



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE CULTURA FÍSICA
TESINA DE GRADO
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

TÍTULO:

“LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN DEL CANTÓN RIOBAMBA PROVINCIA DE CHIMBORAZO EN EL PERIODO FEBRERO – JUNIO 2016”.

AUTOR:

Víctor Hugo Carrillo Álvarez

TUTOR:

Dr. PhD. ESTEBAN LENIN LOAIZA DÁVILA.

Riobamba - Ecuador

2016

APROBACIÓN DEL TUTOR.

Certificación

Yo, Dr. PhD. Lenin Esteban Loaiza Dávila portador con C.I 171533008-8 en mi calidad de tutor del trabajo de graduación o titulación sobre el tema: “La actividad física en el rendimiento académico de los Niños y Niñas del Séptimo Año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón del cantón Riobamba provincia de Chimborazo en el periodo febrero 2016 – junio 2016”.

Desarrollado por el Señor. Egresado Víctor Hugo Carrillo Álvarez, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la comisión calificadora designada



.....
Dr. PhD. Lenin Esteban Loaiza Dávila.

C.I 171533008-8

TUTOR

REVISIÓN DEL TRIBUNAL

Los miembros del Tribunal de Graduación del proyecto de investigación de título:
“INCIDENCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO
DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL
BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN DEL
CANTÓN RIOBAMBA PROVINCIA DE CHIMBORAZO EN EL PERIODO
FEBRERO 2016 – JUNIO 2016”

Presentado por: CARRILLO ÁLVAREZ VÍCTOR HUGO, con Cédula de Identidad
Nro.0604774505, y dirigida por: Dr. ESTEBAN LENIN LOAIZA DÁVILA PhD.

Una vez escuchada la defensa oral y revisado el informe final del proyecto de
investigación con fines de graduación escrito en el cual se ha constatado el
cumplimiento de las observaciones realizadas, remite la presente para uso y custodia en
la biblioteca de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNACH.

Para constancia de lo expuesto firman:

Msc. Fernando Bayas

Presidente del Tribunal

Msc. Isaac Pérez

Miembro del Tribunal

PhD. Esteban Loaiza.

Tutor



AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

La responsabilidad del contenido de este Proyecto de Graduación, me corresponde exclusivamente a: VÍCTOR HUGO CARRILLO ÁLVAREZ; y el patrimonio intelectual de la misma a la Universidad Nacional de Chimborazo.



—
Víctor Hugo Carrillo

C.I. 0604774505

DEDICATORIA

Dedico este trabajo primero a Dios, por un día más de vida que me regala, por la fortaleza y la voluntad que ha puesto en mí, para lograr un triunfo más en mi vida.

A mis padres, mis hermanos/as por su amor, sus consejos, su, mi familia, mis amigos con quienes he compartido momentos alegres y tristes, por enseñarme que todo es posible con amor y perseverancia, que la perfección comprende el crecimiento personal y profesional con humildad y sacrificio. A todos Gracias.

Víctor Hugo Carrillo Álvarez

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a la Universidad Nacional de Chimborazo, a sus autoridades y planta docente que nos han brindado la oportunidad de avanzar en nuestra formación de tercer nivel.

Es loable la tarea del maestro que, sin reserva, entrega desinteresadamente su tiempo y conocimientos a quienes están en proceso de formación, para que alcancen exitosamente sus objetivos. Es por ello que, dejo constancia, de más sincera gratitud y admiración al PhD Esteban Loaiza, Tutor de la Tesis, quien, con su paciencia y dedicación ha sabido conducir acertadamente este trabajo hasta su finalización.

A las Autoridades y Docentes de la Carrera de Cultura Física, quiero hacerles llegar así mismo, mi reconocimiento y gratitud, ya que gracias a su apoyo desinteresado, nos ayudaron con su valiosa información para nuestra investigación.

Víctor Hugo Carrillo Álvarez.

RESUMEN

La investigación denominada, “ LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN DEL CANTÓN RIOBAMBA PROVINCIA DE CHIMBORAZO EN EL PERIODO FEBRERO – JUNIO 2016-”. Tiene como objetivo general: Determinar la incidencia de la práctica de la Actividad Física en el Rendimiento Académico de los niños y niñas del Séptimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón del cantón Riobamba provincia de Chimborazo, la muestra participante en la investigación fue de 68 estudiantes divididos en 2 grupos de 34 estudiantes denominados de control y experimental, el primero trabajo bajo la metodología común planificada según el currículo educativo, y el experimental bajo la metodología propuesta de manual de actividad física, deportiva y recreativa. La investigación fue de carácter cuantitativo y se utilizó como instrumento de medición del rendimiento académico las notas del 1er parcial y 2do parcial del periodo académico determinado. El grupo de control en el periodo antes de la investigación presento una media de RA de 8,46 /10, el T-AFC que es obligatoria para todo fue de 275 minutos semanales, el T-AFEC fue de 37,9 minutos semanales y el T-CDPD fue de 22,1 minutos semanales. El grupo presento una media de RA de 8,29 /10, el T-AFC que es obligatoria para todo fue de 275 minutos semanales, el T-AFEC fue de 41,5 minutos semanales y el T-CDPD fue de 22,9 minutos semanales, evidenciando que las características entre ambos grupos no tenían una gran diferencia para iniciar la investigación.

El grupo de control no fue sometido a ninguna intervención y sus resultados no tuvieron una variación en relación al grupo experimental que aumentó sus resultados y después del análisis estadístico para determinar el valor de P tanto en el GC como en el GE entre los periodos AI y DI, se pudo observar que en el GC P se encuentra en un nivel $\geq 0,05$ que significa que los resultados no son significativos, mientras que en el GE P se encontró en un nivel $\leq 0,001$ determinando que los resultados son altamente

significativos, dándole veracidad a la investigación y evidenciando que la intervención propuesta fue eficaz.



Libres por la Ciencia y el Saber

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CENTRO DE IDIOMAS

Exts. 1517 - 1518

ABSTRACT

The research called "PHYSICAL ACTIVITY IN CHILDREN'S ACADEMIC PERFORMANCE OF THE SEVENTH YEAR OF GENERAL BASIC EDUCATION FROM MIGUEL ANGEL LEON PONTON EDUCATIONAL UNIT IN RIOBAMBA CANTON CHIMBORAZO PROVINCE DURING THE PERIOD OF FEBRUARY - JUNE 2016" its general objective is to determine the influence of the practice of Physical Activity in children's Academic Performance of the seventh year of Basic General Education from Miguel Angel Leon Pontón Educational Unit In Riobamba Canton Chimborazo Province, the participant shown in research was 68 students divided into 2 groups of 34 so-called control and experimental, the first work under the common methodology planned as the educational curriculum, and the experimental group under the proposed methodology in the manual physical, sporting and recreational activity.

The research was quantitative and the grades of the first and second partial were used as a measuring instrument of the academic performance. The controlled group in the period before the investigation presented an average of RA of 8,46 / 10, T-AFC which is mandatory for all was 275 minutes per week, the T-AFEC was 37,9 minutes per week and T-CDPD was 22,1 minutes per week. The group presented an average of 8,29 RA / 10, T-AFC which is mandatory for all was 275 minutes per week, the T-AFEC was 41,5 minutes per week and the T-CDPD was 22,9 minutes a week, showing that the characteristics between the two groups had no difference at the beginning of the investigation.

The control group was not subjected to any intervention and its results had no variation in relation to the experimental group which increased its results after statistical analysis to determine the value of P in both the GC and the GE between periods AI and DI, it was observed that the GC P is at a level $\geq 0,05$ which means that the results are not significant, while the GE P was found at a level $\leq 0,001$ determining that the results are highly significant, giving veracity to the research and demonstrating that the proposed intervention was effective.

Reviewed by:


Lic. Patricia Moyota A.
ENGLISH TEACHER



Campus Norte "Edison Riera R."
Avda. Antonio José de Sucre, Km. 1,5 Vía a Cuano
Teléfonos: (593-3) 3730 880- ext. 3000

Campus "La Dolorosa"
Avda. Eloy Alfaro y 10 de Agosto.
Teléfonos: (593-3) 3730 910 - ext. 3001

Campus Centro
Duchicela 17-75 y Princesa Toa
Teléfonos: (593-3) 3730 880- ext. 3500

Campus Guano
Parroquia La Matriz, Barrio San Roque
vía a Asaco

ÍNDICE GENERAL

APROBACIÓN DEL TUTOR.....	ii
REVISIÓN DEL TRIBUNAL.....	iii
AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
RESUMEN	vii
ABSTRACT.....	viii
INTRODUCCION	1
CAPITULO I.....	2
MARCO REFERENCIAL.....	2
1. PROBLEMA DE INVESTIGACION	2
1.1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	2
1.2 PLANEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	2
1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	4
1.4 PREGUNTAS DIRECTAS	4
1.5 OBJETIVOS	4
1.5.1 Objetivo general.....	4
1.5.2 Objetivos específicos	4
1.6 JUSTIFICACIÓN	5
CAPITULO II.....	7
MARCO TEÓRICO	7
2.1. ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN ANTERIORES CON RESPECTO DEL PROBLEMA QUE SE INVESTIGA	7
2.2 FUNDAMENTACIONES	7
2.2.1 Fundamentación Filosófica.....	7
2.2.2 Fundamentación Teórica.....	8
2.2.3 Fundamentación Legal.....	8

2.3 CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE ACTIVIDAD FÍSICA.....	9
2.3.1 Actividad Física	9
2.3.1.1 Concepto	9
2.3.1.2 Definición	10
2.3.1.2 Beneficios de la actividad física	10
2.3.1.3 Actividad física y salud.....	12
2.3.1.4 Niveles de intensidad de la actividad física	12
2.3.1.5 Práctica deportiva diaria	14
2.3.2 Educación Física	14
2.3.2.1 Concepto	14
2.3.2.2 Historia.....	15
2.3.2.3 Medios Educativos.....	16
2.3.2.4 Educación física y salud	17
2.3.3 DEPORTE Y JUEGO	18
2.3.3.1 Definición	18
2.3.3.2 Métodos de aprendizaje y práctica de los deportes.....	19
2.3.3.3 Principios Metodológicos	19
2.3.3.4 Metodología.....	19
2.3.4 El Juego.....	20
2.3.4.1 Características del juego	20
2.3.5 Cultura Física	22
2.3.5.1Definición.	22
2.3.5.2 La cultura física en niños preescolares	22
2.4 CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE RENDIMIENTO ACADÉMICO	23
2.4.1 RENDIMIENTO ACADÉMICO	23
2.4.1.1 Definición	23
2.4.1.2 Características del rendimiento académico.....	24
2.4.1.3 Procesos de Aprendizaje	25
2.4.1.4 La investigación sobre el rendimiento académico.....	26
2.4.2 Rendimiento Escolar.....	27
2.4.3 Evaluación Educativa	28
2.4.3.1 Paradigmas de evaluación.....	29

2.4.3.2 Tipos de evaluación	30
2.4.4 Psicología Educativa.....	32
2.5 HIPÓTESIS	33
2.6 VARIABLES	33
2.7. OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES	34
2.8. DEFINICIONES DE TÉRMINOS BÁSICOS	35
CAPITULO III.....	37
MARCO METODOLÓGICO.....	37
3.1 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	37
3.2 NIVEL DE LA INVESTIGACIÓN.....	37
3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	38
3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS	39
3.5 TÉCNICA PARA PROCESAMIENTO E INTERPRETACIÓN DE DATOS.....	40
CAPÍTULO IV	41
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	41
5.1. RESULTADOS DE LA ENCUESTA.....	41
CAPITULO V.....	57
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.	57
CONCLUSIONES	57
RECOMENDACIONES.....	59
CAPITULO VI.	60
PROPUESTA.....	60
MANUAL DE ACTIVIDADES FÍSICAS, DEPORTIVAS Y RECREATIVAS.	60
6.1 INTRODUCCION.....	60
6.2 OBJETIVO	61
BIBLIOGRAFIA	92
LINCOGRAFIA	94
ANEXOS	95

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Operacionalización de las variables.....	34
Tabla 2 Población y muestra.....	38
Tabla 3 Preguntas Básicas y Explicación	39
Tabla 4 Actividades de Educación Física programadas del currículo y su tiempo destinado.	42
Tabla 5 Actividades físicas extracurriculares y su tiempo destinado.	43
Tabla 6 Clubes o programas deportivos de carácter privado o público y su tiempo destinado.	44
Tabla 7 Grupo de control GC y sus características.....	46
Tabla 8 Grupo de Experimental GE y sus características.....	47
Tabla 9 Rendimiento académico (RA) en el grupo de control en el periodo después de la investigación.	50
Tabla 10 Rendimiento académico (RA) en el grupo experimental en el periodo después de la investigación.	51
Tabla 11 Análisis estadísticos de la interrelación de resultados de RA entre los GC y GE en los periodos AY y DI.	55

INDICE DE FIGURAS

Gráfico 1 Interrelación entre el tipo de actividades que se realizan y el tiempo medio destinado para su práctica.	45
Gráfico 2 Variaciones en el tiempo dedicado a la práctica de la actividad física durante la intervención.....	49
Gráfico 3 Comparación de RA en el GC entre los periodos AI y DI.	52
Gráfico 4 Comparación de RA en el GE entre los periodos AI y DI.	53
Gráfico 5 Interrelación de los resultados obtenidos en el GC y GE en los periodos AI y DI.	54

INTRODUCCION

Esta investigación está destinada a determinar la práctica de la actividad física en el rendimiento académico de los niños y niñas del séptimo año de educación general básica de la unidad educativa miguel ángel león pontón del cantón Riobamba provincia de Chimborazo, considerando la actividad física que es para mantener el cuerpo y la mente saludable, por ende a la mejora del rendimiento académico.

En la investigación participaron estudiantes del séptimo año de educación básica de la unidad educativa “miguel ángel león”, los cuales se dividirán en dos grupos para poder comparar las diferentes metodologías a investigar.

La tesis está compuesto por 7 capítulos: la tesis está compuesta por 7 capítulos capítulo I “marco referencial” 1.- problema de investigacion.2.- planteamiento de problema 3.- formulación del problema.4. Preguntas directas. 5.- objetivos. 6.- objetivos generales. 7.- objetivos específicos.8.- justificación capítulo II “marco teórico” aborda 1. Antecedentes de investigación anteriores con respecto del problema que se investiga, 2. Fundamentaciones, fundamentación filosófica Fundamentación teórica y fundamentación legal, 3. Conceptualización de la variable independiente 4. Hipótesis variables 5. Operacionalización de las variables 6. Definiciones de términos básicos capítulo III “marco metodológico” trata sobre 1. Diseño de investigación 2. Nivel de investigación 3. Población y muestra 4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos 5. Técnicas para procesamiento e interpretación de datos capítulo IV “recursos” 1. Humanos 2. Materiales 3. Recursos tecnológicos recursos financieros (presupuesto estimado capítulo V “análisis e interpretación de resultados” capítulo VI “conclusiones y recomendaciones” capítulo VII “manual de actividad física, deportiva y recreativa” finalmente la bibliografía revisada y anexos.

CAPITULO I

MARCO REFERENCIAL

1. PROBLEMA DE INVESTIGACION

1.1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Incidencia de la Actividad Física en el Rendimiento Académico de los niños y niñas del Séptimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón del cantón Riobamba provincia de Chimborazo

1.2 PLANEAMIENTO DEL PROBLEMA

En el contexto **mundial** se ha encontrado varios trabajos con respecto a este tema encontrando una relación positiva entre la práctica de la actividad física y el rendimiento académico, es así que en varios estudios realizados por el departamento de educación del estado de California en los EE.UU. que apoyan la idea de que el dedicar un tiempo considerable a las actividades físicas en las escuelas, puede traer beneficios en el rendimiento académico de los niños, e incluso sugieren que existen beneficios, de otro tipo, comparados con los niños que no practican deporte.

Actualmente los métodos y medios para el desarrollo de la Actividad Física, si se lo realiza de una forma óptima y adecuada, se utilizaran los Test Físicos con el fin de mejorar las cualidades físicas (velocidad, fuerza, resistencia, coordinación y flexibilidad) de los niños y niñas para que pueda realizar determinada actividad con facilidad.

Los niños y niñas que practican actividad física adicional a la contemplada en los programas de formación en las escuelas tienden a mostrar mejores cualidades como un mejor funcionamiento del cerebro; en términos cognitivos, niveles más altos de concentración de energía, cambios en el cuerpo que mejoran la autoestima, y un mejor comportamiento que incide sobre los procesos de aprendizaje.

En el **Ecuador** con el objetivo de incrementar la actividad física entre los niños, niñas y adolescentes, el Ministerio de Educación, anunció el aumento de cinco horas semanales

impartidas para las clases de educación física, con el programa “Aprendiendo en Movimiento”. Antes la malla curricular contemplaba solo dos horas y no existía un tiempo apropiado que logra cambios significativos en el aspecto físico de los estudiantes que luego más bien causaba tedio, monotonía y agotamiento durante la jornada de trabajo, lo cual incidía en su aprendizaje. Según la fuente de (El Ciudadano, 2014, pág. 7) El 30% de los niños y niñas en edad escolar, es decir, entre cinco y 11 años, padecen sobrepeso y/u obesidad. No solo se trata de evitar una vida sedentaria, sino de mejorar los hábitos alimenticios, al recordar que Ecuador, a diferencia de otros países, es un país rico en frutas y verduras durante todo el año.

El apoyo que recibe la provincia de **Chimborazo** por parte del estado hacia la educación; es similar al del resto del país, con el fin de mejorar a la educación se han visto en la necesidad de crear leyes donde exigen a los Centros Educativos contar con profesores de todas la materias siendo la materia de Educación Física una de las denominadas Materia Especial. Es decir tiene que darse mínimo dos horas diarias por ley del Ministerio de Educación con esto se ve reflejado una educación con igualdad donde todos los niños y niñas tienen los mismos derechos ya que en años anteriores solamente las familias que poseían recursos podían disfrutar de una actividad física adecuada, con profesionales experimentados que apliquen adecuadamente la metodología de enseñanza – aprendizaje.

En la **Unidad Educativa** Miguel Ángel León Pontón existe niños y niñas que no practican ninguna actividad física por lo tanto existe una carencia de cierta motricidad y coordinación, ya que no existe un programa de entrenamiento diario y motivacional. Por tanto hay un deficiente desarrollo de sus habilidades y destrezas motrices.

Se puede considerar que en la unidad educativa y concretamente en la área de educación física exista un sin número de falencias en especial motrices-coordinativas ya que por medio de la visualización-observación, se puede apreciar el poco trabajo complementario y la escasa formación motivadora en los profesionales en mención baja autoestima y poco cuidado en el estilo de vida de los niños; pudiendo observar que no existe una correcta predisposición para la práctica de actividades físicas-deportivas.

1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo afecta la Actividad Física en el Rendimiento Académico de los niños y niñas del Séptimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón del cantón Riobamba provincia de Chimborazo?

1.4 PREGUNTAS DIRECTAS

- ¿Cuáles son los efectos de la Actividad Física en los niños y niñas del Séptimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón del cantón Riobamba provincia de Chimborazo?
- ¿Qué tipo de actividades físicas se deben realizar para mejorar el Rendimiento Académico de los niños y niñas del Séptimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón del cantón Riobamba provincia de Chimborazo?
- ¿Cómo afecta la aplicación de un manual de ejercicios de actividad física para mejorar el Rendimiento Académico de los niños y niñas del Séptimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón del cantón Riobamba provincia de Chimborazo?

1.5 OBJETIVOS

1.5.1 Objetivo general

Determinar la incidencia de la práctica de la Actividad Física en el Rendimiento Académico de los niños y niñas del Séptimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón del cantón Riobamba provincia de Chimborazo.

1.5.2 Objetivos específicos

- Establecer los tipos de Actividad Física y el tiempo que dedican para su práctica los estudiantes del Séptimo Año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón.

- Analizar el rendimiento académico antes de la investigación propuesta con los estudiantes del Séptimo Año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón.
- Interrelacionar el Rendimiento Académico y la práctica de la Actividad Física en dos grupos con características similares y sometidas a diferentes programas de intervención.
- Proponer un manual de actividades físicas, deportivas y recreativas con el objetivo de mejorar el Rendimiento Académico de los estudiantes del Séptimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón del cantón Riobamba provincia de Chimborazo

1.6 JUSTIFICACIÓN

Consciente de la importancia que hoy reviste el tema de la actividad física dentro de la provincia de Chimborazo tiene considerable aceptación tanto en las instituciones educativas particulares, fiscales y fisco misionales promoviendo los cambios que hoy nos exige el Ministerio de Educación.

La Investigación es **importante** porque al poder detectar a tiempo el problema de la escasa actividad física en los niños y niñas se puede ayudarlos a salir del mismo y a promover su desarrollo cognitivo, junto a los profesores quienes deberían colaborar en la ejecución de actividades físicas para los estudiantes con dificultades o para todo el universo de estudiantes independientemente de si tienen dificultades o no en su aprendizaje.

Lo novedoso de este trabajo radica en que se da a conocer la importancia y ventajas que tiene la actividad física en el mejoramiento del rendimiento académico basado en la utilización de estrategias metodológicas adecuadas y de fácil acceso como medio de solución para los problemas de aprendizaje y que vayan a incidir directamente en el desarrollo integral de las personas con actividades que se realizan dentro del proceso educativo.

Los **beneficiarios** directos de la investigación serán todos los miembros de la comunidad educativa es decir los docentes y las(os) niños, además se beneficiaran quienes administran las diferentes áreas, autoridades, profesionales que laboran en

puntos de apoyo y la sociedad misma que reclama mejoras y transformaciones eficientes para los niños y su desarrollo de las actividades físicas, habilidades y destrezas motrices.

La investigación es **factible** porque se tiene acceso a suficiente información bibliográfica, la Unidad Educativa presta los recursos necesarios para que la investigación se realice con toda la libertad, existiendo colaboración por parte de los docentes, ya que también están interesados en ayudar a los niños y niñas porque son las únicas personas que comparte todos los días esta experiencia, además se dispone del tiempo necesario y se cuenta con los recursos indispensables para la investigación.

Finalmente se considera la **utilidad** de las actividades físicas dentro del análisis para los docentes, y más personas vinculadas a las actividades educativas, así como también a las Unidades Educativas que será de gran ayuda como una herramienta al momento de analizar la eficacia y eficiencia de la actividad física.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN ANTERIORES CON RESPECTO DEL PROBLEMA QUE SE INVESTIGA

Para la realización del Proyecto de Investigación se visitó la Biblioteca de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Chimborazo, se ingresó a la biblioteca y no se encontró suficiente fuente bibliográfica con temas relacionados con la Actividad Física en el Rendimiento Académico, por lo que considero ser la primera persona que realiza este tipo de investigación en nuestra provincia.

Además se buscó información en las distintas bibliotecas de las Universidades de la ciudad y el país, indagando mayor sustento bibliográfico que permita realizar un trabajo investigativo de calidad, así como se recurrió a libros, textos, folletos, memorias entre otros.

En la Institución educativa donde se desarrollará el presente trabajo, no se ha encontrado ningún antecedente investigativo en cuanto a al tema.

2.2 FUNDAMENTACIONES

2.2.1 Fundamentación Filosófica

El presente trabajo investigativo está orientado en el paradigma crítico propositivo, en donde luego del análisis de los datos recogidos y a través de la participación e interacción recíproca junto con los docentes, niños y padres de familia se podrá proponer una oferta de solución al problema mencionado.

El problema será analizado desde su propio contexto bajo un análisis crítico porque involucra a las personas que están en esta investigación para realizar críticas reflexivas para dar soluciones al problema que se desarrolla en su entorno, es propositivo por que propone soluciones al problema de investigación ya que conceptualiza un problema socio educativo y plantea alternativas de solución.

El análisis de la relación entre la actividad física en el rendimiento académico en el presente trabajo investigativo, es considerado dentro de un contexto cambiante y dinámico, los niños son agentes activos en la construcción de la realidad.

2.2.2 Fundamentación Teórica

La Actividad Física representa el cambio y la transformación de la educación dentro de las clases de educación física, ya que de ella depende el desarrollo integral del potencial humano, y es además un factor estratégico indispensable para alcanzar el progreso formativo, manteniendo los logros para conseguir su desarrollo físico-integral en el mejoramiento del rendimiento académico.

De allí que pueda considerarse como un proceso de cambio el cual transmite sus conocimientos, valores, costumbres y formas de actuar, así mismo que su acción no solo se realiza a través de la parte física sino que está presente en todas las acciones, sentimientos y actitudes humanas.

2.2.3 Fundamentación Legal

Este proyecto se enmarca en el siguiente Marco Legal: 17

Según la Constitución de la República del Ecuador en el Título 1, Capítulo II acerca de los principios Fundamentales en el artículo sobre el derecho al Buen Vivir, Sección 5ª. Sobre Educación, se manifiesta que:

Constitución Política.

Art. 26.- La educación es un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inexcusable del Estado. Constituye un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir. Las personas, las familias y la sociedad tienen el derecho y la responsabilidad de participar en el proceso educativo.

Art.27. La educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y

diversa, de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria, y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar. La educación es indispensable para el conocimiento, el ejercicio de los derechos y la construcción de un país soberano, y constituye un eje estratégico para el desarrollo nacional.

Nueva Ley del Deporte, Educación Física y Recreación

Que la Constitución garantiza los derechos del Buen Vivir con un sentido de inclusión y equidad social;

Art. 381.- Que el estado le corresponde proteger, promover y coordinar el deporte y la actividad física como actividades para la formación integral del ser humano preservando principios de universalidad, igualdad, equidad, progresividad, interculturalidad, solidaridad y no discriminación.

2.3 CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE ACTIVIDAD FÍSICA

2.3.1 Actividad Física

2.3.1.1 Concepto

Varios autores tienen diferentes conceptos para definir la Actividad Física, Moinar y Livingston en el año 2000 manifiestan que la “Actividad Física es un término largamente utilizado y su variada naturaleza lo vuelve extremadamente difícil de caracterizar y cuantificar”. El concepto más utilizado es el Caspersen y Col de 1985 quienes manifiestan a la actividad física como “Cualquier movimiento corporal producido por la musculatura esquelética que resulte en gasto energético”.

Girginov. (1999), manifiesta que “la actividad física es el movimiento humano intencional que como unidad existencial, busca el objetivo para desarrollar su naturaleza y potencialidades no solo físicas, sino psicológicas y sociales bajo un contexto histórico determinado”, este concepto como que el mundo de la ciencia no lo acepto mucho por ser muy subjetivo.

Según el Diccionario Básico del Deporte y la Educación Física en el año 2002 define a la actividad física como “el gasto de energía provocado por el movimiento corporal por vía de los músculos esqueléticos; incluyendo el espectro completo de actividad desde un nivel muy leve hasta el ejercicio máximo”

2.3.1.2 Definición

La actividad física es la formación definida de la acción motriz dentro de los deportes, se caracteriza porque la persona está en constante formación, del rendimiento físico-mental, la iniciación deportiva y el talento humano, en dependencia de la acción motriz propia y que no se ajusta a otros parámetros de posibles adversarios directos. Está marcada en beneficio de la salud corporal y el bienestar integral de la persona. Fuente: GONZÁLEZ, R. (2009).

La actividad física es cualquier actividad que realice el cuerpo más fuerte de lo normal. Sin embargo, la cantidad real que se necesita de actividad física depende de los objetivos individuales de salud, ya sea que se esté tratando de bajar de peso y que tan sano se esté en el momento.

2.3.1.2 Beneficios de la actividad física

Las personas con un estilo de vida activa y que estén relativamente en forma adecuada físicamente tienen la mitad de probabilidades de desarrollar una enfermedad cardíaca que las personas que llevan una vida sedentaria. Las personas obesas que realizan ejercicio, tienen menor riesgo de padecer enfermedades cardíacas o diabetes, que las que no realizan ninguna actividad física.

Se ha realizado varios estudios que demuestran que llevar una vida activa y sana ayuda a prevenir la obesidad, en especial el ejercicio contribuye a impedir el aumento de peso típico en la edad escolar y adulta.

A nivel físico

- Aumenta la resistencia en el organismo
- Previene las enfermedades coronarias

- Elimina las grasas y previene la obesidad
- Combate la osteoporosis
- Mejora con eficacia los músculos respiratorios
- Mejora el desarrollo muscular
- Mejora el rendimiento físico general
- Regula el estreñimiento

A nivel psíquico

- Mejora los reflejos y la coordinación
- Elimina el estrés
- Aporta sensación de bienestar, derivada de la secreción de endorfinas
- Previene el insomnio y regula el sueño
- Posee efectos tranquilizantes y antidepresivos

A nivel socio afectivo

- Mejora la imagen corporal
- Favorece y mejora la autoestima
- Enseña a aceptar y asumir derrotas
- Enseña a asumir responsabilidades y aceptar normas

A nivel escolar y colegial

- Aumenta la responsabilidad
- Aumenta el desempeño académico
- Aumenta la frecuencia a las clases
- Mejora la relación con los padres
- Disminuye la delincuencia
- Disminuye el uso de las drogas y el alcohol
- Disminuye los disturbios de comportamiento

2.3.1.3 Actividad física y salud

La relación que existe entre el movimiento corporal y la salud nos hace suponer datos provenientes de diversos campos del conocimiento que nos irán permitiendo elaborar un contexto dentro del referente teórico, necesario para confrontar con los datos de la realidad en este caso el referente empírico.

La condición de nosotros como seres vivos con capacidad de movimiento e interacción con las cosas y otros seres del mundo que nos rodean, la actividad física nos permite encontrar cambios de cualquier ámbito en nuestra vida. Ya que es una práctica humana que está presente en el trabajo, la escuela, el tiempo libre o las tareas cotidianas y familiares, y desde la infancia hasta la vejez.

Actualmente podemos identificar tres grandes perspectivas de relación entre la actividad física y la salud:

- Una perspectiva rehabilitadora
- Una perspectiva preventiva
- Una perspectiva orientada al bienestar.

2.3.1.4 Niveles de intensidad de la actividad física

En el año 2002 la red de la actividad física para las américas clasifico los niveles de intensidad de la actividad física, como un manifiesto para nuestro continente.

La actividad física empezamos a realizar desde muy pequeños, a medida que transcurre el tiempo el cuerpo se va desarrollando, va incrementando la capacidad de realizar ciertas actividades. Sin embargo la actividad física está relacionada con el juego; los juegos en la educación física se diferencian por la intensidad y características especiales, constituyéndose en eslabones que conduce al niño por el camino de su formación integral.

Los juegos son actividades físicas empleados por la educación física que son imprescindibles en las edades de hasta 14 años, y que servirán de complemento para las demás edades, incluso para los adultos. En función de la actividad física, se puede clasificar en dos categorías:

a. La actividad física de baja intensidad

En este tipo de actividad física tenemos: andar, pasear, jugar, actividades cotidianas domésticas, comprar, actividades laborales, actividades al aire libre, etc. Este tipo de actividad es muy recomendada para los niños en razón de que no existe un sentido competitivo, por cuanto todo su accionar está encaminado en actividades lúdicas. Se caracteriza por ser poco vigorosa y en un estado de mantenimiento.

b. La actividad física de alta intensidad

Esta actividad puede subdividirse, teniendo en cuenta las formas en la cual el músculo se transforma y obtiene la energía necesaria para su ejecución, la duración del ejercicio y la velocidad de recuperación en dos tipos: aeróbica y anaeróbica (láctica, aláctica).

La actividad física aeróbica: es aquella en la que energía se obtiene por vía aeróbica, por oxidación, y con la utilización del oxígeno. Además es de larga duración, los más conocidos son la marcha, carrera continua, montar bicicleta, nadar, bailar, etc.

La actividad física anaeróbica aláctica: es aquella en la que la energía se extrae de forma anaeróbica, enzimática, sin oxígeno. Son ejercicios que exigen que el organismo responda al máximo de su capacidad (la máxima fuerza y velocidad posibles) hasta extenuarse. Los ejercicios más utilizados son la carrera de 60 – 100 metros, etc., lo que llamamos velocidad pura.

La actividad física anaeróbica láctica: es de más larga duración, los ejercicios utilizados son las carreras de 200 – 400 – 800 metros etc.

c. Intensidad moderada de la actividad física

Se nota un incremento en la respiración y el ritmo cardiaco, en la cual se debería estar en la capacidad de mantener una conversación, dentro de los ejercicios más comunes de intensidad moderada tenemos:

- Caminata animada
- Baile

2.3.1.5 Práctica deportiva diaria

La práctica deportiva se constituye en una actividad de gran complejidad, puesto que se requiere de la preparación del deportista, aplicando leyes, principios y reglas, las cuales van a determinar la especificidad de los objetivos, por edades y etapas del desarrollo deportivo. Estas a su vez, proyectan la selección y uso efectivo de los medios métodos y procedimientos que garantizan la obtención de la forma deportiva, tanto individual, como grupal, en cada competencia fundamental. Partiendo de allí, el propósito de esta investigación es determinar el efecto que produce la actividad física en el rendimiento académico.

La práctica deportiva diaria, no es más que la capacidad física y mental que el deportista expone y pone a disposición de una disciplina deportiva y de su entrenador o de su yo, con todos los parámetros que conllevan el entrenamiento diario en beneficio de logros y metas.

2.3.2 Educación Física

2.3.2.1 Concepto

Según NAVARRO, F. (2008). Nos da un concepto claro y preciso acerca de la educación física como una disciplina que abarca todo lo relacionado con el uso del cuerpo. Visto desde el punto pedagógico, ayuda a la formación integral del ser humano. Con su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior. Además promueve el disfrute de la movilización corporal y se fomenta la participación en actividades caracterizadas por cometidos motores. De la misma manera se procura la convivencia, la amistad y el disfrute, así como el aprecio de las actividades propias de la comunidad.

Para lograr las metas propuestas es necesario contar con ciertas fuentes y medios que, dependiendo de su enfoque vaya variando su concepción y énfasis con el tiempo. Sin embargo, lo que es incuestionable, son las aportaciones que la práctica de la educación física ofrece a la sociedad: ya que contribuye al cuidado y preservación de la salud, al

fomento a la tolerancia y el respeto de los derechos humanos, la ocupación del tiempo libre, impulsa una vida activa en contra del sedentarismo, etc.

Los medios utilizados son la iniciación deportiva, el deporte educativo, la recreación, el juego motor, etc. Hoy en la actualidad la educación física es el desarrollo por competencias en el cual nos permite mejorar la adaptabilidad ante posibles situaciones, cambiantes en el medio y la realidad social y deportiva.

De esta manera, GONZÁLEZ, R. (2009). En su libro “La Motricidad: Aproximación Psicofisiológica”. Define que la educación física pretende desarrollar las siguientes competencias:

- El dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.
- La integración de la corporeidad
- Expresión y realización de desempeños motores sencillos y complejos

2.3.2.2 Historia

En época de la prehistoria, el hombre practicaba el ejercicio físico para buscar seguridad y sobrevivir, a través de la agilidad, fuerza, velocidad y energía. En la antigua Roma, la educación física era muy parecida a la Espartana, ya que el protagonista era el deportista. En Esparta se buscaba la combinación de hombre de acción con hombre sabio, programa educativo que más tarde se llamó Palestral. En la antigua Grecia, el fin de la educación física era formar hombres de acción.

Galeno fue el primero en proponer ejercicios específicos para cada parte del cuerpo y utilizar el pulso como medio para detectar los efectos del ejercicio físico.

En la época Visigoda, ya se practicaban deportes tales como: saltos, lanzamiento de jabalina, lucha y esgrima. La gimnasia moderna nació a principios del siglo XIX en Alemania y Suiza con deportes como: carreras, saltos y luchas al aire libre, natación, equilibrio, danza, esgrima, escalamiento y equitación.

En Inglaterra nació el fútbol, el rugby, el cricket y los deportes hípicas.

A fines del siglo XIX tienen su nacimiento los deportes de velocidad, tales como el automovilismo y el ciclismo, los cuales combinan la habilidad física con la eficiencia mecánica.

Hoy en la actualidad entendemos que la educación física se originó a través de las actividades físicas que el hombre trató de sistematizar en la antigüedad para mejorar su condición física para la guerra.

2.3.2.3 Medios Educativos

La educación física alcanza sus metas formativas valiéndose de medios o formas de trabajo determinadas. Algunas de ellas son el deporte educativo, el juego motor, la iniciación deportiva, etc.

Juego motor: visto desde un enfoque antropológico cultural el juego es entendido como una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene su fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de “ser de otro modo” que en la vida corriente.

En educación física se entiende el juego motor como una actividad lúdica (del latín ludos, diversión o entretenimiento), encaminada hacia la obtención de un propósito motor en una determinada situación motriz. De esta forma, encontramos diversos tipos de juegos: juegos naturales, juegos de reglas, juegos modificados, juegos cooperativos, etc. Cabe destacar que el juego no es sólo un medio educativo que permite el logro de los propósitos de la educación física, sino también contiene en sí mismo toda la riqueza y valor educativo de un fin de la educación física. Fuente: [http://efedeporte.com/actividad física/](http://efedeporte.com/actividad-fisica/)

Iniciación deportiva: Es un proceso de aprendizaje de un deporte teniendo en cuenta, en primer lugar a, la persona que aprende, como también a los objetivos que se pretenden alcanzar, con una estructura básica del deporte y la utilización correcta de la metodología.

Según NAVARRO, F. (2008). La motricidad inteligente parte de la enseñanza de la estrategia, para después pasar a la técnica. En la iniciación deportiva se adquieren los principios básicos de un deporte. Al llevar a cabo la iniciación deportiva se puede detectar el, desarrollo del pensamiento estratégico, la integración de la corporeidad, entre otras competencias educativas a desarrollar.

Deporte educativo: Vista desde el punto sociológico educativo se puede entender al deporte educativo como un medio para cumplir los objetivos socializadores, además de motivar las conductas motrices, etc., a condición de que se evite el carácter excluyente (sólo los buenos juegan) y se implemente un enfoque cooperativo en lugar del competitivo. El deporte, igual que los otros medios de la educación física, contribuye al logro de los propósitos educativos.

Las actividades de la Educación física la desarrollaban los profesores de manera voluntaria; estas actividades fueron incrementando y en el año 1912 en Alemania se nombraron los primeros profesores de la Educación Física luego en 1929 el Estado nombra el primer director general de la Educación Física y Deportes, aun no estaba complementada la formación de docentes para laborar en dicha área.

2.3.2.4 Educación física y salud

Uno de los principales objetivos generales de la educación física es lograr que se convierta en un hábito, por la adquisición de un estilo de vida activo y saludable. La Organización Mundial de la Salud (OMS), dentro de la Carta de Ottawa (1986), considera los estilos de vida saludables como componentes importantes de intervención para promover la salud en el marco de la vida cotidiana, dentro de los centros de enseñanza, de trabajo y de recreo.

Además pretende que toda persona tenga cuidados consigo mismo y hacia los demás, con la capacidad de tomar decisiones, de controlar su vida propia y asegurar que la sociedad ofrezca a todos la posibilidad de gozar de un buen estado de salud. Para impulsar la salud, la educación física tiene como propósitos fundamentales: además de ofrecer bases sólidas para la práctica de la actividad física durante toda su vida, desarrollar, fomentar la salud y bienestar de los estudiantes, dentro de un espacio para el

ocio y la convivencia social ayudando a prevenir y reducir los problemas de salud que puedan producirse en el futuro.

2.3.3 DEPORTE Y JUEGO

2.3.3.1 Definición

Tomado de la Fuente: [http://efedeporte.com/actividad física/](http://efedeporte.com/actividad_fisica/). El deporte es toda acción motriz o de juego relacionado con el movimiento corporal sea este individual o grupal apoyados por instrumentos o no, que contiene reglas, reglamentos y que serán administrados por instituciones que lo rigen

Enseñanza dentro del deporte definición: para NAVARRO, F. (2008). La enseñanza dentro del deporte es la formación definida de la acción motriz dentro de los deportes caracterizado por el deportista en la formación, el rendimiento deportivo y en su talento humano. En dependencia de la acción motriz propia y que no se ajusta a otros parámetros de posibles adversarios directos. En el caso de la actividad física y el deporte a la actividad física se le dice que está dentro de los deportes individuales.

- Deportes psicomotrices o individuales
- Deportes de oposición
- Deportes de cooperación
- Deportes de cooperación/oposición.

Para GONZÁLEZ, R. (2009). Si realizamos un repaso de la extensa gama de deportes individuales observamos que en cada uno de ellos tenemos elementos importantes diferenciadores en base a las características propias y de contenido específico.

De lo cual podríamos definir el deporte individual como: “La actividad física de carácter psicomotriz, en la que la incertidumbre en su realización sólo puede provenir del adversario directo o del medio en el que se desarrolla”.

O también como: “Todos aquellos deportes en los que participamos individualmente sin la presencia de compañeros ni adversarios que nos puedan perjudicar en la ejecución del gesto de manera intencionada”

2.3.3.2 Métodos de aprendizaje y práctica de los deportes

En este sentido se debería considerar dos vías o métodos de enseñanza aplicados, bien de forma alternativa o simultánea: por un lado, los métodos analíticos, y por otro los métodos sintéticos, los cuales representan dos formas diferenciadas de abordar el aprendizaje. Extraída de la Fuente: NAVARRO, F. (2008).

2.3.3.3 Principios Metodológicos

Existe una serie de principios metodológicos que inciden en el aprendizaje dentro de la técnica deportiva:

- Una técnica específica exige tomar medidas específicas.
- Una técnica específica debe ir precedida de preparativos específicos.

Además es preciso entrenar inmediatamente la técnica de movimiento que aporte la solución más racional para la tarea gestual impuesta, con el fin de evitar las dificultades de un aprendizaje ulterior. La identificación cognitiva en los detalles del movimiento se hace necesaria para el aprendizaje de una técnica deportiva y para su perfeccionamiento. Por lo tanto, se debe incluir en el proceso de entrenamiento la capacidad de observación y el conocimiento de la técnica en cuestión.

Dentro del proceso de aprendizaje técnico la rapidez en el cual se basa la función de la experiencia motriz acumulada; es decir, un entrenamiento previo en las técnicas fundamentales facilita el proceso de aprendizaje.

La necesidad de corregir con precisión el gesto técnico exige recurrir a procedimientos objetivos de control (videos,) etc.

2.3.3.4 Metodología.

La metodología está dada en función de cómo se realiza la enseñanza podríamos utilizar:

- Instrucción directa.

- Enseñanza mediante la búsqueda.

Los factores que intervienen en la enseñanza aplicada son:

- Las características del sujeto que aprende (físicas, coordinativas, intelectuales, motivación, etc.).
- La estructura o configuración de la actividad (espacio, tiempo, reglamento, táctica, etc.).

2.3.4 El Juego

NAVARRO, F. (2008). Define al juego como las actividades cuyo fin es la recreación de los participantes (denominados jugadores). Su práctica implica el respeto a las reglas que rigen la dinámica del juego. Existen juegos donde participa un jugador y otros grupales, donde intervienen equipos. Los juegos promueven el desarrollo de habilidades físicas, prácticas y psicológicas, mientras contribuyen al estímulo mental y físico. Por eso, además de proporcionar entretenimiento y diversión a los participantes, pueden cumplir con un rol educativo.

El deporte, en cambio, consiste en la realización de una actividad física, en donde también se respeta las reglas. La diferencia con los juegos es que, en el ámbito deportivo, siempre son de carácter competitivo. Por eso, los deportes suponen una competencia que siempre arroja un resultado. Aunque las capacidades físicas son muy importantes para la obtención de resultado óptimo al final, existen otros factores que inciden en el desarrollo del deporte, como el equipamiento del deportista (su vestimenta, instrumentos, etc.) y la fortaleza mental.

2.3.4.1 Características del juego

El juego es utilizado sobre todo por los niños como un instrumento facilitador de experiencias, de conocimientos y aprendizajes de varios tipos: motrices, cognoscitivos, emocionales, éticos, morales, culturales y sociales.

Características generales

El juego es de carácter universal, es decir, que las personas de todas las partes del mundo han jugado siempre. Muchos juegos se repiten en la mayoría de las sociedades, lo que cambia es su término.

Juego frente a la diversión

El juego es sinónimo de esparcimiento, recreo, diversión, alborozo, pero el niño también juega para descubrir, conocerse, conocer a los demás y a su entorno sea familiar o educativo.

Los juegos preparan al hombre para la vida adulta. Algunos son importantes para la supervivencia de la especie, por lo que se pueden considerar como juegos de tipo educativo.

- En el juego interviene la función simbólica: porque interviene en ellos la capacidad de hacer símbolos y signos además de anticipar situaciones para crear contextos, planificando las acciones venideras o interpretar la realidad.
- El juego favorece el proceso de culturización y surge de manera natural.
- El juego es indispensable en el desarrollo psicomotor, intelectual, afectivo y social, pues con él se aprende a respetar normas y a tener metas y lograr objetivos.

Características Específicas

- Saltar la cuerda, es un juego infantil. Es libre.
- Organiza las acciones de un modo propio y específico.
- Ayuda a conocer la realidad.

Para GONZÁLEZ, R. (2009). El juego debe estar a disposición del niño, para el cual no se debe dirigir ni imponer el juego. El juego dirigido no cumple con las características de juego, aunque el niño puede acabar haciéndolo suyo. Pero cuando es libre se dice que:

El juego permite al niño se mantenga diferenciado de las exigencias y limitaciones de la realidad externa.

- El juego siempre hace referencia implícita o explícita a las relaciones entre infancia, diversión y educación
- Explorar el mundo de los mayores sin estar ellos presentes.
- Interactuar con sus iguales.
- Funcionar de forma autónoma.

2.3.5 Cultura Física

2.3.5.1 Definición.

La Cultura Física, es una disciplina de tipo pedagógica en la cual está centrado el movimiento corporal que luego será desarrollado de manera integral y armónica las capacidades físicas, afectivas y cognitivas de las personas con la misión de mejorar la calidad de vida de las mismas en los diferentes aspectos de su entorno, familiar, social y productivo. Es decir, la cultura física se centra en el movimiento físico y puede empezar como una necesidad individual pero que no se puede reconocerle ni atribuirle una necesidad social además es más bien escolar y educativo.

Entonces, la cultura física, además de ser una actividad educativa podrá ser una actividad recreativa, social, competitiva y hasta terapéutica.

2.3.5.2 La cultura física en niños preescolares

ARNOLD Y MOZO (1990-2002). Señalan que de los conocimientos adquiridos anteriormente, es posible identificar y rescatar los puntos esenciales que debe contener un programa de trabajo dirigido a los niños de tres a cinco años, así como las acciones que debe llevar a cabo el docente para tener éxito durante el desarrollo del movimiento en el niño durante su paso por el nivel preescolar.

A continuación se detalla algunos aspectos que la cultura física presenta como ayuda al niño sobre varios aspectos.

- Reforzar la autoestima de los niños a través de sus esfuerzos y logros particulares y del estímulo constante por parte del docente que alienta el mejoramiento y la realización de nuevas actividades.

- Presencia de oportunidades para desarrollar las habilidades y destrezas motrices básicas.
- Las experiencias de movimiento deben enfatizar la exploración y la resolución de problemas para poner en práctica su creatividad.

2.4 CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE RENDIMIENTO ACADÉMICO

2.4.1 RENDIMIENTO ACADÉMICO

2.4.1.1 Definición

- Según BRUGGEMANN, Wolfgang. (1983), “El principio del rendimiento”, Alemania, Colección semestral Vol. 27, pp. 43-54. “El rendimiento académico se define en forma operativa y táctica afirmando que se puede comprender el rendimiento escolar previo como el número de veces que el estudiante ha repetido uno o más cursos”.
- Para ANDRADE, M. (2000).”Rendimiento académico”, Santiago, Revista de Psicología Educativa, Vol. 6, N. ° 2. La evaluación, un elemento educativo clave en la educación primaria. Se define al rendimiento como una capacidad correspondiente de éste frente a estímulos educativos, susceptible de ser interpretado según objetivos o propósitos educativos pre-establecidos.
- MURILLO, F.J. (2005). Define a “La investigación sobre la eficacia escolar”, Barcelona, Octaedro. El rendimiento académico puede ser entendido en relación con un grupo social que fija los niveles mínimos de aprobación ante un determinado cúmulo de conocimientos o aptitudes.
- BLOOM, B. (1977). Se basa en las “Características humanas y aprendizaje escolar”, Colombia: Voluntad Ediciones. Afirma que el rendimiento académico es el fin de todos los esfuerzos y todas las iniciativas escolares del maestro, de padres de los mismos alumnos; el valor de la escuela y el maestro se juzga por los conocimientos adquiridos por los alumnos.
- VILLEGAS, L. (1995), conceptualiza al rendimiento como la Calidad de Educación y eficacia de la escuela, Madrid, Ediciones Cide. El rendimiento académico como la expresión de capacidades y de características psicológicas de los estudiantes desarrollados y actualizados a través del proceso de enseñanza-aprendizaje posibilita

obtener a lo largo de un periodo un calificativo final, cuantitativo en la mayoría de los casos.

Comentario: El rendimiento académico no es más que el indicador del nivel de aprendizaje que logran alcanzar los estudiantes en el aula, interviniendo directamente dentro de un ambiente práctico y social, demostrando la calidad del maestro, el entorno familiar, la actitud hacia la asignatura, la inteligencia y la motivación.

En otras palabras, el rendimiento académico es una medida de las capacidades del alumno, que estará expresado por lo que ha aprendido a lo largo del proceso formativo educativo; además se supone la capacidad que tiene el alumno para responder a los estímulos educativos.

Existen distintos factores que afectan el rendimiento académico; desde la dificultad propia de algunas asignaturas, hasta la gran cantidad de exámenes que pueden coincidir en una fecha, pasando por la amplia extensión de ciertos programas educativos, llevando al alumno a mostrar un pobre rendimiento académico.

El rendimiento académico puede estar asociado a la subjetividad del docente cuando corrige ciertas materias, en especial aquellas que pertenecen a las ciencias sociales, generando distintas interpretaciones o explicaciones, que el profesor debe saber analizar en la corrección para determinar si el estudiante ha comprendido o no los conceptos.

2.4.1.2 Características del rendimiento académico

Al realizar un análisis comparativo de diversas definiciones del rendimiento académico, podríamos concluir que hay un doble punto de vista, estático y dinámico, en el cual se encierran al sujeto de la educación como ser social.

En general, el rendimiento académico es caracterizado del siguiente modo:

- a. El rendimiento en su aspecto dinámico está acorde al proceso de aprendizaje, como tal estará ligado a la capacidad y esfuerzo del alumno;
- b. En su aspecto estático comprende al producto del aprendizaje generado por el estudiante y que será expresado como una conducta de aprovechamiento;
- c. El rendimiento estará ligado a medidas de calidad y a juicios de valores.

- d. El rendimiento está considerado como un medio y no un fin en sí mismo
- e. El rendimiento está relacionado con propósitos de carácter ético que incluye expectativas económicas, para lo cual es necesario un tipo de rendimiento en función al modelo social vigente.

2.4.1.3 Procesos de Aprendizaje

Los procesos de aprendizaje no serán abordados en este estudio. Sobre la evaluación académica hay una variedad de postulados que pueden agruparse en dos categorías: aquellos dirigidos a la consecución de un valor numérico (u otro) y aquellos encaminados a propiciar la comprensión en términos de utilizar también la evaluación como parte del aprendizaje.

La caracterización directa con los procesos emitidos en esta investigación será necesarios para conceptualizar el rendimiento académico. Para ello debemos considerar dos aspectos básicos del rendimiento: el proceso de aprendizaje y la evaluación de dicho aprendizaje.

En el proceso de aprendizaje las calificaciones son las notas o expresiones cuantitativas o cualitativas con las que se valora o mide el nivel del rendimiento de los estudiantes, además las calificaciones reflejan el resultado de los exámenes o de la evaluación continua a que se ven sometidos los estudiantes. Medir o evaluar los rendimientos es una tarea compleja que exige del docente obrar con la máxima objetividad y precisión.

En el sistema educativo ecuatoriano, en especial en la educación básica, la mayor parte de las calificaciones se basan en el sistema decimal, es decir de 0 a 10.

El resultado del rendimiento será medido por, su habilidad y esfuerzo dichos resultados se deben a la capacidad cognitiva que le permite al alumno hacer una elaboración mental de las implicaciones causales que tiene el manejo de las autopercepciones de habilidad y esfuerzo.

Bajo este contexto los profesores valoran más el esfuerzo que la habilidad, en otras palabras, mientras un estudiante espera ser reconocido por su capacidad (lo cual resulta importante para su estima), en el salón de clases se reconoce su esfuerzo.

Para mejorar estas premisas debemos utilizar algunas las estrategias que pueden ser:

- Tener una participación mínima en el salón de clases (no se fracasa pero tampoco se sobresale).
- Demorar la realización de una tarea (el sujeto que estudia una noche antes del examen: en caso de fracaso, este se atribuye a la falta de tiempo y no de capacidad).
- No hacer ni el intento de realizar la tarea (el fracaso produce menos pena porque esto no es sinónimo de incapacidad).
- El sobreesfuerzo, el copiar en los exámenes y la preferencia de tareas muy difíciles (si se fracasa, no estuvo bajo el control del sujeto), o muy fáciles (de tal manera que aseguren el éxito).

El empleo desmedido de estas estrategias trae como consecuencia un deterioro en el aprendizaje, en el cual el estudiante está propenso a fracasar, resultando evidente que el rendimiento académico podría agotarse a través del estudio de las percepciones de los alumnos sobre los variables habilidad y esfuerzo.

La demanda de análisis y evaluación de otros factores permiten infiltrarnos más en el rendimiento académico como fenómeno de estudio, en forma descriptiva en la cual analizaremos las causas y efectos que se producen durante la evaluación individual y grupal de los estudiantes.

2.4.1.4 La investigación sobre el rendimiento académico.

Hoy en la actualidad existen diversas investigaciones que están direccionadas a encontrar explicaciones del bajo rendimiento académico, las cuales van desde estudios exploratorios, descriptivos y correlacionales hasta estudios explicativos; se hace necesario analizar diferentes materiales bibliográficos para sustentar la investigación de ésta naturaleza resultando enriquecedor; para lo cual vamos a citar algunas de ellas.

Según Bricklin y Bricklin (1988) realizaron investigaciones con alumnos de colegio elemental y encontraron que el grado de cooperación y la apariencia física son factores de influencia en los maestros para considerar a los alumnos como más inteligentes y mejores estudiantes y por ende afectar su rendimiento escolar.

Por otra parte, Maclure y Davies (1994), durante sus estudios sobre capacidad cognitiva en estudiantes, postulan que el desempeño retrasado (escolar) es sólo la capacidad cognitiva manifestada por el alumno en un momento dado, además no es una etiqueta para cualquier característica supuestamente estable o inmutable del potencial definitivo del individuo. Además concluyen que el funcionamiento cognitivo deficiente no está ligado a la cultura ni limitado al aula.

Para Glasser (1985). Señala que dentro de su trabajo realizado con jóvenes manifestaron conductas antisociales y que fracasaron en sus estudios pues expone: “no acepto la explicación del fracaso comúnmente reconocida ahora, de que esos jóvenes son producto de una situación social que les impide el éxito”.

Culpar del fracaso a sus hogares, sus localidades, su cultura, sus antecedentes, su raza o su pobreza, es impropio, por dos razones:

- Exime de responsabilidad personal por el fracaso.
- No reconoce que el éxito en la escuela es potencialmente accesible a todos los jóvenes.

2.4.2 Rendimiento Escolar

Es algo lógico y natural que deseemos para nuestros hijos un buen rendimiento escolar, mediante el estudio, cumpliendo con el objetivo de la preparación para la vida, mediante el desarrollo de habilidades del pensamiento, como una cultura personal, con ideas propias fruto de estructurar lo aprendido, debiendo reflexionar sobre algunos aspectos prácticos evitando cometer errores, que puedan conducir al fracaso escolar.

En base a los siguientes contenidos básicos en la formación educativa:

Estimular la voluntad por el estudio: Se ha evidenciado la necesidad de incluir en las escuelas ayudas de conferencias de formación para padres, sobre la necesidad de educar la voluntad de los niños mediante la creación de hábitos, debiendo buscar un término medio: vivir los horarios para el estudio, la disciplina de los padres y educadores, estableciendo pautas para cumplir con la responsabilidad de enseñar.

Valorar el esfuerzo, más que las calificaciones: En un mundo donde sólo se valora la eficacia y sobre todo los resultados, los padres tenemos el riesgo de hacer lo mismo con las calificaciones de los niños.

Ahora, que pasaremos del "progreso" a las clásicas notas, deberemos vigilar con mayor intensidad evitando las obsesiones con las calificaciones, valorando el esfuerzo que hacen nuestros hijos.

Estudiando se aprende a estudiar: Enseñar a estudiar y hacer que las criaturas y jóvenes tengan curiosidad intelectual y una instrucción o unos conocimientos, no para saberlo todo como una enciclopedia, sino para adquirir una cultura propia de la persona que piensa, reflexiona, asimila y se prepara para la vida.

Facilitar la concentración: es designar un espacio adecuado para el estudio de nuestros hijos debiendo ayudar en el control de su imaginación evitando poner a su alcance objetos que impidan su concentración.

En el Rendimiento académico además del nivel intelectual, variables de personalidad (extroversión, introversión, ansiedad) y motivacionales, influyen factores como el nivel de escolaridad, sexo, aptitud permiten al alumno demostrar sus capacidades cognitivas, conceptuales, actitudinales, procedimentales. (CORTEZ, Bohigas, Diccionario de las Ciencias de La Educación.)

2.4.3 Evaluación Educativa

La evaluación es un tema trascendental en el ámbito educativo, no porque se trate de un tema nuevo en absoluto, sino que administradores, educadores, padres, alumnos y toda la sociedad en su conjunto, son más conscientes de la importancia y las repercusiones del evaluar o ser evaluado, existiendo mayor consciencia de la necesidad de alcanzar la calidad educativa, de aprovechar adecuadamente los recursos, el tiempo, los esfuerzos, el nivel de competencia entre los individuos y las instituciones también es mayor.

La evaluación ocupa en la educación un lugar destacado, por la comprensión de los profesionales de la educación que en realidad prescriben y deciden el “que, como, porque y cuando enseñar”, contribuyendo mediante la evaluación un aprendizaje significativo conllevando a un aceptable rendimiento académico

En palabras de A. de la Orden (1989): "la evaluación, al prescribir los objetivos de la educación, determina, lo que los alumnos aprenden y como lo aprenden, que enseñan los profesores y como lo enseñan los contenidos y los métodos; es el producto y el proceso de la educación, de forma consciente o inconsciente, la actividad educativa de alumnos y profesores esta canalizada por la evaluación".

Factores han llevado a una "cultura de la evaluación" que no se limita a la escuela extendiéndose a las actividades sociales.

Concretamente, en nuestro país, la ampliación del ámbito educativo desde los resultados y procesos del aprendizaje de los estudiantes hasta el propio currículo en sus distintos niveles de concreción, la práctica docente, los centros, el sistema educativo en su conjunto, en los últimos años ha transformado el escenario para las prácticas evaluativas, que se desarrollan en todos los niveles.

Una evaluación es un examen escolar que permite calificar los conocimientos, las aptitudes y el rendimiento de los alumnos.

La acción y efecto de evaluar permite señalar, estimar, apreciar o calcular el valor de algo.

Es importante destacar que, a nivel académico, no existe una única forma de evaluar: todo depende de la finalidad perseguida y del fundamento teórico que se contextualice, pudiendo extenderse hacia las instituciones, el currículo, el profesorado y la totalidad del sistema educativo.

2.4.3.1 Paradigmas de evaluación.

Podrían mencionarse dos paradigmas de evaluación: el positivista, que se basa en una perspectiva cuantitativa, y el alternativo.

La evaluación psicopedagógica, es el proceso constante y sistemático a través del cual se analiza el grado de desarrollo del alumno y de las modificaciones que se producen en el como consecuencia del proceso educativo y de su interacción con el medio social, mencionándose que la evaluación de calidad, el proceso que realiza una organización para supervisar las actividades de control de eficacia.

Ámbitos de la evaluación.

Tradicionalmente, la evaluación se aplicó exclusivamente al rendimiento de los alumnos, a los contenidos, conceptos, hechos, principios, etc., adquiridos en los procesos de enseñanza.

A partir de los años sesenta, la evaluación se ha extendido a otros ámbitos educativos: actitudes, destrezas, materiales curriculares didácticos, la práctica docente, los centros escolares, el sistema educativo en su conjunto y la propia evaluación para alumnos, profesores, directivos e instituciones.

Evaluación/promoción.

La decisión de promoción es enfrentada por el profesor, desde las promociones formales (curso a curso) hasta las promociones diarias (de una tarea a otra, cuando se considera que se ha alcanzado un nivel de conocimientos suficiente).

Por tanto, la evaluación puede resultar un elemento estimulante para la educación en la medida en que pueda desembocar en decisiones de promoción positivas, siendo preciso que el sistema educativo sea público y coherente, ofreciendo una información precisa que permita alcanzar los objetivos previstos y una recuperación inmediata en el caso de fracaso, debiéndose utilizar procesos diagnósticos y terapéuticos.

2.4.3.2 Tipos de evaluación

Esta clasificación atiende a diferentes criterios, empleándose de acuerdo a la función o propósito de la evaluación, a los impulsores o ejecutores de la misma, a cada situación concreta, a los recursos con los que contamos, a los destinatarios del informe evaluador y a otros factores.

Según su finalidad y función

Función formativa: la evaluación se utiliza preferentemente como estrategia de mejora y para ajustar sobre la marcha, los procesos educativos de cara a conseguir las metas u objetivos previstos. Apropia para la evaluación de procesos, aunque también es formativa la evaluación de productos educativos, siempre que sus resultados se empleen para los mismos. Suele identificarse con la evaluación continua.

Función sumativa suele aplicarse en la evaluación de productos, es hacer del mismo posteriormente.

Según su extensión

Evaluación global: pretende abarcar todos los componentes o dimensiones de los alumnos, del centro educativo, del programa; considerándose a la evaluación de un modo holístico, como una totalidad interactuante.

Evaluación parcial: pretende el estudio o valoración de determinados componentes o dimensiones de un centro, de un programa educativo, de rendimiento de un alumno, etc.

Según los agentes evaluadores.

Evaluación interna: llevada a cabo y promovida por los propios integrantes de un centro, un programa educativo.

Ofrece diversas alternativas de realización:

- Autoevaluación: los evaluadores evalúan su propio trabajo (un alumno su rendimiento, un centro o programa su propio funcionamiento, etc.).

Los roles de evaluador y evaluado coinciden en las mismas personas.

- Hetero-evaluación: evalúan una actividad, objeto o producto, evaluadores distintos a las personas evaluadas (el Consejo Escolar al Claustro de profesores, un profesor a sus alumnos, etc.)
- Coe-valoración: es aquella en la que unos sujetos o grupos se evalúan mutuamente (alumnos y profesores mutuamente, unos y otros equipos docentes, el equipo directivo al Consejo Escolar y viceversa).

Evaluación externa: se da cuando agentes no integrantes de un centro escolar o de un programa evalúan su funcionamiento. Suele ser el caso de la "evaluación de expertos".

Estos evaluadores pueden ser inspectores de evaluación, miembros de la Administración, investigadores, equipos de apoyo a la escuela, etc.

Estos dos tipos de evaluación son necesarios y se complementan mutuamente.

En el caso de la evaluación de centro, se están extendiendo la figura del "asesor externo", que permite que el propio centro o programa se evalúe así mismo, ofreciendo su asesoría técnica y cierta objetividad al no implicarse en la vida del centro.

Según el momento de aplicación

Evaluación inicial: se realiza al comienzo del curso académico, de la implantación de un programa educativo, del funcionamiento de una institución escolar, etc. Consiste en la recogida de datos en la situación de partida, es imprescindible para iniciar cualquier cambio educativo, para decidir los objetivos que se pueden conseguir valorando al final de un proceso los resultados.

Evaluación procesual: consiste en la valoración a través de la recogida continua y sistemática de datos, del funcionamiento de un centro, de un programa educativo, del proceso de aprendizaje de un alumno, de la eficacia de un profesor, etc. a lo largo del periodo de tiempo fijado para la consecución de metas u objetivos. Es trascendental dentro de una concepción formativa, permite tomar decisiones de mejora sobre la marcha.

Evaluación final: consiste en la recogida y valoración de datos al finalizar un periodo de tiempo previsto para la realización de un aprendizaje, un programa, un trabajo, un curso escolar, etc. o para la consecución de unos objetivos.

2.4.4 Psicología Educativa

La psicología educativa (o psicología educacional) es una rama de la psicología que esta dedica al estudio del aprendizaje y enseñanza humana dentro de los centros educativos; está comprendido por el análisis de las formas de aprender y de enseñar, la efectividad de las intervenciones educativas con el objeto de mejorar el proceso, la aplicación de la psicología a esos fines y la aplicación de los principios de la psicología social en aquellas organizaciones cuyo fin es instruir.

La psicología educacional estudia cómo los estudiantes aprenden, a veces focalizando la atención en subgrupos tales como niños superdotados o aquellos sujetos que padecen de alguna discapacidad específica.

La corriente que en la actualidad recibe mayor aceptación considera a la psicología educativa como una disciplina independiente, con sus propias teorías, métodos de investigación, problemas y técnicas, pudiendo ser en parte entendida por medio de su relación con otras disciplinas y encontrándose fuertemente ligada a la psicología, siendo esta relación análogamente comparable a la existente entre la medicina y la biología, o la ingeniería y la física.

2.5 HIPÓTESIS

La Actividad Física incide en el Rendimiento Académico de los niños y niñas del Séptimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón del cantón Riobamba provincia de Chimborazo.

Ho. La Actividad Física no incide en el Rendimiento Académico de los niños y niñas del Séptimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón del cantón Riobamba provincia de Chimborazo.

2.6 VARIABLES

Variable Independiente

La Actividad Física

Variable Dependiente

Rendimiento Académico.

2.7. OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES

Tabla 1 Operacionalización de las variables

VARIABLES	DEFINICIÓN	CATEGORÍAS	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
V.I Actividad Física	Es la formación definida de la acción motriz dentro de los deportes y el juego, se caracteriza porque la persona está solo en la formación, el rendimiento físico-mental, la iniciación deportiva y talento humano Su dependencia en la acción motriz es propia y no se ajusta a otros parámetros de posibles adversarios directos.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Acción motriz ❖ Juego ❖ Deportes ❖ Talento humano 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Movimiento ❖ Oposición y cooperación ❖ Individuales y grupales ❖ Físico Mental ❖ Deseo de ser mejor 	<p>¿Realiza actividad Física Programada?</p> <p>¿Realiza actividades extra curriculares?</p> <p>¿Asiste a clubes o programas deportivos de carácter público o privado?</p>	<p>TÉCNICA</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Encuesta <p>INSTRUMENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Cuestionario
V.D Rendimiento Académico	El rendimiento académico no es más que el indicador del nivel de aprendizaje que logran alcanzar los estudiantes en el aula, interviniendo directamente dentro de un ambiente práctico y social, demostrando la calidad del maestro, el entorno familiar, la actitud hacia la asignatura, la inteligencia y la motivación.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Nivel de aprendizaje ❖ Ambiente practico-social ❖ Actitud Inteligencia Motivación 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Maestro-alumno ❖ La familia ❖ Institución educativa 		

Fuente: Operacionalización de las variables

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

2.8. DEFINICIONES DE TÉRMINOS BÁSICOS

- **LA ACTIVIDAD FÍSICA:** Es la formación definida de la acción motriz dentro de los deportes y el juego, se caracteriza porque la persona está solo en la formación, el rendimiento físico-mental, la iniciación deportiva y talento humano Su dependencia en la acción motriz es propia y no se ajusta a otros parámetros de posibles adversarios directos.
- **EDUCACION FISICA:** La educación física es la disciplina que abarca todo lo relacionado con el uso del cuerpo, vista desde el punto pedagógico ayuda a la formación integral del ser humano.
Con la práctica se impulsa los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior, de igual manera se promueve el disfrute de la movilización corporal y se fomenta la participación en actividades caracterizadas por los movimientos motores. De la misma manera se procura la convivencia, la amistad y el disfrute, así como el aprecio de las actividades propias de la comunidad.
- **CULTURA FÍSICA:** Cultura Física es una disciplina de tipo pedagógica que se centra en el movimiento corporal para luego desarrollar de manera integral y armónica las capacidades físicas, afectivas y cognitivas de las personas con la misión de mejorar la calidad de vida de las mismas en los diferentes aspectos de esta, familiar, social y productivo.
Es decir, la cultura física se centra en lo cultural del movimiento físico como una necesidad individual pero no se puede reconocerle y atribuirle una necesidad social pues es más bien de orden escolar y educativo.
- **RENDIMIENTO ACADEMICO:** El rendimiento académico no es más que el indicador del nivel de aprendizaje que logran alcanzar los estudiantes en el aula, interviniendo directamente dentro de un ambiente práctico y social, demostrando la calidad del maestro, el entorno familiar, la actitud hacia la asignatura, la inteligencia y la motivación.

- **RENDIMIENTO ESCOLAR:** Es algo lógico y natural que deseemos para nuestros hijos un buen rendimiento escolar, mediante el estudio, cumpliendo con el objetivo de la preparación para la vida, mediante el desarrollo de habilidades del pensamiento, como una cultura personal, con ideas propias fruto de estructurar lo aprendido, debiendo reflexionar sobre algunos aspectos prácticos evitando cometer errores, que puedan conducir al fracaso escolar.
- **EVALUACIÓN EDUCATIVA:** La evaluación es un tema trascendental en el ámbito educativo, no porque se trate de un tema nuevo en absoluto, sino que administradores, educadores, padres, alumnos y toda la sociedad en su conjunto, son más conscientes de la importancia y las repercusiones del evaluar o ser evaluado, existiendo mayor consciencia de la necesidad de alcanzar la calidad educativa, de aprovechar adecuadamente los recursos, el tiempo, los esfuerzos, el nivel de competencia entre los individuos y las instituciones también es mayor.
- **PSICOLOGIA EDUCATIVA:** La psicología educativa (o psicología educacional) es una rama de la psicología que esta dedica al estudio del aprendizaje y enseñanza humana dentro de los centros educativos; está comprendido por el análisis de las formas de aprender y de enseñar, la efectividad de las intervenciones educativas con el objeto de mejorar el proceso, la aplicación de la psicología a esos fines y la aplicación de los principios de la psicología social en aquellas organizaciones cuyo fin es instruir.

CAPITULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Investigación Bibliográfica

La base de la investigación constara de un análisis teórico y conceptual a veces práctico y de experiencias hasta la elaboración de un informe o propuesta sobre el material registrado, ya se trate de obras, material inédito, investigaciones anteriores, documentos legales e inclusive material filmado o grabado, así como libros, textos, folletos informativos y otros, que me permitan sustentar bibliográficamente las variables de estudio en el presente caso sobre la Actividad Física y el Rendimiento Académico de los niños y niñas de séptimo año de E.G.B de la unidad educativa Miguel Ángel León Pontón.

Investigación de Campo

En mi investigación he de comprender y resolver el problema de la Actividad Física en el Rendimiento Académico de los niños y niñas de séptimo año de E.G.B en un contexto determinado.

Para la investigación se trabajara en un ambiente natural, laboral y social en que conviven diariamente los niños y niñas dentro de la unidad educativa.

3.2 NIVEL DE LA INVESTIGACIÓN

Experimental

En cuanto al nivel, la investigación experimental es netamente explicativa, por cuanto su propósito es demostrar que los cambios en la variable dependiente en este caso el Rendimiento Académico fue causado por la variable independiente que es la Actividad Física pretendiéndose establecer con precisión una relación causa-efecto. Para su desarrollo se utilizara los test inicial y final.

Descriptivo

La investigación es de tipo descriptivo porque permitió tener predicciones rudimentarias que requirió de conocimientos suficientes para comparar entre dos o más fenómenos, situaciones o estructuras, y clasificar elementos y modelos de comportamientos según ciertos criterios.

Explicativo

Esta investigación será de carácter explicativo porque nos conduce a la formulación de leyes en un estudio altamente estructurado que nos permite detectar los factores determinados de ciertos comportamientos.

Asociación de variables

En esta investigación se establecerá la relación de la variable independiente con la variable dependiente. Teniendo como principal propósito, conocer el comportamiento de una variable con respecto de la otra, permitiéndonos evaluar el grado de relación e influencia que tienen.

3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

Tomando en cuenta que el tema de investigación planteado encierra gran importancia, por cuanto refleja la situación actual, trabajaremos con un número moderado que facilitará nuestra investigación y a continuación lo detallamos

Tabla 2 Población y muestra

POBLACION	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Estudiantes de la unidad educativa Miguel Ángel León Pontón	68	100.00%
TOTAL:	100	100%

Fuente: Población y Muestra de la Unidad Educativa “Miguel Ángel León Pontón “

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

TECNICA

Observación directa.- Será utilizada con mayor importancia porque se realizará un trabajo de campo continuo para determinar las influencias que intervienen en este fenómeno.

INSTRUMENTO

Encuesta.- Se realizará a los estudiantes de séptimo año de E.G.B de la unidad educativa Miguel Ángel León Pontón.

Tabla 3 Preguntas Básicas y Explicación

Preguntas Básicas	Explicación
1.- ¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de investigación.
2.- ¿De qué personas u objetos?	Estudiantes de séptimo año de E.G.B.
3.- ¿Sobre qué aspectos?	La Actividad Física en el Rendimiento Académico
4.- ¿Quién? ¿Quiénes?	El investigador y los estudiantes
5.- ¿Cuándo?	En el año 2016
6.- ¿Dónde?	Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón
7.- ¿Cuántas veces?	Dos veces a la semana
8.- ¿Con qué?	Encuestas, las notas de 1er Parcial y segundo parcial
9.- ¿En qué situación?	En casos de práctica de la Actividad Física en el Rendimiento Académico

Fuente: Preguntas Básicas Y Explicación

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

3.5 TÉCNICA PARA PROCESAMIENTO E INTERPRETACIÓN DE DATOS

Una vez culminada la etapa de recopilación de la información, los datos deberán ser procesados, analizados e interpretados estadísticamente utilizando la hoja de cálculo del programa Excel; se colocará la pregunta, a continuación la tabla, el gráfico puede ser presentado en barras, en porcentajes, gráficos en forma de barras, posteriormente el análisis e interpretación de los datos en lo posible contrastándolo con ciertos autores

“El propósito del análisis es aplicar un conjunto de estrategias y técnicas que le permiten al investigador obtener el conocimiento que estaba buscando, a partir del adecuado tratamiento de los datos recogidos.” (Hurtado, 2000:181).

El procedimiento para el procesamiento de los datos y presentarlos de manera tal de realizar los análisis correspondientes, fue el siguiente:

1. Categorización analítica de los datos.
2. Calificación y tabulación de los datos.
3. Análisis e integración de los datos.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

5.1. RESULTADOS DE LA ENCUESTA

Encuesta aplicada para determinar el tipo de Actividad Física y el tiempo que dedican para su práctica los estudiantes del Séptimo Año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón.

Para determinar estos parámetros se empleó la metodología propuesta en la investigación, aplicando la encuesta que nos permitió determinar el tipo de actividades físicas que se realizan tanto en el periodo curricular como extracurricular y el tiempo que se dedica para su práctica, lo que podemos evidenciar en los siguientes puntos.

1. Resultados de la pregunta sobre las actividades de Educación Física programadas del currículo en la Unidad Educativa a la que pertenece y el tiempo que se dedica para su práctica.

Las respuestas de los 68 estudiantes encuestados en base a esta pregunta los podemos evidenciar en la tabla № 6

Tabla 6 Actividades de Educación Física programadas del currículo y su tiempo destinado.

Nº	P – 1	T – S	Nº	P – 1	T – S	Nº	P – 1	T – S
1	1	275	25	1	275	49	1	275
2	1	275	26	1	275	50	1	275
3	1	275	27	1	275	51	1	275
4	1	275	28	1	275	52	1	275
5	1	275	29	1	275	53	1	275
6	1	275	30	1	275	54	1	275
7	1	275	31	1	275	55	1	275
8	1	275	32	1	275	56	1	275
9	1	275	33	1	275	57	1	275
10	1	275	34	1	275	58	1	275
11	1	275	35	1	275	59	1	275
12	1	275	36	1	275	60	1	275
13	1	275	37	1	275	61	1	275
14	1	275	38	1	275	62	1	275
15	1	275	39	1	275	63	1	275
16	1	275	40	1	275	64	1	275
17	1	275	41	1	275	65	1	275
18	1	275	42	1	275	66	1	275
19	1	275	43	1	275	67	1	275
20	1	275	44	1	275	68	1	275
21	1	275	45	1	275	TOTAL	68	18700
22	1	275	46	1	275			
23	1	275	47	1	275	%-M	100%	275
24	1	275	48	1	275			

Fuente: Encuesta aplicada para determinar el tipo de Actividad Física y el tiempo que dedican para su práctica.

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

Análisis y discusión.

Como se puede observar en la tabla anterior la respuesta de todos los encuestados acerca de la práctica de actividades de Educación Física programadas del currículo y su tiempo destinado fue uniforme ya que todos cumplen con el currículo de Educación Física planificado, que nos indica que esta asignatura se debe recibir 5 días a la semana con una duración de 55 minutos diarios, identificando que el 100% de la muestra realiza Educación Física con un tiempo promedio de 275 minutos semanales.

2. Resultados de la pregunta sobre la práctica de actividades físicas extracurriculares y el tiempo que se dedica para su práctica.

Las respuestas de los 68 estudiantes encuestados en base a esta pregunta los podemos evidenciar en la tabla N° 7

Tabla 7 Actividades físicas extracurriculares y su tiempo destinado.

Nº	P – 1	T – S	Nº	P – 1	T – S	Nº	P – 1	T – S
1	1	30	25	0	0	49	0	0
2	0	0	26	1	60	50	0	0
3	1	60	27	0	0	51	0	0
4	0	0	28	1	60	52	1	60
5	1	90	29	0	0	53	0	0
6	1	120	30	1	60	54	0	0
7	0	0	31	1	60	55	1	90
8	1	90	32	0	0	56	1	60
9	1	60	33	1	120	57	1	90
10	0	0	34	0	0	58	0	0
11	0	0	35	0	0	59	1	90
12	1	120	36	1	90	60	0	0
13	0	0	37	0	0	61	0	0
14	1	60	38	0	0	62	1	60
15	1	90	39	1	60	63	1	60
16	0	0	40	0	0	64	0	0
17	1	120	41	0	0	65	0	0
18	1	60	42	0	0	66	1	120
19	0	0	43	1	90	67	1	90
20	1	60	44	0	0	68	0	0
21	0	0	45	1	60	TOTAL	34	2610
22	1	60	46	0	0			
23	1	60	47	0	0	%-M	50%	76,8
24	1	60	48	1	90			

Fuente: Encuesta aplicada para determinar el tipo de Actividad Física y el tiempo que dedican para su práctica.

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

Análisis y discusión.

Como se puede observar en la tabla anterior a la pregunta acerca de si se practica o no actividad física planificada extracurricularmente en la Unidad Educativa se pudo

determinar que solo el 50% de los 68 encuestados asistían a estas actividades con una media de 76,8 minutos semanales destinados para la práctica.

3. Resultados de la pregunta acerca de la asistencia a clubes o programas deportivos de carácter privado o público y su tiempo destinado para su práctica.

La respuesta de los 68 estudiantes encuestados en base a esta pregunta los podemos evidenciar en la tabla N° 8

Tabla 8 Clubes o programas deportivos de carácter privado o público y su tiempo destinado.

Nº	P - 1	T - S	Nº	P - 1	T - S	Nº	P - 1	T - S
1	0	0	25	0	0	49	0	0
2	0	0	26	1	90	50	0	0
3	0	0	27	0	0	51	0	0
4	1	60	28	0	0	52	0	0
5	0	0	29	0	0	53	0	0
6	1	120	30	0	0	54	1	60
7	1	90	31	0	0	55	0	0
8	0	0	32	1	90	56	1	120
9	0	0	33	0	0	57	0	0
10	0	0	34	1	60	58	0	0
11	1	60	35	0	0	59	0	0
12	0	0	36	0	0	60	0	0
13	0	0	37	0	0	61	0	0
14	1	90	38	0	0	62	0	0
15	0	0	39	0	0	63	0	0
16	0	0	40	1	120	64	0	0
17	0	0	41	1	90	65	0	0
18	0	0	42	1	90	66	1	60
19	1	120	43	0	0	67	1	90
20	1	120	44	0	0	68	1	90
21	0	0	45	0	0	TOTAL	19	1710
22	0	0	46	0	0			
23	0	0	47	0	0	%-M	28%	61,1
24	0	0	48	1	90			

Fuente: Encuesta aplicada para determinar el tipo de Actividad Física y el tiempo que dedican para su práctica.

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

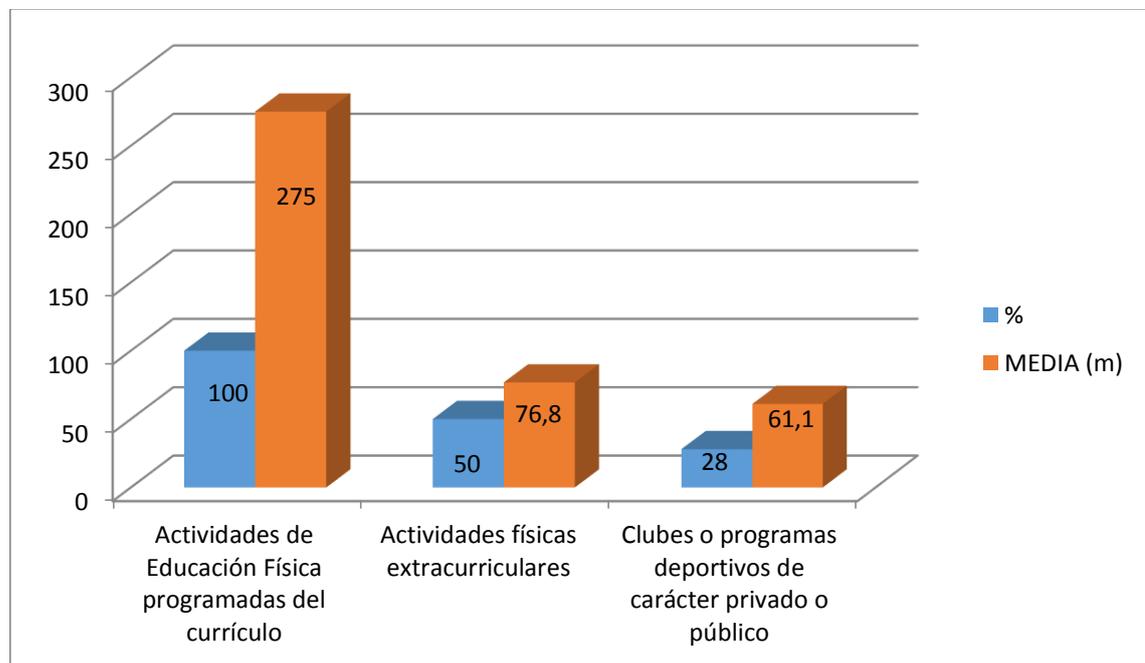
Análisis y discusión.

Como se puede observar en la tabla anterior en respuesta a la pregunta acerca de si asisten o no los estudiantes a clubes o programas deportivos de carácter privado o público y su tiempo destinado para esta actividad solo un 28% lo hace con una media de 61,1 minutos semanales para estas actividades.

4. Resultados de la interrelación entre el tipo de actividades que los estudiantes realizan y el tiempo medio destinado para su práctica.

Después de hacer un análisis individual a las respuestas a cada una de las preguntas se puede identificar en el gráfico N° 1 los resultados que arrojó la interrelación.

Gráfico 1 Interrelación entre el tipo de actividades que se realizan y el tiempo medio destinado para su práctica.



Fuente: Encuesta aplicada para determinar el tipo de Actividad Física y el tiempo que dedican para su práctica.

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

Análisis y discusión.

Como se puede observar en el gráfico anterior el 100% de los encuestados (n=68), practican actividad física de manera obligatoria al cumplir con el currículo de Educación Física planificado para este año de Educación General Básica, con una media de 275 minutos semanales para su práctica, pero solo el 50% de esta muestra indico que

realiza actividades de carácter físico de manera extracurricular en la misma Unidad Educativa, con una media de 76,8 minutos semanales y solo un 28% asiste a clubes o programas de carácter privado o público para realizar actividades deportivas con una media de 61,1 minutos semanales, evidenciando que extracurricularmente ya sea planificado por la Unidad Educativa o fuera de ella la práctica de la actividad física es insuficiente.

5. Resultado del análisis de los parámetros investigados en el periodo antes de la investigación (AI).

Después de la identificación de los tipos de actividades físicas y el tiempo que los estudiantes dedican para la práctica de los mismo se determinó los grupos en intervención tal y como se propuso en la metodología, identificado claramente un grupo de control GC (Tabla №.8.) y un grupo experimental GE (Tabla № 9) con características similares, pero con una planificación a ser sometidos a diferentes programas de intervención. Como base de análisis del rendimiento académico RA en el periodo antes de la investigación para ambos grupos se tomó en las notas obtenidas en el primer parcial en el mes de febrero del año 2016.

Tabla 4 Grupo de control GC y sus características.

Nº	RA-AI	T-AFC	T-AFEC	T-CPDPP	Nº	RA-AI	T-AFC	T-AFEC	T-CPDPP
1	8,37	275	0	0	19	8,13	275	0	120
2	8,42	275	90	0	20	8,92	275	60	120
3	8,27	275	0	0	21	7,65	275	0	0
4	7,87	275	0	60	22	8,18	275	60	0
5	8,37	275	60	0	23	8,67	275	60	0
6	8,14	275	0	120	24	7,91	275	60	0
7	8,33	275	0	0	25	8,18	275	0	0
8	7,78	275	0	0	26	7,62	275	60	90
9	8,02	275	90	0	27	8,74	275	0	0
10	8,93	275	0	0	28	8,78	275	60	0
11	8,32	275	0	60	29	9,35	275	0	0
12	9,18	275	120	0	30	8,79	275	60	0
13	8,21	275	0	0	31	8,78	275	60	0
14	8,8	275	60	90	32	8,7	275	0	90
15	8,85	275	90	0	33	8,84	275	120	0
16	8,98	275	0	0	34	8,54	275	0	0
17	8,59	275	120	0			9350	1290	750
18	8,54	275	60	0	M	8,46	275	37,9	22,1

Fuente: Grupo de control, características antes de la investigación.

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

Análisis y discusión.

Para la conformación del grupo de control se seleccionó a 34 de los 68 estudiantes que conformaron la muestra, las características que se determinaron fueron: tiempo dedicado a la actividad física curricular, tiempo dedicado a la actividad física extracurricular, tiempo dedicado a los clubs o programas deportivos y el parámetro de rendimiento académico. El grupo presento una medio de RA de 8,46 /10, el T-AFC que es obligatoria para todo fue de 275 minutos semanales, el T-AFEC fue de 37,9 minutos semanales y el T-CDPD fue de 22,1 minutos semanales.

Tabla 5 Grupo de Experimental GE y sus características.

Nº	RA-AI	TSAFC	TSAFEC	TSCPDPP	Nº	RA-AI	TSAFC	TSAFEC	TSCPDPP
1	7,12	1	275	30	19	7,3	19	275	0
2	8,21	2	275	0	20	8,2	20	275	0
3	9,33	3	275	60	21	7,87	21	275	90
4	8,13	4	275	0	22	7,56	22	275	60
5	7,49	5	275	90	23	7,89	23	275	90
6	7,51	6	275	120	24	7,76	24	275	0
7	9,36	7	275	90	25	7,32	25	275	90
8	8,39	8	275	90	26	7,46	26	275	0
9	8,77	9	275	60	27	8,57	27	275	0
10	9,02	10	275	0	28	9,33	28	275	60
11	7,45	11	275	60	29	9,55	29	275	60
12	8,23	12	275	0	30	7,81	30	275	0
13	7,54	13	275	0	31	9,22	31	275	0
14	8,12	14	275	90	32	7,93	32	275	120
15	8,57	15	275	0	33	8,6	33	275	90
16	8,5	16	275	0	34	9,11	34	275	0
17	9,11	17	275	0	M	8,29	9350	1410	780
18	9,37	18	275	60			275	41,5	22,9

Fuente: Grupo experimental, características antes de la investigación.

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

Análisis y discusión.

Para la conformación del grupo experimental se seleccionó a los 34 de los 68 estudiantes restantes que conformaron la muestra, de igual manera las características que se determinaron fueron: tiempo dedicado a la actividad física curricular, tiempo dedicado a la actividad física extracurricular, tiempo dedicado a los clubs o programas deportivos y el parámetro de rendimiento académico. El grupo presento una media de RA de 8,29 /10, el T-AFC que es obligatoria para todo fue de 275 minutos semanales, el T-AFEC fue de 41,5 minutos semanales y el T-CDPD fue de 22,9 minutos semanales, evidenciando que las características entre ambos grupos no tiene una gran diferencia.

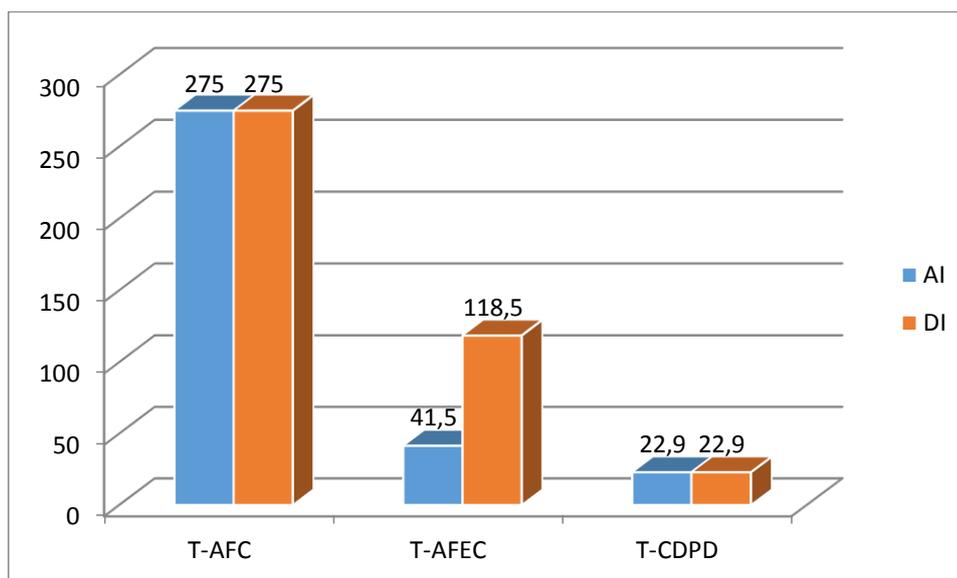
6. Análisis de los resultados obtenidos en el periodo DI y su interrelación con los resultados en el periodo AI.

Después del proceso de investigación se procedió a analizar los resultados individualmente como se describió en la metodología y en conjunto entre ambos grupos, tomando en cuenta las variaciones que se produjeron en los parámetros de tiempo de práctica de la actividad física y las variaciones del RA.

7. Análisis de los resultados de variación de la práctica de la actividad física en relación a la intervención planteada.

En el proceso de investigación se planteó como metodología después de tomar los datos iniciales en relación al tiempo que cada grupo dedicaba para la práctica de la actividad física ya sea curricular, extracurricular o en clubs o programas deportivos, que el grupo de control no se sometería a ninguna intervención y es por eso que el tiempo que se determinó al inicio de la investigación no tubo variación alguna, mientras que para el grupo de control se planteó la intervención basada en la propuesta de un programa extracurricular de 160 minutos semanales con el desarrollo de actividades físicas deportivas y recreativas, tal y como se puede observar en el gráfico N° 2

Gráfico 2 Variaciones en el tiempo dedicado a la práctica de la actividad física durante la intervención.



Fuente: Variación de parámetros investigados en GE en relación T-AF durante la intervención.

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

Análisis y discusión.

Como ya se detalló anteriormente, al GE se le sometió a una intervención basada en la propuesta planteada para los cual se debió aumentar un tiempo de 160 minutos de clases extracurriculares, es así que en el gráfico anterior se puede observar que en los parámetro T-AFC y T-CDPD no hubo variación alguna, pero en el parámetro T-AFEC hubo un aumento de 77 minutos semanales, ya que se niveló el número de horas que individualmente presentaba en el periodo AI individualmente cada integrante del grupo.

8. Resultado de la variable de RA en el periodo DI en los grupos que intervinieron en la investigación.

En el periodo después de la investigación se tomó en cuenta como variable de RA a las notas obtenidas en el segundo parcial en el mes de junio tanto para el GC como para el GE.

9. Resultados de la variable de rendimiento académico en el periodo después de la investigación (DI) en el grupo de control (GC).

Para este grupo se tomaron como resultados del proceso de intervención después de la investigación las notas del segundo parcial y que se pueden observar en la tabla N° 11

Tabla 6 Rendimiento académico (RA) en el grupo de control en el periodo después de la investigación.

Nº	Notas del segundo parcial (RA)	Nº	Notas del segundo parcial (RA)	Nº	Notas del segundo parcial (RA)
1	8,3	13	8,31	25	8,34
2	8,4	14	8,92	26	7,42
3	8,3	15	8,84	27	9,3
4	8,45	16	9	28	8,7
5	8,39	17	8,24	29	9,44
6	9,15	18	8,44	30	8,85
7	8,3	19	8,33	31	8,62
8	8,01	20	9,11	32	8,76
9	8	21	7,6	33	8,6
10	9,18	22	8,91	34	8,6
11	8,35	23	8,57	M	8,55/10
12	9,13	24	7,81		

Fuente: Notas del segundo parcial de los estudiantes de GC en el periodo DI.

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

Análisis y discusión.

Como se puede observar en la tabla N° 10 los resultados de RA para este grupo representan las calificaciones del segundo parcial de estudios que fueron tomadas como referencia después de la intervención realizada en base a la propuesta en estudio, la nota más baja del grupo representa 7,42/10 y la más alta 9,44/10 obteniendo una media total del grupo GC igual a 8,55 / 10.

10. Resultados de la variable de rendimiento académico en el periodo después de la investigación (DI) en el (GE).

Para este grupo de igual manera se tomaron como resultados del proceso de intervención después de la investigación las notas del segundo parcial y que se pueden observar en la tabla N° 12

Tabla 7 Rendimiento académico (RA) en el grupo experimental en el periodo después de la investigación.

Nº	Notas del segundo parcial (RA)	Nº	Notas del segundo parcial (RA)	Nº	Notas del segundo parcial (RA)
1	7,86	13	8,19	25	7,45
2	8,41	14	8,3	26	7,46
3	9,4	15	9,33	27	8,37
4	8,43	16	8,4	28	9,6
5	7,67	17	9,39	29	9,4
6	7,8	18	9,6	30	9,81
7	9,36	19	7,34	31	9,4
8	8,2	20	8,43	32	8,75
9	8,9	21	9,72	33	8,67
10	10	22	7,9	34	9,3
11	7,45	23	7,89	M	8,63/10
12	8,45	24	8,7		

Fuente: Notas del segundo parcial de los estudiantes de GE en el periodo DI.

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

Análisis y discusión.

Como se puede observar en la tabla Nº11 los resultados de RA para este grupo representan las calificaciones del segundo parcial de estudios al igual que GC, la nota más baja del grupo representa 7,34/10 y la más alta 9,81/10 obteniendo una media total del grupo GE igual a 8,63 / 10, es decir 0,08 puntos a favor en relación al grupo de control.

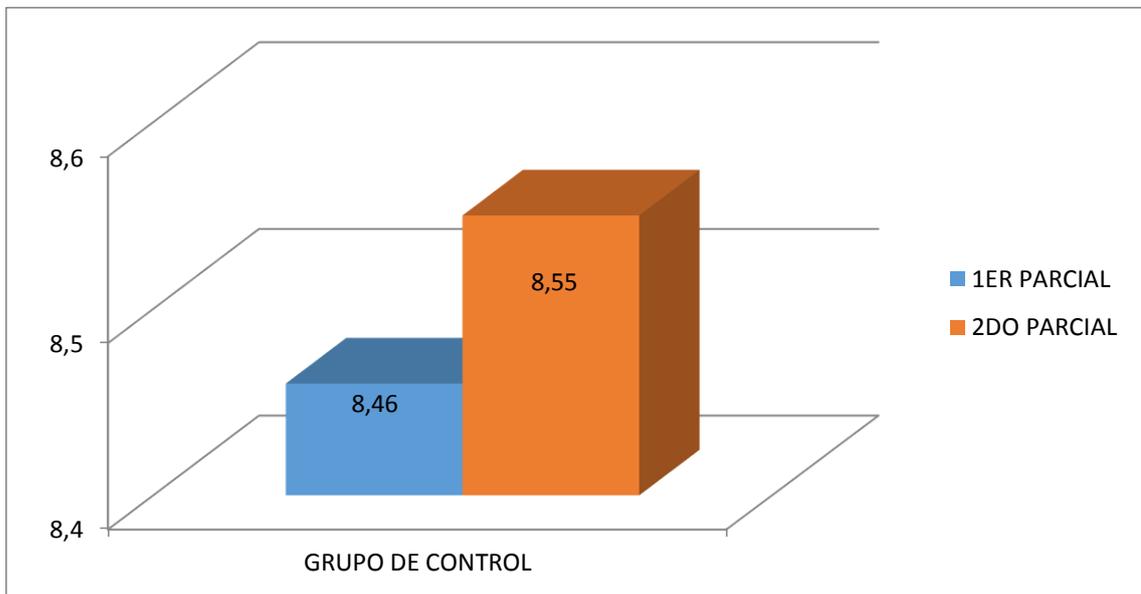
11. Interrelación de los resultados obtenidos en los grupos que intervinieron en la investigación en los periodos AI y DI.

Después de haber realizado el proceso de intervención se procedió a analizar e interrelacionar los resultados de la variable RA de manera individual por grupo y entre los grupos participantes, con el objetivo de comprobar si la metodología aplicada tubo variación en los resultados del periodo DI

12. Resultados de RA en el GC en el periodo DI en relación al periodo AI.

Los resultados que obtuvo el GC después la fase de investigación sin modificar sus actividades habituales se pueden observar en el gráfico N° 3

Gráfico 3 Comparación de RA en el GC entre los periodos AI y DI.



Fuente: Resultados de la interrelación de los periodos AI y DI en el GC

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

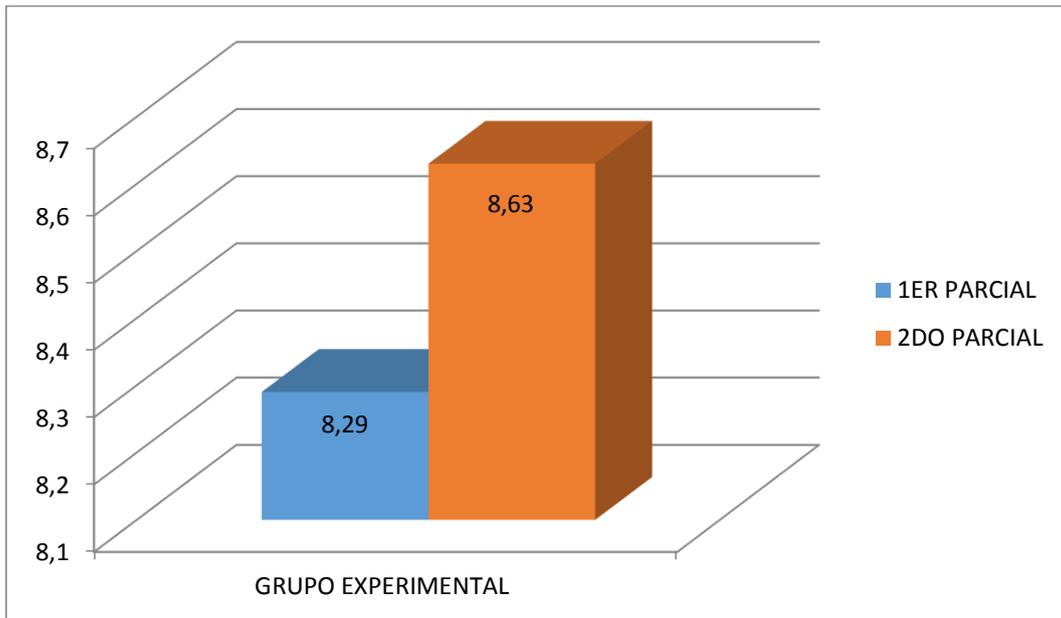
Análisis y discusión.

Como se puede observar en el gráfico N° 3 en el GC hubo una variación entre el RA en el periodo AI con relación al periodo DI, esta variación aumento en 0.09 puntos, evidenciando que a pesar de no haber existido en este grupo una intervención los resultados RA entre estos periodos variaron mínimamente, lo cual nos permite determinar que hubo cambios individuales en algunos de los integrantes de este grupo

13. Resultados de RA en el GE en el periodo DI en relación al periodo AI.

Los resultados que obtuvo el GE después la fase de investigación en la cual se realizó una intervención se pueden observar en el gráfico N° 4

Gráfico 4 Comparación de RA en el GE entre los periodos AI y DI.



Fuente: Resultados de la interrelación de los periodos AI y DI en el GE

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

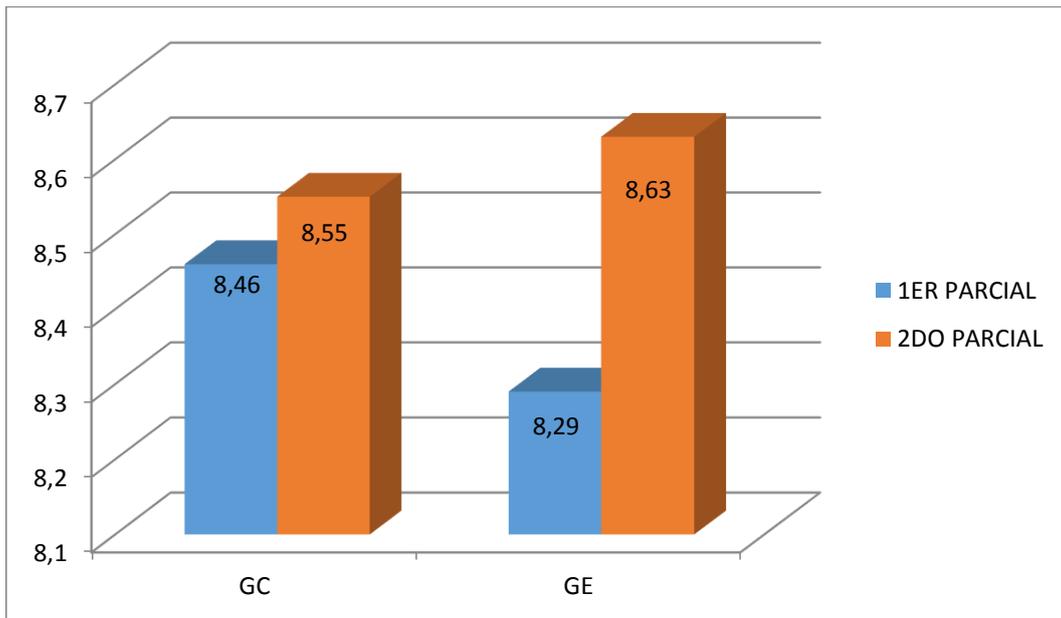
Análisis y discusión.

Como se puede observar en el gráfico N° 5 en el GE hubo una variación entre el RA en el periodo AI con relación al periodo DI, esta variación aumento en 0.34 puntos, evidenciando que en este grupo después de la intervención propuesta los resultados de RA variaron significativamente.

14. Resultados de la interrelación de los GC y GE en los periodos AI y DI .

Una vez analizado los resultados de manera individual por cada uno de los grupos que participaron en la investigación, se realizó una interrelación de los grupos para determinar el nivel de diferenciación de resultados entre los periodos AI y DI, dichos resultados se pueden evidenciar en el gráfico N° 6

Gráfico 5 Interrelación de los resultados obtenidos en el GC y GE en los periodos AI y DI.



Fuente: Interrelación de los resultados obtenidos en el GC y GE en los periodos AI y DI.

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

Análisis y discusión.

En el gráfico anterior se pudo observar que en el periodo después de la investigación hubo una variación en los resultados de RA en ambos grupos participantes en la investigación, sin embargo en GE este incremento fue significativo en 0,25/10 puntos, evidenciando que la propuesta de intervención dio resultado.

Estos resultados tanto en el GC como en GE se analizaron estadísticamente para determinar el valor P de veracidad, tal y como se puede observar en la tabla Nº 12

Tabla 8 Análisis estadísticos de la interrelación de resultados de RA entre los GC y GE en los periodos AY y DI.

Nº	GRUPO DE CONTROL		Nº	GRUPO EXPERIMENTAL	
	RA - 1ER P - AI	RA - 2DO P - DI		RA - 1ER P - AI	RA - 2DO P - DI
1	8,37	8,3	1	7,12	7,86
2	8,42	8,4	2	8,21	8,41
3	8,27	8,3	3	9,33	9,4
4	7,87	8,45	4	8,13	8,43
5	8,37	8,39	5	7,49	7,67
6	8,14	9,15	6	7,51	7,8
7	8,33	8,3	7	9,36	9,36
8	7,78	8,01	8	8,39	8,2
9	8,02	8	9	8,77	8,9
10	8,93	9,18	10	9,02	10
11	8,32	8,35	11	7,45	7,45
12	9,18	9,13	12	8,23	8,45
13	8,21	8,31	13	7,54	8,19
14	8,8	8,92	14	8,12	8,3
15	8,85	8,84	15	8,57	9,33
16	8,98	9	16	8,5	8,4
17	8,59	8,24	17	9,11	9,39
18	8,54	8,44	18	9,37	9,6
19	8,13	8,33	19	7,3	7,34
20	8,92	9,11	20	8,2	8,43
21	7,65	7,6	21	7,87	9,72
22	8,18	8,91	22	7,56	7,9
23	8,67	8,57	23	7,89	7,89
24	7,91	7,81	24	7,76	8,7
25	8,18	8,34	25	7,32	7,45
26	7,62	7,42	26	7,46	7,46
27	8,74	9,3	27	8,57	8,37
28	8,78	8,7	28	9,33	9,6
29	9,35	9,44	29	9,55	9,4
30	8,79	8,85	30	7,81	9,81
31	8,78	8,62	31	9,22	9,4
32	8,7	8,76	32	7,93	8,75
33	8,84	8,6	33	8,6	8,67
34	8,54	8,6	34	9,11	9,3
X	P≥0,05	0,07922215	X	P≤0,001	0,000196011
M	8,46	8,55	M	8,29	8,63

Fuente: Análisis estadísticos de la interrelación de resultados de RA entre los GC y GE en los periodos AY y DI.

Autor: Víctor Hugo Carrillo Alvares

Análisis y discusión.

Después del análisis estadístico para determinar el valor de P tanto en el GC como en el GE entre los periodos AI y DI, se pudo observar que en el GC P se encuentra en un nivel $\leq 0,05$ que significa que los resultados no son significativos, mientras que en el GE P se encontró en un nivel $\leq 0,001$ determinando que los resultados son altamente significativos, dándole veracidad a la investigación y evidenciando que la intervención propuesta fue eficaz.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

CONCLUSIONES

- Al aplicar la encuesta planteada dentro de la metodología con el fin de determinar las actividades físicas y el tiempo que los estudiantes del Séptimo Año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón dedican para ello, se determinó que el 100% practica actividad física de manera obligatoria al cumplir con el currículo de Educación Física planificado para este año de Educación General Básica, con una media de 275 minutos semanales para su práctica, pero solo el 50% realiza actividades de carácter físico de manera extracurricular en la misma Unidad Educativa, con una media de 76,8 minutos semanales y solo un 28% asiste a clubes o programas de carácter privado o público para realizar actividades deportivas con una media de 61,1 minutos semanales, evidenciando que extracurricularmente ya sea planificado por la Unidad Educativa o fuera de ella la práctica de la actividad física es insuficiente a pesar de que ya curricularmente se cumple con los 45 minutos mínimos que la OMS propone para un desarrollo físico adecuado, ya que no siempre se cumple con este mínimo a pesar de su planificación.
- El análisis del rendimiento académico en el periodo antes de la investigación que fue determinado según los promedios del primer parcial se evidencio que los estudiantes pertenecientes al grupo de control registraron una media de 8,46/10 en relación al grupo experimental que registro una media de 8,29/10 es decir 0,17/10 puntos a favor del grupo de control, esto permitió empezar la investigación tomando en cuenta que las características de ambos grupo en relación a RA presentaban una diferencia mínima.
- Después de la intervención en el grupo experimental se pudo concluir que el aumento de la actividad física en este caso en T-AFEC permitió que los resultados de RA tengan un incremento positivo de 0.34/10 puntos en relación al GC que no presento un aumento de la práctica de actividad física de carácter extracurricular y solo presento una variación positiva de 0.09 puntos, evidenciando que a pesar de no haber existido en este grupo un programa de intervención los resultados RA entre los periodos variaron mínimamente, lo cual nos permite determinar que hubo cambios mínimos e individuales en algunos de los integrantes de este grupo
- Después de la intervención con la aplicación de la propuesta planteada y como base del rendimiento académico las notas del segundo parcial, el grupo experimental

registro una media de 8,63/10 y el grupo de control que siguió con sus actividades habituales registro una media de 8,55/10, es decir 0,08 puntos a favor del grupo experimental y en relación a los resultados iniciales se evidencio un incremento de 0,34 puntos en relación a 0,09 puntos que fue el incremento del grupo de control, concluyendo que la aplicación de la propuesta planteada es eficaz y se evidencia en el incremento del rendimiento académico de los estudiantes que pertenecieron al grupo experimental durante esta investigación.

- En base a la investigación teórica y la determinación de los intereses de los estudiantes en relación a la actividad física y su diferentes tipos se realizó la propuesta de un programa basado en intervenciones de carácter extracurricular con componentes de actividades físicas deportivas y recreativas, adecuadamente planificadas y respetando el desarrollo de cualidades y capacidades físicas para esa edad escolar. Luego experimentalmente se comprobó si la propuesta fue eficaz en relación a la incidencia de la práctica de la actividad física en el rendimiento académico, obteniendo que estadísticamente el GC que no tuvo una intervención presentó un P al nivel $\geq 0,05$ que es un resultado no significativo en relación al GE que presento un P al nivel $\leq 0,001$ que evidencia que los resultados son altamente significativos y la propuesta planteada es eficaz.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda que los docentes de educación Física utilicen las propuestas de actividades extracurriculares con el objetivo de complementar al desarrollo integral del escolar desde la psicomotricidad y así complementar el desarrollo intelectual, para lo cual es necesario llevar una planificación adecuada basada en el respeto a las edades cognitivas y la edad indicada para el desarrollo de las capacidades y cualidades físicas, utilizando la mayor cantidad de tipo de actividades físicas desde lo deportivo hasta la expresión corporal por medio del arte.
- Se recomienda tener una planificación de trabajo basados en elementos que despierten el interés de los escolares en la práctica de la actividad física, para de esta manera general un entusiasmo en ellos y fomentar una predisposición hacia el estudio.
- Se recomienda llevar un protocolo de evaluación del rendimiento académico y el tipo y tiempo de actividad física que realizan los escolares, con el objetivo de poder intervenir a tiempo cuando lo sea necesario y de esta manera aplicar la propuesta planteada cuando existan deficiencias en este parámetro.

CAPITULO VI.

PROPUESTA.

MANUAL DE ACTIVIDADES FÍSICAS, DEPORTIVAS Y RECREATIVAS.

6.1 INTRODUCCION.

No cabe duda que la actividad física tiene amplia influencia en el organismo y como reza la famosa cita latina de Juvenal: “Mens sana in corpore sano” es decir en cuerpo sano, mente sana, lo que para efecto de nuestro trabajo significa: estudiante físicamente activo tiene un cuerpo sano, tiene una mente sana y por supuesto un mejor rendimiento académico. Es importante indicar que la actividad física son acciones que se realizan a diario que implica movimiento intencionado o natural sin necesidad de realizar ejercicio especializado o algún deporte o algún entrenamiento de carácter deportivo- competitivo, pues no se trata de realizar actividades en donde se involucre el movimiento de todo el cuerpo con el único afán de mejorar las condiciones de salud física y mental de los estudiantes a su cargo, con herramientas de fácil comprensión y aplicación realizadas en la misma aula o fuera de ella en un patio o espacio verde adecuado que no demande de grandes espacios físicos, sino más bien que solo se requiera la buena voluntad de los participantes en la puesta en marcha de esta propuesta que lo único que pretende es colaborar en la consecución de mejores días de nuestros estudiantes a todo nivel.

Queremos agradecerle y felicitarle por participar de una manera desinteresada en utilizar este Manual de Actividad Física encaminada a mejorar el Rendimiento Escolar de sus estudiantes, para lo cual se ha elaborado una serie de actividades que le indicará algunas ejercicios físicos de fácil comprensión y ejecución que puede realizar con sus estudiantes dentro y fuera del aula, es importante que si aparece alguna duda se la haga conocer al promotor de Cultura Física más cercano de su localidad.

El MAFE (Manual de Actividad Física Escolar) impulsa como ideal la práctica de 30 minutos diarios de rutinas de actividad física, pudiendo ser esta acumulada, se sugiere 15 minutos al inicio de la jornada y 15 minutos al cierre. Ramírez, R. R. (2011).

La actividad física se imparte a través de rutinas con una metodología que minimiza el riesgo de lesiones.

El MAFE impulsa la actividad física orientada a la formación de hábitos, recreativa, diseñada para evitar lesiones, de sencilla aplicación, bajo o nulo costo, con claros beneficios a la salud, integrador de diversos actores de la escuela.

6.2 OBJETIVO

Proponer un manual de actividades físicas, deportivas y recreativas con el objetivo de mejorar el Rendimiento Académico de los estudiantes del Séptimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón del cantón Riobamba provincia de Chimborazo.

		UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN"		2015-2016	
PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 01 Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42					
1. DATOS INFORMATIVOS:					
DOCENTE:	ÁREA/ASIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:	
Victor Carrillo	Cultura Física	2	07-03-2016	08-03-2016	
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:	
MOVIMIENTOS NATURALES	Carreras de Velocidad	7 AÑO DE E.G.B	A,B.	80 Minutos	
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE: Dominar las técnicas y habilidades básicas en la carrera de velocidad para desarrollar las capacidades y destrezas individuales			EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.		
			EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA Habilidades motrices básicas y específicas		
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA: Relacionar y aplicar procedimientos técnicos para ejecutar carreras de velocidad, como base de la formación física general.			INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN: Demuestra mediante ejercicios prácticos la correcta metodología en la partida baja.		
2. PLANIFICACIÓN					
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO		TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. ESQUEMA CONCETUAL DE PARTIDA <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo lograremos realizar correctamente la carrera de velocidad? CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir las fases para la ejecución de la carrera de velocidad. Explicar los diferentes aspectos técnicos. Demostrar la 	<ul style="list-style-type: none"> Reloj Cronometro Cuerdas Sogas Marcadores Conos Pista o patio Pito 	<ul style="list-style-type: none"> Relaciona y demuestra procedimientos técnicos y tácticos para ejecutar carreras, saltos y lanzamientos. 		<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: Registro Lista de cotejo 	

<p>forma correcta de correr.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar varias carreras. • Formar grupos de trabajo. • Realizar repeticiones. • Corregir errores atendiendo diferencias individuales. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>1.- Realizar juegos que implican "piques de velocidad"</p> <p>2.- Los niños elaboran en grupos una explicación sobre la técnica de como correr veloz (punta de pies, oscilación de brazos, levantar las rodillas, inclinación del cuerpo) Los grupos demuestran y explican sus formas elaboradas</p> <p>3.- Realizar ejercicios/juegos de velocidad (explicados por el profesor y los alumnos) Skipping (carrera en el propio terreno levantando las rodillas con coordinación de brazos y caída en punta de pies) Taloneo (carrera en el propio terreno levantando los talones y que estos golpeen los glúteos con coordinación de brazos y caída en punta de pies)</p> <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta la carrera de velocidad. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
ELABORADO	REVISADO	APROBADO	
<p>Victor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 14 de Marzo del 2016</p>	<p>Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 14 de Marzo del 2016</p>	<p>Dr. Rodolfo García VICERECTOR Fecha: 14 de Marzo del 2016</p>	

		UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN"		2015-2016	
PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 02 Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42					
1. DATOS INFORMATIVOS:					
DOCENTE:	ÁREA/ASIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:	
VICTOR CARRILLO	Cultura Física	2	14-03-2016	15-03-2016	
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:	
MOVIMIENTOS NATURALES	Carreras de Velocidad	7 AÑO DE E.G.B	A.B.	80 Minutos	
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE:		EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL			
Dominar las técnicas y habilidades básicas en la carrera de velocidad para desarrollar las capacidades y destrezas individuales		El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.			
		EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA			
		Habilidades motrices básicas y específicas			
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA:		INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN:			
Relacionar y aplicar procedimientos técnicos para ejecutar carreras de velocidad, como base de la formación física general.		Demuestra mediante ejercicios prácticos la correcta metodología en la partida baja.			
2. PLANIFICACIÓN					
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. ESQUEMA CONCETUAL DE PARTIDA <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo lograremos realizar correctamente la carrera de velocidad? CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir las fases para la ejecución de la carrera de velocidad. Explicar los diferentes aspectos técnicos. 	<ul style="list-style-type: none"> Reloj Cronometro Cuerdas Sogas Marcadores Conos Pista o patio Pito 	<ul style="list-style-type: none"> Caracteriza y demuestra procedimientos técnicos y tácticos para ejecutar carreras, saltos y lanzamientos. 	<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: <ul style="list-style-type: none"> De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: <ul style="list-style-type: none"> Registro Lista de cotejo 		

<ul style="list-style-type: none"> • Demostrar la forma correcta de correr. • Realizar varias carreras. • Formar grupos de trabajo. • Realizar repeticiones. • Corregir errores atendiendo diferencias individuales. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>1.- Dialogar y demostrar la forma correcta de la partida baja (piernas, cadera, brazos, manos y cabeza).</p> <p>2.- Realizar competencias de hándicap (Sprint de 50m, los niños menos veloces tienen ventaja de hasta 10m.</p> <p>3.- realizar competencias de carreras de velocidad en distancias de 60, 70, 80m (utilizando partidores auto-fabricados)</p> <p>4.- Comparación con el tiempo de los otros niños de los diferentes paralelos</p> <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta la carrera de velocidad. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
ELABORADO	REVISADO	APROBADO	
<p>Víctor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 21 de Marzo del 2016</p>	<p>Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 21 de Marzo del 2016</p>	<p>Dr. Rodolfo García VICERECTOR Fecha: 21 de Marzo del 2016</p>	

		UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN"			2015-2016
PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 03 Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42					
1. DATOS INFORMATIVOS:					
DOCENTE:	ÁREA/ASIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:	
Victor Carrillo	Cultura Física	2	21-03-2016	22-03-2016	
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:	
MOVIMIENTOS NATURALES	Carreras de Relevos	7 AÑO DE E.G.B	A,B.	80 Minutos	
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE:			EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL		
Dominar las técnicas y habilidades básicas en la carrera de relevos para desarrollar las capacidades y destrezas individuales			El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.		
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA:			EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA		
Relacionar y aplicar procedimientos técnicos para ejecutar carreras de relevos, como base de la formación física general.			Habilidades motrices básicas y específicas		
INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN:					
Reconoce y aplica fundamentos técnicos para ejecutar las carreras de relevos					
2. PLANIFICACIÓN					
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO		TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. ESQUEMA CONCEPTUAL DE PARTIDA <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo lograremos realizar correctamente la carrera de relevos? CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir las fases para la ejecución de la carrera de relevos 	<ul style="list-style-type: none"> Reloj Cronometro Cuerdas Marcadores Conos Pista o patio Pito Testigos o estafetas 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza la carrera de relevos mostrando habilidad y destreza en su ejecución. 		<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: Registro Lista de cotejo 	

<ul style="list-style-type: none"> • Explicar los diferentes aspectos técnicos. • Demostrar la forma correcta de entregar el testigo. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>1.- Dialogar sobre las diferentes posibilidades de realizar relevos (número de participantes, organización, entrega del testigo, recorrido, relevos competitivos, etc.)</p> <p>2.- Lote contra lote: grupos de hasta 8 niños, carreras competitivas con varias tareas de movimiento (correr, gatear, girar, etc.). Todo el grupo sale juntos. ¿Qué grupo está completo como primero en su lugar?</p> <p>3.- Habilidad: los grupos máximo de 8 alumnos parados de frente. En la mitad del recorrido tienen que resolver una tarea (roles, giros, etc.), los mismos niños pueden sugerir las tareas.</p> <p>4.- Relevos corrientes: (de frente o girando por un marcador, en carrera sencilla, en carrera atrás, en parejas: cargado objetos, etc.), los mismos alumnos avisan las variaciones.</p> <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta la carrera de relevos. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
ELABORADO	REVISADO	APROBADO	
<p>Victor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 28 de Marzo del 2016.</p>	<p>Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 28 de Marzo del 2016.</p>	<p>Dr. Rodolfo García VICERECTOR Fecha: 28 de Marzo del 2016.</p>	

		UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN"			2015-2016
PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 04 Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42					
1. DATOS INFORMATIVOS:					
DOCENTE:	ÁREA/ASIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:	
Victor Carrillo	Cultura Física	2	28-03-2016	29-03-2016	
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:	
MOVIMIENTOS NATURALES	Carreras de Relevos	7 AÑO DE E.G.B	A,B.	80 Minutos	
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE:			EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL		
Dominar las técnicas y habilidades básicas en la carrera de relevos para desarrollar las capacidades y destrezas individuales			El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.		
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA:			EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA		
Relacionar y aplicar procedimientos técnicos para ejecutar carreras de relevos, como base de la formación física general.			Habilidades motrices básicas y específicas		
INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN:					
Reconoce y aplica fundamentos técnicos para ejecutar las carreras de relevos					
2. PLANIFICACIÓN					
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO		TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. Ejercicios respiratorios. Formar grupos de trabajo. ESQUEMA CONCETUAL DE PARTIDA <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo lograremos realizar correctamente la carrera de relevos? CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir las 	<ul style="list-style-type: none"> Reloj Cronometro Cuerdas Sogas Marcadores Conos Pista o patio Pito 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza la carrera de relevos mostrando habilidad y destreza en su ejecución. 		<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: Registro Lista de cotejo 	

<p>fases para la ejecución de la carrera de relevos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar los diferentes aspectos técnicos. • Demostrar la forma correcta de entregar el testigo. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>1.- Relevos en aumento: donde uno empieza después corren dos, tres (tomados de las manos), hasta máximo 6 por recorrido (el primero tiene que recorrer 6 veces, este corredor tiene que ser el más fuerte).</p> <p>2.- ¿Qué equipo puede pasar el recorrido de 20m durante 3 minutos la mayoría de veces que sea posible?</p> <p>3.- Relevos contra corredor individual: 100m, hasta 400m, equipos de tres corredores compiten contra los cinco mejores corredores de cada clase. ¿En qué distancia el individual no puede más ganar al equipo?</p> <p>4.- Realizar relevos de un contorno.</p> <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta la carrera de relevos. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
<p>Víctor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 04 de Abril del 2016.</p>	<p>Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 04 de Abril del 2016.</p>	<p>Dr. Rodolfo García VICERECTOR Fecha: 04 de Abril del 2016.</p>	



UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN
PONTÓN"

2015-2016

PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 05
Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42

1. DATOS INFORMATIVOS:

DOCENTE:	ÁREA/ASIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:
Víctor Carrillo	Cultura Física	2	04-04-2016	04-05-2016
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:
MOVIMIENTOS NATURALES	Carreras de Resistencia	7 AÑO DE E.G.B	A,B.	80 Minutos
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE: Dominar las técnicas y habilidades básicas en la carrera de resistencia para desarrollar las capacidades y destrezas individuales		EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.		
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA: Relacionar y aplicar procedimientos técnicos para ejecutar carreras de resistencia, como base de la formación física general.		EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA Habilidades motrices básicas y específicas		
		INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN: Reconoce y aplica fundamentos técnicos para ejecutar las carreras de resistencia.		

2. PLANIFICACIÓN

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. Ejercicios respiratorios. Formar grupos de trabajo. ESQUEMA CONCEPTUAL DE PARTIDA <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo lograremos realizar correctamente la carrera de resistencia? CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir la forma de mantener la resistencia aeróbica en las carreras de resistencia. Explicar los diferentes 	<ul style="list-style-type: none"> Reloj Cronometro Cuerdas Sogas Marcadores Conos Pista o patio Pito 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza la carrera de resistencia demostrando habilidad y destreza durante su ejecución. 	<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: Registro Lista de cotejo

<p>aspectos técnicos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demostrar la forma correcta de correr. • Realizar varias carreras. • Formar grupos de trabajo. • Realizar repeticiones. • Corregir errores atendiendo diferencias individuales. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>A continuación cinco ejercicios para realizar con éxito la carrera de resistencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caminar con pasos largos y aumentar la velocidad hasta recorrer una distancia de 100 m aproximadamente. • Trasladarse tocando los glúteos con los talones, en una distancia de 10 m. • Elevar las rodillas a la altura de las caderas a gran velocidad en una distancia de 10 m, y luego continuar hasta 100 m con carrera rápida. • Practicar la salida alta y correr 10 a 20 m, con el tronco adelante, y con un braceo continuo y uniforme. • Ejecutar salida, carrera y llegada en una distancia de 1.500 m las niñas y 2.000 m los niños. <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta la carrera de resistencia. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
ELABORADO	REVISADO	APROBADO	
<p style="text-align: center;">Victor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE</p> <p>Fecha: 11 de Abril del 2016.</p>	<p style="text-align: center;">Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA</p> <p>Fecha: 11 de Abril del 2016.</p>	<p style="text-align: center;">Dr. Rodolfo García VICERECTOR</p> <p>Fecha: 11 de Abril del 2016.</p>	

		UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN"			2015-2016
PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 06 Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42					
1. DATOS INFORMATIVOS:					
DOCENTE:	ÁREA/ASIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:	
Víctor Carrillo	Cultura Física	2	11-04-2016	12-04-2016	
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:	
MOVIMIENTOS NATURALES	Carreras de Resistencia	7 AÑO DE E.G.B	A,B..	80 Minutos	
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE:		EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL			
Dominar las técnicas y habilidades básicas en la carrera de resistencia para desarrollar las capacidades y destrezas individuales		El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.			
		EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA			
		Habilidades motrices básicas y específicas			
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA:		INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN:			
Relacionar y aplicar procedimientos técnicos para ejecutar carreras de resistencia, como base de la formación física general.		Reconoce y aplica fundamentos técnicos para ejecutar las carreras de resistencia.			
2. PLANIFICACIÓN					
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO		TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. Ejercicios respiratorios. Formar grupos de trabajo. ESQUEMA CONCEPTUAL DE PARTIDA <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo lograremos realizar correctamente la carrera de resistencia? CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir la forma de mantener la resistencia aeróbica en las carreras de 	<ul style="list-style-type: none"> Reloj Cronometro Cuerdas Sogas Marcadores Conos Pista o patio Pito 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza la carrera de resistencia demostrando habilidad y destreza durante su ejecución. 		<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: Registro Lista de cotejo 	

<p>resistencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar los diferentes aspectos técnicos. • Demostrar la forma correcta de correr. • Realizar varias carreras. • Formar grupos de trabajo. • Realizar repeticiones. • Corregir errores atendiendo diferencias individuales. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>A continuación cinco ejercicios para realizar con éxito la carrera de resistencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caminar con pasos largos y aumentar la velocidad hasta recorrer una distancia de 100 m aproximadamente. • Trasladarse tocando los glúteos con los talones, en una distancia de 10 m. • Elevar las rodillas a la altura de las caderas a gran velocidad en una distancia de 10 m, y luego continuar hasta 100 m con carrera rápida. • Practicar la salida alta y correr 10 a 20 m, con el tronco adelante, y con un braceo continuo y uniforme. <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta la carrera de resistencia. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
ELABORADO	REVISADO	APROBADO	
<p>Víctor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 18 de Abril del 2016.</p>	<p>Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 18 de Abril del 2016.</p>	<p>Dr. Rodolfo Garcia VICERECTOR Fecha: 18 de Abril del 2016.</p>	



UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL
LEÓN PONTÓN"

2015-2016

PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 07
Artículo 11 literal I, Artículos 40 y 42

1. DATOS INFORMATIVOS:

DOCENTE:	ÁREA/SIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:
Victor Carrillo	Cultura Física	2	18-04-2016	19-04-2016
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:
MOVIMIENTOS NATURALES	Salto Largo	7 AÑO DE E.G.B	A,B	80 Minutos
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE: Dominar las técnicas y habilidades básicas en el salto largo para desarrollar las capacidades y destrezas individuales		EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.		
		EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA Habilidades motrices básicas y específicas		
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA: Relacionar y aplicar procedimientos técnicos para ejecutar el salto largo, como base de la formación física general.		INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN: Caracteriza y demuestra procedimientos técnicos y tácticos para ejecutar el salto largo		

2. PLANIFICACIÓN

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. Ejercicios respiratorios. Formar grupos de trabajo. ESQUEMA CONCETUAL DE PARTIDA ¿Cómo lograremos pasar diferentes obstáculos? CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir las fases para la ejecución del salto largo. Explicar los diferentes aspectos técnicos. Demostrar la 	<ul style="list-style-type: none"> Pito Fosa Líneas demarcadas Obstáculos 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza el salto largo con y sin impulso aplicando la técnica en su ejecución. 	<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: Registro Lista de cotejo

<p>forma correcta de saltar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar varios saltos. • Formar grupos de trabajo. • Realizar repeticiones. • Corregir errores atendiendo diferencias individuales. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>1.- Dialogar sobre las formas deportivas de saltar en distancia en el atletismo</p> <p>2.- Ejecutar el salto largo -Moverse libremente por los obstáculos colocados en el piso</p> <p>3.- Saltar en el lugar donde se van a ejecutar los saltos (se formaran grupos para la mejor utilización del espacio y el tiempo) ambientación</p> <p>4.- Ejecutar saltos con la ayuda de la pica, cajoneta o banco y en el aire en suspensión, realizar cualquier movimiento. Ejemplo: Giros, medio giros, rodillas al pecho, punta de pies, manos al cielo, con brazos horizontales, levantando el pecho o cadera adelante, caminar en el aire</p> <p>5.- Correr y picar con un pie, izquierdo o derecho y definir el pie de pique</p> <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta el salto largo. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
ELABORADO	REVISADO	APROBADO	
<p>Víctor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 25 de Abril del 2016.</p>	<p>Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 25 de Abril del 2016.</p>	<p>Dr. Rodolfo García VICERECTOR Fecha: 25 de Abril del 2016.</p>	

		UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN"		2015-2016	
PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 08 Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42					
1. DATOS INFORMATIVOS:					
DOCENTE:	ÁREA/SIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:	
Victor Carrillo	Cultura Física	2	25-04-2016	26-04-2016	
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:	
MOVIMIENTOS NATURALES	Salto Largo	7 AÑO DE E.G.B	A,B.	80 Minutos	
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE:		EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL			
Dominar las técnicas y habilidades básicas en el salto largo para desarrollar las capacidades y destrezas individuales		El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.			
		EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA			
		Habilidades motrices básicas y específicas			
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA:		INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN:			
Relacionar y aplicar procedimientos técnicos para ejecutar el salto largo, como base de la formación física general.		Caracteriza y demuestra procedimientos técnicos y tácticos para ejecutar el salto largo			
2. PLANIFICACIÓN					
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO		TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. Ejercicios respiratorios. Formar grupos de trabajo. ESQUEMA CONCEPTUAL DE PARTIDA ¿Cómo lograremos pasar diferentes obstáculos?	<ul style="list-style-type: none"> Pito Fosa Líneas demarcadas Obstáculos 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza el salto largo con y sin impulso aplicando la técnica en su ejecución. 		<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: Registro Lista de cotejo 	
CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir las fases para la ejecución del salto largo. Explicar los diferentes aspectos técnicos. Demostrar la 					

<p>forma correcta de saltar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar varios saltos. • Formar grupos de trabajo. • Realizar repeticiones. • Corregir errores atendiendo diferencias individuales. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>1.- Pasar corriendo y picar en un espacio determinado (luego reducirlo progresivamente) el que será más amplio que lo normal (con pie izquierdo o derecho según preferencia individual)</p> <p>2.- Correr en la zona de pique asentar con fuerza el pie de impulso</p> <p>3.- Saltar llevando la cadera adelante</p> <p>-Saltar empujando o llevando el tronco adelante</p> <p>-Utilizar una cuerda a baja altura para que salte (tratar de mejorar su altura y longitud)</p> <p>4.- Caer con pies juntos e impulsar el tronco hacia adelante</p> <p>-Caer y luego impulsar las piernas hacia adelante y caer sentado</p> <p>5.- Ejecutar el salto largo con la técnica conocida</p> <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta el salto largo. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
ELABORADO	REVISADO	APROBADO	
<p>Víctor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 02 de Mayo del 2016.</p>	<p>Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 02 de Mayo del 2016.</p>	<p>Dr. Rodolfo García VICERECTOR Fecha: 02 de Mayo del 2016.</p>	

		UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN"		2015-2016	
PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 09 Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42					
1. DATOS INFORMATIVOS:					
DOCENTE:	ÁREA/ASIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:	
Víctor Carrillo	Cultura Física	2	02-05-2016	03-05-2016	
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:	
MOVIMIENTOS NATURALES	Salto Alto	7 AÑO DE E.G.B	A,B.	80 Minutos	
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE:		EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL			
Dominar las técnicas y habilidades básicas en el salto alto para desarrollar las capacidades y destrezas individuales		El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.			
		EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA			
		Habilidades motrices básicas y específicas			
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA:		INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN:			
Relacionar y aplicar procedimientos técnicos para ejecutar el salto alto, como base de la formación física general.		Describe y demuestra la técnica del salto Alto.			
2. PLANIFICACIÓN					
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO		TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. Ejercicios respiratorios. Formar grupos de trabajo. ESQUEMA CONCEPTUAL DE PARTIDA ¿Cómo lograremos saltar diferentes obstáculos?	<ul style="list-style-type: none"> Fosa de salto Colchoneta Listones Altimetros Cuerdas Cabos Bastones 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza con seguridad las diferentes formas de pasar el listón durante su ejecución. 		<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: Registro Lista de cotejo 	
CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir las fases para la ejecución del salto alto Explicar los diferentes aspectos técnicos. Demostrar la forma correcta de saltar. 					

<ul style="list-style-type: none"> • Realizar varios saltos. • Formar grupos de trabajo. • Realizar repeticiones. • Corregir errores atendiendo diferencias individuales. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>1.- Dialogar sobre formas deportivas de realizar el salto alto</p> <p>2.- Saltar todos los obstáculos que se encuentran en el sitio de trabajo</p> <p>3.- Realizar varios saltos sobre cuerdas, tratando de encontrar su mejor pie de pique</p> <p>4.- Pasar caminando, después saltando la cuerda de acuerdo a los estilos de saltos que conocen: salto tijeras, ventral, californiano, fosbury flop.</p> <p>TIJERAS.-</p> <p>-Salto diagonal en dirección a la cuerda para la ejecución del salto tijeras (forma natural). El pique será con el pie externo.</p> <p>-Practicar la elevación de la pierna en una espaldera, elevación de la pierna acompañado con las manos a la punta del pie</p> <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta el salto alto. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
ELABORADO	REVISADO	APROBADO	
<p>Víctor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 09 de Mayo del 2016.</p>	<p>Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 09 de Mayo del 2016.</p>	<p>Dr. Rodolfo García VICERECTOR Fecha: 09 de Mayo del 2016.</p>	

		UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN"		2015-2016	
PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 10 Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42					
1. DATOS INFORMATIVOS:					
DOCENTE:	ÁREA/SIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:	
Víctor Carrillo	Cultura Física	2	09-05-2016	10-05-2016	
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:	
MOVIMIENTOS NATURALES	Salto Alto	7 AÑO DE E.G.B	A,B.	80 Minutos	
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE:			EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL		
Dominar las técnicas y habilidades básicas en el salto alto para desarrollar las capacidades y destrezas individuales			El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.		
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA:			EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA		
Relacionar y aplicar procedimientos técnicos para ejecutar el salto alto, como base de la formación física general.			Habilidades motrices básicas y específicas		
INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN:					
Describe y demuestra la técnica del salto Alto.					
2. PLANIFICACIÓN					
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO		TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. Ejercicios respiratorios. Formar grupos de trabajo. ESQUEMA CONCETUAL DE PARTIDA ¿Cómo lograremos saltar diferentes obstáculos?	<ul style="list-style-type: none"> Fosa de salto Colchoneta Listones Altimetros Cuerdas Cabos Bastones 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza con seguridad las diferentes formas de pasar el listón durante su ejecución. 		<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: Registro Lista de cotejo 	
CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir las fases para la ejecución del salto alto Explicar los diferentes aspectos técnicos. Demostrar la 					

<p>forma correcta de saltar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar varios saltos. • Formar grupos de trabajo. • Realizar repeticiones. • Corregir errores atendiendo diferencias individuales. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>VENTRAL.-</p> <p>-Pasar caminando y corriendo la cuerda ubicada en el piso girando por sobre la misma (pique con pie interior, caída con el exterior, después del giro la cara mira en dirección opuesta)</p> <p>-Saltos oblicuos al listón y caída con el pie de ataque</p> <p>FOSBURY FLOP.-</p> <p>-Demostración global del salto</p> <p>-Practica libre del salto</p> <p>-Practicar el desplazamiento o acercamiento al listón en curva sobre una distancia de 10 metros</p> <p>-Practicar el salto atrás y caer de nalgas</p> <p>-Practicar el salto atrás y caer de hombro</p> <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta el salto alto. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
ELABORADO	REVISADO	APROBADO	
<p>Víctor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 16 de Mayo del 2016.</p>	<p>Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 16 de Mayo del 2016.</p>	<p>Dr. Rodolfo Garcia VICERECTOR Fecha: 16 de Mayo del 2016.</p>	

		UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN"		2015-2016	
PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 11 Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42					
1. DATOS INFORMATIVOS:					
DOCENTE:	ÁREA/ASIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:	
Victor Carrillo	Cultura Física	2	16-05-2016	17-05-2016	
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:	
MOVIMIENTOS NATURALES	Lanzamiento de la Pelota	7 AÑO DE E.G.B	A,B.	80 Minutos	
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE: Evidenciar el desarrollo de técnicas básicas y específicas, conocimientos, habilidades y capacidades para ejecutar los lanzamientos.			EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.		
			EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA Habilidades motrices básicas y específicas		
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA: Relacionar y aplicar procedimientos técnicos (precisión y distancia), para ejecutar lanzamientos de la pelota, como base de la formación física general.			INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN: Caracteriza y demuestra procedimientos técnicos y tácticos para ejecutar lanzamientos de precisión y distancia.		
2. PLANIFICACIÓN					
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO		TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. Ejercicios respiratorios. Formar grupos de trabajo. ESQUEMA CONCETUAL DE PARTIDA ¿Cómo lograremos lanzar la pelota?	<ul style="list-style-type: none"> Pelota de tenis Pelota de béisbol Funda medicinal Pelotas de diferentes pesos y tamaños Pelotas rellenas 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza las diferentes formas de lanzar la pelota durante su ejecución. 		<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: Registro Lista de cotejo 	
CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir las fases para la ejecución del lanzamiento de la pelota y los diferentes aspectos técnicos. Demostrar la forma correcta de 					

<p>lanzar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar varios lanzamientos. • Formar grupos de trabajo. • Realizar repeticiones. • Corregir errores atendiendo diferencias individuales. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>1.- Dialogar ¿para qué sirve el lanzamiento en distancia?</p> <p>2.- Lanzar libremente hacia adelante lo más lejos posible (cada niño tiene su objeto, trabajo individual o por parejas)</p> <p>3.- Rebotar fuerte la pelota contra el piso</p> <p>4.- Lanzar hacia adelante con una mano con el implemento sobre el hombro</p> <p>-Lanzar hacia adelante en posición de pie, sentado, arrodillado (individual, parejas, grupal)</p> <p>-Lanzar el objeto hacia atrás por encima de la cabeza (fundas medicinales u otros objetos más pesados)</p> <p>-Lanzar el objeto al compañero haciendo difícil la recepción</p> <p>5.- Ejecutar libremente en grupos las diferentes formas de lanzar conocidas</p> <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta el lanzar. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
ELABORADO	REVISADO	APROBADO	
<p>Víctor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 23 de Mayo del 2016.</p>	<p>Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 23 de Mayo del 2016.</p>	<p>Dr. Rodolfo García VICERECTOR Fecha: 23 de Mayo del 2016.</p>	



UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN"

2015-2016

PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 12
Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42

1. DATOS INFORMATIVOS:

DOCENTE:	ÁREA/ASIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:
Víctor Carrillo	Cultura Física	2	23-05-2016	24-05-2016
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:
MOVIMIENTOS NATURALES	Lanzamiento de la Pelota	7 AÑO DE E.G.B	A,B.	80 Minutos
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE:	EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.			
Evidenciar el desarrollo de técnicas básicas y específicas, conocimientos, habilidades y capacidades para ejecutar los lanzamientos.	EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA Habilidades motrices básicas y específicas			
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA:	INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN:			
Relacionar y aplicar procedimientos técnicos (precisión y distancia), para ejecutar lanzamientos de la pelota, como base de la formación física general.	Caracteriza y demuestra procedimientos técnicos y tácticos para ejecutar lanzamientos de precisión y distancia.			

2. PLANIFICACIÓN

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. Ejercicios respiratorios. Formar grupos de trabajo. ESQUEMA CONCETUAL DE PARTIDA ¿Cómo lograremos lanzar la pelota? CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir las fases para la ejecución del lanzamiento de la pelota y los diferentes aspectos técnicos. Demostrar la forma correcta de lanzar. 	<ul style="list-style-type: none"> Pelota de tenis Pelota de béisbol Funda medicinal Pelotas de diferentes pesos y tamaños Pelotas rellenas 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza las diferentes formas de lanzar la pelota durante su ejecución. 	<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: Registro Lista de cotejo

<ul style="list-style-type: none"> • Realizar varios lanzamientos. • Formar grupos de trabajo. • Realizar repeticiones. • Corregir errores atendiendo diferencias individuales. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>1.- Crear juegos en grupos con lanzamientos conocidos Ejemplo: -Pelota viajera -Ganar territorio -Las naciones</p> <p>2.- Presentar por grupos los juegos aprendidos</p> <p>3.- Lanzar objetos en distancia sobre obstáculos (cuerdas, arboles, etc.)</p> <p>4.- Lanzar objetos de diferentes pesos y formas</p> <p>5.- Reflexionar sobre los objetos que alcanzan mayor distancia y la forma como lograrla (por arriba y por abajo)</p> <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta el lanzar. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
ELABORADO	REVISADO	APROBADO	
<p>Víctor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 30 de Mayo del 2016.</p>	<p>Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 30 de Mayo del 2016.</p>	<p>Dr. Rodolfo García VICERECTOR Fecha: 30 de Mayo del 2016.</p>	

		UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN"			2015-2016
PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 13 Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42					
1. DATOS INFORMATIVOS:					
DOCENTE:	ÁREA/ASIGNATURA:	NUMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:	
Víctor Carrillo	Cultura Física	2	30-05-2016	31-05-2016	
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:	
MOVIMIENTOS NATURALES	Lanzamiento de precisión	7 AÑO DE E.G.B	A,B.	80 Minutos	
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE:			EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL		
Evidenciar el desarrollo de técnicas básicas y específicas, conocimientos, habilidades y capacidades para ejecutar los lanzamientos de precisión.			El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.		
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA:			EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA		
Relacionar y aplicar procedimientos técnicos (precisión y distancia), para ejecutar lanzamientos de la pelota, como base de la formación física general.			Habilidades motrices básicas y específicas		
			INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN:		
			Caracteriza y demuestra procedimientos técnicos y tácticos para ejecutar lanzamientos de precisión y distancia.		
2. PLANIFICACIÓN					
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO		TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. Ejercicios respiratorios. Formar grupos de trabajo. ESQUEMA CONCEPTUAL DE PARTIDA ¿Cómo lograremos lanzar con precisión con blancos fijos y móviles.	<ul style="list-style-type: none"> Pelota de tenis Pelota de béisbol Funda medicinal Pelotas de diferentes pesos y tamaños Pelotas rellenas 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza juegos para mejorar el lanzamiento de precisión durante su ejecución. 		<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: Registro Lista de cotejo 	
CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir las fases para la ejecución del lanzamiento de precisión en los diferentes aspectos técnicos. Demostrar la forma correcta de lanzar. Realizar varios 					

<p>lanzamientos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fomar grupos de trabajo. • Realizar repeticiones. • Corregir errores atendiendo diferencias individuales. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>1.- Dialogar sobre las diferentes posibilidades de lanzar</p> <p>2.- Lanzar libremente hacia arriba en forma individual (cada niño con una pelota o sustituto)</p> <p>3.- Rodar la pelota hacia adelante en dirección recta</p> <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta el lanzar. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
ELABORADO		REVISADO	APROBADO
<p>Víctor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 6 de Junio del 2016.</p>	<p>Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 6 de Junio del 2016.</p>		<p>Dr. Rodolfo García VICIRECTOR Fecha: 6 de Junio del 2016.</p>

		UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN"			2015-2016
PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 14 Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42					
1. DATOS INFORMATIVOS:					
DOCENTE:	ÁREA/ASIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:	
Victor Carrillo	Cultura Física	2	06-06-2016	07-06-2016	
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:	
MOVIMIENTOS NATURALES	Lanzamiento de precisión	7 AÑO DE E.G.B	A.B.	80 Minutos	
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE:			EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL		
Evidenciar el desarrollo de técnicas básicas y específicas, conocimientos, habilidades y capacidades para ejecutar los lanzamientos de precisión.			El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.		
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA:			EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA		
Relacionar y aplicar procedimientos técnicos (precisión y distancia), para ejecutar lanzamientos de la pelota, como base de la formación física general.			Habilidades motrices básicas y específicas		
INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN:					
Caracteriza y demuestra procedimientos técnicos y tácticos para ejecutar lanzamientos de precisión y distancia.					
2. PLANIFICACIÓN					
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO		TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. Ejercicios respiratorios. Formar grupos de trabajo. ESQUEMA CONCEPTUAL DE PARTIDA ¿Cómo lograremos lanzar con precisión con blancos fijos y móviles.	<ul style="list-style-type: none"> Pelota de tenis Pelota de béisbol Funda medicinal Pelotas de diferentes pesos y tamaños Pelotas rellenas 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza juegos para mejorar el lanzamiento de precisión durante su ejecución. 		<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: Registro Lista de cotejo 	
CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Describir las fases para la ejecución del lanzamiento de precisión en los diferentes aspectos técnicos. Demostrar la 					

<p>forma correcta de lanzar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar varios lanzamientos. • Formar grupos de trabajo. • Realizar repeticiones. • Corregir errores atendiendo diferencias individuales. <p>EJERCICIOS DE ACTIVIDADES</p> <p>1.- Lanzar y recibir la pelota hacia arriba alternadamente las dos manos - Lanzar, girar y recibir alternando las manos - Lanzar hacia adelante con dos manos por sobre la cabeza - Lanzar hacia adelante con una mano, cambiar de mano</p> <p>2.- Realizar actividades individuales y en parejas - Lanzar y recibir objetos pequeños en parejas, graduando la distancia y el peso de los objetos - Ejecutar lanzamientos, caminando y corriendo</p> <p>3.- Crear nuevas formas de lanzamientos</p> <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta el lanzar. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
ELABORADO	REVISADO	APROBADO	
<p>Víctor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 13 de Junio del 2016.</p>	<p>Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 13 de Junio del 2016.</p>	<p>Dr. Rodolfo García VICERECTOR Fecha: 13 de Junio del 2016.</p>	

		UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN"		2015-2016	
PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO N° 15 Artículo 11 literal i, Artículos 40 y 42					
1. DATOS INFORMATIVOS:					
DOCENTE:	ÁREA/ASIGNATURA:	NÚMERO DE PERIODOS:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:	
Víctor Carrillo	Cultura Física	2	13-06-2016	14-06-2016	
BLOQUE CURRICULAR:	TEMA:	AÑO:	PARALELO:	TIEMPO APROXIMADO:	
MOVIMIENTOS NATURALES	Carreras de Orientación	7 AÑO DE E.G.B	A.B.	80 Minutos	
OBJETIVOS EDUCATIVOS DEL MÓDULO / BLOQUE: Organizar con todos los detalles una competencia de carreras			EJE TRANSVERSAL / INSTITUCIONAL El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.		
			EJE DE APRENDIZAJE / MACRODESTREZA Habilidades motrices básicas y específicas		
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADA: Explicar y aplicar las formas conocidas para orientarse en el entorno como procedimiento adecuado en actividades extracurriculares			INDICADOR ESENCIAL DE EVALUACIÓN: Explica y aplica las formas conocidas para orientarse en el entorno		
2. PLANIFICACIÓN					
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	INDICADORES DE LOGRO		TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
ACTIVIDADES PREVIAS: <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de orden. Ejercicios de lubricación. Calentamiento general. Calentamiento específico. Ejercicios respiratorios. Formar grupos de trabajo. ESQUEMA CONCEPTUAL DE PARTIDA <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo lograremos organizar competencias de carreras? CONSTRUCCION DEL CONOCIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> Explicar el tema. Formar grupos de trabajo. EJERCICIOS DE ACTIVIDADES <p>1.- Definir las competencias que los</p>	<ul style="list-style-type: none"> Reloj Papel Lápices Partidores Palos Cuerdas Pista o patio 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza diferentes circuitos en la correcta ejecución de las carreras de orientación. 		<ul style="list-style-type: none"> TÉCNICA: <ul style="list-style-type: none"> De la observación De la demostración De la explicación INSTRUMENTO: <ul style="list-style-type: none"> Registro Lista de cotejo 	

<p>estudiantes quieren realizar (carrera de velocidad, vallas, relevos, resistencia)</p> <p>2.- Formar grupos para la organización de cada competencia</p> <p>3.- Cada grupo participa como organizador con el resto de sus compañeros en las competencias planificadas</p> <p>4.- Analizar y evaluar la auto-organización de los alumnos</p> <p>TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar en forma correcta el lanzar. • Realizar una competencia. • Ejercicios de relajación. • Aseo personal. 			
3. ADAPTACIONES CURRICULARES			
ESPECIFICACIÓN DE LA NECESIDAD EDUCATIVA ATENDIDA	ESPECIFICACIÓN DE LA ADAPTACIÓN APLICADA		
<ul style="list-style-type: none"> • Auditiva • Intelectual • Visual 	Organizador Grafico, Taller, Imágenes, Dibujos, Proyector, <i>Lectura Comprensiva, Análisis, Apoyo con la maestra</i> interprete para la recepción de lección oral, evaluaciones en general, como en el desarrollo de actividades de aprendizaje.		
ELABORADO	REVISADO	APROBADO	
Víctor Hugo Carrillo Álvarez DOCENTE Fecha: 20 de Junio del 2016.	Msc. Iván Bonifaz Arias JEFE DE AREA Fecha: 20 de Junio del 2016.	Dr. Rodolfo García VICERECTOR Fecha: 20 de Junio del 2016.	

BIBLIOGRAFIA

- **ASAMBLEA NACIONAL DEL ECUADOR (2012)**, Documento de las consideraciones, pg. 1, Quito-Ecuador
- **AYALA LOMAS, Marcelo y TRUJILLO QUIÑONES** Vinicio. (2010).Factores que determinan el rendimiento escolar en los y las estudiantes del primer y tercer años de bachillerato en los colegios fiscales anexo universitario y colegio particular diocesano bilingüe de la ciudad de Ibarra enero noviembre 2010, trabajo de grado presentado previa la obtención del título licenciado en enfermería, Universidad Técnica del Norte-Ibarra.
- **CHICHARRO, J.; FERNÁNDEZ VAQUERO** (1995). Fisiología del Ejercicio. Médica Panamericana. Madrid.
- **DÍAZ, F. Y Becerra, F.** (1981) Medición y evaluación de la Educación física y Deportes. Inversora Copy S.A., Caracas.
- **JIMÉNEZ VEGA MAURICIO.** (2011)Tesis de grado, UTA, Ambato-Ecuador.
- **E.L. PANAMERICANA** (1989). Fisiología del Deporte, Buenos Aires-Argentina.
- **ENCICLOPEDIA MICROSOFT ENCARTA®** 2002. © 1993-2001 Microsoft-Corporation.
- **GUILLERMO O.,** Firman, (diciembre 2003).Fisiología del Ejercicio Físico, la Habana-Cuba.
- **GONZALEZ BARBERA,** Coral (2003). Factores Determinantes del Bajo Rendimiento Académico en Educación Secundaria, Memoria presentada para optar al grado de doctor, Universidad Complutense de Madrid. 138
- **LUIS, P., & Cristina, M.** (2008). Educación Física y Salud en la Educación Básica. Madrid: INDEXA 1: p.43.
- **INFORME DE UNA REUNION DE LA OMS.** (1998).El fomento de la actividad física en y mediante las escuelas.Esbjerg-Dinamarca.Pg.16
- **OMS.,** I. d. (1998). El fomento de la Actividad Física en y mediante la Escuela. Esbjerg-Dinamarca: OMS.

- **MARQUEZ ROSA**, Sara & **GARATACHEA VALLEJO** Nuria (2009). Actividad física y salud, Fundación Universitaria Iberoamericana, España.
- **MARTÍNEZ LÓPEZ** Emilio J. (2002). Pruebas de aptitud física, Editorial Paidotribo
- **MINISTERIO DE SALUD Y CONSUMO** (2006), Actividad Física y Salud en la infancia y la adolescencia, Editorial Grafos, Madrid España
- **ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD** (OMS), (2010), Recomendaciones Mundiales Sobre Actividad Física para la Salud, Suiza.
- **ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD** (2000), El fomento de la actividad física en y desde la escuela; Dinamarca.
- **OSORIO GARCÍA**, Maricela, **LEOBANO H. Serafín**, **NAVARRO ZAVALETA**, José Antonio (2009). Factores psicosociales que influyen en el éxito o fracaso del aprovechamiento escolar en la asignatura de Física básica. Caso del plantel "Ignacio Ramírez Calzada", Espacios Públicos, vol. 12, núm. 26, diciembre, 2009, pp. 261-276, Universidad Autónoma del Estado de México, México
- **PABLO BARRÍA OYARZO**, **MAURICIO MANRÍQUEZ VÁSQUEZ**. (2011), relación entre actividad física regular y rendimiento académico en seleccionados universitarios de deportes colectivos en la Universidad Austral de Chile, Universidad Austral de Chile, Valdivia-Chile
- **PALACIOS** Luis; **MARTÍNEZ** Cristina (2008). «Educación física y salud en la Educación Básica». INDEXA 1 (3): p. 43.
- **PÉREZ SÁNCHEZ**, Antonio (2008). Factores Psicosociales Y Rendimiento Académico, Universidad de Alicante- España
- **RAMIREZ, R. R.** (2011). Efectos del ejercicio. España: sol.
- **REVISTA 158 DE INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA**, vol. 11. Factores socioeconómicos que intervienen en el desempeño académico de los estudiantes universitarios.
- **SALUD MUNDIAL** (OMS) (1978).Deporte para toda la vida. Organización Mundial de la Salud
- **SÁNCHEZ GUILCA MARÍA** Enma (2010). “Las estrategias lúdicas y aprendizaje significativo en los niños/as de sexto y séptimo año de educación básica paralelo único de la “Escuela Fiscal Mixta 17 de Enero” caserío Jaloa el Rosario, año lectivo 2009 – 2010”. Informe final del Trabajo de Graduación o Titulación previo a la

obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación Mención: Educación Básica: Universidad Técnica de Ambato Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación Carrera de Educación Básica. Ambato-Ecuador

- **SOUSA, María.**(2001), Tesis, Análisis de necesidades de entrenamiento basado en el modelo de competencias, Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez, Caracas-Venezuela

LINCOGRAFIA

- www.terapia-FÍSICA.com/clasificacion-del-ejercicio-fisico.html
- www.publicaciones.net/factores.html
- www.edufi.ucr.ac.cr/.../Rendimiento%20cognitivo%20y%20ejercicio...
- http://educacionvirtual.uta.edu.ec/pmb/opac_css/index.php?lvl=search_result&get_query=4
- http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_benefits/es/index.html
- http://www.medicosypacientes.com/noticias/2012/01/12_01_04_deporte
- <http://www.el-universo.net> “Niños activos tienen las mejores notas”

ANEXOS

Anexo No 1

(Autorización de la Institución para desarrollar la investigación)

Riobamba, 1 de marzo del 2016

Msc.

Jorge Silva

RECTOR D ELA UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ANGEL LEON PONTON"

Presente

De mi consideración;

Por la presente reciba un cordial y atento saludo y a la vez para augurarla éxitos, en tan delicada función a usted encomendada. Molesto su atención para solicitarle muy comedidamente, nos permita realizar investigación de la actividad física y el rendimiento académico, en los meses de marzo, abril, mayo y junio del presente año, los días lunes y martes, en el horario de 8am- 10am con los estudiantes de 7mo AEGB, motivo el cual es indispensable para realizar la tesis **INCIDENCIA DE LA ACTIVIDAD FISICA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE 7mo AEGB DE LA UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ANGEL LEON PONTON"** como estudiante egresado de la Carrera de Cultura Física y Entrenamiento Deportivo de la Universidad Nacional de Chimborazo, es un requisito importante, para ejercer la profesión como docente, por lo tanto pido a usted digne dispensar las facilidades para que pueda cumplir este objetivo.

Seguro de mi petición, contar con su respaldo y aprobación anticipo mis más sinceros agradecimientos.

Atentamente;

VICTOR HUGO CARRILLO

C.I.060477450-5



Jorge Silva
03-3-2016
AUTORIZADO

(Certificado de la Institución donde se realizó la investigación)



UNIDAD EDUCATIVA MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN

New York 25-02 y España Telf.032961377
Riobamba- Ecuador

Como Rector de la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón tengo a bien entregar el presente:

CERTIFICADO

El Señor **VICTOR HUGO CARRILLO ALVAREZ**, con C.I. 060477450-5, Egresado de la Carrera de Cultura Física y Entrenamiento Deportivo de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Chimborazo, realizó el **PROYECTO DE INVESTIGACION** con el tema de tesis **INCIDENCIA DE LA ACTIVIDAD FISICA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE 7° AÑO DE EGB DE LA UNIDAD EDUCATIVA "MIGUEL ANGEL LEON PONTON"**, dicha investigación, trabajo con los estudiantes de 7° Año EGB paralelo E y H desde el 1 de Marzo 2016 al 30 de Junio del 2016, los días lunes y martes en el horario de 8am – 10am.

Es cuanto puedo certificar en honor a la verdad, faculto a la interesada hacer uso del presente en lo que considere conveniente.

Riobamba Julio 22, 2016

Atentamente,



MsC. Jorge Silva
RECTOR

(Fotos)

Grupo control.



Grupo experimental.



Calentamiento con grupo control.



Actividad recreativa.



Actividad deportiva.

