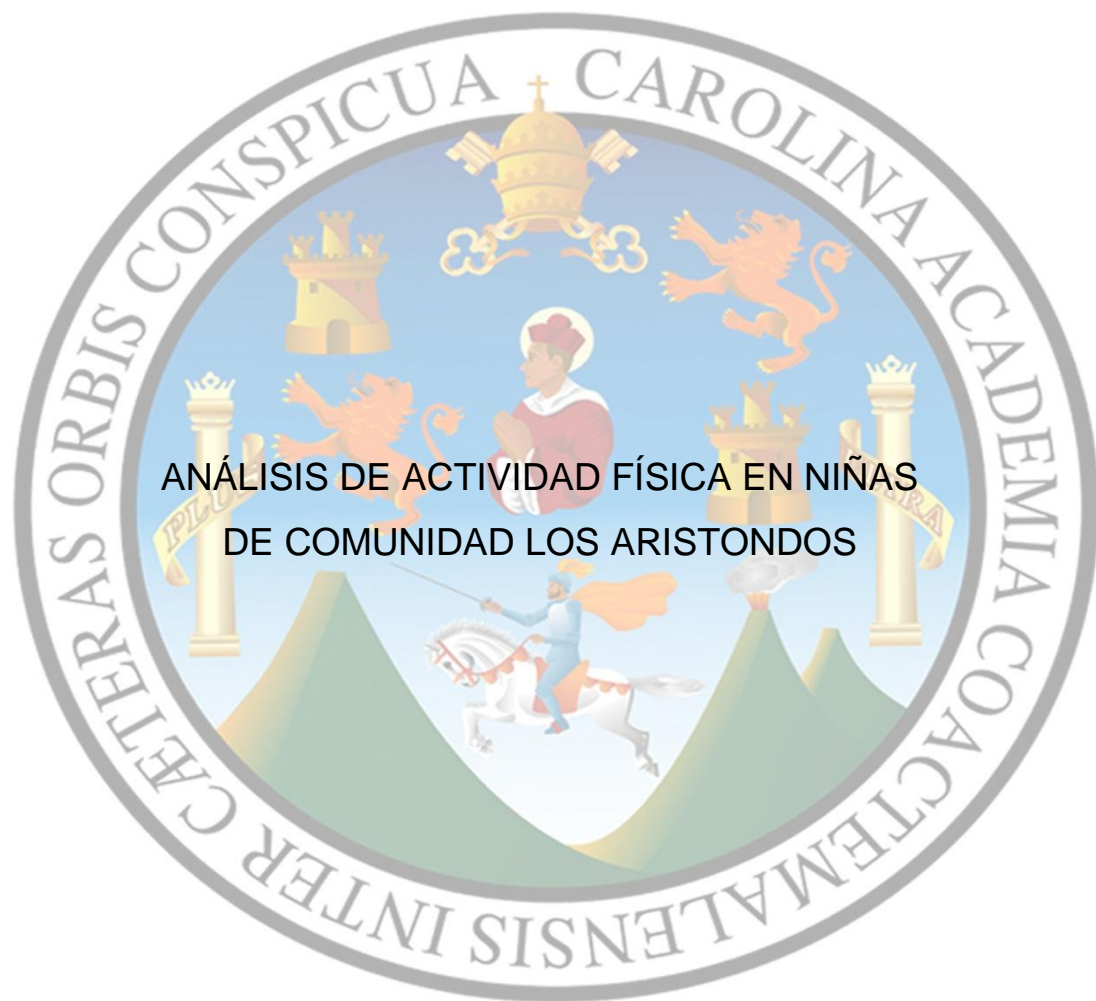


UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE –ECTAFIDE-

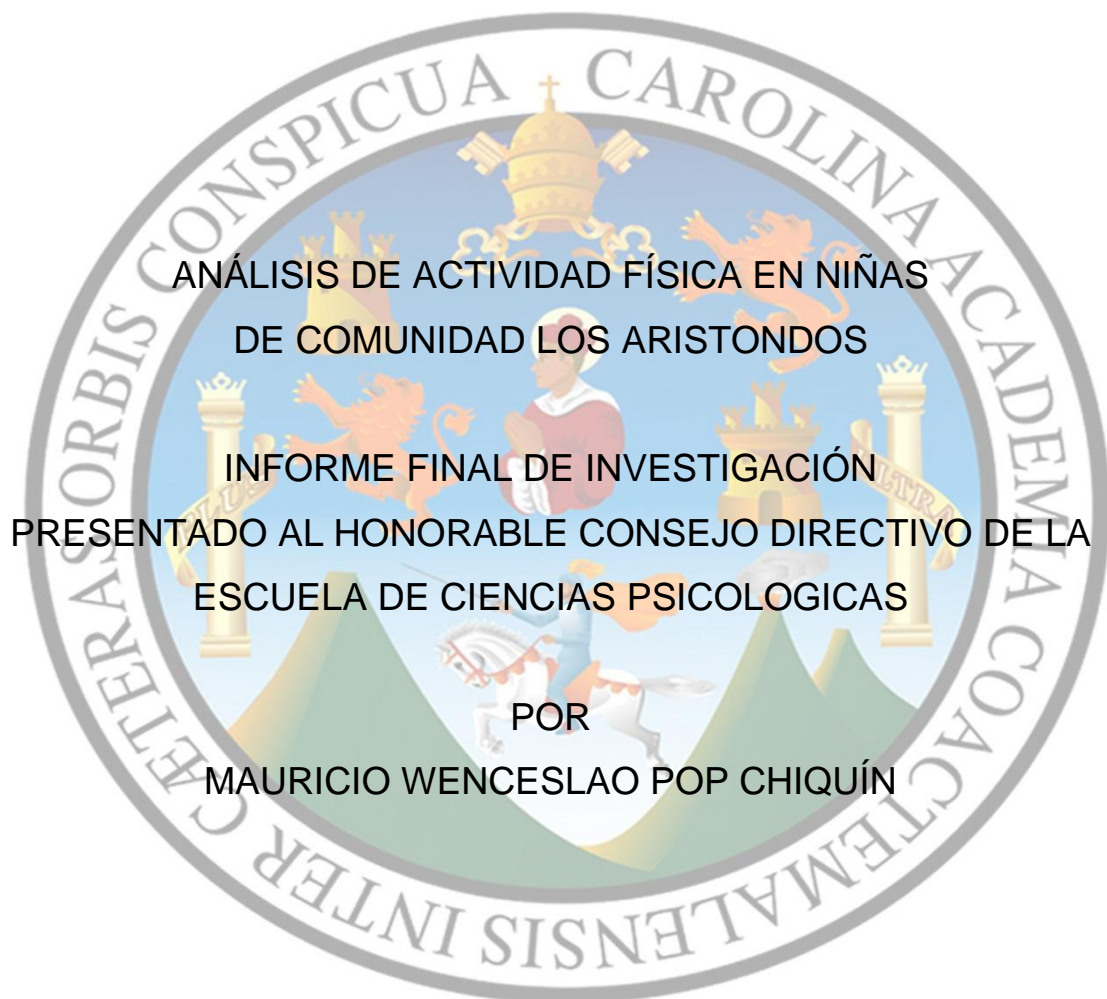


ANÁLISIS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑAS
DE COMUNIDAD LOS ARISTONDOS

MAURICIO WENCESLAO POP CHIUÍN

GUATEMALA, NOVIEMBRE DEL 2015

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



ANÁLISIS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑAS
DE COMUNIDAD LOS ARISTONDOS
INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN
PRESENTADO AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO DE LA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
POR
MAURICIO WENCESLAO POP CHIQÚIN

PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE
LICENCIADO EN EDUCACION FISICA DEPORTE Y RECREACIÓN
EN EL GRADO ACADEMICO DE:
LICENCIADO

GUATEMALA, NOVIEMBRE DEL 2015

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



LICENCIADO ABRAHAM CORTEZ MEJIA
DIRECTOR

LICENCIADO MYNOR ESTUARDO LEMUS URBINA
SECRETARIO

LICENCIADA DORA JUDITH LÓPEZ AVENDAÑO
LICENCIADO RONAL GIOVANNI MORALES SANCHEZ
REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

LICENCIADO JUAN FERNANDO PORRES ARELLANO
REPRESENTANTE DE EGRESADOS

c.c. Control Académico
ECTAFIDE
Reg.608-2015
CODIPs. 1696-2015

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

03 de noviembre de 2015

Estudiante
Mauricio Wenceslao Pop Chiquín
ECTAFIDE
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DÉCIMO SÉPTIMO (17º.) del Acta CUARENTA Y SEIS GUIÓN DOS MIL QUINCE (46-2015), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 30 de octubre del 2015, que copiado literalmente dice:

DÉCIMO SÉPTIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el informe Final de Investigación, titulado: **“ANÁLISIS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑAS DE COMUNIDAD LOS ARISTONDOS”**, de la carrera de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, realizado por:

Mauricio Wenceslao Pop Chiquín


CARNÉ No.9018841

El presente trabajo fue asesorado por el Licenciado Luis Francisco Rosito Lemus, y revisado por el Licenciado Pablo Antonio Pinto Alvarez Con base en 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 Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional.”

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”




Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO

/gaby

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE –ECTAFIDE–
Edificio M-3, 1er. Nivel ala sur,
Ciudad Universitaria, Zona 12
Telefax 24439730, 24188000 ext. 1423, 1465
E-mail: ectafide_m3@usac.edu.gt

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

Escuela de Ciencias Psicológicas
Recepción e Información
CUMIUSAC



FIRMA: [Signature] HORA: 16:00 Registro: 608/15

Of. ECTAFIDE No. 226-2015

INFORME FINAL DE TESIS

Guatemala, 19 de octubre de 2015

Señores
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano –CUM–

Respetables Señores:

Reciban un cordial saludo de la Coordinación General de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE–.

Por este medio me dirijo a ustedes, para informarles que he procedido a la revisión del Informe final de Investigación, previo a optar al grado de la carrera de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, del estudiante:

Nombre: MAURICIO WENCESLAO POP CHIUQUÍN

Carné No. 9018841

Titulado: ANÁLISIS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑAS DE COMUNIDAD LOS ARISTONDOS.

Revisor Final de Tesis: Lic. Pablo Antonio Pinto Alvarez

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por ECTAFIDE, emito dictamen favorable para que continúen con los trámites administrativos respectivos.

Atentamente,

“Id y Enseñad a Todos”

Lic. Carlos Humberto Aguilar Mazariegos
Coordinador General
ECTAFIDE



C.c. Control Académico
Archivo
/rosario



REF. -ICAF- No. 66-15
Informe Final de Investigación
Guatemala, 07 de octubre de 2015

Licenciado

Erwin Conrado Del Valle Santisteban

Subcoordinador Icaf

Escuela de Ciencia y Tecnología de la

Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-

Licenciado Del Valle:

Cordialmente me dirijo a usted, para informarle que he procedido a la revisión del Informe Final de Investigación, previo a optar al grado de Licenciado en Educación Física, Deporte y Recreación, de:

Estudiante Mauricio Wenceslao Pop Chiquin

Carné 9018841

*Tema "ANÁLISIS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑAS DE
COMUNIDAD LOS ARISTONDOS"*

*Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por la Subcoordinación de Investigación -ICAF- emito **Dictamen Favorable**, para que continúe con los trámites administrativos respectivos.*

Atentamente,

Licenciado Pablo Antonio Pinto Alvarez
Revisor Final de Tesis
-ECTAFIDE-



c.c. archivo
/rut

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-
Edificio M-3, 1er. Nivel ala sur,
Ciudad Universitaria, Zona 12
Telefax 24439730, 24188000 ext. 1423, 1465
E-mail: ectafide_m3@usac.edu.gt

"D Y ENSEÑAR A TODOS"

REF.-ICAF- No.55-15
De Informe Final de Tesis
Guatemala, 16 de septiembre de 2015

Licenciado
Erwin Conrado Del Valle Santisteban
Encargado de Extensión
Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-
Su despacho

Licenciado Del Valle:

De la manera más cordial me dirijo a usted, para comunicarle que he procedido a la Asesoría del Informe Final de Investigación, del estudiante: Mauricio Wenceslao Pop Chiquin, Carné 9018841, titulado: "ANÁLISIS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑAS DE COMUNIDAD LOS ARISTONDOS", y por considerar que cumple con los requisitos establecidos en el Reglamento de ECTAFIDE, emito **dictamen favorable** para que continúe con los trámites administrativos correspondientes.

Agradeciendo su atención, me suscribo.


Licenciado Luis Francisco Rosito Lemus
ASESOR



c.c. archivo
/rut



C.c. Control Académico

ECTAFIDE

Reg.608-2015

CODIPs. 1494-2015

De Aprobación de Proyecto de Investigación

31 de agosto del 2015

Estudiante
Mauricio Wenceslao Pop Chiquín
Escuela de Ciencias Psicológicas
ECTAFIDE
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el punto VIGÉSIMO TERCERO (23) del Acta TREINTA Y CINCO GUIÓN DOS MIL QUINCE (35-2015) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 31 de agosto de 2015, que literalmente dice:

“VIGÉSIMO TERCERO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Aprobación de Proyecto de Investigación, titulado: **“ANÁLISIS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑAS DE COMUNIDAD LOS ARISTONDOS”**, de la carrera de, Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, presentado por:

Mauricio Wenceslao Pop Chiquín

CARNÉ 9018841

El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –**ECTAFIDE**–, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN** y nombrar como Asesor, al Licenciado Luis Francisco Rosito Lemus”

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/Gaby

Los Aristondos, Morazán, El Progreso 17 de Septiembre del 2015

Licenciado: Erwin Conrado del Valle.

Encargado del Área de Extensión.

-ECTAFIDE-

Licenciado del Valle:

Reciba un cordial saludo, deseándole toda clase de éxitos en las labores que a diario realiza.

Por este medio me dirijo a usted, para manifestarle que el estudiante: Mauricio Wenceslao Pop Chiquín, con Carné: 9018841. Realizó el estudio o investigación Titulado: Análisis de Actividad Física en niñas de Comunidad Los Aristondos. En la Comunidad de Los Aristondos, del Municipio de Morazán en el departamento de El Progreso. Iniciando el 15 de junio del 2015 y finalizando el 15 de septiembre del 2015.

Y para los usos legales que al interesado convengan, extendiendo la presente en hoja de papel bond firmada y sellada.

Atte.



Benjamín Castillo



Presidente Consejo Comunitario de Desarrollo -COCODE-
Comunidad Los Aristondos, Morazán, El Progreso.

PADRINOS

DEISY MARISOL POP CHIQUÍN
LICENCIA DE CIENCIAS JURIDICAS Y SOCIALES
ABOGADA Y NOTARIA
COLEGIADA No 6,654

CARLOS HUMBERTO AGUILAR MAZARIEGOS
LICENCIADO EN PSICOLOGIA
COLEGIADO No 1,120

DEDICATORIA

A DIOS:

Por darme la vida y facilitarme el camino para alcanzar el éxito

A MIS PADRES:

Francisco Pop (QEPD) Y Elsa Chiquín (QEPD)

Por los sabios consejos, y el apoyo incondicional recibido a la largo de mi vida

A MIS HERMANOS:

Rosalina (QEPD), Rolando, Fidelina, Filomena. Violeta, Elsa, Edyn y Deisy Marisol

Que mi triunfo sea muestra de agradecimiento, por todo el apoyo que siempre me han brindado

A MI ESPOSA:

Mayra Elisa, por el amor, apoyo y paciencia en nuestros momentos difíciles

A MIS HIJOS:

Claudia Daniela, Mauricio Roberto y Katherine

Que el éxito alcanzado, sea inspiración para triunfar en la vida

A MIS AMIGOS:

Edwin Aníbal Ramos Caal (QEPD) y Rudy Aníbal Chun Choc (QEPD)

Que mi triunfo llegue hasta sus eternas moradas

A USTED:

Que comparte conmigo este momento tan importante de mi vida

Tabla de Contenido

Introducción	
1. Marco Conceptual	3
1.1 Título del tema	3
1.2 Antecedentes	3
1.3 Justificación	4
1.4 Delimitación del tema	4
1.5 Alcances y límites	5
1.5.1 Ámbito geográfico	5
1.5.2 Ámbito institucional	5
1.5.3 Ámbito poblacional	5
1.5.4 Ámbito temporal	5
1.5.5 Ámbito personal	6
2. Marco Teórico	7
2.1 Comunidad Los Aristondos	7
2.1.1 Historia de la comunidad	7
2.1.2 Geografía	7
2.1.3 Actividad económica	8
2.1.4 Cultura	8
2.1.5 Organización política	8
2.2 Actividad física en la niñez	9
2.2.1 Que es un niño (a)	9
2.2.2 El niño y su desarrollo cognitivo	10
2.2.3 Actividad física	11
2.2.4 Definición de deporte	12
2.2.5 Recomendaciones para que los padres promuevan la actividad física de sus hijos (as)	12
2.3 Actividad física y deporte comunitario en Los Aristondos	13
2.3.1 Infraestructura deportiva	13
2.3.2 Organización deportiva municipal	14
2.3.3 Programas de actividad física y deporte escolar	14

2.3.4 Beneficios de la actividad física en las niñas de la comunidad	14
2.3.5 Actividad e inactividad física de las niñas de la comunidad	17
2.3.6 Causas culturales y de género	18
2.3.7 Importancia de la actividad física en Los Aristondos	18
3. Marco Metodológico	20
3.1 Objetivos	20
3.1.1 General	20
3.1.2 Específicos	20
3.2 Hipótesis	20
3.2.1 Variables	20
3.2.1.1 Independiente	20
3.2.1.2 Dependientes	21
3.3 Indicadores	21
3.4 Estadística	21
3.4.1 Técnicas de muestreo	21
3.4.2 Muestra de tipo	21
3.4.3 Instrumentos	22
4. Marco Operativo	23
4.1 Técnica de recolección de datos	23
4.2 Fuente de datos	23
4.3 Trabajo de campo	24
4.4 Procesamiento de la información	24
4.5 Gráfico de Gantt	25
4.5.1 Cronograma de actividades realizadas	25
5. Análisis e Interpretación de Resultados	26
6. Conclusiones	37
7. Recomendaciones	38
8. Referencias Bibliográficas	39
9. Anexos	41

Introducción

Las actividades físicas que las niñas pueden realizar como andar en bicicleta, jugar con pelota (fútbol, baloncesto), nadar, desarrollar actividades laborales, les permite realizar ejercicio físico, lo que favorece el bienestar que implica eficiente desempeño de los órganos y sistemas corporales, como el sistema cardiovascular, osteo muscular, inmunológico; así mismo, el desarrollo cognoscitivo como el pensamiento, el razonamiento, la memoria y la inteligencia mejoran a través de la oxigenación cerebral o neuronal provocada por el ejercicio físico. El deporte y la actividad física tienen carácter social lo cual favorece las relaciones interpersonales, la autoestima, la personalidad (carácter, temperamento) del ser humano. La investigación establece como tema de estudio, el análisis de la actividad física en 35 niñas comprendidas entre los 8 a 14 años de edad, de la comunidad Los Aristondos, municipio de Morazán, del departamento de El Progreso; la idea del estudio se enunció para conocer las causas posibles de inactividad física y la población que sí realiza ejercicio físico, se describe como se realizó el análisis sobre la actividad física en la comunidad de dicha población dentro de un entorno cultural y de género.

El marco teórico que se propone incluye dentro de su contenido, una breve reseña histórica de la comunidad, su descripción general y su organización; se desarrolla el tema de sustento de actividad física y deporte comunitario. Y para finalizar se realiza un análisis de la actividad física en las niñas de la comunidad.

El marco metodológico y el marco operativo tienen una estrecha relación, por cuanto que en el primero se formulan de manera congruente con el problema, los objetivos y la hipótesis de estudio; en el segundo está contenido todo el proceso operativo que exigió la investigación para la obtención de los resultados.

En la investigación se puede apreciar que los instrumentos para la recolección y tabulación de datos fueron fichas de observación, cuestionarios

estructurados y semi estructurados, fichas bibliográficas y de apuntes, grabadora y cámara fotográfica; las técnicas a utilizar consistieron en la observación, encuestas, entrevistas y grupos focales. Los métodos que se aplicaron son: la observación científica, el inductivo, el deductivo, el de análisis y de síntesis.

1. Marco Conceptual

1.1 Título del tema

Análisis de actividad física en niñas de comunidad Los Aristondos.

1.2 Antecedentes

En la biblioteca de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE- de la Universidad de San Carlos de Guatemala, se encuentran los informes finales de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, con los temas: 1) Desarrollo motriz del niño de nivel primario de la Escuela Simón Bergaño de la ciudad de Guatemala, el cual establece que “todo niño tiene la necesidad de moverse, sin embargo durante el periodo escolar esa necesidad se ve disminuida por las actividades y actitudes pasivas que demanda la enseñanza”. 2) Importancia de los juegos tradicionales y populares, para el desarrollo de la motricidad en los niños en edad escolar; que manifiesta que “los juegos tradicionales, han de propiciar la activación de mecanismos cognoscitivos y motrices mediante situaciones de exploración de las posibilidades corporales y de resolución de problemas motrices”, se trata en esta etapa de contribuir a la adquisición del mayor número posible de patrones básicos con los que se pueden construir nuevas opciones de movimientos y desarrollar correctamente las capacidades motrices y habilidades básicas”. 3) Programa de acondicionamiento físico a través de los juegos pre deportivos para niños de la Escuela Oficial Urbana Mixta el Incienso zona 3 ciudad de Guatemala, el cual considera que la “población infantil no goza de una cultura física debido a factores socioeconómicos, culturales, que cesan la oportunidad de la práctica y su beneficio; así mismo las escuelas públicas de las zonas empobrecidas, no cuentan con la clase de educación física guiada por un profesional y en ocasiones es sustituida por espacios de tiempo libre o juego no dirigido”.

Estos tres antecedentes de estudio fueron realizados en los años

1997, 2011 y 2013, respectivamente.

1.3 Justificación

La investigación fue necesaria para conocer las posibles causas de inactividad física y la población que sí realiza ejercicio físico, de las niñas de 8 a 14 años de edad de la comunidad Los Aristondos, Morazán, El Progreso. El estudio permitió realizar un análisis sobre la actividad física en la comunidad de dicha población infantil dentro de un entorno cultural y de género. Y considerar el estudio de las variables de actividad e inactividad física, así como las causas.

La investigación se realizó través de la observación del investigador para verificar la asistencia o ausencia de las niñas a las instalaciones deportivas de la comunidad. Las aplicaciones de cuestionarios estructurados y semi estructurados, dirigidos a la población infantil (niñas), padres de familia, maestros y entrevistas a miembros del Consejo Comunitario de Desarrollo - COCODE-.

Se indagó sobre las causas de inactividad física y los factores que sí contribuyen a la realización de actividad física en cierta población, que fueron analizados dentro del proceso, con las técnicas, instrumentos y la metodología que se proponen en el marco operativo de este proyecto. La investigación beneficiará a la población infantil (niñas) de la comunidad ya que se espera que después de obtenidos y analizados los resultados, se puedan hacer las propuestas de promoción de actividad física para resolver el problema.

1.4 Delimitación del tema

La inactividad física en las niñas comprendidas entre los 8 a 14 años edad, de la comunidad Los Aristondos, Morazán El Progreso, es por razones culturales y de género. El problema se manifiesta a través de la poca presencia de las niñas en las instalaciones deportivas y recreativas

de la comunidad, esto hace presumir que no están realizando actividad física dirigida en su tiempo libre; tampoco se ha observado a las niñas ejercitarse en los callejones de la comunidad, sin embargo frecuentan con cierta regularidad la ribera del río en, donde juegan pelota o con el agua. En las instalaciones deportivas asisten con más frecuencia a jugar y ejercitarse los niños de la comunidad, el fenómeno es extraño y amerita conocer las causas.

Este problema que sucede en la comunidad Los Aristondos, afecta directamente a las niñas, porque es notorio que no están haciendo ejercicio físico dirigido y sistematizado, esto estaría afectando el desarrollo de las capacidades físico motriz y otras capacidades. Dentro del problema cabe mencionar que las instituciones encargadas de fomentar el deporte y la actividad física, hasta la fecha no han promocionado ningún programa para la ejercitación en la comunidad, privándose así el derecho que tienen al sano entretenimiento, la distracción y la alegría que la actividad física proporciona.

1.5 Alcances y límites

1.5.1 Ámbito geográfico

Comunidad Los Aristondos, del municipio de Morazán, departamento de El Progreso.

1.5.2 Ámbito institucional

Escuela Rural Mixta Aldea Los Aristondos, Morazán, El Progreso.

1.5.3 Ámbito poblacional

35 niñas comprendidas entre los 8 a 14 años de edad.

1.5.4 Ámbito temporal

Del 15 de junio al 09 de octubre del 2015.

1.5.5 Ámbito personal

El investigador. Estudió y análisis de actividad física de niñas en la comunidad Los Aristondos, Morazán, El Progreso.

2. Marco Teórico

2.1 Comunidad Los Aristondos

2.1.1 Historia de la comunidad

Retrocediendo el tiempo por los años de 1,840 a 1,850, la comunidad de Los Aristondos era considerada una finca que perteneció al señor Juan Chitay; con una extensión de caballería y media (90 manzanas) quien la vendió a cinco personas que vivían dentro de la finca por un costo de 101 quetzales con 60 centavos, convirtiéndose los compradores en condueños de la comunidad Los Aristondos, entre los que se mencionan al señor Genaro Archila, quien heredo esas tierras a sus seis hijos Manuel, Juan José, Matilde, Margarita, Ercilia, y Cayetano; todos de apellidos Archila Ayala. De los cuales solo viven dos de ellos: Cayetano y Juan José. En la Comunidad Los Aristondos solo reside el señor Juan José Archila Ayala, quien actualmente cuenta con 86 años de edad, y quien tiene en su poder las escrituras legalizadas de la Comunidad (datos proporcionados por el señor Juan José Archila Ayala, entrevista de fecha tres de junio del 2015).

2.1.2 Geografía

La comunidad de los Aristondos, pertenece al municipio de Morazán del departamento del Progreso. Su clima es cálido y cuenta con una población de 345 habitantes. Se ubica a una distancia de tres kilómetros del municipio de Morazán, y a 28 kilómetros de la cabecera departamental de Guastatoya, El Progreso. Se encuentra al Norte de la comunidad de Pasasagua del municipio de San Agustín Acasaguastlán, al Sur de la comunidad Santa Gertrudis, del municipio de Morazán, al Oeste de la comunidad de Marajuma, del municipio de Morazán al Este

con la comunidad Plan de las Flores del municipio de Morazán.
([https://es.wikipedia.org/wiki/Moraz%C3%A1n_\(El_Progreso\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Moraz%C3%A1n_(El_Progreso)))

2.1.3 Actividad económica

Su economía se basa en la agricultura reconociendo que es una de las comunidades de mejor y mayor producción de mango, limón, jocote, pepino y sandía que tiene el departamento de El Progreso; entre los granos básicos que producen están: el frijol, el maíz y el maicillo. Considerando que no existen fuentes de empleo en el municipio de Morazán y en la comunidad de los Aristondos, la mayoría de hombres deciden viajar a los Estados Unidos y el Canadá para poder emplearse y tener mejores oportunidades de vida para ellos y sus familiares.

([https://es.wikipedia.org/wiki/Moraz%C3%A1n_\(El_Progreso\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Moraz%C3%A1n_(El_Progreso)))

2.1.4 Cultura

Los Aristondos una comunidad rica en tradiciones que se reflejan en la literatura folklórica, como cuentos, leyendas e historias sobrenaturales. La tradición oral de la región incluye narraciones de leyendas históricas y míticas, especialmente animísticas de aparecidos y ánimas en pena, así como cuentos maravillosos de animales. En este territorio florecen dos tipos de narradores orales, Los llamados ancianos contadores que por su prodigiosa memoria se constituyen en archivos vivientes de literatura oral; existen quienes también manejan todo el universo literario tradicional. Sus actividades religiosas son acompañadas por escasos y exiguos comités de ancianos o hermandades.

([https://es.wikipedia.org/wiki/Moraz%C3%A1n_\(El_Progreso\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Moraz%C3%A1n_(El_Progreso)))

2.1.5 Organización política

Según las condiciones sociales y económicas del municipio de

Morazán, el artículo 33 del Código Municipal establece que la administración del municipio le compete al Consejo Municipal. La representación legal de la municipalidad, de acuerdo a lo que establece el artículo 52 del Código Municipal está a cargo del alcalde municipal.

La comunidad de los Aristondos está constituida dentro de su organización política por el Consejo Comunitario de Desarrollo COCODE que tiene dentro de sus atribuciones y funciones, representación legal en la comunidad con la finalidad de velar por los derechos, promoción de obras comunales y adquisición de recursos en beneficio de la comunidad. Fue electo por votación popular el 07 de marzo del 2013, (Según Acta No 247-2013) del libro de actas del departamento de organización y planificación de la municipalidad de Morazán, El Progreso.

La comunidad de Los Aristondos, cuenta con Comité específico para el manejo y administración de proyectos comunitarios de agua potable, que tiene el aval de la municipalidad y se encarga de administrar los proyectos comunales de agua.

([Http://www.deguate.com/municipios/pages/elprogreso/morazan/municipalidad.php](http://www.deguate.com/municipios/pages/elprogreso/morazan/municipalidad.php))

2.2 Actividad física en la niñez

2.2.1 ¿Qué es un niño?

Como niño, se comprende al individuo que tiene pocos años de vida y se encuentra en el periodo de la niñez. Antiguamente, los romanos usaban el término niño para identificar a la persona desde su nacimiento, hasta los siete años de edad. En el área de la Psicología, niño es una persona que aun no alcanza la madurez

suficiente para independizarse.

Como tal se entiende que la etapa de infancia, es desde el nacimiento hasta la pre adolescencia; aproximadamente hasta los 13 años de edad.

En la etapa de la niñez, los niños poseen un carácter vulnerable por lo cual necesitan protección de sus padres, familiares y amigos y maestros. En consecuencia es importante brindarle un entorno de protección adaptada a su edad y al grado de madurez.

2.2.2 El niño (a) y su desarrollo cognitivo

Probablemente, la teoría más citada y conocida sobre desarrollo cognitivo en niños es la de Jean Piaget (1896-1980). La teoría de Piaget mantiene que los niños pasan a través de etapas específicas conforme su intelecto y capacidad para percibir las relaciones maduran.

Estas etapas se desarrollan en un orden fijo en todos los niños, no obstante, la edad puede variar ligeramente de un niño a otro. Las etapas son las siguientes:

Etapa sensoria motora:

Esta etapa tiene lugar entre el nacimiento y los dos años de edad, conforme los niños comienzan a entender la información que perciben sus sentidos y su capacidad de interactuar con el mundo. Durante esta etapa, los niños aprenden a manipular objetos, aunque no pueden entender la permanencia de estos objetos si no están dentro del alcance de sus sentidos.

Etapa pre operacional:

Comienza cuando se ha comprendido la permanencia de objeto, y se extiende desde los dos hasta los siete años. Durante

esta etapa, los niños aprenden cómo interactuar con su ambiente de una manera más compleja mediante el uso de palabras y de imágenes mentales.

Etapa de las operaciones concretas:

Esta etapa tiene lugar entre los 7 y 12 años de edad aproximadamente y está marcada por una disminución gradual del pensamiento egocéntrico y por la capacidad creciente de centrarse en más de un aspecto de un estímulo.

Etapa de las operaciones formales:

“En la etapa final del desarrollo cognitivo (desde los doce años en adelante), los niños comienzan a desarrollar una visión más abstracta del mundo y a utilizar la lógica formal. Pueden aplicar la reversibilidad y la conservación a las situaciones tanto reales como imaginadas. También desarrollan una mayor comprensión del mundo y de la idea de causa y efecto”.

(<http://aprendiendomatematicas.com/etapas-de-desarrollo-cognitivo-segun-piaget/>).

2.2.3 Actividad física

La actividad física, es todo movimiento del cuerpo que hace trabajar a los músculos y requiere más energía que estar en reposo; caminar, correr, bailar, nadar y trabajar en el campo son unos pocos ejemplos de actividad física.

“La mejor receta gimnastica para los niños, consiste en proporcionales cuantas oportunidades y posibilidades de auto participación sean posibles; todo lo que se realice debe estar encaminado a dejar en los niños plena libertad de movimientos” (Lautweir, 1975, p. 19).

“La actividad física o el entrenamiento deportivo con los niños, se describe como una disminución cualitativa de la intensidad del ejercicio físico” (Hahn, 1988, p.16).

2.2.4 Definición de deporte

“Deporte es toda actividad física que involucra, una serie de reglas o normas a desempeñar dentro de un espacio o área determinada (campo de juego, cancha, tablero, una mesa); a menudo asociado a la competitividad deportiva”. Por lo general debe estar institucionalizado (asociaciones, federaciones, clubes), requiere competir con uno mismo o con los demás. Como termino solitario, el deporte se refiere normalmente a actividades en las cuales la capacidad física del competidor es la forma primordial para determinar el resultado (ganar o perder). Se reconocen como deporte actividades competitivas que combinen lo físico como el intelecto y no solo una de ellas; existen deportes donde solo se utiliza lo físico o solo el intelecto, que reclama su actividad como deporte. (Mateév, 1983, p. 5).

Iniciación deportiva:

“La iniciación deportiva, consiste el periodo en el que el niño empieza a aprender de forma específica la práctica de uno o varios deportes” (Blázquez. 1986, p. 38).

“Aunque la iniciación en el deporte es posible en cualquier momento de la vida, es natural que el termino haya sido empleado, preferentemente cuando se refiere a los niños en los cuales se augura una larga carrera deportiva” (Ruiz, 1997, p. 20).

Deporte y recreación:

“Deporte Ocio, entendido como disfrute del cuerpo que trasciende de lo competitivo al deporte recreativo y lúdico; donde

más importante que las medallas, es el disfrute del tiempo libre, y la salud que la actividad física favorece” (Virosa, 1994, p.14).

2.2.5 Recomendaciones para que los padres promuevan la actividad física de sus hijos

Se debe predicar con el ejemplo. Si un niño ve que su padre practica deporte, se mostrará interesado en realizarlo. Hay que intentar planificar actividades familiares dinámicas y divertidas.

Hablar con su hijo acerca de los programas de actividad física que realiza y ayudarle a elegir la más adecuada y, sobre todo, a hacer que esta le resulte divertida e interesante. También los padres pueden participar de forma voluntaria en los programas de actividad física.

Participar activamente en el juego y actividad física de su hijo.

Enseñarle las normas de deportividad, seguridad y equipamiento adecuado.

Limitar el tiempo de ver televisión o el internet y aumentar el del juego al aire libre.

Premiar por ser físicamente activo y los logros de su hijo y no castigar los fracasos.

2.3 Actividad física y deporte comunitario en Los Aristondos

2.3.1 Infraestructura deportiva

Entre las instalaciones deportivas en la comunidad, se encuentran, el estadio de fútbol, obra realizada con fondos de la municipalidad de Morazán, a través de su corporación en el año de 1,990. El polideportivo de la escuela de la comunidad, el cual fue

construido en el año 1,995. Y el polideportivo comunal construido por el Ministerio de Cultura y Deportes, a través del II Vice Ministerio de Cultura y Deportes con los aportes que recibe del Estado para la ejecución de obras deportivas orientadas a la práctica del deporte no federado y recreativo, en el año de 1,988 el cual fue techado en el año de 2014 por la corporación municipal actual.

2.3.2 Organización deportiva municipal

En el municipio de Morazán, se encuentra organizada la Asociación Municipal de fútbol rama masculina categoría libre, y la Junta Directiva de papi fútbol rama masculina categoría libre.

2.3.3 Programas de actividad física y deporte escolar

Un total de 10 niñas entre los 10 a 12 años de edad, representan a nivel escolar a la comunidad de Los Aristondos en un campeonato infantil de baloncesto que se realiza en el municipio de San Agustín Acasaguastlán, todos los días viernes, participando un total de 20 equipos que representan a las comunidades de Morazán y San Agustín Acasaguastlán.

2.3.4 Beneficios de la actividad física en las niñas de la comunidad.

“El ejercicio en la niñez mejora su formación física y su autoestima, potencia sus valores sociales y su relación con el entorno, además es un medio recreativo ya que la actividad física y deportiva permite que las niñas se diviertan.”

(<http://www.webconsultas.com/ejercicio-y-deporte/ejercicio-en-las-diferentes-etapas-de-la-vida/ej.>)

Para las niñas, hacer ejercicio significa jugar y mantenerse físicamente activos. Los niños hacen ejercicio cuando tienen clase de gimnasia en la escuela, cuando practican fútbol o cuando tienen

clase de baile; también hacen ejercicio cuando están en el recreo, o andan en bicicleta. “En la actividad física interviene multitud de factores. Estos son los que están directamente relacionados con la mejora de la salud de los niños: resistencia cardio respiratoria, flexibilidad, la fuerza y la resistencia muscular, y la coordinación” (De Castro, 2009, p.18).

Un elemento característico de la actividad física está asociado al entrenamiento de las aptitudes físicas, las cuales “están condicionadas por la herencia y el crecimiento, por lo que la incorporación a los programas de desarrollo motor debe estar supeditado a estos factores”. (Vásquez, 1989, p.110).

Veamos los beneficios del ejercicio físico para los niños con detalle:

Resistencia cardio respiratoria:

El corazón y los pulmones necesitan adaptarse cuando nuestro organismo realiza actividades que requieren el movimiento de grandes grupos musculares en períodos de tiempo prolongados. Así se asegurará que la sangre se reparta adecuadamente y nuestro organismo se recupere del esfuerzo realizado. “La resistencia cardiorespiratoria en los niños se puede fortalecer realizando: carrera suave, natación, bicicleta, remo, andar a ritmo ligero, salto, entre otros” (Lemus, 2013, p. 9).

Hay que progresar lentamente, y tener en cuenta que las personas que no hayan realizado actividades durante cierto tiempo, deben de comenzar lentamente e ir aumentando poco a poco.

Fuerza y resistencia muscular:

“La fuerza muscular es la capacidad que tiene el músculo para

generar tensión y vencer la fuerza opuesta. La resistencia muscular es la capacidad del músculo para mantener su contracción durante un período de tiempo prolongado” (Ozolin, 1983, p. 22).

Los niños pueden practicarla, trepando, corriendo, jugando a la carretilla o a tirar de la soga, con actividades como tirar un balón, remar, realizar ejercicios de fuerza en un gimnasio, sostener o empujar algo. Un trabajo de este tipo con excesiva carga puede ser perjudicial en la infancia, porque el cuerpo está en pleno desarrollo.

Flexibilidad:

Es la capacidad que tiene las articulaciones de realizar movimientos con la mayor amplitud posible, no se encarga de generar movimiento, pero sí lo facilita; se pueden practicar con actividades físicas como: estirar suavemente los diferentes músculos, bailar, jugar, deportes como gimnasia, kárate, judo y otros similares. Aunque en la infancia la flexibilidad es mayor, conviene iniciar estas actividades en edades tempranas y mantenerlas a lo largo de la vida.

Coordinación:

“Es la capacidad para utilizar los sentidos, destacando la visión y la audición, unido al movimiento y las diferentes partes del cuerpo, y así poder desarrollar los movimientos con precisión y suavidad”.
(<http://www.webconsultas.com/ejercicio-y-deporte/ejercicio-en-las-etapas-de-la-vida/beneficios-del-ejercicio-fisico-para-los-niños>).

La coordinación incluye:

El equilibrio corporal, habilidad para mantener una determinada postura, especialmente en gravedad. Por ejemplo, andar sobre una

barra fija. O bien “control del cuerpo ante la disminución de la base de sustentación, es un continuo que avanza de lo dinámico a lo estático y viceversa” (Garrote, 2001, p.111).

El ritmo:

Percepción del cuerpo en el espacio y coordinación espacial, como hacer una voltereta, o aprender un paso de baile; coordinación ojo-pie, conducir un balón con el pie, coordinación ojo-mano, como golpear una bola con la raqueta. “Estas actividades son muy importantes, sobre todo en la infancia, considerando que, no hay que olvidar que el trabajo deportivo debe adaptarse a la edad y maduración física y funcional del individuo”. (<http://paidotribo.com/pdfs/953/953.i.pdf>).

2.3.5 Actividad e inactividad física de las niñas

A través de la presencia del investigador a las instalaciones deportivas de la comunidad, y aplicación de cuestionarios a niñas, padres de familia, maestros de la escuela y representantes del COCODE se pudo comprobar la ausencia de las niñas en las canchas deportivas para la práctica de algún tipo de actividad física o recreativa. Y únicamente realizan actividad física cuando reciben la clase de educación física en la escuela, que tiene una duración de una hora el día martes de cada semana.

Se observa que las niñas tienen la inquietud o el deseo de practicar algún deporte o actividad física sin embargo no cuentan con el apoyo de profesionales que puedan dirigirles en la práctica del deporte y la actividad física. Por tal razón la mayor parte de su tiempo libre lo utiliza para realizar las tareas de la escuela, del hogar, ver televisión, jugar con el celular, o entretenerse con el internet y las redes sociales.

2.3.6 Causas culturales y de género

Causas culturales y de género que limitan la práctica de la actividad física en las niñas compendiadas entre los 8 a 14 años de edad de la comunidad los Aristondos:

Culturales:

No tienen el hábito.

No existen programas que fomenten o promueven la actividad física en la comunidad.

Prefieren ver televisión o el internet.

No tiene permiso de sus padres para asistir a las instalaciones deportivas.

La actividad física y el deporte son exclusivos para los niños y jóvenes.

De género:

Porque son niñas (menores de edad.)

Porque son mujeres.

Porque son débiles y frágiles y pueden lastimarse o ser lastimadas por los niños y los jóvenes.

Los niños no las involucran en sus actividades físicas o lúdicas.

2.3.7 Importancia de la actividad física en los Aristondos

Los padres de familia, los maestros de la escuela y representantes del COCODE de la comunidad Los Aristondos, consideran la actividad física y el deporte importantes para el desarrollo de las capacidades físicas motrices, cognitivas y conductuales de las niñas en edad escolar.

Sin embargo reconocen que la población en estudio no realiza actividad física aunque existan instalaciones deportivas en la

comunidad, porque no hay programas que fomenten o promuevan el deporte o la actividad física y que involucren a sus hijas, manifestando que no pueden enviar a sus hijas a que realicen cualquier tipo de actividad física a las instalaciones por temor a que se puedan lastimar, o que las niñas no saben cómo realizar un entrenamiento deportivo de manera eficiente. Esperando que instituciones como la municipalidad de Morazán, o el Vice Ministerio del Deporte y la Recreación a través de sus promotores deportivos puedan atender a las niñas en la actividad física y el deporte lo cual les permita desarrollar y mejorar sus capacidades físicas, cognoscitivas y conductuales.

3 Marco Metodológico

3.1 Objetivos

3.1.1 Objetivo general

Analizar la actividad física en niñas comprendidas entre los 8 a 14 años de edad, de la comunidad Los Aristondos, Morazán el Progreso, por razones culturales y de género.

3.1.2 Objetivos específicos

Conocer las causas de inactividad física en las niñas de la comunidad Los Aristondos, por razones culturales y de género.

Establecer qué población de niñas de la comunidad practican actividad física.

Analizar las variables de actividad e inactividad física.

Evaluar qué importancia tiene la actividad física para las personas que viven en la comunidad Los Aristondos.

3.2 Hipótesis

Las niñas comprendidas entre las edades de 8 a 14 años de la comunidad Los Aristondos, Morazán, El Progreso, tienen poco acceso a la actividad física por diversas causas culturales y de género.

3.2.1 Variables

3.2.1.1 Variable independiente

Diversidad de causas culturales y de género, en la inactividad física.

3.2.1.2 Variables dependientes

Poco acceso a la actividad física para las niñas de la comunidad Los Aristondos.

Inactividad física de las niñas en la comunidad.

Poco desarrollo de las capacidades motrices en la población infantil.

Privación de desarrollo psicobiosocial en la comunidad infantil.

3.3 Indicadores

Inactividad física de las niñas.

Ausencia de niñas en actividades físicas.

Inexistencia de programas de actividad física.

3.4 Estadísticas

3.4.1 Técnicas de muestreo

El estudio realizado es cualitativo, por consiguiente la muestra tomada en la comunidad es universal. No se hizo investigación cuantitativa, por lo que los resultados son cualitativos. Y se muestran en el apartado de análisis e interpretación de resultados.

3.4.2 Muestra de tipo

En este tipo de muestra homogénea, que involucra a personas que tienen el mismo perfil; con características comunes o rasgos similares. Se consideró la participación de 35 niñas, comprendidas entre los 8 a 14 años de edad, de la comunidad Los Aristondos, del municipio de Morazán en el departamento de El Progreso.

3.4.3 Instrumentos

Fichas de observación.

Cuestionarios estructurados.

Fichas de apuntes y bibliográficas.

Reproductor y cámara fotográfica.

4. Marco Operativo

4.1 Técnica de recolección de datos

Entrevistas y grupos focales de padres de familia, maestros y miembros del COCODE de la comunidad, encuestas a niñas de la comunidad. Observación y presencia a las instalaciones deportivas.

Apuntes y notas de los datos, grabaciones y fotografías.

Consulta bibliográficas y en la web.

4.2 Fuente de datos

Directas:

La población de estudio, padres de familia, maestros y miembros del COCODE, de la comunidad.

Indirectas:

Información bibliográfica obtenida en la biblioteca de ECTAFIDE sobre estudios anteriores relacionados al análisis de la actividad física en las niñas, y temas relacionados a la investigación realizada.

Datos proporcionados por el Departamento de Planificación de la Municipalidad de Morazán, relacionados a la organización política del municipio y de la comunidad de Los Aristondos.

Información adquirida en la dirección de la escuela de la comunidad sobre el registro de niñas comprendidas entre los 8 a 14 años de edad.

Electrónicas:

Consulta en la web.

4.3 Trabajo de campo

Visitas a la dirección de la escuela de la comunidad y municipalidad de la localidad, para obtener información importante para la investigación.

Presencia en las canchas deportivas para observar la asistencia o ausencia de las niñas.

Realización de encuestas y cuestionarios a las niñas, focalización de grupos de padres de familia y maestros de la escuela; entrevistas a representantes del COCODE de la comunidad.

4.4 Procesamiento de la información

Inicialmente se seleccionó y organizó el material, que incluyó las fuentes bibliográficas y la aplicación de instrumentos y técnicas para la recolección de datos. El procesamiento de datos se realizó de forma manual, posteriormente fue ingresado a la computadora. La información obtenida a través de los instrumentos (fichas de observación, cuestionarios estructurados, fichas de apuntes, fichas bibliográficas, reproductor y cámara fotográfica) y técnicas de investigación (entrevistas; grupos focales de padres de familia, maestros y miembros del COCODE de la comunidad; y encuestas a niñas de la comunidad), aplicadas durante la investigación, fue procesada y tabulada para su posterior análisis e interpretación a través de gráficas en los programas de Word y Excel.

4.5 Gráfico de Gantt

4.5.1 Cronograma de actividades realizadas

Meses		Junio			Julio				Agosto				Sep.				Octubre			
Semanas		2	3	4	1	1	2	3	4	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
	Elaboración del protocolo	■	■	■																
	Presentación y verificación del protocolo				■	■	■	■												
	Revisión y obtención de la literatura	■	■	■	■	■	■	■												
	Consulta de la literatura	■	■	■	■	■	■	■												
A	Extracción y compilación de la teoría		■	■																
C	Elaboración del marco teórico		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■				
T	Aprobación del proyecto		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■				
I	Selección de la muestra										■	■								
V	Extracción de la muestra										■	■								
I	Trabajo de campo										■	■	■	■	■	■				
D	Recolección de datos										■	■	■	■	■	■				
A	Aplicación de los instrumentos										■	■	■	■	■	■				
D	Codificación y archivo de datos										■	■	■	■	■	■				
E	Análisis e interpretación de datos										■	■	■	■	■	■				
S	Conclusiones y recomendaciones														■	■				
	Elaboración de informe final														■	■				
	Presentación de informe final														■	■				
	Aprobación de Informe final														■	■				

5 Análisis e Interpretación de Resultados

Durante el tiempo que duró la investigación el investigador asistió a las distintas instalaciones deportivas que hay en la comunidad, con la finalidad de observar la presencia o ausencia de niñas a realizar actividades físicas o recreativas; recopiló material bibliográfico relacionado al tema investigado enfocado al análisis de la actividad física en niñas de la comunidad; elaboró material de apuntes y notas de los datos obtenidos. Realizó un cuestionario de seis preguntas a las niñas comprendidas entre los 8 a 14 años de edad; un cuestionario de tres preguntas abiertas a padres de familia; cuestionario de cinco preguntas abiertas a maestros de la escuela de la comunidad; y, entrevista con cinco preguntas abiertas a miembros del Consejo Comunitario de Desarrollo -COCODE-.

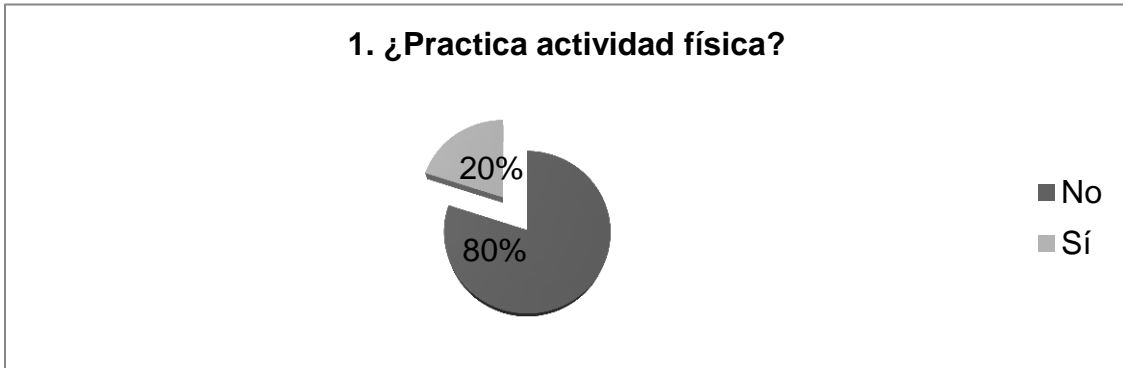
A través de la aplicación de los instrumentos y técnicas mencionadas anteriormente, se obtuvieron los resultados que fueron procesados y tabulados para corroborar o comprobar la hipótesis, y sus variables, facilitando el planteamiento de las conclusiones y recomendaciones del estudio, relacionado al análisis de la actividad física en niñas comprendidas entre los 8 a 14 años de edad de la comunidad Los Aristondos, Morazán, El Progreso.

También se analizaron las causas de inactividad física, por razones culturales y de género. Se pudo observar, que algunas niñas realizan algunas actividades físicas, en la escuela durante el recreo como correr, jugar cuerda o pelota; o durante la clase de educación física; sin embargo siempre se marcan las diferencias con los niños ya que ellos juegan solo con sus compañeros del mismo sexo. También lo hacen en los patios o corredores de sus casas, con otras niñas que generalmente son sus vecinas; o cuando salen en bicicleta a realizar mandados o a pasear.

Los resultados se presentan por medio de gráficas, de tipo pastel; en cada una de ellas se enuncian las preguntas el análisis e interpretación.

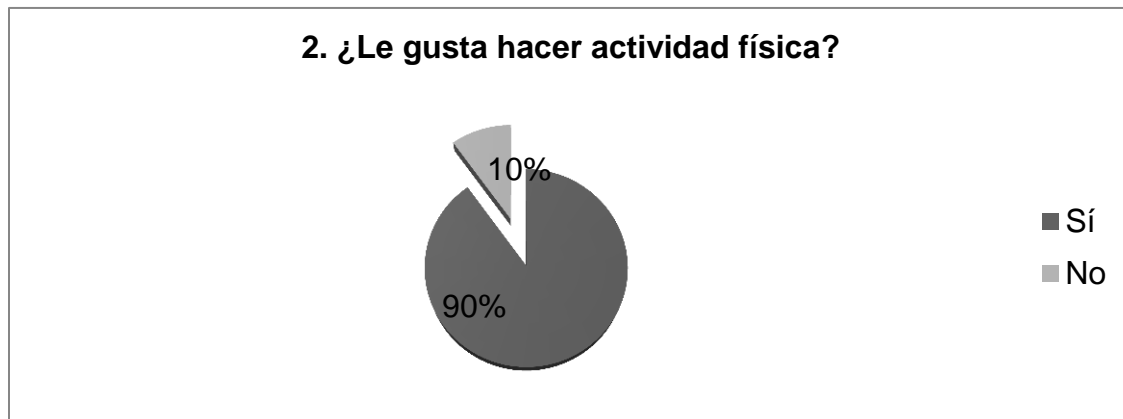
A continuación, se detallan gráficamente los resultados obtenidos de la encuesta dirigida a las niñas de la comunidad Los Aristondos, Morazán, El Progreso.

Gráfica No 1.



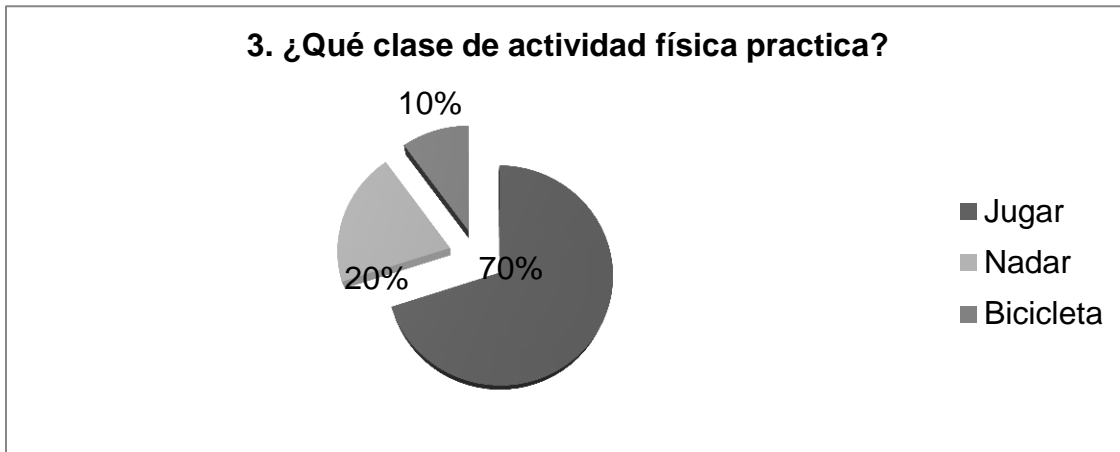
En la gráfica se aprecia que un 80% de las niñas de la comunidad no practican actividad física, el restante 20% sí realiza actividad física. El estudio reflejó que las causas de inactividad física se deben a razones de género considerando que son niñas, y por razones culturales. El porcentaje de población que sí realiza actividad física, lo hace en el río o recorridos en bicicleta por iniciativa propia.

Gráfica No 2.



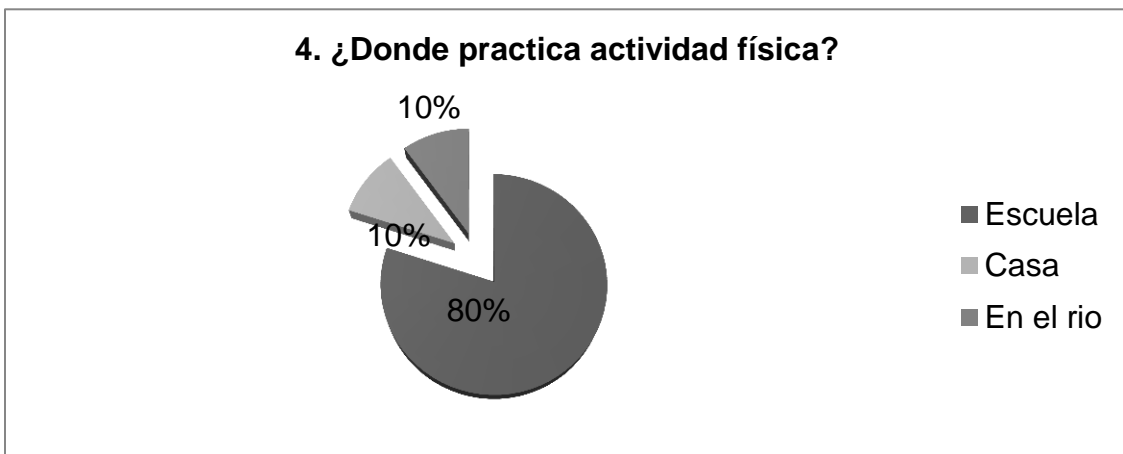
El resultado obtenido representado en la gráfica, establece que el 90% de las niñas, les gusta hacer actividad física, y al 10% no les atrae realizar ejercicios físicos. La población que no le gusta hacer ejercicios argumenta que prefiere ver televisión o escuchar música.

Gráfica No 3.



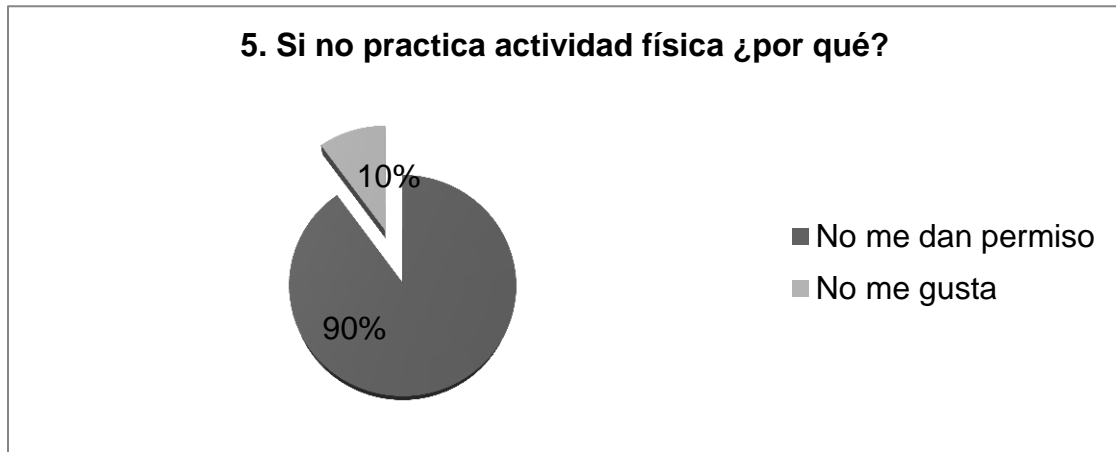
Según los resultados obtenidos, se establece que el 70% de las niñas realiza actividad física, jugando en la escuela, un 20% cuando va al río a nadar y el 10% restante manejar bicicleta. Lo cual implica que la mayoría de niñas no practican actividades físicas fuera de la escuela.

Gráfica No 4.



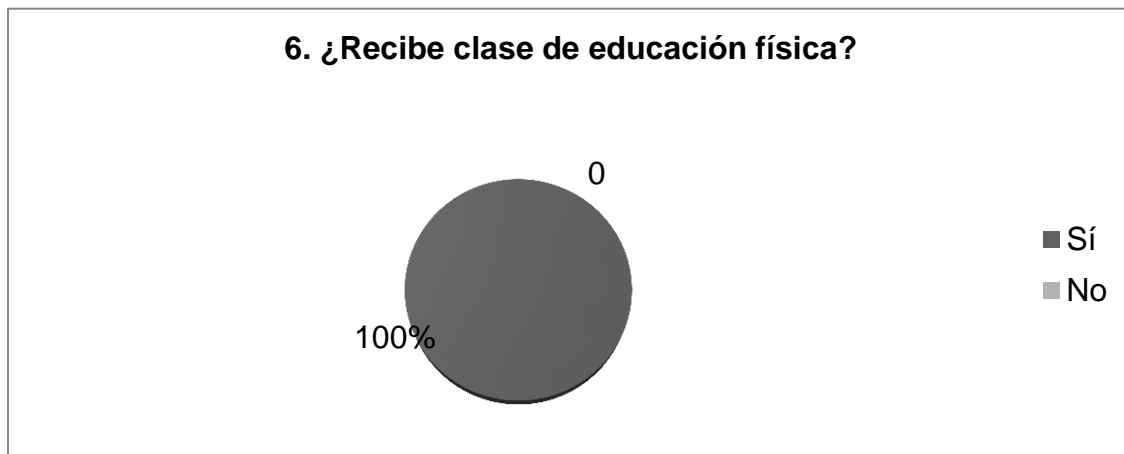
La gráfica, indica que el 80% de la población realiza actividad física, en la escuela, un 10% cuando van al río a jugar o nadar; y el 10% restante en su casa. La mayoría de las niñas realizan actividad física jugando en la escuela a la hora de recreo y durante la clase de educación física, que reciben una vez a la semana los días martes.

Gráfica No 5.



La gráfica, establece que el 90% de las niñas no realiza actividad física, porque sus padres no les dan permiso, y el 10% restante manifestó que no les gusta realizar actividad física. Los padres de familia no le dan permiso a sus hijas de asistir a las instalaciones deportivas porque son niñas y las pueden lastimar los niños y jóvenes que sí asisten a las instalaciones deportivas a realizar algún tipo de actividad física o deportiva.

Gráfica No 6.



Según los resultados de la gráfica, todas las niñas de la comunidad sí reciben la clase de educación física, cada martes de la semana, una hora diaria; considerando que el maestro de educación física atiende otras escuelas del municipio de Morazán.

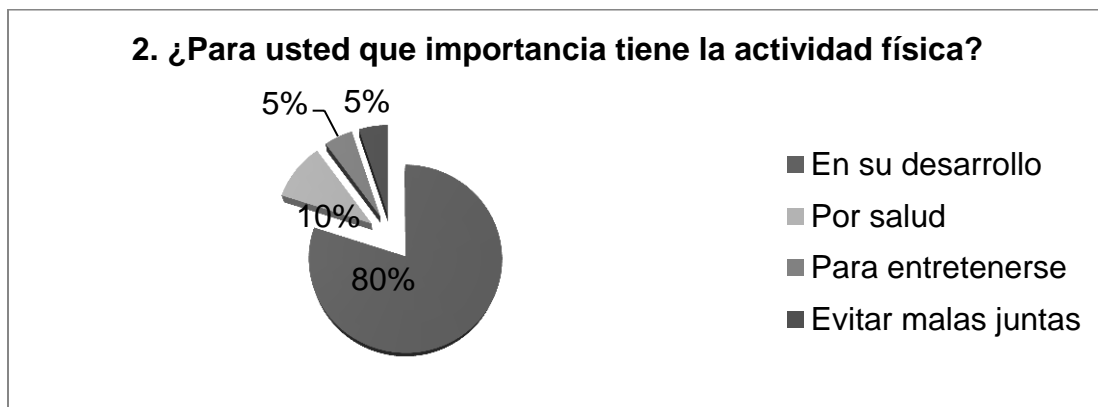
Resultados obtenidos de la entrevista realizada a padres de familia.

Gráfica No 7.



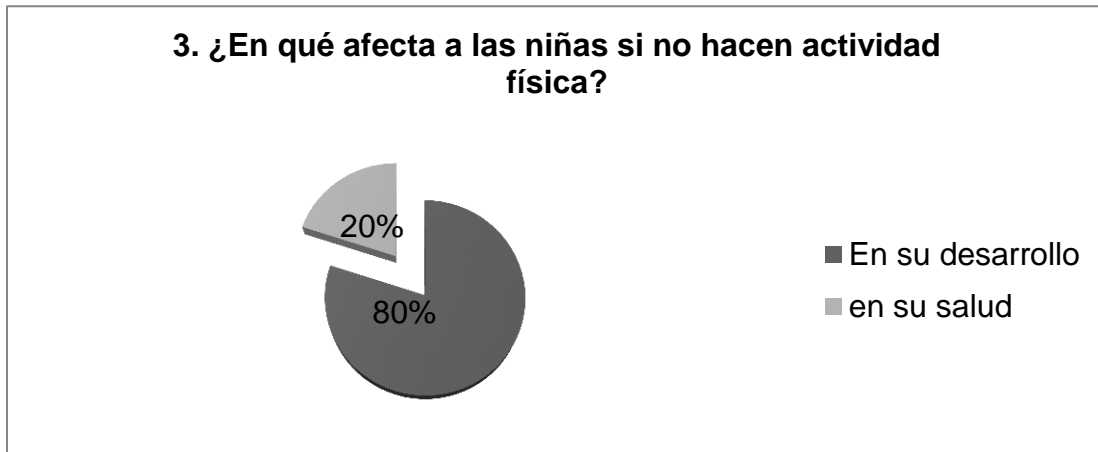
Los resultados indicados en la gráfica, establecen que el 90% de los padres de familia de las niñas, no permiten que sus hijas realicen actividad física; y otro 10% si lo permite. La mayoría de padres aducen que no le dan permiso a sus hijas a asistir a la instalaciones deportivas porque son niñas y corren riesgo de ser lastimadas por lo jóvenes y niños que van a las instalaciones a jugar pelota, además no es correcto andar en la calle.

Gráfica No 8.



La gráfica, indica que los padres de familia en un 80% consideran que la actividad física es importante en el desarrollo general; el 10% por salud; un 5% para entretenerse; y, el último 5% para evitar malas juntas. Reconociendo la mayoría de los padres de familia que la actividad física es importante para el desarrollo físico y la salud de las niñas.

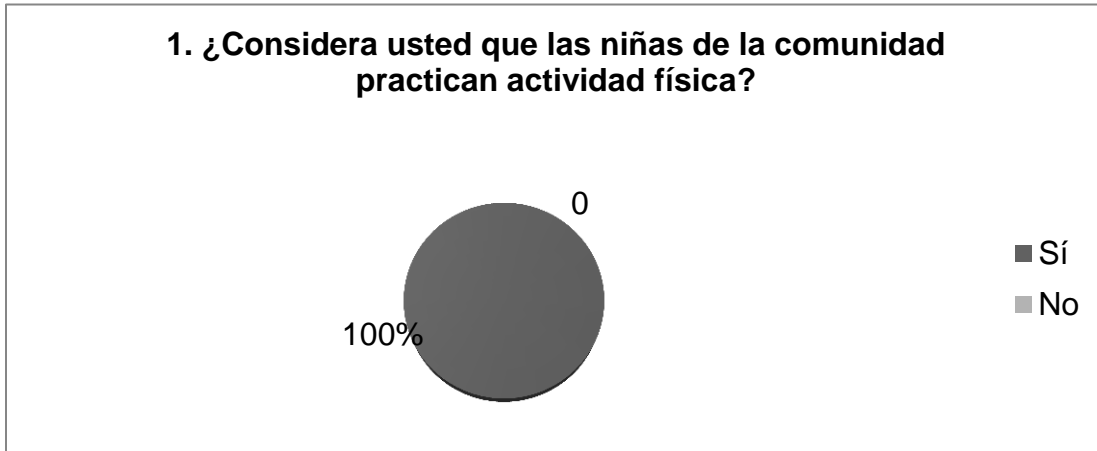
Gráfica No 9.



Los registros de la gráfica, indican que el 80% de los padres de familia consideran que la falta de actividad física les afecta a las niñas en su desarrollo, mientras tanto el 20% en su salud. Según el análisis de los resultados obtenidos a la interrogante establecida, los padres de familia están conscientes que la práctica de la actividad física mejora el funcionamiento de las capacidades motrices de las niñas de la comunidad.

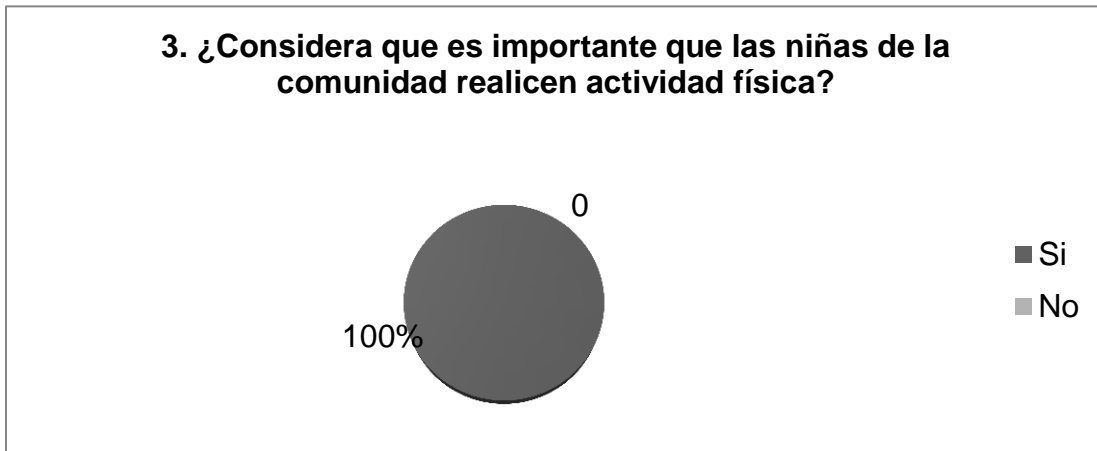
Resultados obtenidos posteriores a la entrevista dirigida, a los maestros de la escuela de la comunidad. Sobre estudios de actividad física.

Gráfica No 10.



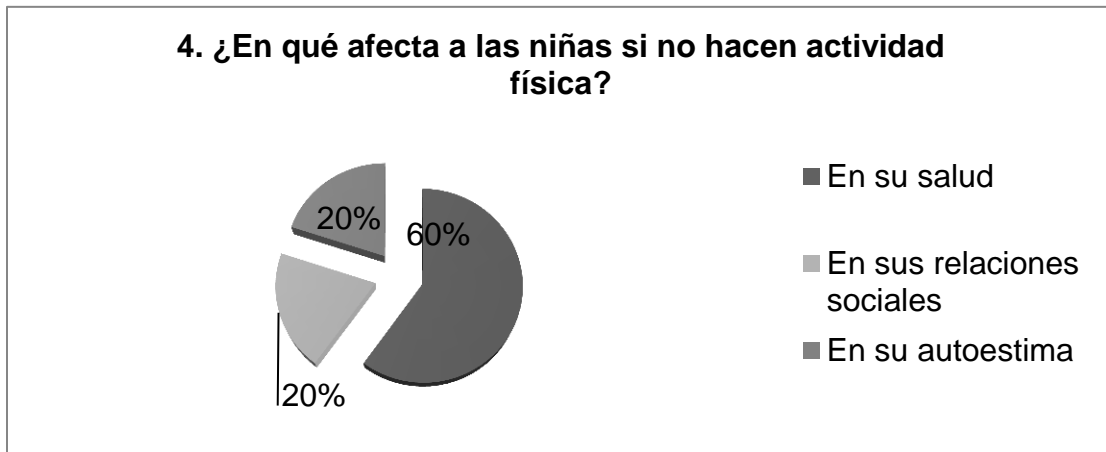
La respuesta a la pregunta formulada en la gráfica, establece que el 100% de los maestros reconoce que las niñas de la comunidad sí realizan actividad física en la escuela y durante la clase de educación física.

Gráfica No 11.



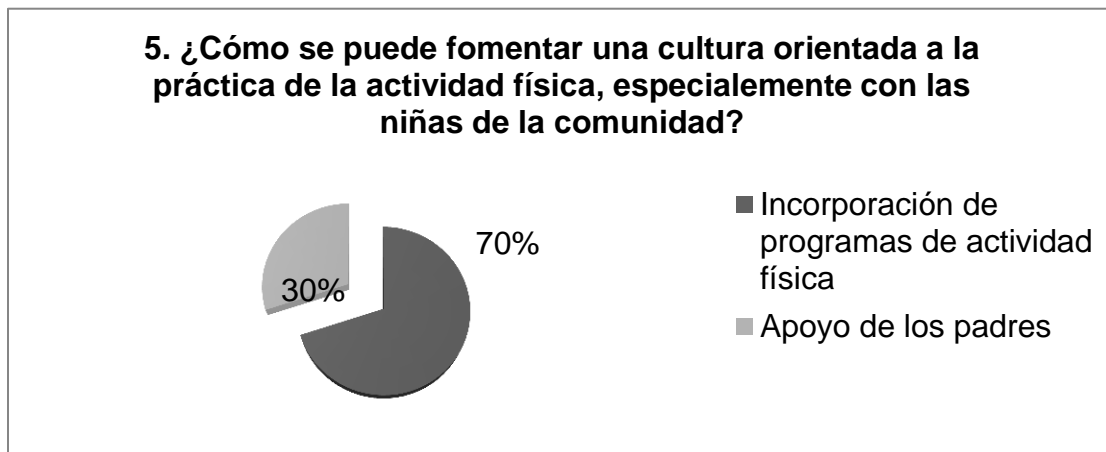
La interpretación de la gráfica, indica que el 100% de los maestros de la escuela de la comunidad, considera que es importante que las niñas de la comunidad realicen actividad física, para mejorar sus capacidades motrices, en su rendimiento escolar y para preservar la salud física y mental.

Gráfica No 12.



En la gráfica, se establece que el 60% de los maestros consideran que la falta de actividad física a las niñas les afecta en su salud física y mental. Un 20% en sus relaciones humanas o sociales, y el otro 20% en su autoestima.

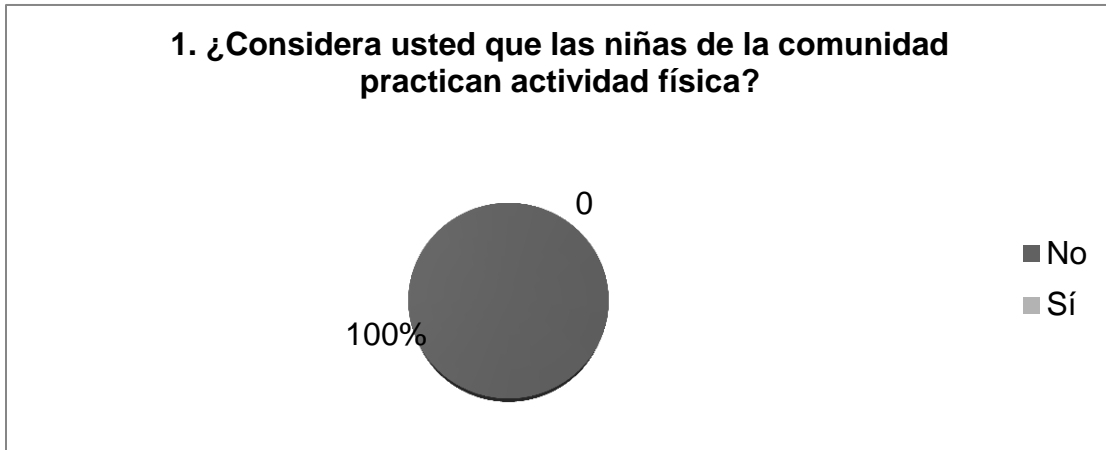
Gráfica No 13.



La interpretación de la gráfica, indica que los maestros consideran en un 70%, que la incorporación de programas de actividad física, permitirían fomentar la práctica de la actividad física en las niñas de la comunidad. Y el 30% establecen que el apoyo de los padres es necesario para inculcar en las niñas la práctica de actividades físicas

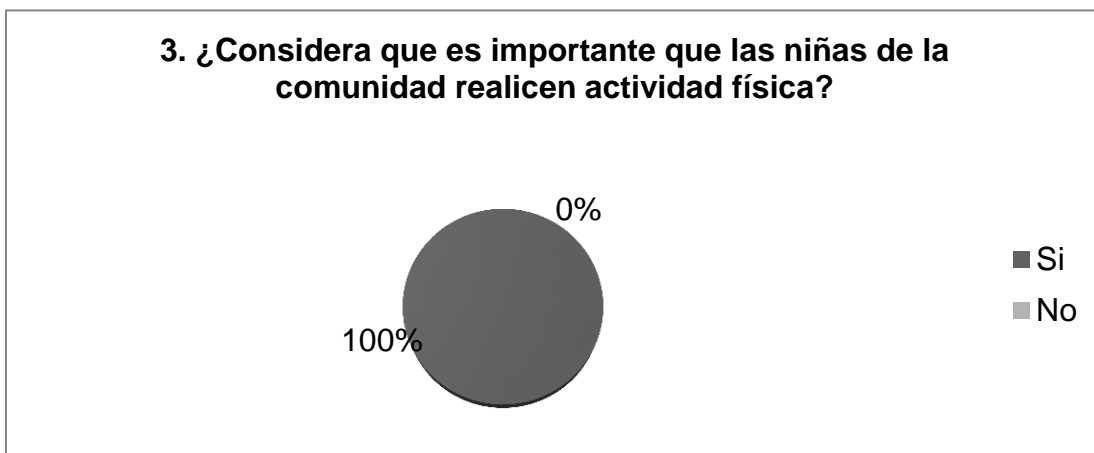
Resultados de la entrevista que se hizo a los miembros del COCODE de la comunidad.

Gráfica No 14.



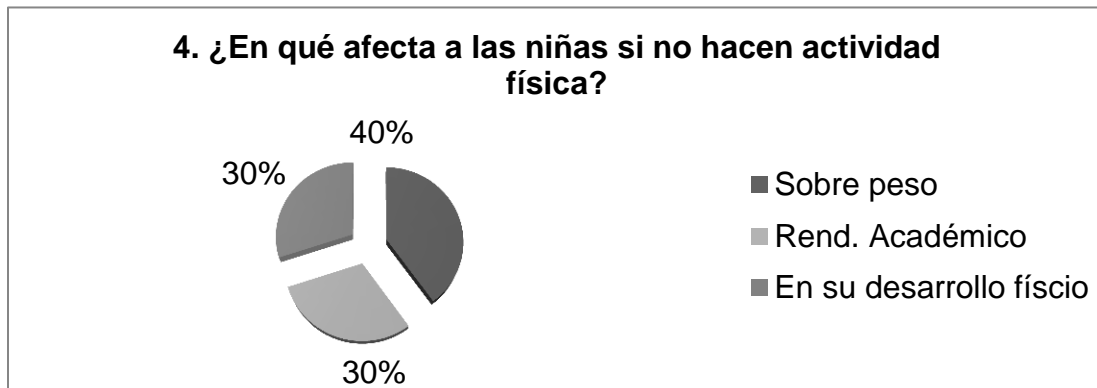
El 100% de los entrevistados manifiestan que las niñas de la comunidad no realizan actividad física. Los padres no se lo permiten, por ser niñas y porque no deben andar en la calle. También para evitar se relacionen con jóvenes viciosos que puedan dañarlas. Consideraron que no existen programas de actividad física en la comunidad, que motiven a las niñas a practicar ejercicios físicos.

Gráfica No 15.



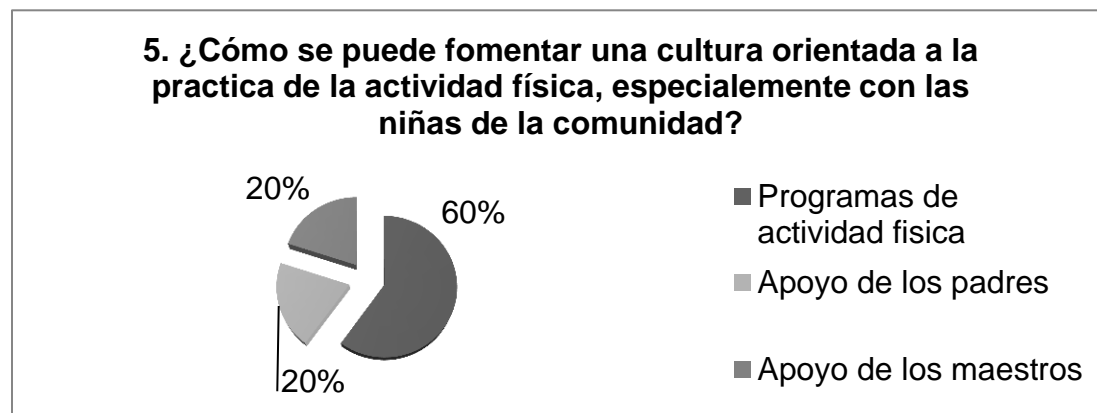
El 100% de los entrevistados contestó que sí. Consideran que la práctica de la actividad física, es importante para desarrollar las capacidades motrices, cognitivas y conductuales en las niñas.

Gráfica No 16.



En la gráfica, se establece que el 40% de los entrevistados reconocen que la inactividad física en las niñas, conlleva a enfermedades como el sobrepeso. El 30%, en su rendimiento académico y el otro 30%, y en su desarrollo físico.

Gráfica No 17.



La interpretación de la gráfica, establece que el 60% de los entrevistados consideran que el desarrollo de la actividad física dependerá de la promoción de programas orientados a la práctica de actividades físicas; el 20% por la iniciativa de los padres y un 20% a través de programas o actividades educativas. Lo cual significa que la falta de actividad física, en las niñas de la comunidad no compete solamente a los padres de familia, maestros de la escuela o instituciones encargadas de promover la actividad física, sino por el contrario el apoyo y la participación de cada uno de ellos.

Tabla de análisis de la inactividad física en niñas comprendidas entre los 8 a 14 años de edad de la comunidad Los Aristondos, por razones culturales o de género.

No	Culturales	De género
1	Las niñas no tienen el hábito de realizar actividad física.	Porque son niñas (menores de edad).
2	No existen programas que promuevan o fomenten la actividad física.	Cualidades de fémina.
3	Prefieren ver televisión o el internet.	Estereotipo de debilidad por ser mujer. Victimización de ser lastimada.
4	No tienen permiso de sus padres.	Rechazo de los niños por su condición de ser mujer.

Fuente: elaboración propia.

6. Conclusiones

Se determinó que las niñas comprendidas entre los 8 a 14 años de edad, de la comunidad Los Aristondos, Morazán El Progreso, por razones culturales (no se tiene el hábito, no existen programas que promuevan la actividad física, prefieren ver televisión o no tienen permiso de sus padres) y de género (porque son niñas, porque son mujeres, porque son débiles y pueden ser lastimadas por lo niños y jóvenes, porque los niños no las involucran en sus actividades físicas o lúdicas) tienen poco acceso a la actividad física, limitando su desarrollo físico motriz y otras capacidades.

Se estableció que una minoría de las niñas de la comunidad, realizan actividad física, cuando van al río, en los patios de sus casas a través del juego, o bien cuando salen a pasear o hacer mandados en bicicleta. Así mismo en la escuela y durante la clase de educación física.

Se evidenció que los padres de familia, maestros y representantes de Consejo Comunitario de Desarrollo reconocen la importancia de la práctica continua de actividades físicas, recreativas o deportivas, en el desarrollo de las capacidades motrices, cognitivas y conductuales de las niñas de la comunidad. Y la posibilidad de fomentar programas de actividad física, que permitan a las niñas realizar ejercicio.

7. Recomendaciones

Se impulsen programas, que fomenten la práctica de la actividad física en las niñas comprendidas entre los 8 a 14 años de edad de la comunidad Los Aristondos, Morazán, El Progreso y que tengan las mismas oportunidades que tienen los niños y los jóvenes, sin distinción de género. Y gozar de los beneficios que se obtienen al realizar ejercicios en forma continua y sistemática.

Que los padres de familias y maestros, promuevan iniciativas para la práctica de actividades físicas de las niñas de la comunidad, y se promocioe una cultura física para el desarrollo integral y calidad de vida de éstas.

Con el apoyo y participación de los padres de familia, maestros de la escuela y miembros del COCODE; incorporar o involucrar a las niñas de la comunidad Los Aristondos, en programas de actividad física, que puedan realizarse a través del Ministerio de Educación, Vice Ministerio de Cultura y Deportes o la Municipalidad de Morazán.

8. Referencias Bibliográficas

- Blázquez, Domingo. (1986). Iniciación a los deportes de equipo. Barcelona: Martínez Roca.
- De Paz, Víctor. (1997). Desarrollo Psicomotriz del Niño de la Escuela Nacional Simón Bergaño. Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado –EPS–.
- De Castro, Adela (2009). Juegos para la Educación Física. España: alfa omega.
- Fuentes, Edgar. (2011). La importancia de los juegos tradicionales y populares Para el desarrollo motriz en los niños. Experiencia Docente con la Comunidad.
- Garrote, Escribano, Nicolás. (2001). Enseñanza de la educación física. Madrid: Paidotribo
- Hahn, E. (1988). Entrenamiento con niños. Barcelona: Martínez Roca.
- Lautweir, Theo. (1975). Deportes y Ocio. Barcelona: Fontanella.
- Lemus, José. (2013). Programa de acondicionamiento físico para niños de la Escuela Urbana Mixta El Incienso. Experiencia Docente con la Comunidad.
- Mateév, L. (1983). Fundamentos del Entrenamiento Deportivo. Moscú: Roduga.
- Ozolin, N.G. (1983). Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo. La Habana: Científico Técnica.
- Ruiz, Luis. (1997). Rendimiento Deportivo. Madrid: Gymnos.
- Virosta, Alberto. (1994). Deportes Alternativos. Madrid: Gymnos.

E-Grafías:

Actividades físicas recomendadas para los niños (2014) Consultado en:

<http://www.webconsultas.com/ejercicio-y-deporte/ejercicio-en-las-diferentes-etapas-de-la-vida/ej>.

Beneficios de Ejercicio físicos para los niños (2011). Consultado en:

[en:http://www.webconsultas.com/ejercicio-y-deporte/ejercicio-en-las-etapas-de-la-vida/beneficios-del-ejercicio-fisico-para-los-ninos](http://www.webconsultas.com/ejercicio-y-deporte/ejercicio-en-las-etapas-de-la-vida/beneficios-del-ejercicio-fisico-para-los-ninos)

Etapas del desarrollo según Piaget (s.f.) Consultado en:

<http://aprendiendomatematicas.com/etapas-de-desarrollo-cognitivo-segun-piaget/>

Jacques Fortín. Enciclopedia de los deportes: Paidotribo. (2001) Consultado en:
<http://paidotribo.com/pdfs/953/953.i.pdf>.

Geografía de Morazán. (s.f.) Consultado en:
<http://www.deguate.com/municipios/pages/el-progreso/morazan/geografia.php#.VgqUfJejDR5>

Morazán (El Progreso) - Wiki pedía, la enciclopedia libre (s.f.) Consultado en:
[https://es.wikipedia.org/wiki/Moraz%C3%A1n_\(El_Progreso\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Moraz%C3%A1n_(El_Progreso))

Municipalidad de Morazán - Municipios de Guatemala – (2011) Consultado en:
<http://www.deguate.com/municipios/pages/el-progreso/morazan/municipalidad.php>

Organización Política y Administrativa de Morazán (2013) Consultado en:
<http://www.deguate.com/municipios/pages/el-progreso/morazan/organizacion.php#.VgqgTJejDR6>

9. Anexos

Universidad de San Carlos de Guatemala
Escuela de Ciencias Psicológicas
Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-

Estudio sobre actividad física en la comunidad Los Aristondos, Morazán,
El Progreso, en niñas entre los 8 a 14 años de edad.

Cuestionario dirigido a niñas de la comunidad.

A continuación se le presentan los enunciados, que debe responder anotando una X en el cuadro en su caso o bien escribiendo la respuesta en las líneas.

1. ¿Practica actividad física?

Sí No

2. ¿Le gusta hacer actividad física?

Sí No

3. ¿Qué clase de actividad física practica?

4. ¿Dónde practica actividad física?

5. Si no practica actividad física, ¿porqué?

6. ¿Recibe clase de educación física?

Sí No

Universidad de San Carlos de Guatemala
Escuela de Ciencias Psicológicas
Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-

Estudio sobre actividad física en la comunidad Los Aristondos, Morazán,
El Progreso, en niñas entre los 8 a 14 años de edad.

Entrevista dirigida a padres de familia.

Preguntas estructuradas a formular.

1. ¿Le permite a su hija realizar actividad física?

Sí No

¿Por qué?

2. ¿Para usted qué importancia tiene la actividad física?

3. ¿En qué afecta a las niñas si no hacen actividad física?

Universidad de San Carlos de Guatemala
Escuela de Ciencias Psicológicas
Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-

Estudio sobre actividad física en la comunidad Los Aristondos, Morazán,
El Progreso, en niñas entre los 8 a 14 años de edad.

Entrevista dirigida a maestros.

Preguntas estructuradas a formular.

1. ¿Considera usted que las niñas de la comunidad practican actividad física?

Sí No

2. Si la respuesta es No ¿Por qué?

3. ¿Considera que es importante que las niñas de la comunidad realicen actividad física?

¿Por qué?

4. ¿En qué afecta a las niñas si no hacen actividad física?

5. ¿Cómo se puede fomentar una cultura orientada a la práctica de la actividad física especialmente con las niñas de la comunidad?

Universidad de San Carlos de Guatemala
Escuela de Ciencias Psicológicas
Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-

Estudio sobre actividad física en la comunidad Los Aristondos, Morazán,
El Progreso, en niñas entre los 8 a 14 años de edad.

Entrevista dirigida miembros del COCODE.

Preguntas estructuradas a formular.

1. ¿Considera usted que las niñas de la comunidad practican actividad física?

Sí

No

2. Si la respuesta es No ¿Por qué?

3. ¿Considera que es importante que las niñas de la comunidad realicen actividad física?

¿Por qué?

4. ¿En qué afecta a las niñas si no hacen actividad física?

5. ¿Cómo se puede fomentar una cultura orientada a la práctica de la actividad física especialmente con las niñas de la comunidad?

GUATEMALA



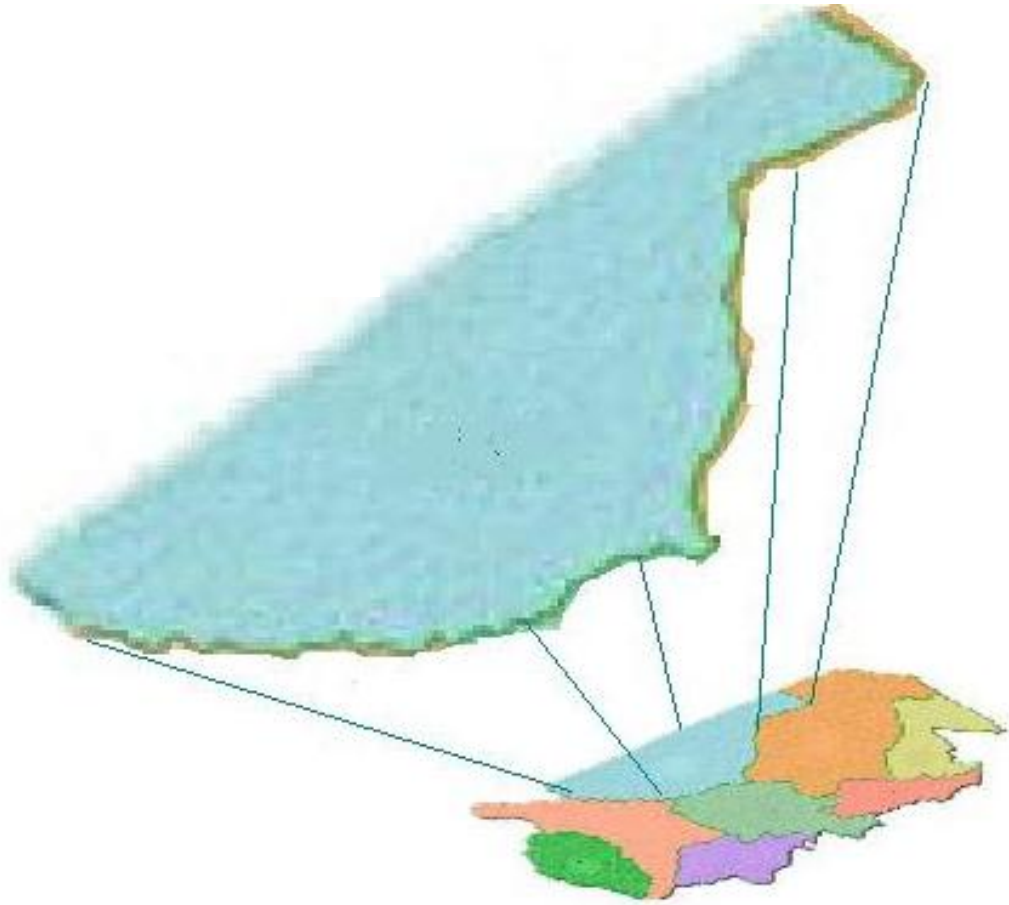
DEPARTAMENTO DEL PROGRESO

1. San Agustín Acasaguastlán
2. San Cristóbal Acasaguastlán
3. El Jícaro
4. Guastatoya
5. Morazán
6. Sanarate
7. San Antonio La Paz
8. Sansare



Handwritten signature

MUNICIPIO DE MORAZÁN



UBICACIÓN DEL MUNICIPIO
DE MORAZÁN

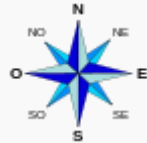
PURULHÁ

BAJA VERAPAZ



SAN JERÓNIMO

BAJA VERAPAZ



SAN AGUSTÍN
ACASAGUASTLÁN

EL PROGRESO



SANARATE Y GUASTATOYA

EL PROGRESO

UBICACIÓN DE
COMUNIDAD LOS
ARISTONDOS

PASASAGUA

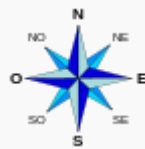
SAN AGUSTÍN
ACASAGUASTLÁN



MARAJUMA

PLAN DE LAS FLORES

MORAZÁN



MORAZÁN



SANTA GERTRUDIS

MORAZÁN