



**UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO**

**UNIDAD ACADÉMICA DE EDUCACIÓN SEMIPRESENCIAL Y A  
DISTANCIA**

**TESIS DE GRADO PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO  
DE LICENCIADOS EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN  
EDUCACIÓN BÁSICA**

**TÍTULO DE LA TESIS**

Influencia de la metodología que utilizan los docentes en la calidad de la clase de Cultura Física de los estudiantes del séptimo año de Educación Básica en el Centro Educativo Eugenio Espejo N°. 11 de la Ciudad de Milagro, durante el periodo lectivo 2012-2013.

**Autores: César Manuel Chenche López y  
Elvia María Gutiérrez Pesantez**

**Milagro, Agosto 2013**

**Ecuador**

### **Aceptación del tutor**

Por la presente hago constar que he analizado la tesis de grado presentada por los señores César Manuel chenche López y Elvia María Gutiérrez Pesantez, para optar al título de Licenciados en Ciencias de la Educación mención Educación Básica y que acepto tutorar a los estudiantes, durante la etapa del desarrollo del trabajo hasta su presentación, evaluación y sustentación.

Milagro, agosto de 2013

**Msc. Carolina Villacís**

**TUTORA**

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Los autores de esta investigación declaran ante el Consejo Directivo de la UNIDAD ACADÉMICA DE EDUCACIÓN SEMIPRESENCIAL Y A DISTANCIA de la Universidad Estatal de Milagro, que el trabajo presentado es de mi propia autoría, no contiene material escrito por otra persona, salvo el que está referenciado debidamente en el texto; parte del presente documento o en su totalidad no ha sido aceptado para el otorgamiento de cualquier otro Título o Grado de una institución nacional o extranjera.

Milagro, agosto de 2013

César Manuel Chenche López

C. I. 092034523-8

Elvia María Gutiérrez Pesantez

C.I. 091788460-3

## **CERTIFICACIÓN DE LA DEFENSA**

EL TRIBUNAL CALIFICADOR previo a la obtención del Título de Licenciado en Ciencias de la Educación, mención Educación Básica otorga al presente proyecto de investigación las siguientes calificaciones:

MEMORIA CIENTÍFICA	(    )
DEFENSA ORAL	(    )
TOTAL	(    )
EQUIVALENTE	(    )

\_\_\_\_\_  
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

\_\_\_\_\_  
PRODESOR DELEGADO

\_\_\_\_\_  
PROFESOR SECRETARIO

## **CERTIFICACIÓN DE LA DEFENSA**

EL TRIBUNAL CALIFICADOR previo a la obtención del Título de Licenciado en Ciencias de la Educación, mención Educación Básica otorga al presente proyecto de investigación las siguientes calificaciones:

MEMORIA CIENTÍFICA	(    )
DEFENSA ORAL	(    )
TOTAL	(    )
EQUIVALENTE	(    )

\_\_\_\_\_  
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

\_\_\_\_\_  
PRODESOR DELEGADO

\_\_\_\_\_  
PROFESOR SECRETARIO

## **Dedicatoria**

Con el más alto sentimiento de respeto, de amor puro y ganas de superación dedicamos este trabajo a nuestras familias, que siempre han estado pendientes de nosotros en nuestros éxitos y fracasos, convirtiéndose así en uno de los soportes en el que descansan nuestras vidas, teniendo como base fundamental el amor a Dios, lo que nos da fortaleza para seguir adelante hasta la obtención de mis más anhelados deseos.

Los Autores

## **Agradecimiento**

A Dios, a nuestra familia, por el apoyo incondicional brindado para mediante el, lograr el enfoque necesario y la concentración requerida para la realización de este trabajo, a la Msc. Carolina Villacís que con su vasto conocimiento e ilustrado criterio supo guiarnos acertadamente en la elaboración de esta tesis.

Gracias a todos.

Los Autores.

## **Cesión de derechos del autor**

Licenciado

JAIME OROZCO HERNÁNDEZ MSc.

**Rector de la Universidad Estatal de Milagro**

Presente.

Mediante el presente documento, libre y voluntariamente procedo a hacer la entrega de la Cesión de Derechos del Autor del Trabajo realizado como requisito previo para la obtención de mi Título de Tercer Nivel, cuyo tema es: Influencia de la metodología que utilizan los docentes en la calidad de la clase de Cultura Física de los estudiantes del séptimo año de Educación Básica en el Centro Educativo Eugenio Espejo N°. 11 de la Ciudad de Milagro, durante el periodo lectivo 2012-2013, y que corresponde a la Unidad Académica de Educación Semipresencial y a Distancia.

César Manuel Chenche López

C. I. 092034523-8

Elvia María Gutiérrez Pesantez

C.I. 090864277-0

Milagro, agosto de 2013

## ÍNDICE GENERAL (Referencial)

INTRODUCCIÓN .....	1
CAPÍTULO I	
EL PROBLEMA	
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	2
1.1.2. Delimitación del problema .....	4
1.1.3. Formulación del problema .....	4
1.1.4 Sistematización del problema.....	5
1.1.5 Determinación del tema.....	5
1.2 OBJETIVOS .....	5
1.2.1 Objetivo General.....	5
1.2.2 Objetivos Específicos .....	6
1.3 JUSTIFICACIÓN .....	6
CAPITULO II	
MARCO REFERENCIAL	
2.1 MARCO TEÓRICO.....	8
2.1.1 Antecedentes Históricos.....	8
2.1.2 Antecedentes Referenciales.....	9
2.1.3 Fundamentación Teórica.....	12
2.1.4 Fundamentación Filosófica.....	15
2.1.5 Fundamentación Pedagógica .....	15
2.1.6 Fundamentación Psicológica.....	16

2.1.7 Fundamentación Científica.....	16
2.2 MARCO LEGAL .....	17
2.3 MARCO CONCEPTUAL.....	18
2.4 HIPÓTESIS Y VARIABLES .....	20
2.4.1 Hipótesis general.....	20
2.4.2 Hipótesis particulares .....	20
2.4.3 Declaración de variables .....	20
2.4.4 Operacionalización de las variables .....	21
CAPITULO III	
MARCO METODOLÓGICO	
3.1 TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN Y SU PERSPECTIVA GENERAL ...	22
CAPITULO IV	
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	
4.1 ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN ACTUAL .....	27
4.2 ANÁLISIS COMPARATIVO, EVOLUCIÓN, TENDENCIAS Y PERPECTIVAS ...	28
CAPÍTULO V	
PROPUESTA	
5.1 TEMA .....	42
5.4.1 Objetivo General de la propuesta .....	44
5.4.2 Objetivos Específicos de la propuesta .....	44
5.6 FACTIBILIDAD .....	45
5.7.1 Actividades .....	46

5.7.2 Recursos, Análisis Financiero .....	60
5.7.2.2 Recursos Materiales.....	60
5.7.2.3 Recursos Financieros.....	61
5.7.3 Impacto.....	61
5.7.4 Cronograma .....	62
5.7.5 Lineamiento para evaluar la propuesta .....	63
CONCLUSIONES.....	64
RECOMENDACIONES .....	65
BIBLIOGRAFIA .....	66

## ÍNDICE DE CUADROS

### **Cuadro 1.**

Operacionalización de las variables .....21

### **Cuadro 2.**

Opinión de los estudiantes sobre la cultura física .....29

### **Cuadro 3:**

Explicación de los objetivos y beneficios en cada clase de Cultura Física.....30

### **Cuadro 4.**

Clases de valores en la asignatura de Cultura Física .....31

### **Cuadro 5.**

Importancia de la Cultura Física.....32

### **Cuadro 6.**

Enseñanza de la Cultura Física con algún método o técnica .....33

### **Cuadro 7.**

Están los estudiantes satisfechos con las clases que imparte su maestro de Cultura Física .....34

### **Cuadro 8.**

Actividades que realizan frecuentemente en Cultura Física.....35

### **Cuadro 9.**

Actividades innovadoras en Cultura Física.....37

### **Cuadro 10.**

Fortalecer las habilidades de los estudiantes.....38

### **Cuadro 11.**

Competencias deportivas dentro y fuera de la ciudad.....39

**Cuadro 12.**

Verificación de hipótesis.....41

**Cuadro 13.**

Recursos Financieros.....61

**Cuadro 14.**

Cronograma (Matriz de Gantt y/o Pert) .....62

## ÍNDICE DE FIGURAS

### **Figura 1.**

Opinión de los estudiantes sobre la Cultura Física .....29

### **Figura 2.**

Explicación de los objetivos y beneficios en cada clase de Cultura Física a los  
estudiantes .....30

### **Figura 3.**

Clases de valores en la asignatura de Cultura Física .....31

### **Figura 4.**

Importancia de la Cultura Física.....32

### **Figura 5.**

Enseñanza de la Cultura Física con algún método o técnica .....33

### **Figura 6.**

Están satisfechos con la clase que imparte su maestro de Cultura Física.....34

### **Figura 7.**

Actividades que realizan frecuentemente en Cultura Física.....35

### **Figura 8.**

Actividades innovadoras en Cultura Física.....37

### **Figura 9.**

Fortalecer las habilidades de los estudiantes.....38

### **Figura 10.**

Competencias deportivas dentro y fuera de la ciudad.....39

<b>Figura 11.</b>	
Croquis de la Escuela Eugenio Espejo .....	45
<b>Figura 12.</b>	
Ejercicio 1- futbol sin balón.....	48
<b>Figura 13.</b>	
Ejercicio 2 - Deposita el balón .....	49
<b>Figura 14.</b>	
Ejercicio 3 – El baile de las rodillas .....	50
<b>Figura 15.</b>	
Ejercicio 4 - Deposita el balón .....	52
<b>Figura 16.</b>	
Ejercicio 5 – Espiri González.....	53
<b>Figura 17.</b>	
Ejercicio 6 – La emergencia zombi.....	54
<b>Figura 18.</b>	
Ejercicio 7 – Cuidado te atrapan .....	55
<b>Figura 19.</b>	
Ejercicio 8 – El mensajero .....	56
<b>Figura 20.</b>	
Ejercicio 9 – El culpable.....	57
<b>Figura 21</b>	
Ejercicio 10 –Torcer el árbol.....	58

**Figura 22**

Recomendaciones..... 58

**Figura 23**

Nutrición.....59

## **Resumen**

En la actualidad se ha podido constatar que la práctica de la Cultura Física debe tener como base fundamental la cooperación, el trabajo en equipo y la educación en valores acompañada de la constante colaboración de padres de familia y autoridades sin dejar de lado la preparación rigurosa y constante del docente de Cultura Física, todos y cada uno de estos factores influyen directamente en el desarrollo integral del estudiante, que debe tener como base de su educación la formación en valores tan esenciales como: la colaboración, honestidad, respeto, juego limpio, en fin amor por la vida cualidades que deben acompañar a cada ser humano ya que dichas cualidades fomentan el desarrollo holístico de cada estudiante. Mediante la investigación podemos confirmar que la Cultura Física juega un papel importante en pequeñas y grandes civilizaciones, ya que mediante ella podemos destacar grandes logros ejemplo: en lo científico se conocen avances en cuanto se refiere a la creación de nuevas técnicas deportivas que ayuden a potencializar la capacidad del rendimiento físico y mental de profesionales del deporte, en cuanto a la salud y perfeccionamiento de habilidades la creación de multivitamínicos que favorecen el crecimiento acelerado de nuevas generaciones. La tecnología también ha aportado en el campo deportivo, mediante la creación de máquinas que fortalecen y maximizan su rendimiento muscular y el desempeño cardiovascular. Tomando en cuenta todos estos campos en los que se encuentra inmiscuido el deporte, se evidencia la clara necesidad de tener una actitud mucho más consciente por parte de todos los miembros que están inmersos directamente en el desarrollo, evolución y desenvolvimiento integral de una comunidad que tiene como objetivo primordial fomentar la educación en valores. La Cultura Física juega un papel fundamental en la formación de valores en edades tempranas en niños y niñas para su desarrollo integral como individuo y la significación que estos le dan a su vida en nuestros tiempos: ya que la transformación del ser humano en este nuevo milenio se basa en la evolución en valores y el derecho al buen vivir.

### **PALABRAS CLAVES:**

Cultura física, formación integral, valores, .innovación, metodologías, educación, evolución.

## Summary

At present it has been shown that the practice of Physical Culture must be based on the view that cooperation, teamwork and values education accompanied by the constant collaboration of parents and authorities without neglecting rigorous preparation and constant teaching of Physical Culture, each and every one of these factors directly influence the development of the student, which should be based on their education values education as essential as collaboration, honesty, respect, fair play in order to love for life qualities that must accompany every human being because these qualities promote holistic development of each student. Through research we can confirm that the Physical Culture plays an important role in small and large civilizations, since through it we highlight great achievements eg in known scientific advancements as it relates to the creation of new techniques that help potentiate sports physical capacity and mental performance of professional sports in terms of improving health and creating multivitamins skills that favor the rapid growth of new generations. Technology has also contributed in the field of sports, by creating machines that strengthen and maximize muscle performance and performance cardiovascular. Taking into account all these fields that is intruded sport, evidenced a clear need to have a much more conscious by all members who are directly involved in the development, evolution and integral development of a community that has primary objective to promote education in values. Physical Culture plays a role in the formation of values at an early age in children for their overall development as an individual and the significance that these give to your life in our times: as the transformation of the human being in this new millennium evolution is based on values and the right to good living.

## KEYWORDS:

Physical culture, comprehensive training, values, Innovation, methodologies, education, evolution.

## INTRODUCCIÓN

Mediante una recopilación obtenida con la implementación de encuestas, entrevista y fichas de observación, realizadas a cada uno de los actores inmersos en esta investigación como lo son: estudiantes, docente y directivo, instrumentos utilizados en horarios diferentes con cada uno de los participantes, nos trazamos el logro u obtención de varios objetivos que daremos a conocer a continuación.

El objetivo principal de este trabajo es dar a conocer la influencia directa que tiene la adecuada práctica deportiva y la combinación constante que debe haber entre valores e innovación, factores primordiales que fundamentan el desarrollo integral de niños y niñas en edades ya próximas a la pubertad como son los estudiantes del séptimo año de educación básica paralelo "A" del Centro Educativo "Eugenio Espejo".

Concientizar en directivos y maestros que el papel primordial que debería jugar la Cultura Física dentro del plantel educativo, es el de una herramienta formadora de valores tales como: el respeto, solidaridad, compañerismo, honestidad, seguridad y el sentimiento de justicia por nuestros semejantes; tales virtudes las podemos observar día a día en la realización de deportes y la influencia que estos tienen en la vida de todo ser humano en especial de niños que entran a la etapa de la adolescencia.

Recalcar constantemente que la formación integral de niños y niñas debe tener como pilares principales la formación de valores y la Cultura Física, ya que debe estar acompañada de una pedagogía adecuada e innovación constante en cuanto se refiera a la implementación de nuevas técnicas, metodologías y el manejo adecuado de los implementos de Cultura Física, acordes a la edad de cada uno de los estudiantes, esto permitirá una comunicación e interrelación más abierta entre docente y educandos.

Conocedores de las falencias que presenta dicho centro educativo en cuanto al área de Cultura Física se refiere, decidimos y con la ayuda de un profesional del área crear una guía metodológica bien estructurada de principio a fin, que facilitará la práctica adecuada de la Cultura Física que tendrá como eje fundamental la formación en valores tan necesaria para el desarrollo intelectual, físico y emocional de cada uno de estos estudiantes. En fin que potencie su desarrollo integral.

# **CAPÍTULO I**

## **EL PROBLEMA**

### **1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1.1 Problematización**

La práctica constante, adecuada, monitoreada, dosificada y tecnicada de la Cultura Física, se convierte o constituye en el medio más preciso para mejorar, mantener y dar paso a una acelerada evolución de niveles de vida de todo ser humano. La misma que debe ser utilizada, como uno de los pilares fundamentales en el desarrollo integral de estudiantes del niveles básicos de toda unidad educativa; ya que mediante el deporte se desarrolla capacidades físicas, mentales y de relación entre estudiantes y maestros y la inserción en la comunidad. El deporte es el idioma de la mente, cuerpo y alma.

Arnold (1991) nos recuerda la creencia tradicional de que a través de la participación en juegos y deportes surgen cualidades tan admirables como lealtad, cooperación, valor, resolución, fuerza de voluntad, dominio de sí mismo, resistencia, perseverancia o determinación. (Martin, 2004)

La práctica de la Cultura Física engrandece, fortalece el espíritu, mejora el rendimiento físico del estudiante y da paso a la predisposición inmediata para el desarrollo integral de sus actividades académicas y de interrelación en el aula de clase; visto desde esta óptica llegamos a entender que es fundamental que toda institución educativa sobre todo en niveles de educación básica, posean maestros

capacitados en el área de Cultura Física que conozcan al cien por ciento las metodologías de trabajo y técnicas que ayuden a fomentar su evolución desarrollo físico, psicológico y emocional, así inculcarles valores tan necesarios para el estudiante y su óptimo desarrollo integral.

La literatura científica viene confirmando, desde hace unos años que el deporte o la Educación Física no siempre comporta un desarrollo tácito de los valores, (Torregrosa y Lee, 2000; Bredemeier, Shields, Weiss y Cooper, 1986; Weinberg y Gould, 1996; Escartí, 2003). Escartí (2003, p. 45) ampliamente respaldada por Bredemeier, Weiss, Shields y Shewchuk (1986) y Romance, Weiss, Bockoven (1986) escribe que la participación deportiva puede facilitar el desarrollo moral en los niños sólo cuando el programa deportivo ha sido cuidadosamente diseñado para producir cambios en el razonamiento moral. <sup>1</sup>

Luego de esta síntesis sobre la influencia directa que tiene la Cultura Física en el desarrollo de todo ser humano y especialmente en los niños de educación básica general damos paso a nuestra investigación.

En el Centro Educativo Eugenio espejo N°11 ubicado en la ciudad de Milagro se ha llegado a conocer que en este establecimiento educativo y en especial en el séptimo año de Educación Básica, se evidencia que la causa principal para no obtener este desarrollo integral tan deseado es el mal manejo y en ocasiones el desconocimiento parcial que tienen los maestros del área del Cultura Física de los contenidos y técnicas innovadoras que están en el deber de conocer y poner en práctica para promover y fortalecer valores tales como: la solidaridad, justicia, colaboración, destreza física y mental, cualidades y habilidades que fortalezcan el desarrollo integral de la educación básica general .

Los siguientes factores que hemos podido verificar con certeza para la existencia de dicho problema son los siguientes:

---

<sup>1</sup> Tomado de la tesis doctoral Intervención y evaluación del desarrollo moral en Educación Física en Primaria Autora: Lina Planchuelo Medina Málaga 2008 Pág. 83

- ❖ La escasa preparación de docentes en cuanto al manejo de los nuevos contenidos del área de cultura física.
- ❖ El desconocimiento total de cómo combinar pedagogía y deporte en alumnos de edades próximos a la pubertad.

La situación reflejada en el Centro Educativo Eugenio Espejo, nos da una clara visión de cómo el mal manejo, la desactualización de los contenidos y programas de Cultura Física por parte de los docentes de esta área acompañados de una mala administración de recursos tiene y tendrá una repercusión negativa en aspectos psicológicos, intelectuales y físicos en niños de edades entre los 11 a 12 años.

Para combatir con esta problemática existente en esta institución será necesario en primera instancia un modelo de ficha de observación para verificar y evaluar las falencias que muestra el docente del área de Cultura Física al momento de impartir su hora clase. Luego le daremos paso utilización de encuestas al docente y estudiantes, para culminar se impartirán talleres teórico prácticos.

### **1.1.2. Delimitación del problema**

- ❖ **Área:** Educación y Cultura
- ❖ **Línea:** Modelos alternativos de aprendizaje
- ❖ **Campo de acción:** Centro de Educación Básica Eugenio Espejo
- ❖ **Tema:** Práctica deportiva en el proceso de enseñanza – aprendizaje
- ❖ **Ubicación geoespacial:** Avenida 17 de septiembre y Quito
- ❖ **Ubicación:** 2012-2013

### **1.1.3. Formulación del problema**

¿Cómo influye la metodología que utilizan los docentes en la calidad de la clase de Cultura Física de los estudiantes del séptimo año de Educación Básica en el Centro Educativo Eugenio Espejo No. 11 de la Ciudad de Milagro, durante el periodo lectivo 2012-2013?

#### **1.1.4 Sistematización del problema**

¿Cuál es la metodología que utilizan en las clases los docentes de Cultura Física del Centro Educativo Eugenio Espejo No. 11 de la Ciudad de Milagro?

¿Cuál es la calidad de las clases de Cultura Física del Centro Educativo Eugenio Espejo No. 11 de la Ciudad de Milagro?

#### **1.1.5 Determinación del tema**

Estimular y promover el interés hacia la práctica deportiva en los estudiantes es una tarea que recae directamente en docentes del área de Cultura Física y padres de familia, ya que los primeros son los responsables de ejecutar y de utilizar contenidos, estrategias de enseñanzas innovadoras encaminadas a lograr este objetivo y los segundos deben impulsar el interés de su hijos hacia la práctica deportiva ya con la práctica de este combinada con una pedagogía adecuada se obtiene un desarrollo óptimo desarrollo integral.

La práctica de la Cultura Física es una de las bases fundamentales en el que se cimienta el desarrollo físico, emocional y psicológico del ser humano, porque mediante esta, el estudiante está motivado y predispuesto a la obtención de nuevos conocimientos en las diferentes asignaturas que forman parte de la malla curricular.

Por lo que se hace necesario estudiar el tema relacionado o la relación directa que tiene la influencia de la Cultura Física en el desarrollo integral de nuestros niños y comprobar mediante investigación, práctica y análisis nuestras teorías.

### **1.2 OBJETIVOS**

#### **1.2.1 Objetivo General**

Determinar la influencia de la metodología que utilizan los docentes en la calidad de la clase de Cultura Física, del séptimo año de Educación Básica del Centro Educativo "Eugenio Espejo" N°11 durante el periodo lectivo 2012-2013.

## **1.2.2 Objetivos Específicos**

Identificar la metodología que utilizan en las clases los docentes de Cultura Física del Centro Educativo Eugenio Espejo No. 11 de la Ciudad de Milagro.

Analizar la calidad de la clase de los docentes de Cultura Física del Centro Educativo Eugenio Espejo No. 11 de la Ciudad de Milagro.

## **1.3 JUSTIFICACIÓN**

### **1.3.1 Justificación de la investigación**

Se ha llegado con certeza a la conclusión de que en estudiantes que oscilan entre los once y doce años edad, edades próximas a la pubertad, se puede observar características cognitivas y afectivas tales como:

- a) Capacidad de fijación y de retención
- b) Facilidad para el aprendizaje
- c) Razonamiento analítico.
- d) Se evidencian los rasgos del carácter.
- e) Integración en la sociedad ya sea entorno familiar y afectivo
- f) El gusto por el género opuesto (la atracción)
- g) Elección de modelos (patrones a seguir)
- h) Interés por las actividades sociales entre ellas las deportivas, intelectuales y culturales.

Características que deberían desarrollarse en todos y cada uno de los estudiantes para un adecuado desarrollo integral.

Pero este es el caso de un gran porcentaje de alumnos de varias instituciones fiscales de Educación General Básica, que por factores tales como: el manejo inadecuado de contenidos, el tiempo reducido y en ocasiones el presupuesto limitado, no se brinda un ambiente, condiciones e implementos necesarios para el desenvolvimiento óptimo de la práctica de la Cultura Física, que favorece al

desarrollo intelectual y físico de los estudiantes frente a este análisis damos a conocer la situación problemática del séptimo año de educación básica general del Centro Educativo “Eugenio Espejo” N°11, la misma que no cuenta con la preparación necesaria por parte de los docentes en cuanto a la práctica de contenidos innovadores que induzcan y promuevan la práctica de la cultura física y la mala administración de recursos por parte de directivos dos aspectos negativos que no favorecen al tan deseado desarrollo integral de estos estudiantes.

Con nuestro tema de estudio queremos fomentar y fortalecer primordialmente los valores que sean aplicados en la Cultura Física, siendo una asignatura en la que podemos desarrollar valores, habilidades, capacidades físicas, psíquicas y sociales. Al solucionar este problema los beneficiados son los estudiantes, recibiendo una buena cátedra de su maestro y así orientarlos y contribuir en su formación integral.

## **CAPITULO II**

### **MARCO REFERENCIAL**

#### **2.1 MARCO TEÓRICO**

##### **2.1.1 Antecedentes Históricos**

En épocas pasadas la actividad física o práctica deportiva tenía como objetivo primordial, el modelamiento del aspecto físico, lograr resistencia, formar hombres en combate cuerpo a cuerpo. En fin lograr destrezas físicas indispensables para su supervivencia. Para los helenos la actividad física era la base de la vitalidad y la funcionalidad del cuerpo. En la edad de los cavernícolas, el hombre o llamado en esos tiempos neandertales realizaban actividad física para demostrar la ley del más fuerte, imponerse ante otros, buscar seguridad mediante la obtención de la rapidez y poderío. Hablando de Roma, se podía evidenciar que la actividad física y deportiva, tenía como actor principal al guerrero o atleta lo que conocemos en esta época como deportista. El precursor de la idea de crear actividades que vayan de acuerdo con cada una de las partes del cuerpo humano fue Galeno. Durante el dominio de los Visigodos, pues se dio paso a deportes de contacto, potencia y agilidad tales como: lucha cuerpo a cuerpo, saltos de larga y corta distancia entre otros muy practicados en esa y esta época. No podemos olvidarnos de citar que la gimnasia moderna tuvo su creación casi en su totalidad en Suiza en el siglo XIX. (Universidad de Chile)

## 2.1.2 Antecedentes Referenciales

La práctica de la Cultura Física favorece, agiliza o potencia el mejoramiento habilidades del cuerpo en niños y niñas si el inicio de su práctica se la realiza a edades tempranas, está comprobado que mediante la enseñanza adecuada de sus contenidos, el desarrollo de estas capacidades lúdicas y corporales posibilita a los niños la adquisición de nuevas habilidades motrices para el desenvolvimiento óptimo de su desarrollo integral.

El mejoramiento de las habilidades motrices, es un proceso dinámico y complejo y tiene como meta principal el mejoramiento y desarrollo del cuerpo y la capacidad del control de sus propias acciones (motricidad) (Ruiz Pérez; 1995). La construcción, evolución y mejoramiento de habilidades y destrezas físicas se da a partir de la interacción del individuo con su entorno en las que intervienen un conjunto de experiencias, que darán paso a la formación de actitudes y sentimientos, tan necesarios para relacionarse en el instante mismo de la clase de Cultura Física, como fuera de ella (RENZI, 10 Noviembre 2009)

La Cultura Física biológicamente se direcciona, al cuidado del cuerpo y la práctica de la misma por parte del ser humano y los beneficios que esta proporciona, la forma más clara y precisa de entender la actividad física, es mediante su dimensión biológica ya que esta se refiere básicamente a la acción corporal en la que intervienen la gran mayoría de musculatura de nuestro esqueleto, que se asocia a un gasto de constante energía y adquisición de sensaciones que nos permite conocer proporciones de distancias, pesos y la relación que estas tienen con nuestro entorno natural, no podemos olvidar que las actividades que encierra la Cultura Física son actividades sociales ya que son realizadas por personas que interactúan y se relacionan de manera directa entre sí.(DAVIS JOSE, 2007)

Educadores, expertos del campo social y de psicología han resaltado de manera constante el valor educacional y la influencia como formador de valores que tiene el deporte y a su vez resaltan los beneficios que este tiene para el desarrollo integral de niños y niñas, fortaleciendo el aspecto social y psicológico de cada individuo y la relación directa que el deporte tiene como medio de inclusión social y cultural. Está claro que el deporte desarrolla, forma y crea en los jóvenes, habilidades, valores y

cualidades positivas tan necesarias como lo son: equidad, honestidad, aspiración de superación, coexistencia, trabajo en equipo, disciplina, responsabilidad, y otras (Cruz, 2004; Gutiérrez, 1994, 1995, 2003; Kleiber y Roberts, 1981; Saje, 1998). De igual manera no podemos negar que día a día son más frecuentes las prácticas deportivas que se olvidan o dejan de lado en su totalidad la práctica o promulgación de estos valores y resaltan la vanidad personal, fanatismo, formaciones perversas con el simple objetivo de lastimar el cuerpo de su rival, empleo de metodologías viles y sucias como lo son la utilización de drogas para mejorar el rendimiento, conductas agresivas y abundancia de trampas (Shields y Bredemeier, 1995). A su vez concuerdan diversos autores el empeño excesivo por enraizar en la mente del deportista el solo triunfo como objetivo y no el valor del aprendizaje, está claro que la competición está orientada de manera única hacia el triunfo y no a la obtención de valores, deteriora las relaciones pro sociales y promueve conductas violentas (Bay-Hinitz y cols. 1994; Beller y Stoll, 1995; Priest y cols. 1999; Stephens y Bredemeier, 1996). Direccionado de igual manera Hartman (1998) da a conocer que en el Reino Unido en los últimos años se ha producido una clara comercialización del deporte, por lo tanto y queriendo combatir esta problemática se han creado escuela deportivas que resaltan el juego limpio ejemplo tradicional del fairplay, las cuales han dado las pautas necesarias al introducir un código deportivo de conducta para combatir ideales y acciones antideportivos. Estos códigos deportivos Que serán y ya han sido utilizados en sistemas organizativos y educativos, a diferentes niveles tienen como propósito la combinación de valores utilitarios con la salud tan necesarios para su óptimo desarrollo integral. (GUTIERREZ SAN MARTIN, 2004)

El propósito fundamental de la Cultura Física tiene que ser la inducción a la práctica deportiva y alcanzar el desarrollo integral de los jóvenes deportistas de todas las edades ya que este es y debería ser la base en que se cimienta toda civilización en busca de la evolución constante y progresiva de futuras generaciones.

Día tras día hemos podido conocer de las bondades y beneficios que tiene la actividad física para el mantenimiento corporal, la salud y la calidad de vida de cada individuo, mediante la práctica constante de la misma podemos evitar enfermedades que pueden llegar a ser mortales como la obesidad y cambiar estilos de vida

dirigidas al sedentarismo. Se ha demostrado que un estilo de vida activo previene las complicaciones de la obesidad mejora el estado físico.(SALINAS, 2003)

La práctica de deportes de contacto y de libre movimiento fomentan en niños y niñas un sin número de cualidades positivas, unas de tipo de interacción social (lealtad, colaboración, respeto, deportividad, en fin trabajo en equipo), y otras que caracterizan de manera personal a cada individuo como lo es responsabilidad, constancia, orden, fuerza de voluntad, habilidad, creatividad, respeto por su cuerpo, entre otras muchas).La Cultura Física mediante ejercicios, juegos deportivos, cuenta con las herramientas y técnicas necesarias para el desarrollo físico como para el desarrollo intelectual En fin es generador de confianza de los alumnos.(GUTIERREZ SAN MARTIN, Manual sobre valores en la educación física y el deporte, 2003)

La Cultura Física y su práctica adecuada busca el alcanzar como objetivo educativo principal, tener una metodología clara e innovadora de aprendizaje, que induzca a los estudiantes a la práctica constante de la misma y hacer del deporte una forma de vida indispensable y obligatoria, está comprobado que con la implementación de ejercicios adecuados para cada edad y bien direccionados educación de los alumnos menos dotados y más dotados, nos dará como resultado alumnos prestos, receptivos en fin motivados a ser beneficiados con conocimientos que potencien su desarrollo y formación integral.(BLASQUEZ SÁNCHEZ, 2006)

Tanto por los beneficios físicos, como por los psicológicos y los sociales, la participación de niños y jóvenes en actividades físicas escolares, recreacionales o federadas debe de ser una cuestión que preocupe e incumba a cada uno de nosotros. Si la actividad física influye en la salud física y mental, y en el comportamiento de los jóvenes (y de los adultos en que se van a convertir), esa misma actividad física influye seriamente en la sociedad del mañana. Por eso, está claro que la educación de los estudiantes, su desarrollo físico y emocional no es tarea que le competa solo al docente o educador del área de Cultura Física, sino que es un trabajo en equipo donde deberían participar autoridades, padres de familia y docentes ya que el propósito principal dentro de la asignatura de Cultura Física, es promover la participación activa de nuestros niños y jóvenes en actividades

deportivas saludables que fomenten valores indispensables para el desarrollo de futuras generaciones. Está comprobado que estudios han relacionado la Cultura Física con excelencia académica y una sociedad más sana y equilibrada.(GONZÁLEZ ARAMENDI, 2003)

### **2.1.3 Fundamentación Teórica**

La Cultura Física o actividad deportiva es un método pedagógico que tiene actividad principal el movimiento físico del cuerpo para luego potenciar de manera holística y a las capacidades físicas, emocionales y cognitivas de las personas para lograr un estilo de vida óptimo en diferentes aspectos como lo son el social, familiar y productivo. Es decir, la Cultura Física comienza como una actividad individual pero luego se transforma en una actividad de interrelación social.

La Cultura Física, no es solamente una asignatura educativa, porque mediante la práctica de la misma se desarrollan emociones, intelecto, se libra el estrés y da vitalidad al cuerpo interna y externamente.

La Cultura Física no es una ciencia, debido a que no tiene como propósito principal de estudio una sustancia o un objeto determinado, por el contrario toma elementos de diferentes culturas y le da paso a la creación de sus propios conceptos. ([www.definicionabc.com/deporte/culturafisica](http://www.definicionabc.com/deporte/culturafisica))

#### **Beneficios de la Cultura Física:**

##### **A nivel físico:**

Desaparece o elimina toxinas alojadas en nuestro organismo

Sirve como técnica de prevención de obesidad.

Maximiza la resistencia física.

Cuida el corazón ya que mejora la actividad cardiovascular.

Favorece el crecimiento muscular y mejora la función.

Mejora el desarrollo muscular.

Previene y a su vez combate enfermedades del sistema óseo como la artritis y la osteoporosis.

Mejora niveles musculares de fuerza, rapidez, resolución de conflictos físicos mejora la resistencia, etc.

### **A nivel psíquico:**

Efectos terapéuticos comprobados.

Perfeccionamiento de reflejos y balance de ideas.

Contribuye con salud emocional.

Elimina el estrés.

Previene el nerviosismo y normaliza el sueño.

### **A nivel socio afectivo:**

Fomenta la interacción y seguridad.

Promueve las actividades en equipo.

Regulariza la agresividad y busca el porqué de dicha reacción.

Favorece el autocontrol.

Fomenta valores y su difusión

Nos enseña a superar las derrotas.

Nos guía para saber cómo debemos a asumir compromisos y vivir bajo reglamentaciones.

Favorece y mejora la autoestima.

Mejora el aspecto físico. (PAREDES)

Las actividades antes mencionadas promueven y contribuyen el desarrollo de una educación en valores en la cual deben cimentarse la educación que reciben todos y cada uno de los estudiantes.

Las actividades deportivas influyen directamente en el desarrollo de valores, haciendo que la actividad físico deportiva se transforme en parte consciente y ordenada de la conducta de alumnos y deportistas.

La Cultura Física no debe ser imparcial, uno de los objetivos principales de la actividad deportiva como asignatura, es el de lograr la participación y asignar roles a cada uno de los actores inmersos en este proceso educativo como lo son directivos docentes y entrenadores, que tienen como tarea principal la de pregonar con el ejemplo.

Jamás se debe dejar de recordar que el tiempo que se dedica a la educación y preparación de niños y jóvenes, tendrá óptimos resultados, claro está si se lo hace con total predisposición acompañada de la utilización de herramientas pedagógicas innovadoras y una educación fundamentada en valores incluso para la propia actividad deportiva José María Cajigal (1981) “El hombre debe realimentar valores, rescatar los perdidos y descubrir nuevos. El ser humano debe centrarse en mejorar constantemente sus hábitos y costumbres que contribuyan en la convivencia con la sociedad por lo tanto el hábito del deporte es uno de los más indicados. (GUERRA ALVAREZ)

### **La Formación integral**

Es un proceso continuo, que ayuda al ser humano a desarrollarse en cada una de sus dimensiones como afectiva, cognitiva, espiritual entre otras, con la finalidad de sentirse realizados en todos los aspectos para enfrentarse a la sociedad. Pero no solo se trata de entender las dimensiones del ser humano, sino de cultivarlas y contribuir en el área educativa para lograr la formación integral en el estudiante.

La institución educativa es el eje fundamental en el desarrollo de la formación integral que pretendemos lograr, a través de los planes de estudios, principios, criterios, programas, valores que orienten a los docentes en la educación de los estudiantes, en definitiva todos somos responsables en alcanzar este propósito.

El ser humano necesita sentirse realizado plenamente sin importar si es hombre o mujer y la formación integral contribuye a optar por un mejor estilo de vida en la

sociedad, buscando perfeccionarse día a día para cumplir sus objetivos deseados.(CORDOVA, 2008)

#### **2.1.4 Fundamentación Filosófica**

Para Sócrates era fundamental el estado físico de los ciudadanos ya que de esta manera podían servir a Grecia cuando fuese necesario. Para este filósofo era de vital importancia el ejercicio físico para una mejor aptitud física y salud. Platón aseguraba: "la falta de actividad destruye la buena condición de todo ser humano, mientras que el movimiento y ejercicio físico metódico lo asegura y lo conserva". Recomendaba como ley (ley Platónica) que los habitantes de la ciudad deben de integrarse en un programa de ejercicio de la niñez hasta la edad del envejeciente (Secco E, & Baridon, P.D., 1972). Rousseau, escritor Francés, que esta disciplina puede favorecer al logro de un mejor estado de salud y el desarrollo de un cuerpo fornido. Destacaba que la mente y el cuerpo son un ente inseparable y que ambos se encuentran integrados. Martín Lutero, define a la Educación Física como una vía para obtener flexibilidad del cuerpo humano, y así promocionar la salud y un suplente de las acciones vanas o malos hábitos, como lo son beber, apostar entre otros. Caterino and Polak's (1999) establecieron que la actividad física tiene una influencia positiva en los estudiantes dentro del salón de clases, contribuye en la concentración, memoria y su proceder.<sup>2</sup>

#### **2.1.5 Fundamentación Pedagógica**

La Cultura Física es una disciplina pedagógica que aporta estrategias didácticas que faciliten su desarrollo. Por lo expuesto la actividad física es indispensable en los primeros años de la vida escolar. El docente debe estar instruido para cumplir con los programas y realizar la práctica correcta de la Cultura Física en los niños. Por lo tanto debemos comprender la importancia del movimiento siendo uno de los potenciales que poseen los niños y los llegan a desarrollar a través de sus experiencias y forman sus propios conceptos, descubren afectos, identifican su carácter, su individualidad y alcanzar su desarrollo integral.

---

<sup>2</sup>Tomado de la tesis beneficios de la educación física adaptada en los niños de educación especial, autor Axel Guzmán O'Neill, Diciembre-2008

Al realizar acciones como saltar, correr, nadar, jugar, caminar entre otros, permiten a los niños despertar sus inquietudes y esto los orienta a concientizar todo lo relacionado con su mundo.

Se ha comprobado que la Cultura Física que los niños reciben en la educación inicial no es la más acertada debido a que los hace convertirse en seres limitados, no espontáneos, y esto no favorece en su desarrollo integral. Se propone la práctica adecuada de la Cultura Física, donde ellos puedan palpar, explorar, experimentar por ellos mismos y encuentren el camino correcto en la toma de sus decisiones.

(CALLES GALICIA, 2007)

Desde una perspectiva pedagógica, la Cultura Física contribuye de manera importante y específica a la formación integral de los niños y adolescentes en la escuela. Pretende, entre otros aspectos, vigorizar el cuerpo, desarrollar y poner a prueba las capacidades motrices, dar cuenta de su vitalidad, canalizar el agón y el sentido de juego, y obtener aprendizajes de la confrontación lúdica. De ahí la posibilidad de ver de otra manera la expresión ¡Maestro, yo lo puedo hacer así!(GRASSO, 2009)

### **2.1.6 Fundamentación Psicológica**

En la actividad física se aplican reglas, principios, que se implementan para potenciar el rendimiento del ser humano y es un vínculo para enriquecerse internamente. Los factores síquicos y emocionales intervienen en la práctica de la actividad física de ello depende su participación en algún deporte, esto les brinda seguridad, autoestima, constancia, perseverancia, factores importantes que potencien su desarrollo integral.(ALCOCER, 2008)

### **2.1.7 Fundamentación Científica**

Desde el punto de vista científico Arnold 1992, citado por Moreno, J.A. (1999, 25) interpreta la educación física o el "movimiento" como un campo de estudio como un área de conocimiento que, para lograr su desarrollo teórico y práctico, necesita la fusión esencial de otras disciplinas tales como: antropología, fisiología, psicología, biomecánica, estética, ética, sociología, historia y filosofía, entre otras. Se evidencia

que la Cultura Física además de ser una disciplina, también presenta características multidisciplinares e interdisciplinares. Las concepciones epistemológicas actuales que intentan delimitar el campo de conocimiento científico de la Educación Física, giran, en estos momentos, según Cecchini (1996), en torno al nivel científico de estas dos variables: Educación y Movimiento Humano.

Si el foco de atención científica se desplaza hacia el estudio de la motricidad humana, como especificidad que la distingue del resto de las disciplinas y le permite afirmar su identidad, se sitúa en la perspectiva de las Ciencias del Movimiento Humano. Por el contrario, si se traslada el centro de interés a la relación físico - educativa, se verá como consecuencia lógica la progresiva especialización de su cuerpo de conocimiento científico en el campo educativo que la acoge: Ciencias de la Educación. (www.efdeportes.com, 2003)

## **2.2 MARCO LEGAL**

### **Constitución de la República del Ecuador**

#### **Ley del deporte, educación física y recreación**

Que, de acuerdo a lo establecido en el **Artículo 381** de la Constitución de la República, “El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los y las deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

### **Título I**

#### **Preceptos Fundamentales**

**Art. 4.- Principios.-** Esta Ley garantiza el efectivo ejercicio de los principios de eficacia, eficiencia, calidad, jerarquía, desconcentración, descentralización, coordinación, participación, transparencia, planificación y evaluación, así como

universalidad, accesibilidad, la equidad regional, social, económica, cultural, de género, etaria, sin discriminación alguna.<sup>3</sup>

### **2.3 MARCO CONCEPTUAL**

**Actividad Física:** La actividad física es todo tipo de movimiento corporal que realizan los seres humanos durante un tiempo estimado, ya sea en áreas recreativas, en su trabajo o actividad laboral y en sus momentos de ocio, que aumenta el consumo de energía considerablemente y el metabolismo basal, es decir, la actividad física consume calorías.

**Acervo:** Conjunto de valores morales o culturales de una persona o colectividad.

**Cinantropología:** ciencia o procedimiento de la formación integral que resalta las capacidades físicas del hombre.

**Cricket:** El cricket se juega en cancha exterior, entre dos equipos de once jugadores con un bate y una bola (algo más pequeña que la de béisbol).

**Capacidades Físicas Motrices:** Es la rapidez, resistencia, fuerza, que tiene el ser humano.

**Concepciones Epistemológicas:** Es un conjunto de reflexiones, análisis y estudios acerca de los problemas originados por los conceptos, metodologías, conjeturas y desarrollo de las ciencias.

**Cultura Física:** Es una disciplina que contribuye al desarrollo integral del ser humano, dirigida por un docente instruido en la misma u otras personas con el propósito de mantenerse saludables, vigorosos, activos en su vida diaria.

**Declive:** Pérdida de la fuerza o de la importancia de una cosa. Caída, declinación.

**Deportes hípicos:** En España se refiere a todo deporte relacionado con caballos, para los latinos se denomina equitación.

---

<sup>3</sup> Tomado de la Constitución de la República del Ecuador, Ley del Deporte y Recreación.

**Desarrollo integral** :El proceso constante, de perfeccionamiento del ser humano consiste específicamente en la realización de éste en todas sus dimensiones, y no solo del hombre considerado como individualidad, sino de todos los hombres, y del mundo como campo en el cual se ejerce la acción humana.

**Dimensión biológica:** Es una de las características que distinguen al ser humano, es su capacidad no solo de reconocer, sino de reconocerse a sí mismo. Por eso, aunque vive sujeto a las leyes de su entorno, como todos los seres, es el único que siente la necesidad de conocer las diferencias que separan a los seres vivos de los seres inertes, y, sobre todo, las diferencias que le separan a sí mismo de unos y otros.

**Factores psíquicos:** Implica las funciones intelectuales, afectivas y las perceptivas.

**Juegos paraolímpicos:** Competición deportiva en la que participan atletas minusválidos de todo el mundo. Los primeros Juegos Paraolímpicos se celebraron en Roma en 1960.

**Metodología:** Son los métodos de enseñanza o didácticos que llevan a alcanzar el aprendizaje en los estudiantes y así lograr los objetivos de enseñanza.

**Palestral:** Llegó a nuestra lengua proveniente del latín palæstra y éste, del griego palaístra 'lugar donde se lucha', derivado del verbo palaíein 'luchar'. Griegos y latinos llamaban así a los gimnasios o lugares donde se luchaba y, por extensión, a la propia lucha.

**Paradójico:** Relativo a una persona, situación, enunciado o acto que parece tener cualidades incoherentes o contrarias, o que pueden ser verdad pero que parecen ilógicas o extraordinarias.

**Praxis:** Actividad práctica en oposición a la teórica. Conjunto de prácticas sociales y, de modo más general, la historia concreta de los hombres, según la filosofía marxista. Conjunto de actividades cuya finalidad es transformar el mundo.

**Rugby:** El rugby es un deporte de caballeros, porque promulga una ética de respeto absoluto hacia el rival y hacia las decisiones arbitrales durante el juego. Éste cuenta

de dos partes de 45 minutos, como el fútbol, y de una parte adicional -el tercer tiempo- en el que ya fuera del campo, los dos equipos que hasta hace poco se enfrentaban en el césped, comparten un aperitivo y no pocas cervezas. Esta última tiene como objetivo favorecer el compañerismo entre rivales y superponerlo a la competición deportiva. Crea dos dimensiones, delimita dos realidades, separa el enfrentamiento y lo banaliza, enmarcándolo en el contexto del ocio.

## **2.4 HIPÓTESIS Y VARIABLES**

### **2.4.1 Hipótesis general**

La metodología que utilizan los docentes influye negativamente en la calidad de las clases de Cultura Física de los estudiantes del séptimo año de Educación Básica en el Centro Educativo Eugenio Espejo No.11

### **2.4.2 Hipótesis particulares**

La metodología que utilizan los docentes en las clases de Cultura Física depende del nivel de preparación.

La calidad de la clase de Cultura Física depende de la metodología que utilizan los docentes de esta asignatura.

### **2.4.3 Declaración de variables**

#### **Variable independiente**

La metodología que utilizan los docentes en las clases de Cultura Física

#### **Variable dependiente**

Calidad de la clase de Cultura Física

#### 2.4.4 Operacionalización de las variables

**Cuadro 1.**Operacionalización de las variables

<b>Variables</b>	<b>Definiciones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Técnicas</b>	<b>Instrumentos</b>
<b>Variable Independiente:</b> La metodología que utilizan los docentes en las clases de Cultura Física	Los métodos de enseñanza o didácticos que nos llevan a alcanzar el aprendizaje en los estudiantes, y así alcanzar los objetivos de enseñanza.	Metodología Recursos didácticos Contenidos Evaluación	Encuesta	Cuestionario de preguntas de la encuesta
<b>Variable dependiente:</b> Calidad de la clase de Cultura Física	Acto pedagógico en el cual se van a concretar los propósitos instructivo - educativos y las estrategias metodológicas.	Desarrollo de capacidades Desarrollo de habilidades	Encuesta	Cuestionario de preguntas de la encuesta

**Fuente:** Elaborado por Chenche L. César y Gutiérrez P. Elvia

## CAPITULO III

### MARCO METODOLÓGICO

#### 3.1 TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN Y SU PERSPECTIVA GENERAL

La investigación realizada corresponde a la investigación de **campo**, esta va a ser realizada directamente en el lugar donde se presenta el problema existente, el cual es el espacio de Cultura Física y el entorno de dicha institución. Es **bibliográfica** porque para esta investigación recurrimos a varios libros, folletos e internet donde hemos recabado información vital y necesaria para nuestro proyecto de tesis. Es **factible** porque de parte de las autoridades, personal docente y administrativo del centro educativo “EUGENIO ESPEJO” hubo total colaboración con nosotros, para que mediante la utilización de instrumentos como lo son fichas de observación y entrevistas, podamos realizar y describir con claridad la problemática que se presenta en este centro educativo ya que pasaremos al análisis minucioso y de esta manera reflejaremos los objetivos a ser alcanzados. Esto favoreció de manera directa, para la realización adecuada de nuestro proyecto de investigación. Y **descriptiva** porque mediante el análisis vamos a describir la situación problemática que se presenta dentro de la institución y hallar posibles soluciones.

Este proyecto cuenta con una perspectiva cualitativa ya que el análisis y el procesamiento adecuado de la información obtenida nos dieron la pauta para reconocer y buscar soluciones a este problema.

En los momentos actuales encontramos una infinita gama de técnicas y estrategias para mejorar la enseñanza de la Cultura Física, de ahí que este proyecto servirá claramente para inducir al docente de la asignatura una actualización y preparación constante en cuanto a la utilización y el manejo de técnicas que promuevan la práctica adecuada de la Cultura Física y su influencia que esta tiene en el desarrollo integral.

### **3.2 LA POBLACIÓN Y MUESTRA**

El presente trabajo está dirigido a los estudiantes de Séptimo “A” del Centro Educativo No. 11”EUGENIO ESPEJO” ubicado en el cantón Milagro de los cuales tomamos 46 estudiantes, y el profesor del área de Cultura Física designado a ellos.

#### **3.2.1 Características de la población**

El Centro Educativo de Educación Básica “Eugenio Espejo”, se encuentra ubicado al Sur de la zona Central en la Parroquia Urbana Ernesto Seminario (Nuevo Milagro) entre las Avenidas 17 de Septiembre entre las calles Quito y Guaranda, teniendo a un lado el parque de la Madre. Este establecimiento surgió debido al crecimiento de la población de la década de 1930 de la ciudad de Milagro, que por falta de establecimiento educativos, se estaban quedando un centenar de niños sin educación. Su Director actualmente el Lcdo. Guido Rubio, consta de cincuenta docentes y mil ochocientos cuarenta y seis de estudiantes. Las características escogidas son las de los estudiantes del séptimo “A” estos estudiantes presentan similitudes como lo son edades que oscilan entre 11 a 12 años de edad respectivamente, viven dentro de la ciudad de Milagro, en varios casos presentan recursos económicos limitados y una de las características más importantes no practican deporte alguno en su comunidad.

#### **3.2.2 Delimitación de la población**

La población tomada para esta nuestra investigación de proyecto fue escogida mediante una encuesta al docente de la asignatura y a cada alumno del séptimo año paralelo “A” del Centro Educativo N°11 “Eugenio Espejo”.

#### **3.2.3 Tipo de muestra**

El tipo de muestra es la no probabilística, ya que utilizamos directamente grupos de estudiantes que presenta o evidencian el características de estudio similares, nuestro deber como investigadores será el de conocer nuestra población o sujetos de estudios para poder dar a conocer diversas soluciones a la problemática de nuestra investigación

### **3.2.4 Tamaño de la muestra**

La muestra que se tomo es de 46 estudiantes del séptimo año paralelo “A” y el docente de Cultura Física asignado, es decir un grupo reducido.

## **3.3 LOS MÉTODOS Y TÉCNICAS**

### **Métodos Teóricos**

#### **Analítico y Sintético:**

La investigación está basada en este método, ya que mediante el análisis y la síntesis de los datos recopilados podemos conocer a ciencia cierta características generales entre los elementos de nuestra investigación.

El análisis posibilita el estudio de las características de la personalidad de los deportistas en este caso los estudiantes y nos da una idea precisa de los factores de interrelación social que condicionan en su totalidad su desarrollo: la escuela, entorno familiar y social, medios de difusión, aspecto económico y político de la sociedad. La síntesis nos permite conocer la relación que existe entre cada uno de los factores de los elementos de investigación, la influencia que ejerce cada uno de estos para obtener resultados reales.

#### **Inductivo-Deductivo:**

Se basa en este método, va de lo particular a lo general, favorece al desempeño o desenvolvimiento de la investigación, mediante la utilización de encuestas como método inductivo medimos el interés por parte de los estudiantes en la interacción que existe entre docentes y alumnos. Mediante estos dos factores evaluamos la calidad del trabajo docente lo que nos llevó a la deducción de la clara influencia que tiene la utilización de metodologías de calidad, en el desarrollo de sus vidas.

Cabe recalcar que el método más eficiente para tratar estudiantes con dificultades en las clases de Educación Física, se debe basar en el conocimiento total de las características físicas de cada uno de sus estudiantes por parte del docente como lo son: desarrollo motriz y el gusto hacia cualquier deporte para la obtención de posibles soluciones.

### **Hipotético-Deductivo:**

Tomando como base principal las hipótesis basadas en resultados a ser alcanzados u objetivos, obtendremos nuevas conclusiones y predicciones empíricas, las cuales serán una a una sometidas a verificación exhaustiva, con la finalidad de desvelar todas nuestras inquietudes y la veracidad de las mismas.

El método hipotético – deductivo desempeña un papel primordial como medio de verificación teorías.

### **Histórico – Lógico:**

Facilita de forma objetiva la exploración de teorías de acuerdo a la historia de temas relacionados directamente con la investigación, dando a conocer los hechos y antecedentes más relevantes analizados con lógica en función del objetivo de la investigación, y la estrecha relación que tiene con el tema como lo es la influencia de las metodologías y su calidad.

Cabe recalcar que ninguno de estos dos métodos puede funcionar sin la asociación del otro, ya que mediante lo lógico se conocen leyes que caracterizan fenómenos o sucesos enmarcados en la historia reales.

### **Métodos empíricos**

#### **Técnicas e instrumentos**

En la elaboración de esta investigación fueron utilizados técnicas e instrumentos como la encuesta, las cuales nos sirvieron para esclarecer incógnitas de gran importancia para la realización de nuestro proyecto.

Instrumentos empleados:

Encuestas dirigidas al docente de Cultura Física y a los estudiantes de séptimo año paralelo "A" cabe recalcar que al momento de la realización de las encuestas pudimos observar que mediante la utilización de este método se presentaban resultados tales como:

- Respuestas sinceras
- Razonamiento rápido y lógico
- Confianza
- Reducción de tiempo

### **3.4 PROCESAMIENTO ESTADÍSTICO DE LA INFORMACIÓN**

Para el análisis de los datos obtenidos de los instrumentos que fueron aplicados en la investigación utilizamos el procedimiento estadístico del cálculo porcentual (%).

## **CAPITULO IV**

### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

#### **4.1 ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN ACTUAL**

El problema que se suscita en el Centro Educativo Eugenio Espejo lo podemos comprobar en la aplicación de encuestas realizadas al docente de Cultura Física y a los estudiantes del séptimo año de Educación Básica paralelo "A".

Hemos podido constatar en los estudiantes la práctica inadecuada de la Cultura Física en diferentes aspectos, principalmente la carencia de información por parte del docente sobre los beneficios que esta aporta para su desarrollo integral ya que basándonos en la encuesta realizada el 30% de los estudiantes nos indica con seguridad que nunca han recibido inducción alguna de parte del docente sobre los beneficios y la influencia que la Cultura Física puede tener en sus vidas.

Por otra parte el docente de Cultura Física no ha recibido capacitaciones actualmente, y él nos comenta que cumple con los contenidos de la asignatura y los valores los trabaja como eje transversal, en cuanto a métodos los aplica en su clase pero no comunica a sus estudiantes.

Recomendamos al docente ser más comunicativo con sus estudiantes, y tomar como herramienta principal la innovación constante, la importancia de la Cultura Física y los beneficios que aporta en la vida diaria de cada uno de sus estudiantes, cabe recalcar que con la presente investigación no se quiere minimizar totalmente el trabajo del docente puesto que este sigue parámetros y contenidos ya establecidos

por una educación tradicional que tiene como bases fundamentales el mando y la disciplina.

Fundamento que con el pasar del tiempo han quedado obsoletos ya que la educación de la nueva era exige innovación como base primordial acompañada de valores tales como la colaboración, responsabilidad, honestidad, respeto, en fin amor por el deporte, valores que en conjunto a una buena educación y el respeto por las ideas de los demás potencian el desarrollo integral.

## **4.2 ANÁLISIS COMPARATIVO, EVOLUCIÓN, TENDENCIAS Y PERSPECTIVAS**

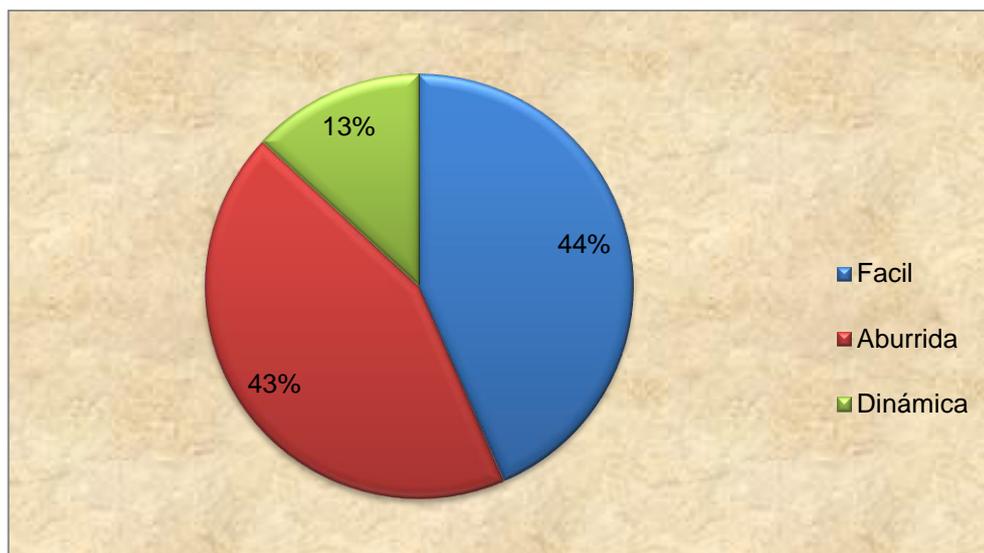
Encuesta

## 1) La clase de Cultura Física le parece:

**Cuadro 2.** Opinión de los estudiantes sobre la Cultura Física

Alternativas	Resultados	Porcentaje
Fácil	20	44%
Aburrido	20	43%
Dinámica	6	13%
Total	46	100%

**Figura1.** Opinión de los estudiantes sobre la Cultura Física



Fuente: Encuesta realizada a los a los estudiantes del séptimo año paralelo "A" del Centro Educativo Eugenio Espejo.

Elaborado por: Chenche L. César y Gutiérrez P. Elvia

Influencia de la Cultura Física en la formación integral de los estudiantes de séptimo año de Educación Básica del Centro Educativo Eugenio Espejo.

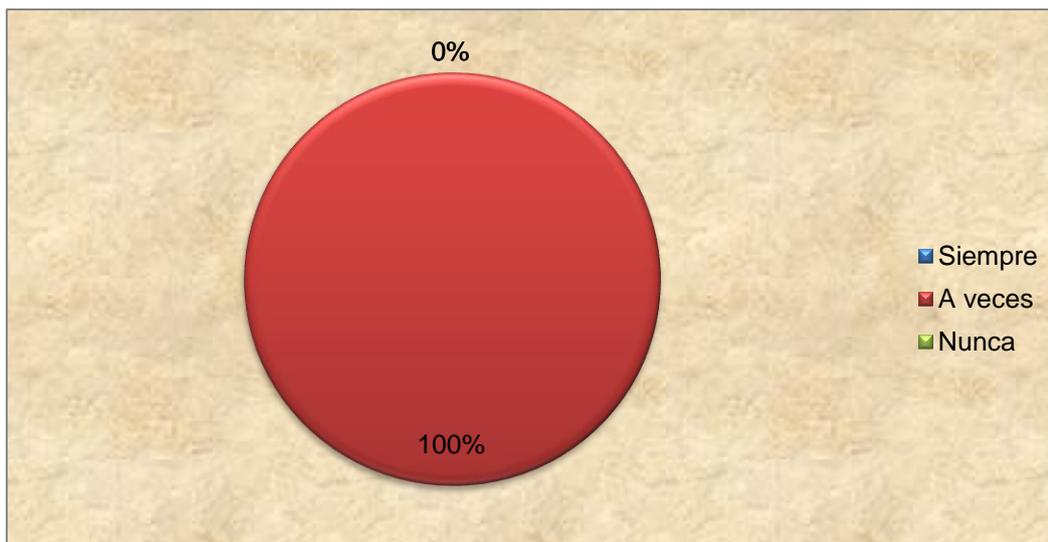
Podemos observar que un 44% le parece fácil la asignatura de Cultura Física, al 43% le suele ser aburrida y tan solo a un 13% dinámica, por lo tanto llegamos a la breve conclusión de que el docente debería reevaluarse y reinventarse en cuanto a la utilización de nuevas técnicas de innovación e inducción que debe aplicar al momento de dar la clase de Cultura Física.

2) **¿El maestro de cultura física les explica el objetivo de cada clase y sus beneficios?**

**Cuadro 3:** Explicación de los objetivos y beneficios en cada clase de Cultura Física

Alternativas	Resultados	Porcentaje
Siempre	0	0%
A veces	46	100%
Nunca	0	0%
Total	46	100%

**Figura 2.** Explicación de los objetivos y beneficios en cada clase de Cultura Física a los estudiantes



Fuente: Encuesta realizada a los a los estudiantes del séptimo año paralelo "A" del Centro Educativo Eugenio Espejo.  
Elaborado por: Chenche L. César y Gutiérrez P. Elvia  
Influencia de la Cultura Física en la formación integral de los estudiantes de séptimo año de Educación Básica del Centro Educativo Eugenio Espejo.

El 100% de los estudiantes nos brindaron igual respuesta ya que todos llegaron a la preocupante conclusión de que el maestro de Cultura Física solo a veces les explica el objetivo y los beneficios en cada clase, el docente debe contribuir con la información esencial y necesaria para motivar al estudiante a la práctica deportiva, uno de los pilares fundamentales de su formación integral.

3) ¿Usted recibe clases de valores de parte de su maestro de Cultura Física?

**Cuadro 4.** Clases de valores en la asignatura de Cultura Física

Alternativas	Resultados	Porcentaje
Mucho	0	0%
Poco	20	43%
Nada	26	57%
Total	46	100%

**Figura 3.** Clases de valores en la asignatura de Cultura Física



Fuente: Encuesta realizada a los a los estudiantes del séptimo año paralelo "A" del Centro Educativo Eugenio Espejo.  
Elaborado por: Chenche L. César y Gutiérrez P. Elvia  
Influencia de la Cultura Física en la formación integral de los estudiantes de séptimo año de Educación Básica del Centro Educativo Eugenio Espejo.

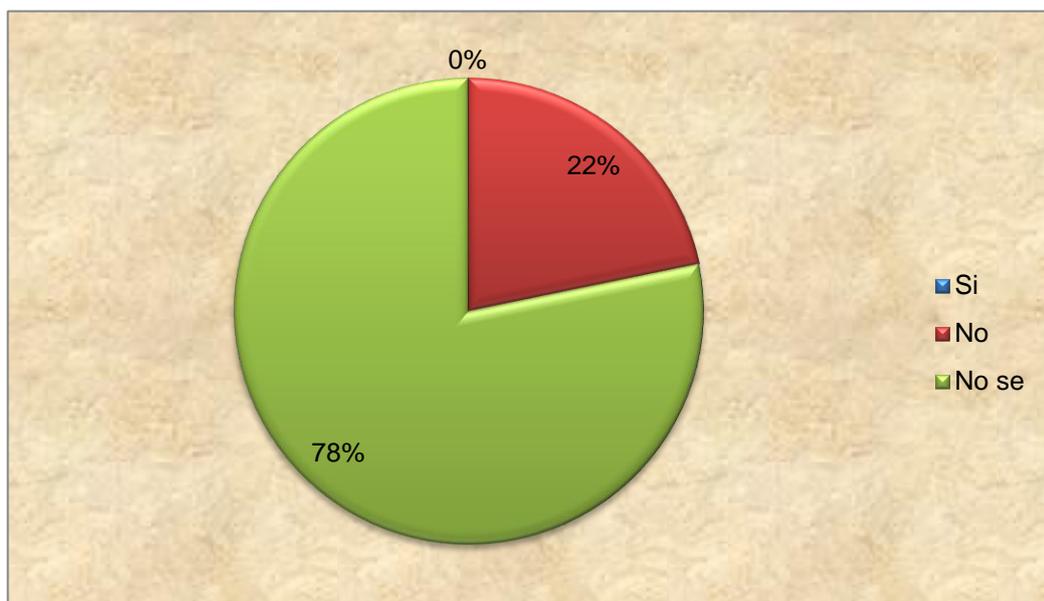
Podemos observar que un 57% de los estudiantes encuestados respondió que no reciben clases de valores, un 43% poco, siendo los valores una de las bases fundamentales en las que el docente debe trabajar para formar estudiantes de calidad.

4) ¿El maestro le enseña la importancia de la Cultura Física para mejorar su estilo de vida?

**Cuadro 5.** Importancia de la Cultura Física

Alternativas	Resultados	Porcentaje
Si	0	0%
No	10	22%
No se	36	78%
Total	46	100%

**Figura 4.** Importancia de la Cultura Física



Fuente: Encuesta realizada a los a los estudiantes del séptimo año paralelo “A” del Centro Educativo Eugenio Espejo.  
Elaborado por: Chenche L. César y Gutiérrez P. Elvia  
Influencia de la Cultura Física en la formación integral de los estudiantes de séptimo año de Educación Básica del Centro Educativo Eugenio Espejo.

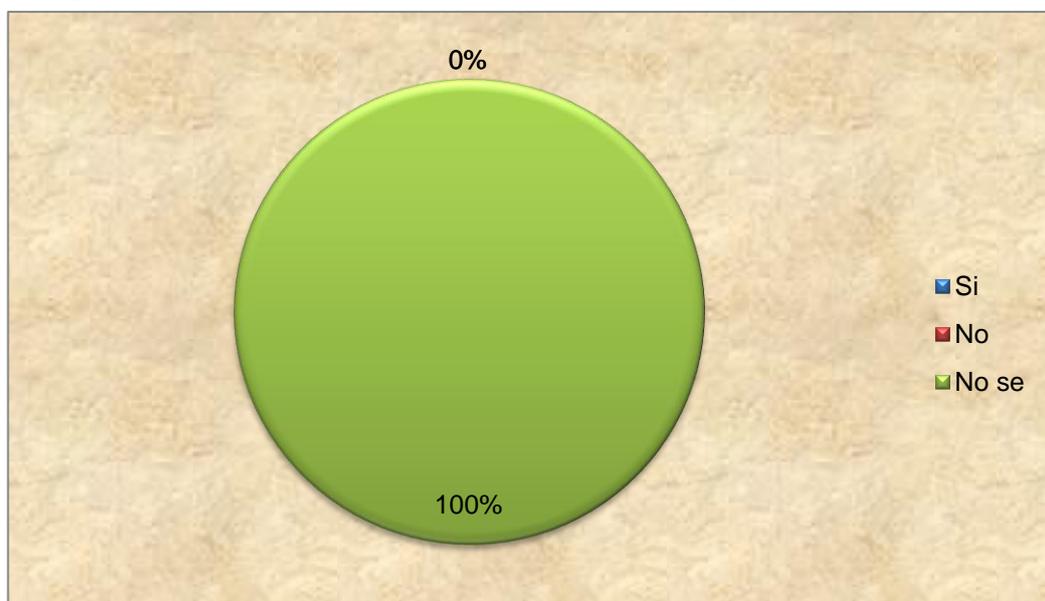
La encuesta realizada nos demuestra que un 78% no tienen claro el concepto de importancia ya que su única respuesta fue que no lo saben, y un 22% fue claro al responder que no, por lo tanto se demuestra la necesidad urgente de informar al docente sobre conceptos básicos y pedagógicos que debería incluir al momento de impartir la clase de Cultura Física para mejorar el estilo de vida de cada uno de sus estudiantes.

## 5) ¿Les enseñan Cultura Física con algún método o técnica?

**Cuadro 6.** Enseñanza de la Cultura Física con algún método o técnica

Alternativas	Resultados	Porcentaje
Si	0	0%
No	0	0%
No se	46	100%
Total	46	100%

**Figura 5.** Enseñanza de la Cultura Física con algún método o técnica



Fuente: Encuesta realizada a los a los estudiantes del séptimo año paralelo "A" del Centro Educativo Eugenio Espejo.  
Elaborado por: Chenche L. César y Gutiérrez P. Elvia  
Influencia de la Cultura Física en la formación integral de los estudiantes de séptimo año de Educación Básica del Centro Educativo Eugenio Espejo.

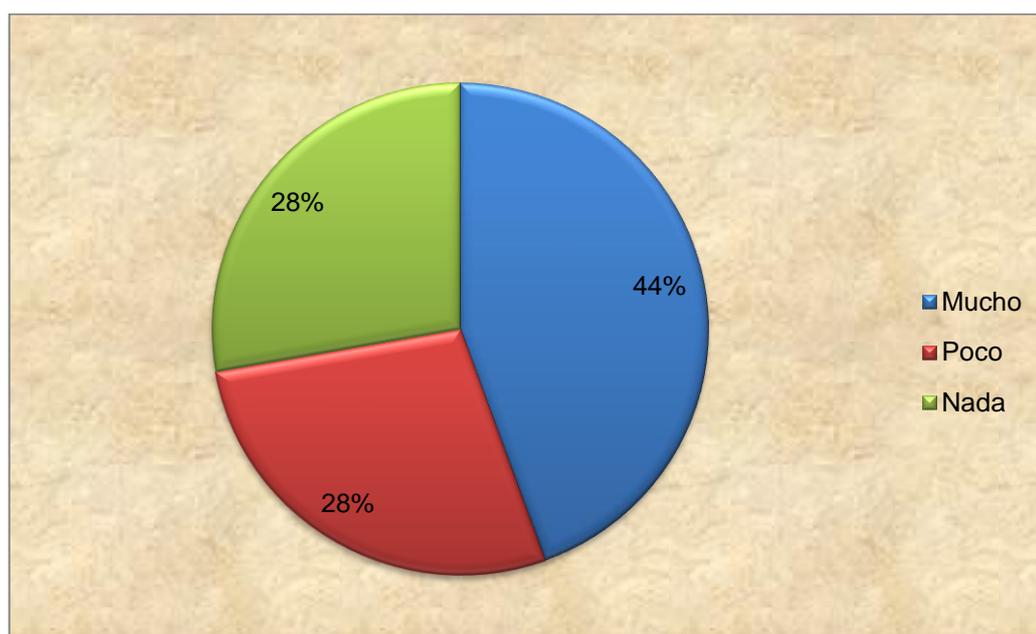
Aquí el 100% de los estudiantes nos indican que no conocen ninguna técnica o método que el maestro aplique en las clases de Cultura Física ya que el docente los aplica pero no comunica a sus estudiantes, está claro que la escasa comunicación entre educador y educandos influye negativamente en el óptimo desarrollo de estos, puesto que debería al menos de cinco a diez minutos previos a la realización de la práctica de la Cultura Física dar a conocer métodos y técnicas a utilizar y sus beneficios.

6) ¿Está satisfecho con las clases que imparte su maestro de Cultura Física?

**Cuadro 7.** Están los estudiantes satisfechos con las clases que imparte su maestro de Cultura Física

Alternativas	Resultados	Porcentaje
Mucho	26	44%
Poco	10	28%
Nada	10	28%
Total	46	100%

**Figura 6.** Están satisfechos con la clase que imparte su maestro de Cultura Física



Fuente: Encuesta realizada a los a los estudiantes del séptimo año paralelo "A" del Centro Educativo Eugenio Espejo.  
Elaborado por: Chenche L. César y Gutiérrez P. Elvia  
Influencia de la Cultura Física en la formación integral de los estudiantes de séptimo año de Educación Básica del Centro Educativo Eugenio Espejo.

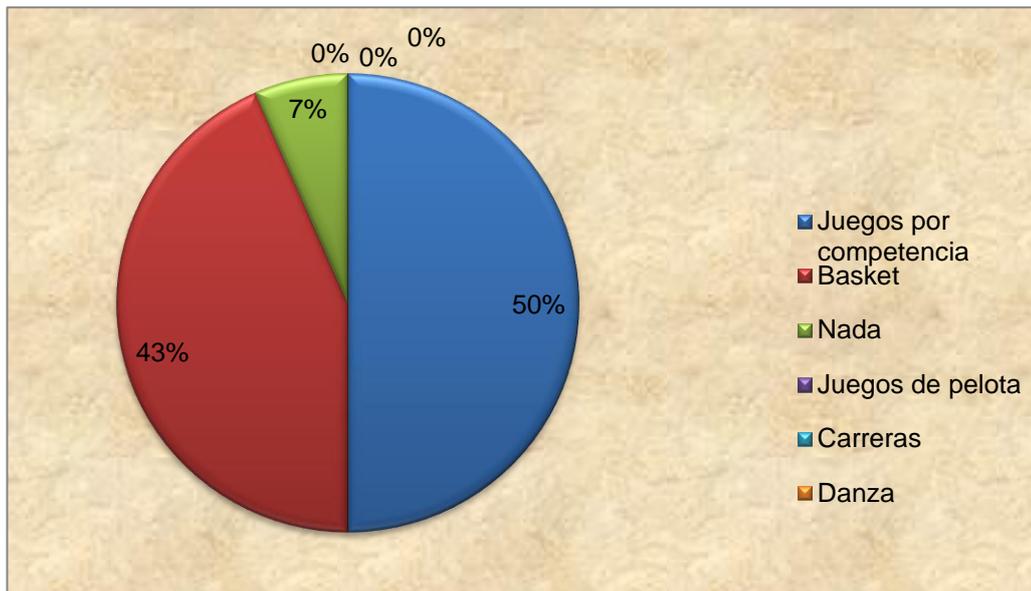
La encuesta realizada nos demuestra que un 44% está satisfecho con la clase de Cultura Física, un 28% de los estudiantes poco y un 28% no lo sabe, esto nos demuestra la clara necesidad de actualización por parte del docente.

7) ¿Qué actividades realizan con frecuencia en la clase de Cultura Física?  
Elija una opción.-

**Cuadro 8.** Actividades que realizan frecuentemente en Cultura Física

Alternativas	Resultados	Porcentaje
Juegos por Competencia	23	50%
Básquet	20	43%
Nada	3	7%
Juegos de Pelota	0	0%
Carreras	0	0%
Danza	0	0%
Total	46	100%

**Figura 7.** Actividades que realizan frecuentemente en Cultura Física



Fuente: Encuesta realizada a los a los estudiantes del séptimo año paralelo "A" del Centro Educativo Eugenio Espejo.  
Elaborado por: Chenche L. César y Gutiérrez P. Elvia  
Influencia de la Cultura Física en la formación integral de los estudiantes de séptimo año de Educación Básica del Centro Educativo Eugenio Espejo.

Al analizar esta pregunta podemos evidenciar que un 50% de los estudiantes responde que con frecuencia realizan juegos por competencia, un 43% al juego de básquet y un 7% responde nada, llegamos a la conclusión de que la

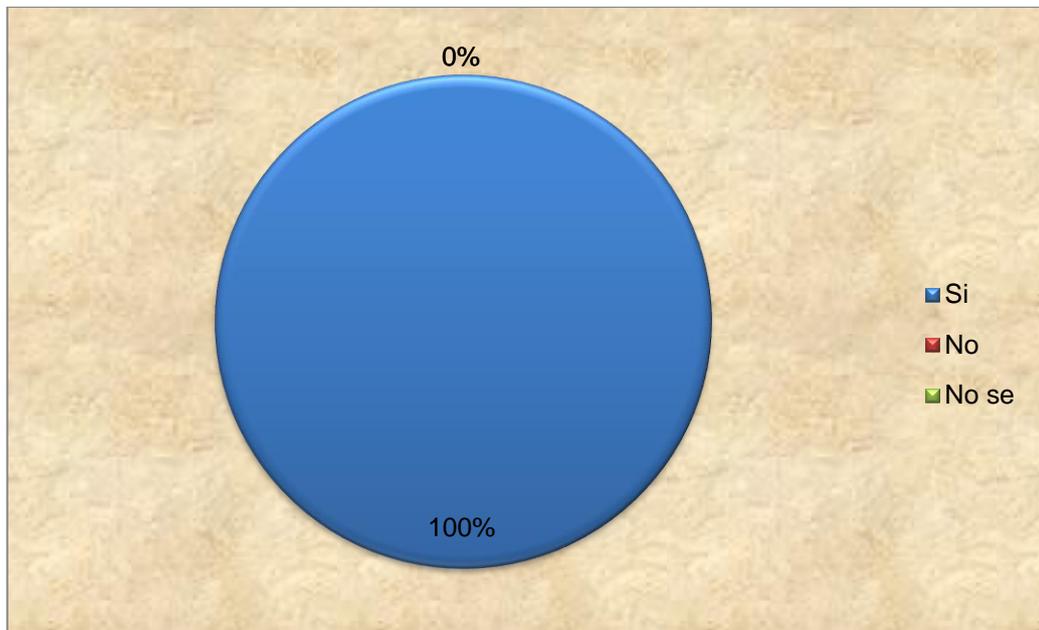
institución no cuenta con los implementos necesarios para que el docente realice actividades innovadoras en el área de Cultura Física.

8) ¿Le gustaría que se incluyan nuevas actividades en la enseñanza de la Cultura Física?

**Cuadro 9.** Actividades innovadoras en Cultura Física

Alternativas	Resultados	Porcentaje
Si	46	100%
No	0	0%
No se	0	0%
Total	46	100%

**Figura 8.** Actividades innovadoras en Cultura Física



Fuente: Encuesta realizada a los a los estudiantes del séptimo año paralelo “A” del Centro Educativo Eugenio Espejo.  
 Elaborado por: Chenche L. César y Gutiérrez P. Elvia  
 Influencia de la Cultura Física en la formación integral de los estudiantes de séptimo año de Educación Básica del Centro Educativo Eugenio Espejo.

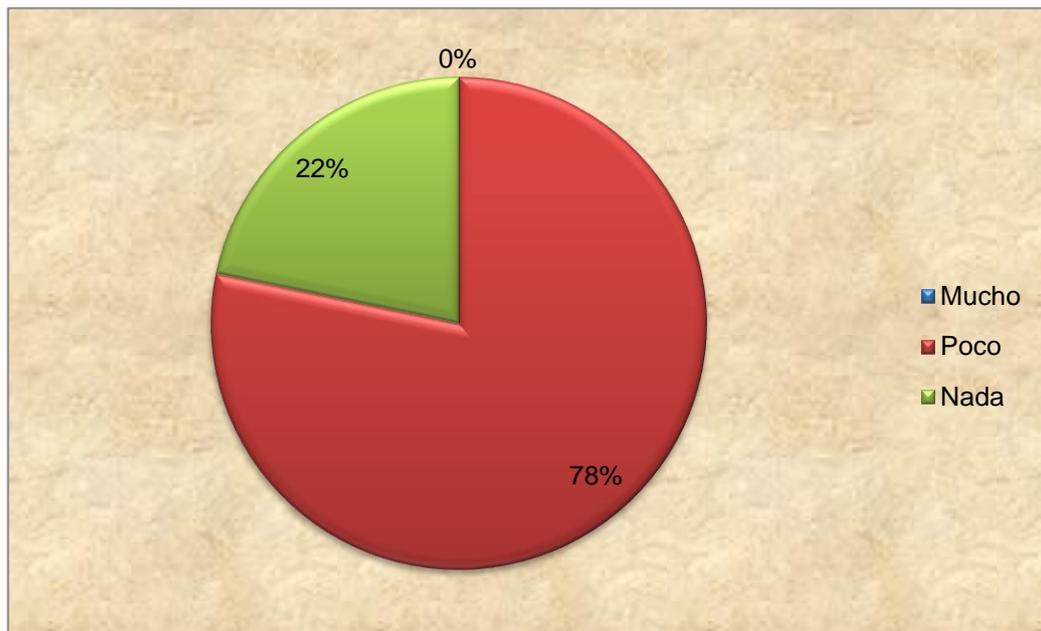
Llegamos a conocer que un 100% de los estudiantes les gustaría que se incluyan nuevas actividades deportivas, por lo tanto llegamos a la firme conclusión de que por parte de directivos y docentes debería haber mayor investigación sobre las nuevas tendencias en cuanto a la inclusión de nuevos deportes.

9) **¿Su maestro se esfuerza por conseguir que sus estudiantes mejoren sus habilidades?**

**Cuadro 10.** Fortalecer las habilidades de los estudiantes

Alternativas	Resultados	Porcentaje
Mucho	0	0%
Poco	36	78%
Nada	10	22%
Total	46	100%

**Figura 9.** Fortalecer las habilidades de los estudiantes



Fuente: Encuesta realizada a los a los estudiantes del séptimo año paralelo "A" del Centro Educativo Eugenio Espejo.  
Elaborado por: Chenche L. César y Gutiérrez P. Elvia  
Influencia de la Cultura Física en la formación integral de los estudiantes de séptimo año de Educación Básica del Centro Educativo Eugenio Espejo.

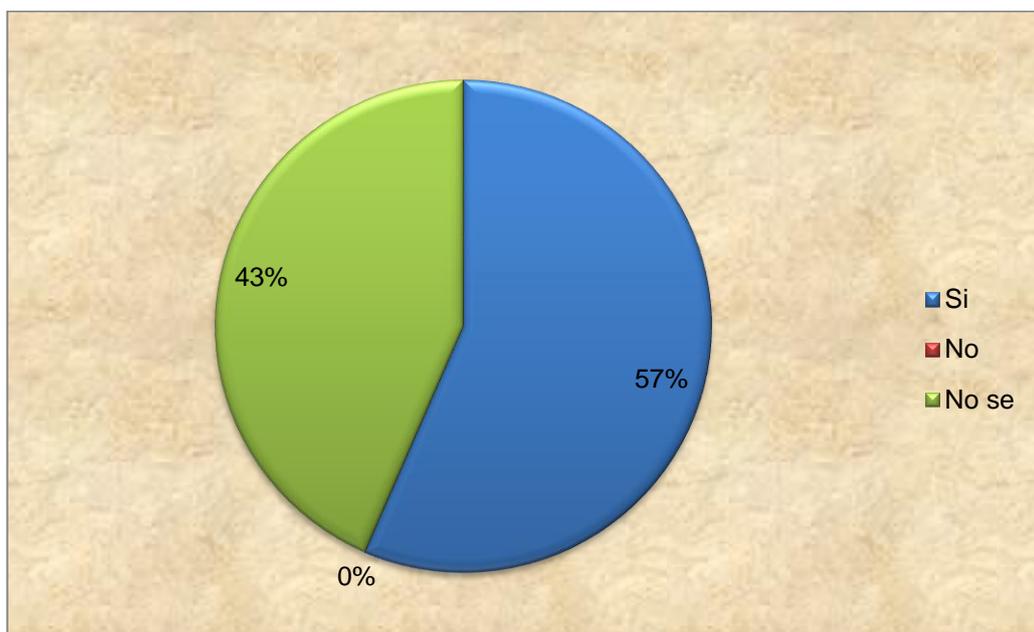
La encuesta realizada nos demuestra que un 78% refleja que su maestro se esfuerza poco y un 22% nada por mejorar las habilidades de cada uno de los estudiantes, por lo tanto sugerimos que el docente se comprometa de manera más directa con cada uno de sus estudiantes para así conocer sus fortalezas y debilidades.

**10) ¿Le gustaría que se realicen competencias deportivas a nivel de tu ciudad o fuera de ella?**

**Cuadro 11.** Competencias deportivas dentro y fuera de la ciudad

Alternativas	Resultados	Porcentaje
Si	26	57%
No	0	0%
No se	20	43%
Total	46	100%

**Figura 10.** Competencias deportivas dentro y fuera de la ciudad



Fuente: Encuesta realizada a los a los estudiantes del séptimo año paralelo "A" del Centro Educativo Eugenio Espejo.  
Elaborado por: Chenche L. César y Gutiérrez P. Elvia  
Influencia de la Cultura Física en la formación integral de los estudiantes de séptimo año de Educación Básica del Centro Educativo Eugenio Espejo.

La encuesta realizada nos demuestra que un 57% le gustaría que se realizaran competencias deportivas y un 43% no sabe esto demuestra, la necesidad que tienen estos estudiantes de relacionarse con estudiantes de otras instituciones ya que el docente debería ser uno de los precursores de la interacción entre estudiantes.

### **4.3 RESULTADOS**

El presente trabajo está fundamentado en la necesidad urgente de inducir a nuestros estudiantes a la práctica de valores tan esenciales y necesarios para el desarrollo intelectual, emocional, sociológico y físico, tomando como uno de los pilares fundamentales para esta evolución a la Cultura Física herramienta del desarrollo holístico o integral de varias civilizaciones. Ya que esta potencia en estudiantes y maestros, valores y habilidades tales como responsabilidad, honestidad, cooperación, respeto entre otros, esto en cuanto se refiere a los estudiantes.

En los maestros lo que se busca es formar un vínculo más estrecho con cada uno de sus estudiantes mediante la comprensión, colaboración sin olvidarse de la investigación e innovación constante características fundamentales que debe proceder el docente para mejorar la utilización de técnicas y contenidos que servirán para potencializar el desarrollo integral de cada uno de los estudiantes y a la vez poder conocer las falencias con los que cuentan los contenidos de Cultura Física y evaluar posibles soluciones.

En la realización de esta, nuestra investigación tomamos como instrumento La encuesta realizada a los estudiantes la cual nos dio como resultado la necesidad urgente de la preparación y actualización por parte del docente para mejorar las relaciones con sus estudiantes y transmitirles conocimientos, valores, aptitudes que son la base fundamental para su desarrollo integral.

En la encuesta realizada al docente podemos considerar que los resultados arrojados en las respuestas obtenidas nos muestran el limitado conocimiento que tiene en cuanto al trabajo que realiza en el área de Cultura Física y la limitada existencia de implementos para la realización adecuada de esta asignatura.

Luego de todos los datos recabados de la investigación en curso y un análisis minucioso llegamos a la firme conclusión que la solución más adecuada para este problema será la creación e implementación de una guía pedagógica para la realización adecuada de la práctica de la Cultura Física.

#### 4.4 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS

**Cuadro 12.** Verificación de hipótesis

<b>Hipótesis</b>	<b>Verificación</b>
La metodología que utilizan los docentes influye negativamente en la calidad de las clases de Cultura Física de los estudiantes del séptimo año de Educación Básica en el Centro Educativo Eugenio Espejo No.11	Como se ha evidenciado mediante el desarrollo de la investigación, la metodología que utilizan los docentes incide negativamente en la calidad de las clases por lo que acepta la hipótesis.
La metodología que utilizan los docentes en las clases de Cultura Física depende del nivel de preparación.	Los resultados obtenidos de la encuesta que fue aplicada a los docentes demuestran que existen dificultades en cuanto a la metodología que aplican en clase lo que confirma la hipótesis obtenida.
La calidad de la clase de Cultura Física depende de la metodología que utilizan los docentes de esta asignatura.	Durante el desarrollo de la investigación ha quedado demostrado que las dificultades que existen en cuanto a la calidad de la clase dependen de las limitaciones metodológicas que presentan los docentes de Cultura Física.

## **CAPÍTULO V**

### **PROPUESTA**

#### **5.1 TEMA**

Creación de una guía pedagógica para la práctica adecuada de Cultura Física.

#### **5.2 FUNDAMENTACIÓN**

La Cultura Física es uno de los pilares donde se fundamenta hoy en día la educación ecuatoriana y del mundo entero. Cabe recalcar que toda Institución debería hoy por hoy considerar a la Cultura Física como un modelo más de intervención pedagógica.

Y de práctica social, su estudio no se direcciona de manera unilateral al desarrollo físico o corporal de los estudiantes.

Por el contrario se basa en experiencias motrices, vivencias, deseos, motivaciones, aficiones en fin la Cultura Física es una actividad que bien encaminada fortalece y promueve una educación en valores tan necesaria para esta y nuevas generaciones, valores tales como: el respeto, la igualdad de género, la inserción y de forma primordial la aceptación y comprensión de la existencia de los diversos géneros culturales existentes en esta comunidad educativa como lo es la de un país diverso como lo es el nuestro.

Conociendo la importancia que tiene la práctica de la Cultura Física y la fundamentación en valores que esta necesita, acompañada de una constante

capacitación y adquisición de conocimientos innovadores por parte del docente del área de Cultura Física, en cuanto al tiempo requerido para la realización de ejercicios y la utilización de implementos se refiere.

Luego de un proceso investigativo realizado periódicamente mediante, encuestas, la utilización de tecnología como lo es el internet y la ayuda de libros y folletos acerca del tema y con la ayuda de directos de la institución y el docente dimos paso a la creación y realización de nuestra propuesta como lo es una guía pedagógica innovadora, que tiene como objetivo principal establecer las falencias con las que cuenta el área y el docente de Cultura Física para que mediante la utilización de esta guía lograr incentivar y realizar una adecuada práctica deportiva que fomente valores y el tan ansiado desarrollo integral en cada uno de estos niños y niñas de edades cercanas a la pubertad.

Cabe recalcar que la utilización y aplicación de esta guía pedagógica será antecedida por una charla de inducción sobre su manejo adecuado y el enfoque evolutivo que le queremos dar a la misma.

### **5.3 JUSTIFICACIÓN**

Este guía va dirigida a los profesores de Cultura Física, contiene información útil e innovadora, el material de trabajo es una recopilación de datos y técnicas que van a influenciar de manera directa en el mejoramiento y fortalecimiento de las clases de la asignatura de cultura física que tiene como eje principal la difusión de una educación en valores cabe recalcar que no solo se trata de ejercicios básicos para el desenvolvimiento físico, por el contrario lo esencial es que los estudiantes se diviertan y aprendan a interactuar entre si y logren su óptimo desarrollo integral mediante la influencia de valores aplicados en cada ejercicio, ya que debe ir acompañada por una explicación clara por parte del docente de los objetivos y los beneficios de cada uno de los ejercicios

La guía está dirigida a la obtención y renovación de técnicas que se aplican en la clase de Cultura Física.

## **5.4 OBJETIVOS**

### **5.4.1 Objetivo General de la propuesta**

Promover la participación e integración activa de los estudiantes, directivos y participantes directos del proceso educador de nuestra sociedad, para contribuir a la creatividad y el desarrollo del mismo.

### **5.4.2 Objetivos Específicos de la propuesta**

Implementar la utilización diaria de este material pedagógico para maximizar y fomentar la adecuada práctica de la Cultura Física y la educación en valores.

Informar al docente mediante la utilización de la guía, sobre renovación de técnicas innovadoras y fáciles de aplicar en el desarrollo de la clase de Cultura Física y el manejo adecuado de herramientas pedagógicas.

Asesorar al docente sobre el manejo y el mantenimiento adecuado que se le debe dar a los implementos existentes fundamentales para el óptimo desarrollo de la clase de Cultura Física.

## **5.5 UBICACIÓN**

<b>PAÍS:</b>	Ecuador
<b>PROVINCIA:</b>	Guayas
<b>CIUDAD:</b>	Milagro
<b>SECTOR:</b>	Educativo
<b>ÁREA:</b>	Cultura física
<b>ASPECTO:</b>	Deportivo
<b>INSTITUCIÓN:</b>	Centro de educación básica Eugenio Espejo
<b>TIPO DE INSTITUCIÓN:</b>	Fiscal
<b>NIVEL:</b>	Básico

**CALLES:** Av. 17 de septiembre y Quito

**CROQUIS:**

**Figura 11. Croquis de la Escuela Eugenio**



Fuente: Cámara de la Construcción de Milagro

## 5.6 FACTIBILIDAD

Llegamos a la conclusión que la solución más adecuada es la elaboración de una guía pedagógica ya que cuenta con el apoyo de los Directivos de la Escuela y Maestros, donde se realizó la presente investigación, quienes están conscientes de la necesidad urgente de fomentar y fortalecer los valores a través de la práctica adecuada de Cultura Física.

En primera instancia el docente debe estar actualizado de los contenidos de Cultura Física y aplicar los ejercicios indicando los valores que estos desarrollan en los estudiantes.

La Guía pedagógica estará diseñada con la tutoría de expertos en la asignatura para ser ejecutada correctamente indicando las destrezas, beneficios y valores en cada ejercicio que se impartirá a los estudiantes.

## **5.7 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA**

Mediante el análisis se detectó la escasa utilización de estrategias por parte del docente al impartir la clase de Cultura Física.

La propuesta a implementarse se realizará mediante el Diseño de una guía metodológica basada en la práctica de ejercicios con la aplicación de valores que contribuyan a su formación integral, con el apoyo de Directivos de la institución y docente del área para su desarrollo.

### **5.7.1 Actividades**

#### **Antecedentes:**

La Cultura Física tradicional y carente de innovación no motiva a sus estudiantes a la práctica de la misma, por esto se da la clara necesidad del fortalecimiento y la renovación constante de la malla de contenidos del área de Cultura Física.

En el Ecuador en los últimos años se puede evidenciar, una escasa motivación de estudiantes de edades ya próximos a la pubertad en cuanto a la realización de práctica deportiva se refiere, ya que la tecnología y el uso de redes sociales acompañados de mensajes seductores resultan más atractivos para nuestra juventud. Todos estos factores acompañados de una alimentación inadecuada y la carencia parcial o desconocimiento total de los valores que caracterizan al ser humano ejemplar. Crearan un ambiente toxico e inadecuado para el desarrollo óptimo ya sea en él lo físico, emocional e intelectual en fin no fortalece un adecuado desarrollo integral.

El objetivo principal de esta guía es el de fomentar en los estudiantes la práctica adecuada de Cultura Física y a su vez motivar a los docentes a la utilización adecuada de la misma como herramienta de trabajo, acompañada de la difusión de sus beneficios y valores que esta encierra tan esenciales para la formación de seres humanos que marquen el destino de nuestra sociedad.

#### **Desarrollo conceptual de la actividad física y sus componentes**

La cultura física es una actividad que se realiza de forma cronológica y apegada a una secuencia de ejercicios lógicos para lograr un objetivo trazado indiferente de su

resultado, consta de cuatro partes esenciales **Fase inductiva de los beneficios del ejercicio** (actividad física a realizarse) **inicial** (calentamiento) **central** (actividad física) **parte final** (relajamiento).

**Fase inductiva de los beneficios del ejercicio o actividad física a realizarse:** parte fundamental con la cual el docente dará a conocer los objetivos que se quieren alcanzar con la realización de la actividad física.

**Inicial o calentamiento:** Preparación del cuerpo, para la actividad física y de esta manera evitar futuras lesiones. Se recomienda que el calentamiento se realice incluyendo todas las articulaciones del cuerpo humano en un lapso mínimo de 5 a 8 minutos por reloj.

**Central o actividad física:** En esta fase se pasa a la realización de ejercicios y actividades deportivas unipersonales o en grupo, que van de menor a mayor intensidad, subiendo con rapidez la temperatura del cuerpo y modelan la función cardiovascular estos ejercicios van desde: trotar, bailar juegos de contacto etc.

El tiempo sugerido para cada actividad física es de 20 a 25 minutos según el número de participantes.

**Parte final o de relajamiento:** Es el instante en el cuerpo vuelve a su temperatura corporal normal, se relaja las extremidades, la frecuencia cardiaca vuelve a su estado de calma y musculo se relaja .Se realiza mediante estiramiento, secuencia e movimientos lentos y relajantes alternando con respiraciones profundas el tiempo sugerido son 5 minutos.

**Actividades físicas o de recreación:**

**Ejercicio 1: Futbol sin balón**

**Calentamiento:** Estiramiento de extremidades de arriba hacia abajo, movimiento en formas circulares de los tobillos y piernas, acompañados de una respiración profunda y pausada.

De una breve explicación de la actividad a realizarse y a su vez conocer su objetivo principal

**Objetivo:** fomentar la autonomía de cada uno de estudiantes, mediante la confianza depositada en cada uno de ellos y la seguridad en ellos mismos.

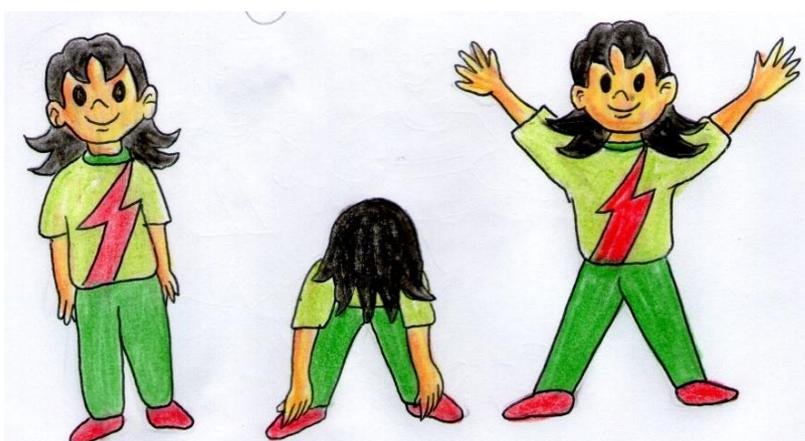
**Materiales:** los materiales necesarios 2 porterías de fútbol sala.

**Desarrollo de la actividad física:** Se forman los equipos según el número de alumnos y el color de las camisetas, deben ingresar a la portería contraria un mínimo de dos estudiantes juntos para que equivalga a un gol.

**Reglas:** los estudiantes quedan momentáneamente fuera de juego con el solo toque de un contrario, pueden reactivarte con el toque de mano de un compañero recuerda que los goles solo serán válidos si entran dos compañeros a la vez a la portería.

**Valor que se fomenta:** la fraternidad

**Figura 12.** Ejercicio 1-futbol sin balón



### **Ejercicio 2: Deposita el balón**

**Calentamiento:** Estiramiento de extremidades de arriba hacia abajo, movimiento en formas circulares de hombros, cuello y cadera, acompañados de una respiración profunda y pausada.

De una breve explicación de la actividad a realizarse y a su vez conocer su objetivo principal.

**Objetivo:** Fomentar el trabajo en equipo y la colaboración entre compañeros de clase y desarrollar su equilibrio y fomentar confianza en ellos mismos.

**Materiales:** Un balón de futbol, de futbol sala o de básquet de tres diferentes tamaños y una tiza de color fosforescente.

**Desarrollo de la actividad física:** Se forman grupos de dos según la afinidad y estatura de los estudiantes, sin hacer diferencia de género, deben ubicar el balón en la línea de meta según lo indique el maestro ya sea por color o tamaño quien lo realice de la manera indica tres veces gana.

Reglas: los estudiantes no pueden utilizar o tocar el balón con las manos o los pies para depositar en la línea de meta, si hacen una pausa en trayecto quedan momentáneamente fuera de juego por el lapso de cinco segundos con el solo pito del maestro vuelven al juego, recuerda que los ganadores son quienes depositen balones las veces indicadas y de la forma correcta indicada por el docente.

**Valor que se fomenta:** el trabajo en equipo



### **Ejercicio 3: El baile de las rodillas**

**Calentamiento:** Estiramiento de extremidades de arriba hacia abajo, movimiento en formas circulares de hombros, cadera y piernas acompañados de una respiración profunda, pausada y del baile de las rodillas.

De una breve explicación de la actividad a realizarse y a su vez conocer su objetivo principal

**Objetivo:** Fomentar el trabajo autónomo y en equipo acompañado de la creatividad en cada uno de los estudiantes dentro y fuera de la clase de cultura física, ya que mediante esta estrategia desarrolla la capacidad de interactuar en sociedad y fomentan confianza en ellos mismos.

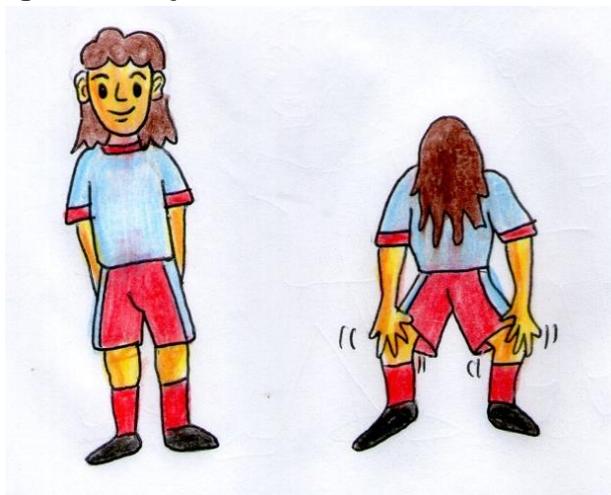
**Materiales:** Una grabadora, un disco que contenga el baile de las rodillas, una colchoneta que tenga las siguientes medidas 2 metros de ancho x 3 metros de largo, marcadores de dos diferentes colores y cartulinas previamente recortadas y a jugar.

**Desarrollo de la actividad física:** Se formará equipos de mínimo cuatro integrantes según la afinidad y estatura de los estudiantes, sin hacer diferencia de género, un participante de cada equipo debe ubicarse en la línea de partida trazada por el maestro dentro de la colchoneta, al sonar de la música comenzar a bailar siguiendo las instrucciones de la canción quien llegue primero a la meta ,tomara un marcador y siguiendo el ritmo de la tonada aportara en una cartulina con una frase más para esta canción quienes lo realicen de la manera indicada ganarán.

Reglas: los estudiantes de cada equipo no pueden soplarles frases creativas a sus compañeros para aportar a la canción, sino siguen las instrucciones de la canción serán eliminados uno a uno, tendrán un lapso de cinco segundos para escribir la frase el integrante de algún equipo que empujase a su contrario será amonestado con una frase menos, recuerda que los ganadores son los que aporten con más frases, de mayor creatividad y lo realicen siguiendo la canción.

**Valor que se fomenta:** Alegría y respeto.

**Figura 14. Ejercicio 3 – El baile de las rodillas**



#### **Ejercicio 4: Llega a la meta**

**Calentamiento:** Estiramiento de extremidades de arriba hacia abajo, movimiento en formas circulares de hombros, cuello y cadera, acompañados de una respiración profunda y pausada.

De una breve explicación de la actividad a realizarse y a su vez conocer su objetivo principal.

**Objetivo:** Fomentar el trabajo en equipo y la colaboración entre compañeros de clase, desarrollar su equilibrio, sentidos, la relación con su entorno y fomentar el respeto de órdenes o de mando directo crear responsabilidad en ellos mismos.

**Materiales:** Un balón de fútbol, cuerda de un metro, un pañuelo de color negro.

**Desarrollo de la actividad física:** Sin hacer diferencia de género, se forman equipos de dos según la afinidad y estatura de los estudiantes, debe ubicarse un participante de cada equipo en la línea de partida tomar el balón y al escuchar el pito proseguir según lo indique el profesor, hasta llegar donde está su compañero de equipo vendarle los ojos atar un extremo de la cuerda a su cintura y el otro extremo a la de su pareja de juego y guiarlo hacia la meta, quien lo realice de la manera ágil en menor tiempo y manera indica gana.

**Reglas:** Los estudiantes pueden tomar el balón y proseguir saltando o de lado, no de frente, no con las manos, si hacen una pausa en trayecto quedan momentáneamente fuera de juego por el lapso de cinco segundos con el solo pito del maestro vuelven al juego, recuerda que tu compañero de juego debe tener los ojos bien vendados caso contrario serán descalificados los ganadores son quienes lleguen primero a la meta siguen las reglas del juego y las órdenes del maestro.

**Valor que se fomenta:** respeto y amistad

**Figura 15. Ejercicio 4 - Deposita el balón**



### **Ejercicio 5: Espiri González**

**Calentamiento:** Estiramiento de extremidades, cuello, tobillos, piernas, movimiento en formas circulares de hombros, seguido de un trote lento y una respiración profunda y pausada.

De una breve explicación de la actividad a realizarse y a su vez conocer su objetivo principal.

**Objetivo:** Fomentar el espíritu de superación y triunfo en cada uno de los estudiantes y da paso a la adquisición de velocidad y resistencia física.

**Materiales:** Zapatos adecuados para la competencia la vestimenta requerida.

**Desarrollo de la actividad física:** Todos los estudiantes que participen de este ejercicio se colocan detrás de la meta de partida, fijada por el maestro.

A la señal de partida saldrán con la mayor velocidad saltando y gritando como el afamado personaje de dibujos Espiri González al escuchar el primer pito detendrán la marcha y regresarán caminando de espaldas con el tercer pito correrán hacia delante el primero que cruce la meta fijada ganará.

Reglas: los estudiantes deberán tener como guía las instrucciones del maestro al hacer caso omiso del pito o de las instrucciones serán descalificados.

**Valor que se fomenta:** respeto

**Figura 16. Ejercicio 5 – Espiri González**



### **Ejercicio 6: La emergencia zombi**

**Calentamiento:** Movimiento en formas circulares de hombros, cuello y cadera, acompañados de una respiración profunda y pausada.

De una breve explicación de la actividad a realizarse y a su vez conocer su objetivo principal.

**Objetivo:** Fomentar el respeto y el conocimiento total de cada una de las partes de su cuerpo.

**Materiales:** Sin materiales.

**Desarrollo de la actividad física:** Mediante sorteo se eligen cuatro estudiantes que son los zombis, intentarán abrazar a los demás menos a los inmunizados o enfermos, los tocados podrán seguir jugando o desplazando sin utilizar la parte del cuerpo que ha sido infectada, los enfermos o inmunizados podrán curar a los infectados para utilizar todas las partes de su cuerpo en este juego.

Reglas: Se inmovilizará la parte del cuerpo tanteada, el participante que utilice la parte infectada sin ser recuperado dará dos vueltas a la cancha como zombi y será automáticamente eliminado.

**Valor que se fomenta:** respeto y colaboración

**Figura 17. Ejercicio 6 – La emergencia zombi**



### **Ejercicio 7: cuidado que te atrapan**

**Calentamiento:** Estiramiento de brazos, movimiento circular del cuello, de puntillas arriba y abajo, acompañado chiste y de 5 minutos de risa.

Dé una breve explicación de la actividad a realizarse y a su vez conocer su objetivo principal.

**Objetivo:** Desarrollar la capacidad visual y formar vínculos de amistad entre los estudiantes y el docente.

**Materiales:** Sin material.

**Desarrollo de la actividad física:** Sin hacer diferencia de género, formar parejas y colocarlos uno frente al otro .se analizan uno al otro por sus rasgos físicos por un tiempo determinado, se ponen de espaldas, se cambian de lugar alguna indumentaria y el otro trata de adivinar qué cambios efectuó.

Reglas: No puede ni deshacerse ni incorporar ninguna prenda a su vestimenta gana quien descubre los cambios.

**Valor que se fomenta:** Tolerancia a las diferentes tendencias.

**Figura 18. Ejercicio 7 – Cuidado te atrapan**



### **Ejercicio 8: El mensajero**

**Calentamiento:** Sentados estiran las extremidades inferiores, luego se tumban hacia atrás se van incorporando moviendo los hombros en formas circulares de acompañados de una respiración profunda y pausada.

De una breve explicación de la actividad a realizarse y a su vez conocer su objetivo principal

**Objetivo:** Desarrollar en ellos la investigación, la atención táctil y visual.

**Materiales:** Sin material.

**Desarrollo de la actividad física:** Todos forman un círculo, uno de pie en el centro debe emitir un mensaje a otro compañero, la transmisión de este mensaje se lo realizará, mediante un toque en la mano al compañero contiguo el cuál apretará la mano del que le sigue, hasta que sea recibido por toda la ronda debe conocerse al emisor y el receptor. El niño ubicado en el centro tratara de interferir con el envío para saber de qué trata el mensaje.

Reglas: El niño descubierto tomará el lugar del que está en el centro.

**Valor que se fomenta:** paciencia para descifrar interrogantes.

**Figura 19. Ejercicio 8 – El mensajero**



### **Ejercicio 9: El culpable**

**Calentamiento:** Estiramiento de extremidades de arriba hacia abajo, movimiento en formas circulares de hombros, cuello y cadera, acompañados de una respiración profunda y pausada.

De una breve explicación de la actividad a realizarse y a su vez conocer su objetivo principal

**Objetivo:** Mejorar la retentiva y la atención visual en lo posible.

**Materiales:** Sin material.

**Desarrollo de la actividad física:** Todos participan, sentados en formando un círculo en el centro de la cancha, mediante sorteo se elige al detective. Luego se preparan tarjetas pequeñas una de ellas dice culpable, el culpable elimina a sus víctimas con un guiño de ojo estos deben tumbarse boca abajo y el detective debe descubrir quién es el culpable.

Reglas: Las víctimas no pueden delatar al culpable, gana el culpable eliminando al último participante o el detective si lo descubre.

**Valor que se fomenta:** compañerismo.

**Figura 20. Ejercicio 9 – El culpable**



### **Ejercicio 10: Torcer el árbol**

**Calentamiento:** Estiramiento de extremidades de arriba hacia abajo, movimiento en formas circulares de hombros, cuello y cadera, acompañados de una respiración profunda y pausada.

De una breve explicación de la actividad a realizarse y a su vez conocer su objetivo principal

**Objetivo:** Fomentar el trabajo en equipo y la colaboración entre compañeros de clase, desarrollar su equilibrio, sentidos, la relación con su entorno e identificar diversas posturas que puede realizar el cuerpo humano.

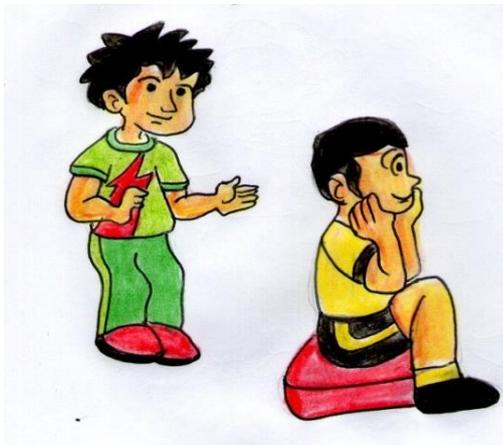
**Materiales:** Sin material.

**Desarrollo de la actividad física:** Flexionar y extender en todos los sentidos posibles el cuerpo de un compañero que está sentado y su trabajo es el de ofrecer cierta resistencia.

Reglas: No realizar movimientos bruscos que puedan producir lesiones irreversibles.

**Valor que se fomenta:** Respeto por el cuerpo humano.

**Figura 21. Ejercicio 10 – Torcer el árbol**



**RECOMENDACIONES:**

Todo ejercicio físico debe resultar agradable, además de ofrecer grandes beneficios para el desarrollo integral y debe de evitar en lo posible riesgos para la salud de los estudiantes.

Es fundamental que el docente de Cultura Física y los padres de familia conozcan el estado de salud de los estudiantes mediante una ficha de conocimiento del estado de físico dirigida a los estudiantes, antes de realizar las actividades de Cultura Física.

El docente de la asignatura debe estar en constante preparación sobre el manejo de herramientas pedagógicas de cultura física y el conocimiento de primeros auxilios.

**Figura 22. Recomendaciones**



## HIDRATACIÓN ADECUADA:

Debemos siempre tener presente que el agua se constituye en el elemento primordial que constituye el cuerpo humano.

Los niños y niñas son los más vulnerables a los efectos de la deshidratación, es por este motivo que los docentes deben estar alertas en todo momento. Ya que deben fomentar a cada momento el consumo de líquidos hidratantes, sobre todo en el caso de niños activos.

### Aquí les daremos a conocer posibles síntomas de la deshidratación

- ✚ .Piel, boca y lengua reseca
- ✚ .ojos hundidos
- ✚ .piel pálida
- ✚ ausencia de orina

### .En caso de la presencia de algunos de estos síntomas.

.Lo más aconsejable es visitar de manera inmediata a un profesional de la salud

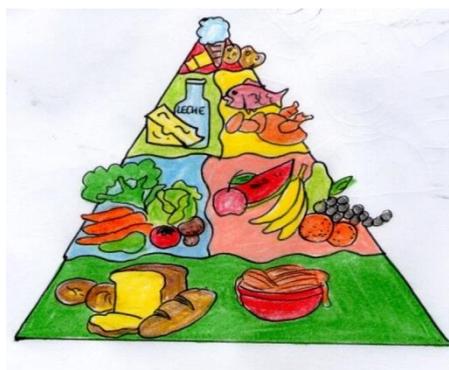
.Hidratar constantemente al niño o niña

.No combinar sueros con bebidas muy azucaradas.

Debemos recalcar que la hidratación constante juega un papel de vital importancia en el proceso de desarrollo óptimo de la actividad de Cultura Física y otras actividades, sobre todo para niños que viven en ambiente caluroso como el nuestro.

Nota: Las bebidas deben servirse a temperatura moderada.

**Figura 23. Nutrición**



## **NUTRICIÓN:**

Es de vital importancia el consumo de alimentos ricos en proteínas en edades ya cercanas a la adolescencia ya que con una alimentación adecuada se potencia el desarrollo físico e intelectual.

Si el organismo de estos niños y niñas no recibe los nutrientes adecuados mediante la alimentación, su capacidad de reacción física y respuesta intelectual será escasa o algunos casos muy limitada. En ocasiones o en la mayoría de los casos esta alimentación inadecuada acompañada de la actividad física excesiva tiene consecuencias como enfermedades físicas como lo son desnutrición y anemia aguda.

Debemos recalcar que los padres juegan un papel primordial en este aspecto ya que los estudiantes son influenciados por hábitos de alimentación presentes en su entorno y hogar respectivamente. Por lo tanto somos los llamados a pregonar con el ejemplo.

En conclusión la alimentación brinda al cuerpo humano los nutrientes requeridos para su óptimo desempeño y desarrollo de habilidades tanto físicas como intelectuales.

### **5.7.2 Recursos, Análisis Financiero**

#### **5.7.2.1 Recursos Humanos:**

Nuestro proyecto está integrado por dos personas, quienes realizarán el proceso de investigación, el mismo que aplicará el diseño de encuesta, tabulación, y análisis para elaborar el informe final.

#### **5.7.2.2 Recursos Materiales**

La presente investigación cuenta con recursos detallados a continuación: transporte, papelería, impresión, copias, internet, recopilación y procesamiento de información, herramientas necesarias para el desarrollo óptimo de este proyecto.

### 5.7.2.3 Recursos Financieros

**Cuadro 13.** Recursos Financieros

<b>Costos Generales:</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Precio Unitario</b>	<b>Total</b>
Transporte en semanas	40	\$ 1,00	\$40
Papelería	2	1,25	2,50
Impresiones	80	\$0.25	\$20
Procesamiento de Información:	4	\$5	\$20
Internet	90	1,00	\$ 90
Refrigerios en semanas	180	\$1,25	\$ 225
<b>Total de Costos</b>			<b>\$ 397,50</b>

### 5.7.3 Impacto

❖ **Impacto Pedagógico:**

Con la aplicación de una guía pedagógica para el área de Cultura Física esperamos fortalecer la asignatura con el mejoramiento de su práctica siendo el protagonista el docente a través de la innovación, constancia, y lo primordial promover los valores y sus beneficios en las clases de Cultura Física, para su desarrollo integral.

❖ **Impacto Sociológico:**

Con la realización de la práctica adecuada de Cultura Física, esperamos contribuir en el desarrollo de las facultades del estudiante necesarias para una vida plena en los aspectos personal y social, educando en valores y formar futuros ciudadanos comprometidos con la sociedad. Siendo los primeros años de primaria la base fundamental para lograr una actitud ética ante la vida.

### 5.7.4 Cronograma

(Matriz de Gantt y/o Pert)

**Cuadro 14.** Cronograma (Matriz de Gantt y/o Pert)

ETAPAS	ACTIVIDADES/TIEMPO	FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO				JUNIO				JULIO			
		SEMANAS				SEMANAS				SEMANAS				SEMANAS				SEMANAS				SEMANAS			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Aprobación del Proyecto	■	■																						
2	Recolección de información			■	■	■	■																		
3	Elaboración de instrumento de investigación							■	■	■	■														
4	Aplicación y recopilación de datos del trabajo de campo											■	■												
5	Procesamiento, análisis e interpretación de resultados													■	■										
6	Tutorías											■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		
7	Redacción del Informe																						■		
8	Presentación del Informe																						■		
9	Sustentación																								

### **5.7.5 Lineamiento para evaluar la propuesta**

Una vez culminado el presente proyecto se dice que el Centro Educativo de Educación Básica “Eugenio Espejo” será beneficiado con la implementación de una guía pedagógica para la práctica adecuada de la Cultura Física:

- ✓ Mayor eficiencia por parte del docente en la práctica de Cultura Física
- ✓ Desarrollo de capacidades y habilidades del estudiante
- ✓ Despertar motivación en las clases de Cultura Física
- ✓ Fomentar hábitos en el estudiante teniendo como base los valores
- ✓ Aprovechamiento en el tiempo al impartir las clases de Cultura Física

## **CONCLUSIONES**

- ✓ La metodología que utilizan los docentes impuso de forma negativa en la calidad de las clases de Cultura Física.
- ✓ La metodología que utilizan los docentes en las clases de Cultura Física están fundamentadas en una pedagogía tradicionalista, lo que impide el desarrollo de la creatividad de los estudiantes.
- ✓ La calidad de la clase de Cultura Física no es la más adecuada debido a las limitaciones metodológicas que frecuentan los docentes de esta asignatura.

## **RECOMENDACIONES**

- ✓ Dar a conocer los resultados de esta investigación a los directivos del Centro Educativo Eugenio Espejo. No. 11
- ✓ Publicar los resultados obtenidos mediante un artículo científico en la revista UNEMI.
- ✓ Aplicar la propuesta con el objetivo de dar solución a los problemas detectados durante el desarrollo de la investigación.

## BIBLIOGRAFIA

- www.efdeportes.com*. (9 de Julio de 2003). Recuperado el 10 de junio de 2013, de <http://www.efdeortes.com>
- ALCOCER, A. (2008). *Psicología del deporte*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- ARAMENDI, J. M. (2003). Actividad Física, Deporte y Vida. En J. M. Aramend, *Actividad Física, Deporte y Vida* (págs. 47,48). Lasarte-Oria: Ostoia S.A.
- CORDOVA, U. c. (2008). *www.ucc.edu.ar*. Obtenido de [http://www.ucc.edu.ar/portalucc/archivos/File/VRMU/Mision\\_VRMU/formación integral.pdf](http://www.ucc.edu.ar/portalucc/archivos/File/VRMU/Mision_VRMU/formación_integral.pdf)
- GALICIA, P. C. (12 de 08 de 2007). <http://edulara.blogspot.com>. Recuperado el 16 de Junio de 2013, de <http://edulara.blogspot.com/2007/08/la-educacn-fsica-fundamento-pedaggico.html>
- GRASSO, A. (2009). La Educación Física cambia. En A. Grasso, *La Educación Física cambia* (pág. 57). Buenos Aires: Ediciones Novedades Educativas.
- GUERRA, D. D. (s.f.). *La educación Física y el Deporte en la formación de valores*. Obtenido de [http://letras-uruguay.espaciolatino.com/aaa/alvarez\\_guerra\\_anicia/la\\_educacion\\_fisica\\_y\\_el\\_deporte.htm](http://letras-uruguay.espaciolatino.com/aaa/alvarez_guerra_anicia/la_educacion_fisica_y_el_deporte.htm)
- DAVIS,J: C. P. (2007). *ACTIVIDAD FISICA DEPORTE Y SALUD*. Barcelona España: Inde publicaciones.
- SALINAS, J, F. V. (2003). PROMOCION DE SALUD Y ACTIVIDAD FISICA EN CHILE: POLITICA PRIORITARIA. *Revista Panamericana d salud pública*, 282.
- GUTIERREZ SAN MARTIN, M. G. (2003). Manual sobre valores en la educación física y el deporte. En M. G. Martin, *Manual sobre valores en la educación física y el deporte* (pág. 27). Barcelona: Paidós Ibérica S.A.

- GUTIERREZ SAN MARTIN, M. G. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de Educación*, 106.
- GUTIERREZ SAN MARTIN, M. G. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de Educacion*, 114.
- PAREDES, J. M. (s.f.). *Beneficios de la actividad física y el deporte*. Recuperado el 8 de junio de 2013, de <Http://www.deportedigital.galeon.com/salud/beneficios.htm>
- RENZI, G. M. (10 Noviembre 2009). Educación Física y su contribución al desarrollo integral de los niños en la primera infancia. *Revista Iberoameicana de Educación*, 2-3.
- SANCHEZ, D. B. (2006). La Educación Física. En D. B. Sánchez, *La Educación Física* (pág. 37). Barcelona, España: INDE Publicaciones.
- TORREALBA, J. (2010). Corrientes Filosóficas que sustentan la Educación Física, el Deporte y Recreación. *Revista histórica del Deporte*, 8.
- Universidad de Chile. (s.f.). [www.icarito.cl/enciclopedia/articulo/segundo-ciclobásico/educaciónfísica](http://www.icarito.cl/enciclopedia/articulo/segundo-ciclobásico/educaciónfísica).
- [www.definicionabc.com/deporte/culturafisica](http://www.definicionabc.com/deporte/culturafisica). (s.f.).
- SANCHEZ, José: *Juegos motores para primaria*, Paidotribo, Barcelona, 2004.
- CASTRO, Adela: *Juegos para Educación Física: desarrollo de destrezas básicas*, Narcea S.A, Madrid, 2008.
- GARCIA, Antonio, et al.: *Los juegos en la educación física de los 6 a 12 años*, Inde, Barcelona 2000.

**ANEXOS**



6) ¿QUE TIPO DE EVALUACIÓN REALIZA DE LOS CONTENIDOS PEDAGÓGICOS DE LOS PROGRAMAS DE CULTURA FÍSICA?

Por cumplimiento  Cuadro de doble entrada  Por Acierto o error

Competencia en equipos  Otros.....

7) ¿PROMUEVE USTED A SUS ESTUDIANTES A CONCIENTIZAR LA IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA COMO HÁBITO SALUDABLE DE VIDA?

Mucho  Poco  Nada

8) ¿QUÉ CONTENIDOS DE CULTURA FÍSICA IMPARTE A SUS ESTUDIANTES?

Movimientos Naturales  Juegos  Danza

Ninguno de los anteriores  Otros...

9) ¿HA RECIBIDO CURSOS DE CAPACITACIÓN EN EL ÁREA DE CULTURA FÍSICA?

Actualmente  Hace Tiempo  Nunca

10) ESTARÍA PREDISPUESO A ACEPTAR UNA ACTUALIZACIÓN DE CONOCIMIENTOS EN ESTA ÁREA?

Si  No  Quizás

## CENTRO EDUCATIVO N° 11 "EUGENIO ESPEJO"

### ENCUESTA REALIZADA A ESTUDIANTES

Buenas tardes, estamos realizando una encuesta sobre la influencia de la metodología que utilizan los docentes en la calidad de la clase de Cultura Física.

1) LA CLASE DE CULTURA FÍSICA LE PARECE:

Fácil

Aburrida

Dinámica

2) ¿EL MAESTRO DE CULTURA FÍSICA LES EXPLICA EL OBJETIVO DE CADA CLASE Y SUS BENEFICIOS?

Siempre

A veces

Nunca

3) ¿USTED RECIBE CLASES DE VALORES DE PARTE DE SU MAESTRO DE CULTURA FÍSICA?

Mucho

Poco

Nada

4) ¿EL MAESTRO LE ENSEÑA LA IMPORTANCIA DE LA CULTURA FÍSICA PARA MEJORAR TU ESTILO DE VIDA?

Si

No

No Se

5) ¿LES ENSEÑAN CULTURA FÍSICA CON ALGÚN MÉTODO O TÉCNICA?

Si

No

No Se

6) ¿ESTÁ SATISFECHO CON LAS CLASES QUE IMPARTE TU MAESTRO DE CULTURA FÍSICA?

Mucho

Poco

Nada

7) ¿QUÉ ACTIVIDADES REALIZAN CON FRECUENCIA EN LA CLASE DE CULTURA FÍSICA? ELIJA UNA OPCIÓN.-

Juego de pelota

Juego de básquet

Carreras

Danza

Juegos por competencia

8) ¿LE GUSTARÍA QUE SE INCLUYAN NUEVAS ACTIVIDADES EN LA ENSEÑANZA DE LA CULTURA FÍSICA?

Si

No

No Se

9) ¿SU MAESTRO SE ESFUERZA POR CONSEGUIR QUE SUS ESTUDIANTES MEJOREN SUS HABILIDADES?

Mucho

Poco

Nada

10) ¿LE GUSTARÍA QUE SE REALICEN COMPETENCIAS DEPORTIVAS A NIVEL DE TU CIUDAD O FUERA DE ELLA?

Si

No

No Se

## ESTUDIANTES EN LA CLASE DE CULTURA FISICA





## ENCUESTA REALIZADA A LOS ESTUDIANTES





**ENTREGA DE LA GUIA PEDAGÓGICA**

