAR EL APRENDIZAJE DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS ALUMNOS DE TERCER GRADO, DEL NIVEL PRIMARIO ?

1.4 . EL ALCANCE Y LOS LIMITES DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1. EL ALCANCE

La investigación se realizará en el área rural del municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

Los resultados obtenidos se utilizarán para plantear a las Autoridades responsables en estos campos, las posibles alternativas de cambio, en la atención del tiempo disponible de los niños y niñas en su aspecto psicomotriz.

La investigación se circunscribe al número de escuelas que se definirán para la investigación, los resultados obtenidos pueden ser utilizados en los demás municipios del departamento de El Progreso, por tener los sujetos de investigación las mismas características, psicobiosociales.

1.4.2. LIMITES

La investigación será utilizada en el municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso. La muestra estará integrada por niños y niñas cursantes del tercer grado del nivel primario, de cuatro escuelas del sector oficial. Se efectuará un muestreo aleatorio entre los sujetos de estudio: Niños, niñas, docentes y directores. En el caso de los niños y niñas, para la determinación del tamaño de la muestra se aplicará la fórmula estadística correspondiente:

$$n = \frac{N}{n (d^2) + 1}$$

n = Tamaño de la muestra.

N = Población total (universo).

d = Probabilidad.

*** Utilización de la tabla de la Universidad de Michigan State.**

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ¿ Qué es la Educación Física ? (base legal):

“El elemento de educación que utiliza sistemáticamente, las actividades físicas y la influencia de los agentes naturales: aire, sol, agua, etc. Como medios específicos, donde la actividad física es considerada un medio privilegiado, porque abarca al ser en su totalidad”. (Texto 13:5)

Para que la misma se lleve a cabo, está, tiene sus bases legales que la respalda siendo éstas:

2.1.1. Deporte, artículo 91, Constitución Política de la República de Guatemala:

Este artículo establece lo que el gobierno deber asignar del presupuesto general de ingresos ordinarios de la nación, dinero que servirá para proporcionar atención a la población guatemalteca en función de su sana diversión.

“Artículo 91. Para ese efecto se destinará una asignación privativa no menor del tres por ciento del presupuesto general de ingresos ordinarios del Estado. De tal asignación el cincuenta por ciento se destinará al sector deporte federado a través de sus organismos rectores, en forma que establezca la ley; veinticinco por ciento a Educación Física, Recreación y deportes, veinticinco por ciento al deporte no federado”. (Legislación 2:38).

2.1.2. Fines de la Educación, inciso j, Ley de Educación:

Dentro de las bondades que la Ley de Educación de nuestro país, define, bien claramente los derechos que tiene todo estudiante guatemalteco en relación al respeto de sus valores como persona humana, está el artículo 2, inciso **“j) desarrollar en el educando aptitudes y actitudes favora-**

rables para actividades de carácter físico, deportivo y estético”. (Legislación 4:09).

2.1.3. Educación Física, Capítulo VII, artículos 59, 60 y 61 de la Ley de Educación:

Toda persona tiene derecho desde su nacimiento, durante el desarrollo de su vida hasta llegar a la plenitud de la misma, a participar en actividades que le permitan satisfacer sus necesidades de diversión física, psicológica y espiritual, decidiendo el lugar y el momento más oportuno para realizarlas.

“Artículo 59. Definición. Se define a la educación física como una parte fundamental de la educación del ser humano, que tiende a formarlo integralmente, en mente, cuerpo y espíritu, a través de actividades físicas, racionalmente planificadas, científicamente concebidas y dosificadas para ser aplicadas progresivamente en todos los ciclos de la vida del hombre, cuya extensión comienza con la educación inicial y termina con la educación del anciano”. (Legislación 4:36)

“Artículo 60. Finalidades. Son finalidades de la Educación Física:

- a) Preservar y mejorar la salud.
- b) Adquirir y mantener la aptitud física y deportiva.
- c) Promover la sana ocupación del tiempo libre.
- d) Contribuir al desarrollo de los valores morales y al completo bienestar físico, intelectual y social del ser humano. Para efecto dispondrá de procesos y medios de planificación, investigación, programación y evaluación propias y específicas”. (Legislación 4:36)

“Artículo 61. Derechos fundamentales. El Estado reconoce la práctica de la Educación Física, como un derecho fundamental para todos, y

como obligatoria su aplicación en todos los niveles, ciclos y grados del Sistema Educativo Nacional, tanto en su ámbito de educación formal, extraescolar o paralela. Su diseño curricular se adecuará al tipo de organización de cada nivel, modalidad y región”. (Legislación 4:37)

2.1.4. Derechos de los niños, artículo 31. Convención Internacional sobre los derechos del niño.

“Artículo 31. 1. Los Estados partes reconocen el derecho de niño al descanso y esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad, y a la participación libremente en la vida cultura y en las artes”. (Legislación 3:30)

2.1.5. Objetivos, creación y principios de la inter institucionalidad de la Educación Física, la Recreación y el Deporte en Guatemala. Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y del Deporte, Decreto Número 76-97, del Congreso de la República de Guatemala.

“Artículo 1. Objeto. La presente ley tiene como objeto, regular lo relativo a la tivo a la coordinación, articulación e interrelación de los sectores institucionales de la educación física, el deporte no federado, la recreación física y deporte federado dentro del marco de la Cultura Física y el Deporte, así como garantizar la práctica de tales actividades físicas como un derecho de todo guatemalteco, en el territorio de la República de acuerdo con las disposiciones internacionales aceptadas por Guatemala”. (Legislación 5:01)

En Guatemala existe, legislación nacional e internacional que define, y establece claramente que los habitantes tienen derecho al deporte y a recreación, existen los recursos económicos que cubren los gastos del mantenimiento de instalaciones

deportivas y recreativas; además hay personal que devenga un salario del mismo presupuesto que el Estado asigna para estas actividades; existen instituciones como la Dirección General de Educación Física, Confederación Deportiva de Guatemala y el Ministerio de Cultura y Deportes, que cuentan con programas acordes a su filosofía y políticas de trabajo, pero lamentablemente todas hacen lo mismo, no determinan sus ámbitos de acción, invierte recursos duplicando las actividades con la misma población, lo ideal sería que las instituciones unificarán sus programas y que establecieran claramente que nivel y clase de población atendería cada una de ellas, logrando de esta manera priorizar y aprovechar los recursos con que cuentan, permitiendo una graduación de las actividades hacia los usuarios, como lo son los niños y niñas, adolescentes, adultos y personas de la tercer edad.

2.2. Programa tradicional de la Educación Física:

Son dosificaciones de contenidos que se han transmitido de generación en generación, de uso exclusivo de Maestros de Educación Física, egresados de los establecimientos que patrocinaba el Estado, como lo es la Escuela de Educación Física, que actualmente se le denomina Escuela Central de Educación Física localizada en la ciudad capital y la Escuela Normal de Quetzaltenango.

Los contenidos programáticos no llenan las necesidades de la población escolar acorde a la situación del momento en que viven.

A partir del año 1998 se ha venido estructurando guía programáticas y metodológicas en los niveles de pre-primaria y primaria con carácter experimental, y actualmente en el nivel medio.

2.2. 1. Objetivos:

El principal objetivo de la educación, es el desarrollo intelectual, de

modo que el individuo sea capaz de distinguir progresivamente entre las diversas formas de conocimientos, para que esto sea eficaz, debe tener claro hacia donde camina, cuáles son las metas que persiguen.

La educación esta relacionada con la calidad de vida, lo que lleva consigo una consideración sobre aspectos que deben ser valorados; la educación persigue la perfección, la sociabilidad, la autonomía y la creatividad humana, la Educación Física pretende que la persona sea dueña de sus movimientos, que aprenda a gobernar su cuerpo y a controlar sus propias acciones, el valor que debe alcanzarse, puede sintetizarse de la siguiente manera:

a. Dimensión natural:

• **Valores técnicos:**

Aquellos a través de los cuales el ser humano transforma el mundo en que vive en beneficio propio, debiendo contemplar y fomentar las actividades hacia la economía de medios físicos y humanos, eficacia laboral y perfeccionamiento de los medios de transformación.

• **Valores vitales:**

Comprende todo aquel complejo mundo de la realidad Psico - biológica del hombre, sus motivaciones, sus apetencias, sus impulsos, inculcando fundamentalmente el respeto a la vida propia y ajena, el desarrollo de las cualidades físicas y la relación psico – somática.

b. Dimensión cultural:

• **Valores estéticos:**

Podría conformarse en torno al concepto de la belleza, la

armonía del entorno y su sublimación, debiendo fomentar actitudes positivas hacia la contemplación de la naturaleza, desarrollo de su capacidad creadora.

- **Valores morales o éticos:**

Se refiere a la dimensión del comportamiento humano donde debe conseguirse el sentido de la responsabilidad, orientación de la propia vida, personalidad, cumplimiento del deber, respeto total al semejante, generosidad, comprensión, respecto a la ley y la justicia, responsabilidad hacia la comunidad.

- **Valores intelectuales:**

Son situaciones muy abstractas, que puede definirse como la capacidad para adaptarse a nuevas situaciones, aprovechándose de anteriores experiencias, que pretenden la búsqueda de la verdad, desarrollo del sentido crítico, desarrollo del aprendizaje entre otras.

2.2.2. Metodología:

Es el camino más corto que sigue el maestro en búsqueda de alcanzar objetivos propuestos a través de procedimientos para estimular, dirigir, guiar las actividades de los alumnos, para que los mismos se adapten al medio natural y humano.

a. Método de mando:

Es el estilo más utilizado hasta la fecha en Educación Física, puede afirmarse que es el estilo más rígido, y de menor participación del alumno, es el profesor quien determina la actividad, limitándose el alumno a responder en la forma deseada por el profesor.

Esta forma de enseñanza, está basada en cuatro fases sucesivas, muy frecuentemente utilizadas en textos de pedagogía general, estas fases son: a. La explicación, b. La demostración, c. La ejecución y d. Las corrección o evaluación; brevemente comentadas, se puede decir que, la primera tiene por objeto definir el patrón de comportamiento común que se espera de los alumnos; seguido por la segunda, que consiste en una explicación verbal, que produce un esquema mental en el mismo alumno sobre lo que debe de hacerse; continuando con la tercera, que es realizada por el mismo profesor, demostrando como debe de hacerse el ejercicio, en este momento el profesor finaliza su participación y es el alumno que debe de poner en práctica lo que ha recibido pasivamente, imitando lo mejor y más exactamente posible; y por último, el profesor evaluará la actuación de los alumnos.

b. Asignación de tareas:

Este estilo esta basado en la libertad que se le da al alumno para comenzar el ejercicio cuando lo desee y finalizarlo cuando considere que ya ha realizado suficiente número de veces o tiempo. No todos los alumnos poseen la misma capacidad fisiológica para soportar un esfuerzo, ni tampoco psicológicamente están predispuestos para las exigencias físicas.

c. Enseñanza recíproca:

Es cuando el alumno asume funciones de evaluación, dentro del proceso de enseñanza, entiéndase como una simple corrección de errores, esto lo realiza el alumno al observar a otro compañero y le comunica sus errores.

d. Enseñanza programada:

El alumno actúa por sí mismo en lo concerniente a tomar la decisión

de la ejecución y evaluación de sus ejercicios. Los programas individuales son personales y requieren distinto tipo de respuesta según cada individuo, no obstante se dan unos puntos comunes a todos.

e. Descubrimiento dado:

Este método induce al alumno a la necesidad de buscar respuestas, soluciones, le induce por tanto a investigar y descubrir; la función del profesor no es la de dar respuestas claras y concretas a cada alumno, sino, la de estimular e impulsar en ellos la necesidad de descubrir algo.

La forma de trabajo del profesor consiste primeramente en determinar el tema específico de la clase, luego determinar las sucesivas etapas de tal forma que mediante preguntas o indicios, conduzcan al alumno progresivamente hasta el resultado final; cada paso esta basado en el anterior y a su vez posibilita el siguiente. La evaluación de este sistema se da constantemente en cada paso, al reforzar positivamente las respuestas acertadas, así mismo la evaluación total puede darse al lograr el alumno la meta deseada.

f. Resolución de problemas:

En este método el alumno debe encontrar las respuestas por sí mismo; un problema puede tener varias soluciones, con lo cual entra en juego la capacidad para encontrar alternativas y escoger la que considere mejor o más apropiada. El alumno solicita ayuda al profesor cuando la necesita.

2.2.3. Enseñanza:

Por medio de la enseñanza de la educación física, en la escuela primaria se debe lograr que cada niño y niña alcancen progresos en su desarrollo

psicobiológico, que aprenda las formas básicas de los juegos y deportes. El problema es cómo obtener estos resultados en una clase de cuarenta minutos, la solución debe buscarse en una adecuada organización de la enseñanza.

Todos los niños y niñas deben participar activamente en la clase, el maestro graduará la intensidad y la duración de los ejercicios para evitar movimientos exagerados o equivocados que cansen inútilmente los alumnos, el orden y la disciplina resultan imprescindibles; las clases alborotadas tienen un ritmo intenso, pero de ellas no se logrará ningún éxito educativo. Se debe establecer el orden adecuado sin presión; los alumnos deben aceptar y respetar la disciplina, aun cuando el maestro se encuentre ausente. Se les dará libertad de acción, pero al mismo tiempo se le impondrán responsabilidades que les sirvan de estímulo para que se empeñen en lograr la mayor perfección posible en cada una de las actividades que tienen que ejecutar.

2.3. ¿ Qué es recreación ?

Es la actividad más característica y espontánea del niño o niña, siendo ésta la base del proceso educativo de los primeros años, y cuando este interés se manifiesta, constituye a la adquisición de hábitos de trabajo, sentimientos y pensamiento.

Por medio del juego es que el niño se presenta el mundo así mismo, y en consecuencia por medio del juego el maestro puede dar al niño una interpretación adecuada de la vida, introduciéndolo en el mundo de las relaciones sociales, dándole el sentido de independencia.

2.4. Programa de recreación:

Es la estructuración de actividades que permiten que los alumnos se sientan satisfechos en la realización de movimientos, lanzamientos, saltos, carreras, a

través de la diversión, sin que sean obligados hacer actividades que no le interesan, mucho menos, que no le permitan expresar sus emociones y sentimientos.

2.4.1. Objetivos:

- a. Alegría, placer, interés y entusiasmo de los alumnos por el juego, deporte y danza; conduciéndolos cuidadosamente hacia el comienzo del movimiento formal.
- b. Mejoramiento de la salud, fortalecimiento y resistencia a la actividad física en los mismos.
- c. La experiencia los alumnos dará el dominio de las formas básicas del movimiento que los conduzca hacia la actitud positiva, frente al juego y a la observancia de sus reglas.
- d. Adquirir confianza de su propia fuerza y capacidad psicomotriz.

2.4.2. Metodología:

- a. En cada juego se tienen que realizar determinadas tareas desde el punto de vista físico y psíquico. Un juego puede ser emocionante y agotador pero también puede ser tranquilo y de esparcimiento. Los juegos se determinarán teniendo en cuenta el ritmo del juego.
- b. Los materiales del juego tienen que estar listos para comenzar. Esto es válido también en las competencias entre grupos.
- c. Tratar de que todos los participantes comprendan con breves palabras las ideas y las reglas del juego. El éxito de un juego depende de cómo se realice la explicación.
- d. Realizar una prueba general para tener un control, enseñar, demostrar con precisión claridad, significa ahorrar tiempo.
- e. Hacer que todos participen en el juego.

2.4.3. Enseñanza:

Es la manera o forma que utiliza todo maestro para dar ha conocer a los alumnos las diferentes etapas que debe alcanzar, para realizar las actividades que se pretenden que él puede desarrollar.

a. Ejercicios preliminares:

- * Juegos de persecución, de acoso, juegos que impliquen dramatización e imaginación.
- * Ejercicios libres o bien alguna actividad fogosa y vigorosa, donde los alumnos puedan actuar sin ningún aparato, estimulando la actuación individual a medida que desarrollen su habilidad y espíritu de equipo, debiendo actuar con un compañero o bien con pequeños grupos.
- * Ejercicios individuales con pelotas, sacos de arena y otro tipo de implementos.
- * Juego libre entre dos, entre tres y cuatro.
- * Juego entre pequeños grupos, los grupos pueden realizar el mismo juego, o juegos diferentes.
- * Relevos, estos consistirán en una combinación de habilidades con agilidad atlética.

b. Coordinación de movimientos prácticos:

El objetivo de esta parte de la lección debe ser:

- * Elevar la calidad en la ejecución de cada especialidad.
- * Aumentar el grado y la variedad de los conocimientos de cada especialidad.

c. Ejercicio en grupos y relevos:

- * Hay que dividir a los alumnos en tantos grupos como permita el espacio, el material disponible y los componentes, en un número conveniente, los grupos pueden practicar lo mismo o diferentes ejercicios, los cuales consistirán por

reglas generales en habilidades fundamentales, debiéndose proponer como objetivo la variedad, velocidad y destreza.

d. Juego final:

* La actuación en grupos debe limitarse a la cooperación completa con otros jugadores en la ejecución de cada habilidad. A medida que los alumnos se hagan más capaces, pueden iniciarse la actuación por parejas o por grupos reducidos de acuerdo con la capacidad adquirida, utilizando cuerdas, aros, pelotas, etc.; mismos que deben tener relación con partes del cuerpo, en particular con las manos y pies, para desarrollar equilibrios, destreza, dirección, sincronización, organización, velocidad, salto, lanzamiento, disciplina, atención entre otras.

2.5. Planificación:

Es la manera de llevar a cabo un registro de todo lo que se pretende desarrollar durante un periodo preestablecido para alcanzar los objetivos propuestos en función de la enseñanza de contenidos para los alumnos.

2.5.1. Plan de curso:

El plan de curso comprende las actividades que se realizarán durante el ciclo escolar, teniendo relación el mismo, con los de años anteriores y posteriores, permitiendo que la enseñanza se lleve a cabo de un modo eficiente, técnico, científico con sentido de continuidad.

El plan de curso previene lo que mejor se puede hacer en un sector del currículo, durante el período lectivo que normalmente es de un año.

El plan de curso debe ser estructurado de acuerdo a una serie de elementos a través de los cuales se irá elaborando el mismo, los principales son:

- a. Objetivos de la asignatura.
- b. Días efectivos para su desarrollo.
- c. Unidades o temas a desarrollar.
- d. Condiciones del medio.
- e. Posibilidad de la escuela.
- f. Conocimiento y edad de los alumnos.
- g. Continuidad de enseñanzas anteriores.
- h. Recursos disponibles.
- i. Actividades extra clase.

2.5.2. Plan de unidad:

Este plan exige un planteamiento más detallado de cada una de las unidades previstas en el plan anual. Dentro de los límites establecidos en el plan anual, el maestro organizará un plan de acción específico y definitivo en su realización.

Cada unidad constituye por su propia naturaleza, un curso en miniatura, sobre el área o sector de la materia, todo esto implica un ciclo docente completo, que irá desde la motivación inicial y presentación del tema, hasta la fijación de lo aprendido y la verificación de los resultados obtenidos del aprendizaje.

El plan de unidad en su estructura debe contener:

- a. **Encabezado:** Es donde se describe información referente a datos de información general, haciendo énfasis en el título de la unidad que se enseñará.
- b. **Objetivos específicos:** Es una descripción de los que se quiere alcanzar al finalizar la enseñanza de la unidad. Estos se derivan de los objetivos generales

formulados en el plan de curso, representando metas más limitadas que los alumnos habrán de lograr en determinado tiempo.

- c. **Contenido programático:** Estos consignarán todos aquellos temas a desarrollar en el tiempo establecido con anterioridad, teniendo el cuidado, que los mismos no pierdan su continuidad con el anterior y el posterior, permitiendo una interrelación progresiva.
- d. **Actividades:** Son todos aquellos procedimientos que el maestro utilizará para alcanzar los objetivos propuestos, a través de la motivación de la clase, presentación de la materia, fijación e integración de los contenidos del aprendizaje.
- e. **Recursos:** Son todos los elementos o medios con los que se dispone, para realizar el proceso de enseñanza – aprendizaje.

2.5.3. Plan de clase:

Es la previsión más objetiva posible de todas las actividades tendientes a la realización del proceso enseñanza – aprendizaje, que conduzcan al alumno a alcanzar los objetivos previstos.

El plan de clase no es sino, una reflexión sobre la labor a realizar en clase, puesto que el maestro piensa lo que va hacer y cómo se va hacer. Su estructura contiene los mismos elementos del plan de curso y plan de unidad, sólo su expresión es más objetiva, sus elementos son:

- a. Tiempo disponible.
- b. Objetivos.
- c. Contenidos.
- d. Actividades.
- e. Recursos.
- f. Evaluación.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. OBJETIVOS:

3.1.1. GENERAL:

^ Determinar si un programa de recreación, mejorar el aprendizaje de la Educación Física en los alumnos del tercer grado del nivel primario.

3.1.2. ESPECÍFICOS:

^ Elaborar un programa de recreación para alumnos de tercer grado de primaria del área rural.

^ Obtener el resultado de aprendizaje de Educación Física utilizando el programa de recreación.

^ Obtener el resultado de aprendizaje en Educación Física utilizando el programa tradicional.

^ Determinar si existe una diferencia estadísticamente significativa entre el programa de recreación y el programa tradicional.

^ Observar si los docentes brindan recreación.

3.2. DEFINICIÓN TEÓRICA DE LA VARIABLE:

3.2.1. VARIABLE ÚNICA:

Grado de aprendizaje en la Educación Física en los alumnos de tercer grado del nivel primario del área rural, utilizando un programa de recreación y un programa tradicional.

Definición conceptual:

a. Grado de aprendizaje:

Capacidad de realizar actividades que persigan la perfección de ejercicios a través de la constante práctica y repetición de los mismos.

b. Educación Física:

Actividad que por medio de movimientos voluntarios y precisos mejora el temperamento, refuerza y educa el carácter, contribuyendo a la formación de la personalidad del futuro ciudadano.

c. Recreación:

Es toda actividad voluntaria física, intelectual que permite al ser humano aprovechar su tiempo libre, buscando descanso, diversión y recreación física y mental.

3.2.3. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE LA VARIABLE ÚNICA:

Para poder detectar si un programa de recreación es una alternativa a la educación física tradicional en los alumnos del tercer grado del nivel primario, es necesario medir cual es el grado de aprendizaje de uno y del otro su resultado establecerá la diferencia: esto será posible a través de elaborar cuestionarios para directores (as), maestros (as) y alumnos (as): así como elaborar listas de cotejo para aplicarlas a los alumnos (as).

Todos los instrumentos serán elaborados sobre la base del siguiente cuadro: (observar la siguiente página)

CUADRO DE LA VARIABLE

VARIABLE	INDICADORES	CONCEPTO O DEFINICIÓN OPERACIONAL	INFORMANTES					
			A L U M N O	P R E G U N T A	M A E S T R O	P R E G U N T A	D I R E C T O r	P R E G U N T A
Grado de aprendizaje en la Educación Física, utilizando un programa de recreación y un programa tradicional.	a. Grado de aprendizaje.	a. Elaboración de lista de cotejo.	X					
	b. Programa de Recreación.	b. – Conocimiento de la recreación. - Importancia de la recreación - Programación recreativa. - Orientación sobre recreación. - Comisión de deportes y recreación. - Existencia de área deportiva. - Factores limitantes.	X X X X X X X	1, 6, 7, 3, 10	X X X X X X X	1, 6, 7, 3, 10	X X X X X X X	1, 6, 7, 3, 10 4, 5, 8, 9,
	c. Programa Tradicional.	c. - ¿ Se planifica la Educación Física ? - Implementos deportivos. - Guías de Educación Física.	X X X	2, 8, 8,	X X X	2, 8, 8,	X X X	2, 8, 8,
	d. Diferencia entre el Programa de Recreación y el Programa Tradicional.	d. Elaboración de lista de cotejo. (comparación del grupo del programa tradicional con el programa de recreación).	X					

3.3. LA POBLACIÓN Y LA MUESTRA:

3.3.1. DEFINICIÓN DE LA POBLACIÓN:

El sistema educativo nacional tiene como cobertura todos los departamentos de la república de Guatemala, sin embargo, el estudio de este trabajo comprende la población del área rural del municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso, la población la constituyen 275 alumnos de tercer grado, 18 docentes y 18 directores, de 18 escuelas oficiales rurales mixtas de los sectores educativos 02-01-01 y 02-01-02.

3.3.2. LA MUESTRA:

La constituye 04 escuelas rurales mixtas del nivel primario del municipio de Guastatoya, donde están inscritos 68 alumnos de tercer grado, comprendidos dentro de las edades de 9 a 10 años; se les aplicará la fórmula respectiva para determinación del tamaño de la muestra en donde “q” es igual al 25% y “p” igual a 75%; la selección se hará aleatoriamente. Definición de la muestra de docentes de tercer grado y directores que laboran en las escuelas de estudio será el 100%.

Para el efecto se tabulará los resultados y se harán los análisis, para presentar posteriormente el informe final.

3.4. LOS INSTRUMENTOS:

3.4.1. Lista de cotejo para los alumnos de tercer grado.

3.4.2. Cuestionario para los alumnos.

3.4.3. Cuestionario para maestros(a).

3.4.4. Cuestionario para directores(a).

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS DE RESULTADOS

RECOPIACIÓN Y PROCESAMIENTOS DE DATOS

CUADRO No.1 PROGRAMA DE RECREACIÓN (alumnos-as)

No.	PREGUNTA	INFORMANTE	SI	%	NO	%	TOTAL ENCUESTADOS	%
01.	¿ Sabe usted que es recreación ?	Alumno	40	59	28	41	68	100
03.	¿ Cada cuanto su maestro (a) de tercer grado le da recreación ?: a) cada semana b) cada quince días c) cada mes		55 13 00	81 19 00	00 00 00	00 00 00	68	100
04.	¿ Puede su maestro(a) de tercer grado darle recreación ?		58	85	10	15	68	100
05.	¿ Existe comisión de Deportes y Recreación en su establecimiento		54	79	14	21	68	100
06.	¿ Considera usted necesario tener recreación ?		58	85	10	15	68	100
07	En la escala de 1 a 5 ¿ Qué valor le da usted a la recreación ? a) 1 b) 2 c) 3 d) 4 e) 5		06 02 18 42	09 03 26 62	00	00	68	100
08.	¿ Tiene su escuela ? a) Área recreativa.. b) Implementos deportivos. c) Actividades recreativas. d) Libros recreativos.		68 34	100 50	34 68 68	50 100 100	68	100
09.	Señale los posibles problemas que no permiten que le den recreación en su escuela a) Falta de interés del director. b) Falta de interés del maestro(a) c) Falta de actividades. d) Falta de implementos.		52 34	76 50	68 68 16 34	100 100 24 50	68	100
10.	¿ Estaría usted dispuesto a participar en actividades recreativas ?		64	94	04	06	68	100

CUADRO No.2 PROGRAMA DE RECREACIÓN (directores-as)

No.	PREGUNTA	INFORMANTE	SI	%	NO	%	TOTAL ENCUESTADOS	%
01.	¿ Sabe usted que es recreación ?	Director	04	100			04	100
03.	¿ Conque frecuencia su maestro (a) de tercer grado da recreación ? a) Semanalmente b) Quincenalmente c) Mensualmente		03 01	75 25	04	100	04	100
04.	¿ Esta preparado su maestro(a) de tercer grado para dar recreación ?		03	75	01	25	04	100
05.	¿ Existe comisión de Deportes y Recreación en su establecimiento		04	100			04	100
06.	¿ Considera usted que los alumnos(a) tengan recreación ?		04	100			04	100
07	En la escala de 1 a 5 ¿ Qué valor le da usted a la recreación ? a) 1 b) 2 c) 3 d) 4 e) 5		04	100			04	100
08.	¿ Cuenta su establecimiento con ? a) Área recreativa.. b) Implementos deportivos. c) Actividades recreativas. d) Libros recreativos.		04 02	100 50	02 04 04	50 100 100	04	100
09.	Señale los posibles problemas que no permiten dar recreación en su Establecimiento a) Falta de interés del alumno(a) b) Falta de interés del maestro(a) c) Falta de orientación. d) Falta de bibliografía e) Falta de un programa. d) Falta de material para tal fin.		04 04 04 04	100 100 100 100	04 04	100 100	04	100
10.	¿ Estaría usted dispuesto a desarrollar un programa recreativo ?		04	100			04	100

CUADRO No.3 PROGRAMA DE RECREACIÓN (maestros-as)

No.	PREGUNTA	INFORMANTE	SI	%	NO	%	TOTAL ENCUESTADOS	%
01.	¿ Sabe usted que es recreación ?	Maestro(a)	04	100			04	100
03.	¿ Conque frecuencia su maestro (a) de tercer grado da recreación ? a) Semanalmente b) Quincenalmente c) Mensualmente		03 01	75 25	04	100	04	100
04.	¿ Esta usted preparado para dar recreación ?		03	75	01	25	04	100
05.	¿ Existe comisión de Deportes y Recreación en su establecimiento		04	100			04	100
06.	¿ Considera usted que los alumnos(a) tengan recreación ?		04	100			04	100
07	En la escala de 1 a 5 ¿ Qué valor le da usted a la recreación ? a) 1 b) 2 c) 3 d) 4 e) 5		01 01 02	25 25 50			04	100
08.	¿ Cuenta su establecimiento con ? a) Área recreativa.. b) Implementos deportivos. c) Actividades recreativas. d) Libros recreativos.		04 02	100 50	02 04 04	50 100 100	04	100
09.	Señale los posibles problemas que no permiten dar recreación en su Establecimiento a) Falta de interés del alumno(a) b) Falta de interés del director(a) c) Falta de orientación. d) Falta de bibliografía e) Falta de un programa. d) Falta de material para tal fin.		04 04 04 04	100 100 100 100	04 04	100 100	04	100
10.	¿ Estaría usted dispuesto a desarrollar un programa recreativo ?		04	100			04	100

Con respecto al resultado de los cuadros anteriores, se puede observar que en lo que corresponde a:

Programa de Recreación

a. Alumnos, alumnas:

- La mayoría expresan que cada semana se les da recreación, su maestro o maestra de grado lo puede hacer, que es necesario dichas actividades, ya que en una escala de 1 a 5 tiene un valor de 5, el establecimiento cuenta con área para tal fin, los problemas mayores que tienen es que no cuentan con libros y actividades específicas de recreación, y están en la disposición de participar en actividades recreativas.

b. Directores, directoras:

- Un buen porcentaje expresa que los alumnos y alumnas semanalmente reciben recreación, teniendo capacidad el maestro o maestra de grado, la totalidad en una escala de 1 a 5 le da un valor de 5 a la recreación, su establecimientos educativos cuentan con un área para dichas actividades, teniendo el único inconveniente que no cuentan sus maestro y maestras con una orientación específica, con materiales bibliográficos, programas de recreación, con materiales para tal fin y que están dispuestos a desarrollar dichos programas.

c. Maestros, maestras:

- Un buen número dice que ellos cada semana dan recreación a sus alumnos y alumnas, que están preparados, dándole un valor máximo a dichas actividades, lamentándose que no cuentan con materiales, con bibliografía, con un programa para tal fin, estando dispuestos y dispuestas a desarrollar un programa de recreación en el momento que se les proporcione.

CUADRO No. 4 PROGRAMA TRADICIONAL (alumnos-as)

No.	PREGUNTA	INFORMANTE	SI	%	NO	%	TOTAL ENCUESTADOS	%
02.	¿ Su maestro de tercer grado le da recreación ?	Alumno(a)	52	76	16	24	68	100
08.	¿ Tiene su escuela ? a) Área recreativa. b) Implementos deportivos c) Actividades recreativas d) Libros recreativos		68 34 16	100 50 24			68	100

CUADRO No. 5 PROGRAMA TRADICIONAL (directores-as)

No.	PREGUNTA	INFORMANTE	SI	%	NO	%	TOTAL ENCUESTADOS	%
02.	¿ El maestro(a) de tercer grado específicamente en el área práctica(educación física) programa actividades recreativas?	Director(a)					04	100
08.	¿ Cuenta su establecimiento con ? a) Área recreativa. b) Implementos deportivos c) Programas recreativos d) Bibliografía recreativa e) Guías de Educación Física		04 01 01	100 25 25			04	100

CUADRO No. 6 PROGRAMA TRADICIONAL (maestros-as)

No.	PREGUNTA	INFORMANTE	SI	%	NO	%	TOTAL ENCUESTADOS	%
02.	¿ En su planificación docente, específicamente en el área práctica (Educación Física) incluye actividades recreativas?	Maestro(a)					04	100
08.	¿ Cuenta su establecimiento con ? a) Área recreativa. b) Implementos deportivos c) Programas recreativos d) Bibliografía recreativa e) Guías de Educación Física		04 02 02	100 50 50			04	100

Con respecto al resultado de los cuadros anteriores, se puede observar que en lo que corresponde a:

Programa Tradicional

a. Alumnos, alumnas:

- La mayoría expresan que su maestro o maestra de grado les da recreación.

b. Directores, directoras:

- Un buen porcentaje expresan que el maestro o maestra de su establecimiento en el área práctica (Educación Física) programa actividades recreativas.

c. Maestros, maestras:

- Un buen número dice que ellos en su planificación docente específicamente en Educación Física incluyen actividades recreativas.

Observación:

Dentro de la investigación de campo se pudo establecer que tanto alumnos, alumnas, maestros, maestras, directores y directoras, creen que el desarrollar una clase de Educación Física, donde únicamente se proporciona un balón de fútbol a los niños y un balón de baloncesto a las niñas con esto se les proporciona recreación, sin instruirles sobre que es lo que deben de hacer, proceso que se desarrolla durante todo el año. Para los primeros, está actividad es para salir a jugar, los segundos, es un tiempo para descansar, y los terceros, es cumplir con las disposiciones del Ministerio de Educación; lamentablemente los involucrados no tienen toda la responsabilidad, por el motivo que el Ministerio de Educación, específicamente la Dirección General de Educación Física no cuenta con programas de capacitación, donde se pueda lograr que los participantes puedan diferenciar que es Educación Física, Recreación y Deporte, que son conceptos muy diferentes.

PROGRAMA DE RECREACIÓN
TERCER GRADO PRIMARIA ÁREA RURAL

1. **Descripción:**

A través de un programa de recreación se puede complementar el desarrollo natural, enseñando al niño o niña a correr, saltar y lanzar, fortaleciendo en él o ella, la dirección, sincronización y organización a través de la atención y disciplina, logrando destreza y equilibrio al realizar ejercicios previamente establecidos con objetivos y metas bien definidas por especialistas en la materia.

2. **Objetivos:**

Al finalizar el programa, los alumnos:

- a. Dominarán la carrera, el salto y el lanzamiento.
- b. Demostrarán dirección, sincronización y organización al realizar los ejercicios.
- c. Fortalecerán la atención y la disciplina.
- d. Desarrollarán la destreza y el equilibrio.

3. **Justificación:**

Un aspecto muy importante que viene a facilitar las actividades de este programa es, que los alumnos y alumnas ya están inmersos dentro de un programa de estudios establecido por el Ministerio de Educación a través de la asignatura de Educación Física; por otro lado, hay una demanda de actividades sanas como contrapartida a la falta de programas específicos a desarrollar por maestros y maestras de aula que sustituyen la falta de personal especializado en la materia

4. **Metodología:**

- a. Exposición por parte del docente.
- b. Práctica individual del alumno.
- c. Práctica en pareja de alumnos.
- d. Práctica en grupos de alumnos.

5. **Evaluación:**

- a. Observación directa
- b. Lista de cotejo
- c. Participación del alumno(a)

MODELO DE CLASE

1. Carrera, saltos y lanzamientos:

1.1. Recursos:

- Un área recreativa o deportiva (tierra, grama o cemento)
- Tres bancas de aproximadamente 30 centímetros de altura.
(o tres cuerdas elásticas u obstáculos de 30 centímetros de altura)
- 6 pelotas pequeñas de color.
- 3 pelotas grandes de color

1.2. Desarrollo:

a. Carrera:

El grupo de alumnos se dividirá en tres grupos pequeños, delante de cada grupo se colocarán las bancas u obstáculos, a una distancia de dos o tres metros cada uno (al habituarse el ejercicio se aumentará la distancia de uno en uno hasta llegar a cinco metros). Los alumnos correrán tratando de saltar las vallas sin modificar el ritmo, es decir, dando pasos saltados, el ejercicio lo realizarán de ida y de regreso, debiendo tocarle la mano al primero de la fila de su grupo, para que éste tenga derecho a salir, y deberá colocarse al final de la fila; el proceso se repetirá nuevamente hasta que pase el último de los alumnos o alumnas del grupo

b. Salto:

Organizados en seis grupos los alumnos, se colocarán a una distancia de diez metros de la banca (dos grupos en cada banca), misma que se encuentra colocada en forma longitudinal frente a los grupos. Los alumnos saltarán de lado sobre la banca, una vez a la derecha y otra a la izquierda hasta llegar al final de la banca, corriendo posteriormente al grupo de enfrente, tocándole la mano al primero del grupo, debiéndose colocar atrás del último compañero de la fila; el proceso se repetirá hasta que pase todo el grupo.

c. Lanzamiento:

A una distancia de cinco metros a cada lado del centro del área de trabajo, se trazarán una línea que limitará la posición de las pelotas grandes, mismas que se colocarán al centro del área de trabajo; se organizarán seis grupos, divididos en tres, uno frente al otro. A cada grupo se les dará una pelota pequeña, misma que será lanzada para pegarle a la pelota grande para que la misma traspase las líneas

señaladas; cada grupo golpeando con su pelota pequeña, deberá evitar que la pelota grande traspase la línea que limita su posición.

1.3. Fundamento:

Las carreras, los saltos y los lanzamientos intervienen en casi todos los ejercicios, pero en este caso se destacan de manera especial, cada ejercicio debe tener su propio objetivo, puesto que los niños y niñas de ésta edad, necesitan encontrar un sentido a los movimientos que realizan. La capacidad de los niños se desarrolla por medio de tareas de movimiento, que de ningún modo aspiran un estilo deportivo, sino que experiencias motoras que aumentan la fuerza, fijando los mecanismos motores, fundamentales para que en un futuro puedan practicar un deporte, con miras a destacar en él.

2. Dirección, sincronización y organización:

2.1. Recursos:

- Un área recreativa o deportiva (tierra, grama o cemento)
- Tres pelotas pequeñas de color.
- Quince cintas de tres colores.

2.2. Desarrollo:

a. Pegarle al compañero más cercano:

El profesor(a) explicará el juego, eligiendo un grupo para que haga la demostración del juego, después asignará a cada grupo un lugar para que pongan en práctica el juego. Cada grupo recibe una pelota, un jugador la lanza al aire a la mayor altura posible, mientras llama por su nombre a otro compañero de su grupo, todos, incluso el lanzador se moviliza en distintas direcciones con la mayor rapidez posible, tan lejos como puedan, el alumno que fue llama debe atrapar la pelota en el aire; y si no lo logra, la debe recoger del suelo, al momento de tener posesión de ella, exclama “ALTO”, y todos los compañeros se detienen, desde el lugar donde tomo la pelota, él da tres pasos gigantes en dirección del compañero más cercano, y trata de golpearlo con la pelota, el compañero elegido no debe moverse, si el lanzamiento es acertado, él alumno elegido recoge la pelota, y el juego comienza de nuevo.

b. Quitarle la cola al zorro:

Se divide a los alumnos en dos grupos, a uno de los grupos se les entrega las cintas de color para que cada uno se la coloquen en la cintura, en la parte

posterior de su cuerpo, de modo que cuelgue por lo menos unos diez centímetros, nadie debe tocar su propia cola, ni protegérsela con las manos. El juego consiste en quitarle la cola a los demás, tratando de no perder la propia; el profesor(a) cuando considere que los alumnos han corrido lo suficiente, interrumpirá el juego, y gana el juego, quien haya quitado más colas, sin haber perdido la suya.

2.3. Fundamento:

Jugar, es un proceso complejo que requiere de diversas aptitudes específicas individuales, tales como, la dirección, sincronización por parte del niño o niña, el método de la educación del juego es a través de actividades lúdicas, aún las más sencillas conducen al niño o niña, al desarrollo de aptitudes individuales.

3. Disciplina y atención:

3.1. Recursos:

- Un área recreativa o deportiva (tierra, grama o cemento).
- Un yeso, cal o tierra blanca.

3.2. Desarrollo:

Se marca sobre el área de juego dos o tres círculos de unos quince metros de diámetro (de acuerdo con el área que se dispone), los alumnos se distribuyen en seis grupos, tres de los grupos se colocan fuera de cada círculo, separados un metro entre sí, los otros grupos se colocan dentro de su círculo, pueden correr dentro del mismo, a una señal del profesor(a) los alumnos tratan de salir por su portón y los que están afuera deben evitar que lo hagan; a otra señal del profesor(a) se detiene el juego y se cuentan cuantos alumnos lograron salir; los alumnos del círculo salen e ingresan los alumnos que estaban afuera y se inicia nuevamente el juego. El juego es ganado por el grupo que mayor cantidad de alumnos lograron salir.

3.3. Fundamento:

El juego permite que el alumno-alumna, reconozca el respeto del derecho de los demás, a la vez tener disciplina en reconocer que sólo puede salir por el portón del grupo.

4. Destreza y equilibrio:

4.1. Recursos:

- Un área recreativa o deportiva (tierra, grama, o cemento).
- Objetos de diferente naturaleza (zapatos, botellas plásticas, pelotas, etc.)

- Pelotas grandes.
- Pelotas pequeñas.

4.2. Desarrollo:

a. Conseguir objetos:

Se divide el grupo de alumnos en dos equipos, con una separación de veinte metros, se marca sobre el piso dos líneas de base, donde se ubica cada equipo, entre un equipo y otro equipo, a la mitad de la distancia que los separa, se marca otra línea, sobre la cual se ubican un número suficiente de objetos (zapatos, botellas plásticas, pelotas, etc.), y a una señal del maestro(a), los equipos corren hacia la línea del centro, tratando de recoger la mayor cantidad posible de objetos para llevarlos a su línea base, las reglas del juego permite la lucha entre adversarios por disputa de los objetos, a cada se le puede asignar determinados valores.

b. Ataque a la fortaleza:

Se dibujan círculos de 10 metros de diámetro, a igual número de grupos organizados, levantando en el centro de los círculos una fortaleza con botellas plásticas, pelotas, botes. etc., que pueda ser fácilmente derribados, en cada fortaleza se colocará un alumno – alumnas que hará la función de guardia, mismo que deberá evitar que derriben los objetos, el resto de alumnos de cada grupo, se distribuirá alrededor del círculo, se les dará una pelota para ser pasada alrededor del grupo y a la primera oportunidad, el alumno que tenga la pelota en su manos, intentarán derribar los objetos de la fortaleza; la función del guardia es evitar que los de afuera lo hagan. El alumno que logra derribar la fortaleza, reemplazará al guardia, iniciando nuevamente la rutina.

4.3. Fundamento:

Estos ejercicios benefician a los alumnos, alumnas, a desarrollar el equilibrio y la destreza, provocando reacciones rápidas, a ciertos estímulos.

5. Evaluación:

Como parte del registro de evaluación se aplicará una lista de cotejo (ejemplo en la siguiente página), que contenga indicadores sobre lo enseñado a los alumnos y alumnas de tercer grado, correspondientes a la unidad de trabajo planificada a desarrollar en uno de los cuatro periodos de enseñanza, establecidos por el Reglamento de Evaluación del Rendimiento Escolar (Acuerdo Gubernativo 1,356).

Nombre del establecimiento: _____

Aldea: _____ municipio: Guastatoya Departamento: El Progreso

Nombre del (la) Director(a): _____

Nombre del (la) profesor(a): _____

Grado: Tercero Sección: Única

LISTA DE COTEJO

PROGRAMA DE RECREACIÓN v/o TRADICIONAL

No.	INDICADORES										RESULTADO NUMÉRICO										RESULTADO FINAL			
	Al.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	SPN	P	p*
01.																								
02.																								
03.																								
04.																								
05.																								
06.																								
07.																								
08.																								
09.																								
10.																								
11.																								
12.																								
13.																								
14.																								
15.																								
16.																								
17.																								
18.																								
19.																								
20.																								

Referencias:

No. Al. = Número de alumno

Indicadores: 1 = Equilibrio, 2 = Destreza, 3 = Dirección, 4 = Sincronización, 5 = Organización, 6 = Carrera 7 = Salto, 8 = Lanzamiento, 9 = Disciplina, 10 = Atención.

Resultado final: SPN = Suma de Promedio Numérico, P = Promedio, p* = Ponderación

PONDERACIÓN (p*)

EXCELENTE	E	10 PUNTOS
MUY BUENO	MB	09 PUNTOS
BUENO	B	08 PUNTOS
REGULAR	R	07 PUNTOS
NECESITA MEJORAR	NM	05 PUNTOS

5. CONCLUSIONES

I. Al haber establecido el objetivo general “ Determinar si un programa de recreación mejora el aprendizaje de la Educación Física en los alumnos de tercer grado de primaria del área rural “, se concluye que:

- **El programa de recreación mejora el aprendizaje de la Educación Física en los alumnos, permitiéndoles el aprendizaje de los fundamentos técnicos deportivos para incorporarse a programas pre-deportivos, como base para el deporte escolar.**

II. Tomando en cuenta los objetivos específicos, se concluye que:

- Se elaboró un programa de recreación para los alumnos de tercer grado de primaria del área rural.
- Se obtuvo el resultado de aprendizaje de Educación Física utilizando el programa de recreación.
- Se obtuvo el resultado de aprendizaje de Educación Física utilizando el programa tradicional.
- Si existe una diferencia estadísticamente significativa entre el programa de recreación y el programa tradicional aplicado por los docentes.
- Los docentes de tercer grado de primaria del área rural no brindan recreación a los alumnos.

6. RECOMENDACIONES

1. Es necesario que los docentes de tercer grado de primaria desarrollen programas de recreación con los alumnos por lo menos durante un periodo de cuarenta minutos una vez a la semana.
2. Debe socializarse instrumentos de evaluación que faciliten verificación del producto del desarrollo de programas de recreación en contrapartida a los programas tradicionales.
3. Definir y promover el desarrollo de talleres de capacitación por especialistas en Educación Física, a Maestros y Maestras de Educación Primaria del área rural, con énfasis en Recreación, aprovechando el recurso de sus establecimientos.

7. BIBLIOGRAFÍA

Legislación:

6. **Código de la Niñez y la Juventud**
Decreto Número 78-96
Congreso de la República de Guatemala
Talleres Gráficos de Guatemala
Guatemala, diciembre 1,996.
7. **Constitución Política de la República de Guatemala**
CENALTEX, Ministerio de Educación
Guatemala, 26 de marzo 1,991.
8. **Convención Internacional sobre los Derechos del Niño**
Editorial Alesgo, S. A.
Guatemala Centroamérica.
9. **Ley de Educación Nacional**
Decreto Legislativo No. 12-91
CENALTEX, 1992
Guatemala.
10. **Ley Nacional de la Cultura Física y el Deporte**
Decreto Legislativo 76-97
Guatemala.

Textos:

1. **Didáctica de la Educación Física**
Jorge L. Zamora
Editorial Artemis Edinter
Impresos Industriales S. A.
Guatemala, 2000.
2. **Diferentes Formas de Ejercicios para los Juegos Deportivos**
Editorial Pueblo y Educación
Playa, ciudad de la Habana, 1984.
3. **Educación del Sentido del Ritmo**
Editorial Kapelusz
Moreno 372, Buenos Aires Argentina, 1975.
4. **Enciclopedia Técnica de la Educación, Tomo III**
Santilla Ediciones S. A.
Madrid España.

5. **Gimnasia Educativa**
Editorial Olimpo
México D. F., 1960.
6. **Gimnasia en Grupos**
Editorial Kapelusz
Moreno 372, Buenos Aires Argentina, 1978.
7. **Gimnasia y Recreación en la Escuela Primaria**
Alfonso Wood
Editorial Kapelusz
Moreno 372, Buenos Aires Argentina, 1959.
8. **Insuficiencia de Movimiento y de Coordinación en la Edad de la Primaria**
E. J. Kiphard
Editorial Kapelusz
Moreno 372, Buenos Aires Argentina, 1976.
9. **Juegos Deportivos, Iniciación Escolar al Deporte**
D. Cyril Jonson
Editorial Hispano Europea
Barcelona España.
10. **La Educación Física Escolar**
Editorial Miñon S. A., Valladolid.
11. **Manifiesto Mundial de la Educación Física – FIEP, 2000 -**
Córdoba, Argentina, 2000.

Planificación:

4. **Planes y Clases de Educación Física para la Escuela Primaria I y II**
Editorial Kapelusz
Moreno 372, Buenos Aires Argentina, 1971.
5. **Principios Didácticos de la Educación Física**
Moreno 372, Buenos Aires Argentina, 1976.

APÉNDICE

ENCUESTA DIRIGIDA A ALUMNOS ALUMNAS DE TERCER GRADO
ESCUELAS OFICIALES, NIVEL PRIMARIO, ÁREA RURAL

BOLETA No. _____

PARTE INFORMATIVA:

El documento tiene como fin el de recolectar información que se utilizará para determinar si la utilización de periodos de recreación sustituirían la clase de Educación Física tradicional, impartidas por los Maestros y Maestras de Educación Primaria de tercer grado.

Lea despacio cada pregunta y marque con una " X ", en el cuadro del lado derecho que crea que es el correcto, escribiendo sobre las líneas de abajo, porque dio esa respuesta.

01. ¿Sabe usted que es recreación ?

SI NO

¿ Por qué? _____

02. ¿ Su maestro(a) de grado le da recreación, cuando recibe la clase de Educación Física ?

SI NO

¿ Por qué? _____

03. ¿ Cada cuanto su maestro(a) de grado le da recreación ?

a) Cada semana b) Cada quince días c) Cada mes

¿ Por qué? _____

04. ¿ Puede su maestro(a) de grado, darle recreación ?

SI NO

¿ Por qué? _____

05. ¿Existe comisión de Deportes y Recreación en su escuela ?

SI NO

¿ Por qué? _____

06. ¿ Considera usted necesario tener recreación ?

SI NO

¿ Por qué? _____

07. En la escala de 1 a 5, ¿ Qué valor le da usted a la recreación ?

a) 1 b) 2 c) 3 d) 4 e) 5

08. ¿ Tiene su escuela ?

a) Área recreativa b) Implemento deportivos
c) Actividades recreativas d) Libros de recreación

09. Marque los posibles problemas que no permiten que le den recreación en su escuela:

a. | Falta de interés del director.
b. | Falta de interés del maestro(a) de grado.
c. | Falta de actividades.
c. | Falta de materiales.

10. ¿ Estaría usted dispuesto(a) a participar en actividades recreativas ?

SI NO

¿ Por qué? _____

GRACIAS POR SUS RESPUESTAS

**ENCUESTA DIRIGIDA A DIRECTORES Y DIRECTORAS
ESCUELAS OFICIALES, NIVEL PRIMARIO, ÁREA RURAL**

BOLETA No. _____

PARTE INFORMATIVA:

El documento tiene como fin el de recolectar información que se utilizará para determinar si la utilización de periodos de recreación sustituirían la clase de Educación Física tradicional, impartidas por los Maestros y Maestras de Educación Primaria de tercer grado.

Lea despacio cada pregunta y marque con una " X ", en el cuadro del lado derecho que crea que es el correcto, escribiendo sobre las líneas de abajo, porque dio esa respuesta.

01 ¿Sabe usted que es recreación ?

SI NO

¿ Por qué? _____

03. ¿ El maestro(a) de tercer grado en su planificación docente, específicamente en el área práctica (Educación Física), incluye actividades recreativas ?

SI NO

¿ Por qué? _____

04. ¿ Con que frecuencia el maestro(a) de tercer grado le da recreación a sus alumnos ?

a) semanalmente b) quincenalmente c) Mensualmente

¿ Por qué? _____

05. ¿ Esta preparado(a) su maestro(a) de tercer grado para dar recreación ?

SI NO

¿ Por qué? _____

06. ¿Existe comisión de Deportes y Recreación en su escuela ?

SI NO

¿ Por qué? _____

07. ¿ Considera usted necesario que ha los alumnos se les dé recreación ?

SI NO

¿ Por qué? _____

08. En la escala de 1 a 5, ¿ Qué valor le da usted a la recreación ?

a) 1 b) 2 c) 3 d) 4 e) 5

09. ¿ Tiene su escuela ?

a) Área recreativa	<input type="checkbox"/>	b) Implementos deportivos	<input type="checkbox"/>
c) Programas recreativos	<input type="checkbox"/>	d) Bibliografía de recreación	<input type="checkbox"/>

10. Marque los posibles problemas que no permiten que le den recreación en su escuela:

- | | |
|------------------------------------------------|--------------------------|
| a. Falta de interés de los alumnos. | <input type="checkbox"/> |
| b. Falta de interés del maestro(a) de grado. | <input type="checkbox"/> |
| c. Falta de orientación. | <input type="checkbox"/> |
| d. Falta de bibliografía. | <input type="checkbox"/> |
| e. Falta de un programa. | <input type="checkbox"/> |
| f. Falta de materiales para tal fin. | <input type="checkbox"/> |

11. ¿ Estaría usted dispuesto(a) a desarrollar un programa recreativo, si se le proporciona ?

SI NO

¿ Por qué? _____

GRACIAS POR SUS RESPUESTAS

ENCUESTA DIRIGIDA A MAESTROS Y MAESTRAS DE TERCER GRADO
ESCUELAS OFICIALES, NIVEL PRIMARIO, ÁREA RURAL

BOLETA No. _____

PARTE INFORMATIVA:

El documento tiene como fin el de recolectar información que se utilizará para determinar si la utilización de periodos de recreación sustituirían la clase de Educación Física tradicional, impartidas por los Maestros y Maestras de Educación Primaria de tercer grado.

Lea despacio cada pregunta y marque con una " X ", en el cuadro del lado derecho que crea que es el correcto, escribiendo sobre las líneas de abajo, porque dio esa respuesta.

01. ¿Sabe usted que es recreación ?

SI NO

¿ Por qué? _____

02. ¿ En su planificación docente, específicamente en el área práctica (Educación Física), incluye actividades recreativas ?

SI NO

¿ Por qué? _____

03. ¿ Con que frecuencia les da recreación a sus alumnos ?

a) Semanalmente b) Quincenalmente c) Mensualmente

¿ Por qué? _____

04. ¿ Esta usted preparado para dar recreación ?

SI NO

¿ Por qué? _____

05. ¿Existe comisión de Deportes y Recreación en su escuela ?

SI NO

¿ Por qué? _____

06. ¿ Considera usted necesario que ha los alumnos se les dé recreación ?

SI NO

¿ Por qué? _____

07. En la escala de 1 a 5, ¿ Qué valor le da usted a la recreación ?

a) 1 b) 2 c) 3 d) 4 e) 5

08. ¿ Tiene su escuela ?

a) Área recreativa	<input type="checkbox"/>	b) Implementos deportivos	<input type="checkbox"/>
c) Programas recreativos	<input type="checkbox"/>	d) Bibliografía de recreación	<input type="checkbox"/>

09. Marque los posibles problemas que no permiten que le den recreación en su escuela:

- | | |
|-------------------------------------------------|--------------------------|
| a. Falta de interés de los alumnos. | <input type="checkbox"/> |
| b. Falta de interés del director(a) de grado. | <input type="checkbox"/> |
| c. Falta de orientación. | <input type="checkbox"/> |
| d. Falta de bibliografía. | <input type="checkbox"/> |
| e. Falta de un programa. | <input type="checkbox"/> |
| f. Falta de materiales para tal fin. | <input type="checkbox"/> |

10. ¿ Estaría usted dispuesto(a) a desarrollar un programa recreativo, si se le proporciona ?

SI NO

¿ Por qué? _____

GRACIAS POR SUS RESPUESTAS