



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN-MANAGUA

FAREM – MATAGALPA

Trabajo monográfico para optar al título como Licenciado en ciencias de la educación
con mención en Educación Física y Deportes.

Autor:

☞ Osmar Antonio Silva Roque.

Tutor: Dr. Cándido Lázaro Ríos Calderius.

MATAGALPA, FEBRERO, 2018.

Tema

Relevancia de la práctica de la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado B, Instituto Nacional San Isidro, municipio San Isidro, departamento Matagalpa, II semestre 2017.

Dedicatoria.

A los y las docentes de la Facultad Regional Multidisciplinaria de Matagalpa, que nos impartieron las distintas disciplinas de estudio y actores principales en la formación profesional, con un espíritu persistente en la superación propia en el camino de los aprendizajes al servicio de la sociedad. Por ser los artífices y constructores de la transformación de hombres y mujeres que están al servicio de nuestra Nicaragua amada. Por ese esfuerzo que no es reconocido muchas veces por el Estado y por algunos sectores de la sociedad, pero que hoy le damos un Digno Reconocimiento.

Agradecimiento.

A Dios, Ser Supremo y creador... Que nos ha permitido existir para cumplir nuestros logros.

A nuestros familiares, por la comprensión y apoyo decidido hacia nuestra formación universitaria con calidad y éxitos.

Agradecemos a los y las docentes de la Facultad Regional Multidisciplinaria de Matagalpa, quienes contribuyeron a forjar una gama de conocimientos, experiencias, valores, ideas y motivaciones para cumplir aspiraciones durante estos cinco años de profesionalización, porque sin ellos no hubiésemos desarrollado esa integración de saberes para la culminación investigativa.



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA MATAGALPA

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACION Y HUMANIDADES

“Año de la Internacionalización de la Universidad”

CARTA AVAL

El suscrito Tutor del trabajo Monográfico de la carrera de Educación Física y Deportes de la Facultad Regional Multidisciplinaria de Matagalpa, de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN – Managua:

CARTA AVAL A:

Br. **Osmar Antonia Roque Silva**, ya que el Informe Final de Investigación monográfica, para optar al título de Licenciado en ciencias de la educación con mención en Educación Física y Deportes, con el tema titulado: **“Relevancia de la práctica de la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado B, Instituto Nacional San Isidro, municipio San Isidro, departamento Matagalpa, II semestre 2017”**, llena los requisitos científicos y técnicos requeridos para ser presentados y defendidos ante el tribunal designado.

Se extiende la presente en la ciudad de Matagalpa, república de Nicaragua, a los tres días del mes de noviembre del año dos mil dieciocho.

Dr. Cándido Lázaro Ríos Calderius

Tutor

¡A LA LIBERTAD POR LA UNIVERSIDAD!

Resumen.

Esta investigación presenta aspectos importantes sobre la relevancia de la práctica de la Educación Física y Deportes en el Proceso de Aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado del Instituto Nacional San Isidro, San Isidro, Matagalpa durante el periodo del segundo semestre del año 2017. Fue realizada con el propósito de analizar la relevancia de la ciencia en estudio para los estudiantes de undécimo grado.

Los métodos utilizados fueron el teórico y el empírico, el instrumento aplicado fue encuestas a discentes de undécimo grado. Se midieron las variables Educación Física y Deportes, Proceso de Aprendizaje.

Según datos obtenidos se conoció que la educación física y deportes es muy importante en el proceso de aprendizaje de los estudiantes; pero que también dicha relevancia depende del maestro que imparte la asignatura para así se conciba una mejor asimilación de la ciencia.

Con base a los resultados se propone que la asignatura se profundice más allá del logro de aprendizaje, sino que puedan alcanzar un nivel de asimilación sin obviar la relevancia de la Educación Física y Deportes como medio para lograr profundidad en el aprendizaje de los discentes no solo de la asignatura en sí, sino globalizarlo en un aprendizaje pleno e íntegro para forjar estudiantes de calidad y mejores líderes de la Nación.

Tabla de contenido

1.1.	Introducción.....	1
1.2.	Planteamiento del problema.....	3
1.3.	Justificación.....	4
1.4.	Objetivos.....	5
a.	Antecedentes de la temática en estudio.....	6
b.	Marco Conceptual.....	11
	Origen de la Educación Física y Deportes.....	11
	Definición de la Educación Física y Deportes.....	12
	Objeto de estudio de la Educación Física y Deportes.....	13
	Fines de la Educación Física y Deportes.....	14
	Práctica deportiva.....	16
c.	La Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje.....	18
	Capacidades que se desarrollan con la práctica de la Educación Física y Deportes.....	19
	Valores que se aprenden en la Educación Física y Deportes.....	21
	Estrategias para mejorar la práctica de la Educación Física y Deportes.....	25
	Relevancia de la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de las y los discentes.....	32
2.2.	Preguntas directrices.....	34
III	Diseño metodológico.....	35
IV	Análisis y discusión de los resultados.....	38
5.1.	Conclusiones.....	47
5.2.	Recomendaciones.....	48
Anexo #1	1
	Operacionalización de las variables.....	1
5.4.	Encuesta aplicada a las y los estudiantes.....	4

Introducción.

En el presente trabajo se describe la relevancia de la práctica de la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado B, así como también se identifica la práctica deportiva en los discentes, se explica la importancia de la práctica de la Educación Física y Deportes y se proponen algunas estrategias enfocadas en mejorar la práctica de esta asignatura.

Este trabajo lograra que los docentes y discentes reconozcan que la Educación Física y Deportes es muy relevante en el proceso de aprendizaje y se pretende tal propósito, porque los estudiantes le restan interés a esta asignatura y la tratan como un juego, como una recreación práctica y se olvidan del significado que esta tiene, en cuanto a su formación plena e integral.

Posteriormente en este trabajo se tratan generalidades de la ciencia en estudio, como es su origen, definición, objeto de estudio y fines, con la intención de hacer comprender el aprendizaje que se concibe en la Educación Física y Deportes. También se refleja el concepto de práctica deportiva y se determinan los deportes que más practican los estudiantes de undécimo grado y, por último, se explica la importancia de esta asignatura en el aprendizaje, enfocado principalmente en el desarrollo de capacidades físicas e intelectuales y la formación de valores en los discentes.

En síntesis, esta investigación persigue la concientización de los estudiantes de undécimo grado hacia la Educación Física y Deportes, busca influir positivamente en el proceso de aprendizaje, pretende crear aptitudes en los estudiantes valiéndose de los aprendizajes de esta asignatura, sin embargo para lograr lo antes planteado es necesario utilizar las estrategias adecuadas que establezcan un ambiente de convivencia, en donde se aprenda mediante la interacción activa-participativa, con la intención de forjar valores y conocimientos que les permita enfrentar las diversas circunstancias y encontrar las respuestas a dichas experiencias que suscitan en su

vida cotidiana, pero ante todo lo que se intenta es hacer comprender que esta asignatura supone un aprendizaje pleno e íntegro.

1.1. Planteamiento del problema.

Poca importancia del maestro de Educación Física y Deportes en el instituto Nacional San Isidro.

Descripción del problema:

La formación del maestro de la disciplina de Educación Física y deportes no es muy completa como para obtener buenos resultados en la formación integral de los discentes. La formación física y recreación son primordiales para formar integralmente a niños y jóvenes y favorecer la integración de saberes con base en la estructura cognitiva que ya poseen.

Es debido tal vez a esto que la asignatura no es una de las mejores impartidas y el aprendizaje no es completo ya que muchos de los jóvenes en su gran mayoría poseen una gran ausencia de valores; ya que no se les es inculcado en esta área del desarrollo cognoscitivo, y esto se identifica a simple vista, porque el solo estar unos minutos en el área donde esta se desenvuelve se ve lo inmoral y el desinterés por partes iguales de hacer de esta asignatura una de provecho que les prepare para el futuro y aún más para estos que son parte de dicho estudio que se encuentran a un paso de culminar sus estudios y subir un escalón más de su preparación o profesión que les dará realce en su vida.

Es por ello que surge la necesidad de indagar en que se está fallando y que se puede hacer para mejorar esto y ante tal situación se define como punto de referencia el siguiente cuestionamiento:

¿Cuál es la relevancia de la práctica de Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado B del instituto nacional san isidro, Municipio San Isidro, Departamento Matagalpa II semestre 2017?

1.3. Justificación.

El trabajo investigativo trata la relevancia de la práctica de la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado B, Instituto Nacional San Isidro, municipio San Isidro, departamento Matagalpa, II semestre 2017 y por consiguiente tiene la finalidad de describir la relevancia de la práctica de dicha asignatura.

Las razones que motivaron realizar esta investigación, es porque los estudiantes tienen una idea equivocada de la Educación Física y estos creen que esta es solo práctica y por otra parte el docente la imparte de la misma forma, renunciando a la teoría que expone la importancia de las actividades físicas. La selección del tema obedeció a detectar las dificultades que tienen los docentes al momento de impartir dicha asignatura, pues cuentan con poco material didáctico para proponer el aprendizaje de la Educación Física y Deportes.

Como docente se asume un interés Social y, una responsabilidad humana informarse acerca del fenómeno del proceso de aprendizaje. Por lo tanto su importancia radica en abordar la problemática mediante su estudio y con las evidencias recopiladas, brindarle los resultados a los actores involucrados; de ahí la puesta en práctica de sugerencias para mejorar el desarrollo de los aprendizajes en la asignatura antes mencionada.

Con el tema de estudio los docentes y discentes, al igual que los investigadores interesados en este tipo de información serán los beneficiados, porque esta le podrá servir de referencia. Por otro lado, los resultados derivados de esta investigación aportan elementos teóricos a los y las docentes referidos a la importancia que tiene la práctica de la Educación Física, en cuanto al desarrollo de capacidades, la formación de valores y aptitudes para lograr con tales beneficios ser personas integra capaces de enfrentar el mundo que lo rodea.

1.4. Objetivos.

General:

- ✓ Describir la relevancia de la práctica de la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado B, Instituto Nacional San Isidro, municipio San Isidro, departamento Matagalpa, II Semestre 2017.

Específico:

- ✓ Identificar cual es la práctica deportiva en los estudiantes de undécimo grado B, Instituto Nacional San Isidro, municipio San Isidro, departamento Matagalpa, II Semestre 2017.
- ✓ Valorar la importancia de la práctica de la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado B, Instituto Nacional San Isidro, municipio San Isidro, departamento Matagalpa, II Semestre 2017.
- ✓ Proponer estrategias enfocadas en la práctica de la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado B, Instituto Nacional San Isidro, municipio San Isidro, departamento Matagalpa, II Semestre 2017.

Capítulo II

2.1. Marco referencial.

a. Antecedentes de la temática en estudio.

Antes de profundizar en la temática planteada, es necesario retomar algunos estudios que indican la relevancia de la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje.

En una investigación realizada por docentes de la Universidad de Antioquia, Instituto Universitario de Educación Física, en Medellín, Colombia concluyeron que la Educación Física, guarda una estrecha relación con el fortalecimiento de las habilidades sociales en la formación de los estudiantes, porque es a partir de estas que ellos adquieren normas, hábitos y rutinas indispensables en su proceso desarrollo de construcción de nuevos aprendizajes; los cuales de una u otra forma les brindan las bases y herramientas fundamentales para su total y pleno. Pérez (2008) La educación física en el fortalecimiento de las habilidades sociales de los estudiantes)

Partiendo de lo anterior, se logra identificar que la relevancia de la Educación Física y Deportes, está vinculada a la educación en valores, los cuales son muy importantes en el proceso de aprendizaje y consecuentemente en el desarrollo de experiencias que lo acerquen a sobresalir como estudiantes y como miembros de la sociedad. Todo lo planteado anteriormente sobre el carácter relevante de la Educación Física y Deportes, se basa principalmente en que esta disciplina propicia un ambiente educativo destinado a la formación plena e integral de los estudiantes, esto siempre y cuando exista el interés de los estudiantes y docentes por darle significado al proceso de aprendizaje que se concibe en el enfoque constructivista de la educación nicaragüense.

Un libro desarrollado por los autores Viera Kerpavona, Olga Borodankova, Monserrat Grañeras Pastrana, Flora Gil Traver, Mario Andrés Candelas, Amparo de la Loma Moragon Sahuquillo, con el título La educación física y el deporte en los centros escolares de Europa (informe de Eurydice), finalizado en Marzo de 2013, con los siguientes objetivos; objetivos Nacionales: el desarrollo físico, el desarrollo personal, el desarrollo social y en el aprendizaje. Este libro se hizo en Europa con el fin de profundizar y darle más realce a la temática en estudio ya que en este continente la Educación Física como tal es de mucho mayor importancia que en nuestro país donde se le da el más mínimo interés por parte de la comunidad educativa que se dirige en los diferentes departamentos y municipios de nuestra nación; en cambio el libro describe que los estudiantes Europeos están obligados a ser parte de esta gran ciencia en lo que concierne en el periodo escolar primario.

En un trabajo realizado en los Estados Unidos de América por los autores José Antonio Arruza y Silvia Arribas en el 2008, titulado La investigación de la Actividad Física y el Deporte con el fin de describir las posibilidades que el master ofrece en el área de la actividad física y el deporte al alumnado que lo cursa. Con los objetivos generales; 1) Recoger las necesidades formativas en los diferentes ciclos educativos (primaria, secundaria y universidad), con los debates sobre la enseñanza y el aprendizaje de actividades físicas a través del uso de diferentes metodologías.2) Fomentar la producción investigadora, tanto cualitativa como cuantitativamente, en el ámbito de la Actividad Física y el Deporte de manera multidisciplinar.

En la revista Educación publicada en el 2009 en San José Costa Rica, se publicó el artículo titulado la Educación Física Y El Deporte como medios para adquirir y desarrollar valores en el nivel de primaria; por los autores Rubén Flores Moreno (Departamento de Educación Física, Secretaria de Educación Pública Estado de Tlaxcala, México); y por Juan Diego Zamora Salas, docente de la escuela de Educación Física y Deportes de la Universidad de Costa Rica, San José Costa Rica. Las principales conclusiones de los autores antes mencionados fueron las siguientes:

Se reconoce como un elemento básico que integra al mundo escolar, específicamente al nivel de primaria básica, podemos citar a la Educación Física, además de ser un factor importante de aprendizaje y promotor de valores. Sin embargo no es responsabilidad única y exclusiva de la educación física el promover la adquisición y desarrollo de los valores, sino un medio y apoyo de un todo que se encuentra en los diferentes centros educativos.

Como lo afirma Sergio (1999), el hecho de que el hombre este en movimiento es una señal de esperanza situándose al nivel existencial y no solo mecánico o físico; por lo que la Educación Física como una ciencia integralmente humana, debe utilizar el ejercicio, los juegos y los deportes para lograr sus objetivos eminentemente educativos, entre ellos, los valores.

Por lo tanto es la Educación Física el espacio académico que ofrece a los alumnos los elementos formativos por medio de los cuales se puede fomentar adecuados hábitos que ayuden a robustecer la voluntad y así lograr una mejor salud orgánica y el equilibrio psicosocial cuyo fin es el de promover el bienestar y una adecuada calidad de vida (Torres 1991).

En una investigación realizada por estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN-León un trabajo monográfico para optar el título de Licenciado en Educación Física, Recreación y Deportes, en el año 2013, con el tema: Importancia de la Educación Física, Recreación y Deportes en segundo grado de educación primaria, en la escuela Nuestra Señora de las Mercedes del municipio de León, departamento de León, II semestre 2013; elaborado por las Br. Yubina Teresa Niño Obando y Gloria del Carmen Darce. Con el objetivo general:

Determinar la importancia que genera el maestro de Educación Física, Recreación y Deportes en Educación primaria, de la Escuela Nuestra Señora de las Mercedes del departamento de León, en el municipio de León, II semestre 2013.

Las principales conclusiones que dieron fin a este estudio es que: La población total de maestros de la escuela, es de 7, de los cuales 6 de ellos son maestros de Educación Primaria, 1 de Educación Media. Seis de estos maestros imparten la disciplina antes mencionada, a pesar de no contar con ninguna preparación o capacitación en el ramo, lo cual indica que esta clase es impartida empíricamente, sin cumplir con ninguno de los objetivos establecidos por el MINED y que su finalidad es llevar a cabo una educación integral para los niños y niñas de nuestro país. Es evidente la falta de capacitación en el área objeto de estudio, lo cual resulta en la poca o ninguna formación en Educación Física, Recreación y Deportes, que reciben los niños y niñas.

Tres de los maestros manifestaron haber recibido capacitaciones únicamente en transformación curricular, lo que demuestra el poco interés que esta disciplina recibe y la necesidad de formar, capacitar o proveer a los maestros de grado (titulares) de esta escuela del sector urbano, con los conocimientos necesarios sobre la disciplina de Educación Física, Recreación y Deportes en sí y el cómo impartirla, tomando en cuenta que esta forma parte integral del pensum educativo de Nicaragua.

Y su principal recomendación fue a que el Ministerio de educación de respuesta a las necesidades que tiene la Educación primaria, que exista un maestro profesional en la disciplina, ya que esto facilitara el proceso de enseñanza-aprendizaje, para lograr mejores resultados en el área mencionada la cual constituye una materia indispensable para el desarrollo integral de los niños y niñas.

La Educación Física y Deportes impartida a los estudiantes del Instituto Nacional San Isidro carece de relevancia en el proceso de aprendizaje, aunque algunos educandos han desarrollado habilidades deportivas, aun con eso no se puede decir que estos alcanzaron una formación integral, y esto debido a que la transmisión y adquisición de valores desde esta disciplina han estado ausentes, por tanto el papel de esta ha sido poco trascendente en el aprendizaje de los discentes, por la falta de metodología y la desvinculación de la teoría con la práctica.

“La educación física y la práctica de los deportes son un derecho fundamental de todo el mundo”. Artículo 1 de la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte (UNESCO, 1978).

Según la cita anterior, la Educación Física y la práctica de los deportes es un derecho universal y es obvio que esta aseveración que le da relevancia a esta disciplina. La misma se considera un derecho, porque aporta al bienestar de las personas, al aprendizaje y adaptación de estas. Como la Educación Física y Deportes es un derecho, es obligación de los docentes hacerlo cumplir ante sus estudiantes.

Los estudiantes de undécimo grado pueden recurrir a tal derecho, pero en consecuencia tienen que intentar cumplir con el deber de aprender valores, que le provean significado a su aprendizaje, aunque el hecho de que la Educación Física y Deportes se considere un derecho de todos, desde esta perspectiva tiene significado y por ende relevancia en el ámbito educativo.

En cuanto a la valoración de las clases de Educación Física según el interés, se comprobó que a mayor interés por la materia, los alumnos encuentran las clases más fáciles, motivantes y de mayor utilidad en cuanto a que mejora la condición física, ayuda a relacionarse con los demás, a ser más inteligente y más coordinado. (El interés del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria hacia la Educación Física, Juan Antonio Moreno, M^a Gloria Hellín, Facultad de Ciencias del Deporte Universidad de Murcia, Murcia, España, 2007)

Lo anterior pone de manifiesto que los estudiantes mejoran en sus capacidades y habilidades de aprendizaje, cuando estos aumentan su interés en las clases de Educación Física y una vez más en este estudio se fundamenta la importancia de esta disciplina y su influencia en el desarrollo positivo de las demás asignaturas del área del conocimiento. En verdad esta disciplina, ayuda a los estudiantes de undécimo

grado B, especialmente en coordinarse, organizarse y trabajar mejor en equipo, en interactuar e intercambiar puntos de vista que llevan a estimular un mejor aprendizaje.

b. Marco Conceptual.

Origen de la Educación Física y Deportes.

Según Alimen, M. y Steve, M. (1978), la evolución de la Educación Física se remonta a los orígenes del hombre, quién para subsistir, se enfrentaba continuamente a situaciones adversas. Los hombres prehistóricos realizaban la actividad muscular por medio de ejercicios utilitarios, indispensables para la vida, como eran: la caza, pesca y uso de útiles y armas rudimentarias, los mismos ejercicios que se siguen practicando en la actualidad, aunque sistematizados y con técnicas y tácticas adecuadas.

Prehistóricamente, los motivos que movían al hombre a practicar el ejercicio físico, midiendo sus fuerzas con los demás, eran la búsqueda de la seguridad, de la subsistencia y de la resistencia. La supervivencia del grupo dependía de que sus miembros poseyeran agilidad, fuerza, velocidad y energía. En Grecia el fin supremo de la educación física era crear hombres de acción. A diferencia de Grecia, Esparta buscaba en el ejercicio físico, la combinación del hombre de acción y el hombre sabio; lo que evolucionaría en un programa educativo más intelectualizado denominado Palestra 1. La preparación física en Roma era parecida a la espartana. A diferencia de Atenas el deportista era el protagonista. (Borrero, P. 2012)

En referencia a los autores anteriores, se logra deducir que la Educación Física nace con el hombre mismo, como respuesta a las necesidades vitales como el alimento, pero también la usaron como fuerza de dominio al desarrollar habilidades bélicas y posteriormente dicha ciencia, fue evolucionando hasta idear las diversas disciplinas

deportivas ya conocidas, sin embargo lo más fundamental, es el objetivo planteado por la sociedad Espartana que consiste en complementar la actividad física con el conocimiento y es a partir de esto que surge la concepción de lo que hoy se denomina formación plena e integral. Es precisamente ese carácter pleno e integral que persigue la educación en relación a los estudiantes, es por ello que la Educación Física y Deportes desempeñan un papel muy importante en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado.

Cabe recordar que los estudiantes siempre tienen cierta actitud competitiva, la cual debe ser aprovechada para lograr que estos se interesen por algún deporte que represente algo positivo en su salud y en su futuro, pero sin obviar el hecho de complementarlo con los valores y así propiciar un aprendizaje sistémico de utilidad en su vida cotidiana.

Definición de la Educación Física y Deportes.

González (1993: 52) define la Educación Física como "la ciencia y el arte de ayudar al individuo en el desarrollo intencional (armonioso, natural y progresivo) de sus facultades de movimiento, y con ellas el del resto de sus facultades personales".

Por su parte, Gagigal (1979), afirma que la Educación Física como "ciencia, es el proceso o sistema de ayudar al individuo en el correcto desarrollo de sus posibilidades personales y de relación social con especial atención a sus capacidades físicas de movimiento y expresión".

Pedraz, M. (1988: 60) afirma que es la "ciencia que estudia aquellos fenómenos que, siendo identificables por sus variables educativas, pertenecen al ámbito de la actividad motriz".

Basado en los autores antes mencionados, se determina que la Educación Física y Deportes, es sin duda alguna una ciencia que pretende fortalecer no solo la condición corporal del individuo, sino que además se proyecta a intervenir en el medio en que vive y en explotar sus potencialidades propias.

Por otra parte la Educación Física y Deportes, no solo trata del ejercicio físico, esta ciencia aporta mucho al proceso de los estudiantes de undécimo grado y esto se manifiesta en los valores que de esta se pueden aprender, como la competitividad sana, la solidaridad, el respeto, el esfuerzo, la tolerancia, el trabajo en equipo, esto siempre y cuando se oriente por los docentes responsables de esta disciplina, por ello la función de los mismos es sumamente primordial, para que los estudiantes no vean la Educación Física y Deportes como un pasa tiempo ajeno al proceso de aprendizaje.

Objeto de estudio de la Educación Física y Deportes.

El profesor Cagigal, J. (1984), defiende el carácter científico de la Educación Física, destacando que su objeto de estudio es: "El hombre en movimiento o capaz de movimiento, y las relaciones sociales creados a partir de esta aptitud o actitud".

En otro interesante artículo del profesor Ortega, E. (1989) se afirma contradictoriamente que "La indefinición del objeto es el principal problema con que se enfrenta la educación física" y más adelante "La educación física es una ciencia a todos los efectos: así lo demuestra el abandono progresivo de la intuición, para dar paso a métodos y conceptos experimentales y científicos".

Es Parlebas, (según lo citado por el profesor Larraz, A. (1989) quien asigna a la Educación Física un objeto de estudio más claro: las conductas motrices.

Los autores anteriores manifiestan la profundidad discusión que enfrenta la Educación Física y Deportes con su objeto de estudio, aun con tal polémica esta defiende su condición de ciencia respaldada por sus estudiosos y los soportes técnicos y teóricos que involucra la misma. Tomado desde otra perspectiva, no es que la educación física y deportes tenga un objeto de estudio indefinido, más bien este es complejo y no solo se enfoca en la actividad física, sino que también reflexiona sobre los aspectos cognitivos, afectivos y sociales de los individuos, en estos últimos aspectos es de gran relevancia para los estudiantes.

En cuanto al proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado, la Educación Física y Deportes, aparte de fortificar físicamente a los estudiantes, de igual forma procura establecer circunstancias apropiadas, para hacer posibles experiencias potenciales que trae consigo conocimientos y valores esenciales para la formación de los educandos. La educación física y deportes implica aprendizaje integral, no trata solo de patear un balón, hacer sentadillas o pechadas, batear y correr, esta disciplina persigue también valores que contribuyan a forjar relaciones sociales, enfatizadas en cimentar las bases de una convivencia sana.

Fines de la Educación Física y Deportes.

Según Cagigal (1979), la Educación Física tiene como fines el desarrollo individual, capacidad fisiológica, equilibrio personal, adaptación y control del entorno, adaptación al espacio, integración en el medio social.

Por otra parte Vázquez (1989), la Educación Física tiene como fines el desarrollo de las capacidades físicas, habilidades motrices y la personalidad.

De acuerdo a los autores citados anteriormente, se evidencia una vez más el perfil integral de la Educación Física y Deportes, insistiendo en que la misma se orienta en

adecuar a los individuos a su medio a partir de fomentar el progreso de su carácter funcional y motriz, sus destrezas, su necesidad de interacción y adaptabilidad del mismo, complementado con infinidad de valores, siendo todo lo antes comentado, un reflejo de la relevancia que representa esta disciplina. Tal relevancia es necesaria en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado, debido a que estos están próximos a una profesión, por esta misma conjetura es que la Educación Física y Deportes trasciende lo deportivo, lo físico y lo compacta con ejes transversales que procuren formar a los educandos, de tal forma que estén preparados para confrontar las situaciones de su vida cotidiana, siendo así útil a la sociedad y he aquí lo que se denomina una excelente personalidad.

Alcanzar los fines de la Educación Física y Deportes, requiere un esfuerzo en común de todos los docentes en reconocer la relevancia que tiene esta disciplina en el proceso de aprendizaje de los estudiantes, sin obviar que los estudiantes deben mostrar interés en consolidar sus aprendizajes, solo con ello se obtendrán los beneficios que esta disciplina contiene. La mayoría del tiempo en el proceso educativo, pasa desapercibido la relevancia que tiene la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje, pero no solo por los estudiantes, sino que también por los docentes y esta situación es preocupante, ya que esto desvía los objetivos del enfoque constructivista por el cual se rige la educación actual.

Para alcanzar los fines de Educación Física y Deportes se debe partir de las necesidades, intereses y conocimientos previos del alumno. Tiene que vislumbrar la importancia de que éste comprenda la naturaleza, las características y los objetivos de las actividades que realizan, para que puedan darle sentido y significado a las mismas. El discente debe saber en todo momento qué es lo hace, por qué y para qué lo hace y el profesorado ha de facilitar las condiciones para que se dé esta situación.

Pudiendo tomar el alumnado decisiones respecto al cómo hacerlo, con quién hacerlo, durante cuánto tiempo, etc. que le van a facilitar una adquisición progresiva de su

autonomía en su proceso de aprendizaje. Además, debe considerar el proceso de enseñanza-aprendizaje como un triángulo asociativo en el que se relacionan mutuamente profesorado, alumnado y contenido.

Práctica deportiva.

Se entiende como práctica deportiva aquellas actividades competitivas que, proporcionan al alumno una secuenciación de aprendizajes organizados mediante los que llegue a dominar técnica y tácticamente un deporte. (Puig, J. 2009)

En relación al autor anterior, se concibe a la práctica deportiva como buena para la mayoría de las personas y en el caso de los estudiantes, aún más. No sólo ayudará al desarrollo de su organismo que es tan importante sino, también, servirá para prevenir hábitos muy perjudiciales como el consumo de tabaco, alcohol o drogas. Continuando con lo planteado por el autor anterior, se logra percibir que la práctica de cualquier deporte ayuda a que los estudiantes aprendan la importancia de la disciplina, la constancia y el esfuerzo. Fomenta igualmente la competitividad que si se desarrolla con moderación puede ser muy beneficiosa en su vida.

Los discentes aprenden a disfrutar de las victorias y a hacerse fuertes con las derrotas. En el caso de los deportes de equipo, aprenden la importancia de contar con los demás, lo que desarrolla su sociabilidad; entienden la importancia de respetar la autoridad; la necesidad de seguir las reglas y la trascendencia de respetar a los rivales. El ejercicio físico practicado con regularidad ayuda a prevenir importantes enfermedades como la obesidad, la osteoporosis o los trastornos cardíacos.

En base a lo expuesto anteriormente, la práctica deportiva no solo propicia la socialización de los estudiantes, sino que también aporta de manera positiva en la salud de estos, tomando en cuenta que es necesario formar en los alumnos el hábito

del ejercicio y el deporte, para crear en ellos las condiciones pertinentes en relación a su desarrollo físico-mental y además los dota de aptitudes que les permite responder a las circunstancias que se le presentan en su realidad inmediata, pero lo fundamental es que les instituye mejor disposición ante el estudio. En mención a todo lo anterior, se deduce que el hecho de practicar algún deporte o de realizar ejercicio, así como el de no hacerlo no se explican exclusivamente por el hecho de querer “construir el cuerpo”, intervienen otros criterios que pueden ser también muy poderosos.

Por un lado, se puede practicar deporte por el mero placer que esto reporta, y por los beneficios que se obtienen al hacerlo. También el hecho de que el deporte sea, a menudo, una actividad de ocio que se realiza con compañeros, le confiere el atractivo de las prácticas realizadas en un contexto de amistad y diversión. Los estudiantes que practican algún deporte, o realizan regularmente ejercicio suponen además proponerse retos y conseguirlos, siendo esta una aptitud fundamental para aprender enfrentarse a las diversas situaciones de la vida y buscarle soluciones a las mismas.

Una vez ya descrito en qué consiste la práctica deportiva, fue conveniente identificar qué tipos de actividades deportivas desarrollan los estudiantes de undécimo grado y para alcanzar tal fin, se les aplicó una encuesta en donde se les cuestionó sobre los deportes que practican en Educación Física. Esta asignatura le ofrece a los estudiantes la oportunidad de desenvolverse en un ambiente interactivo ideal, para ampliar capacidades y construir un aprendizaje significativo enmarcado en un proceso tan complejo y dinámico conocido como la socialización y es esta última, es un agente único e indispensable para que sea posible el aprendizaje de los estudiantes, sino se socializa, sino se comparten puntos de vista y conocimientos, resulta difícil aprender y por ello es que los docentes deben proponer un ambiente de convivencia para hacer posible el fenómeno educativo como tal.

c. La Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje.

Toda persona requiere de aprendizaje para alcanzar sus metas y respecto al campo educativo, se efectúa a través de métodos y procedimientos donde se aprovechan los medios y/o recursos que se tiene al alcance a fin de hacerlo más efectivo. Los docentes deben estar provistos de actitud, habilidades, creatividad, dinamismo que permita generar en los estudiantes ideas innovadoras.

Según Vigotsky, citado por Marlés (2000), “El aprendizaje es una actividad social y no solo un proceso de realización individual, una actividad de producción y reproducción mediante el cual el niño asimila los modos sociales y de interacción y en la escuela los fundamentos científicos bajo condiciones de orientación social.”

El aprendizaje, instrucción o educación para muchos autores se refieren a los procesos cognitivos que tienen como finalidad la ganancia o cambio de comportamiento producido y experimentado por el que aprende. Entendiendo al aprendizaje como proceso; es una modificación de la conducta del individuo en una experiencia dada a través de la interacción social y de su ambiente, las cuales se traduce en conocimiento aptitudes, actitudes y destrezas que el individuo adquiere a lo largo de su vida iniciando con la exploración e introducción de los nuevos conocimientos, hacia la aplicación de nuevos contextos que le permiten desarrollarse y resolver sus necesidades y la del entorno.

Este caso se da en todas en todas las disciplinas sin dejar atrás el tema de estudio donde la educación física toma un papel muy importante en el desarrollo del aprendizaje de los individuos; en este caso de los discentes de undécimo grado del instituto Nacional San isidro; por lo tanto dicha asignatura no es ajena al proceso de aprendizaje; puesto que el ejercicio de las actividades físicas y deportivas constituyen también una gama de conocimientos que se fundamentan desde el enfoque teórico-práctico.

Capacidades que se desarrollan con la práctica de la Educación Física y Deportes.

Las capacidades son condiciones necesarias para obtener un determinado rendimiento en la práctica de una actividad. Las capacidades pueden ser entre otras, físicas, intelectuales y morales. La Educación Física y el deporte forman parte inseparable de la formación multilateral del hombre, por ello se ha prestado gran interés a estas actividades desde las edades tempranas, no solo con el propósito de lograr deportistas de alto rendimiento, sino también con miras al mejoramiento y fortalecimiento de la salud de los escolares; por consiguiente el desarrollo de las capacidades físicas en el ámbito deportivo y en la Educación Física Escolar tiene singular importancia, pues a la vez que se encuentran en el contenido de los programas de las diferentes especialidades deportivas y de los deportes motivos de clases, contribuyen a su desarrollo.(Fentes, R. 2011)

Infiriendo en lo que expone el autor anterior, se fundamenta una vez más el soporte teórico de que la Educación Física y Deportes es un complemento único en la formación plena e integral del individuo y en este caso en los estudiantes de undécimo grado, quienes están próximos a pasar a una etapa universitaria y que por lo tanto necesitan ir preparados para enfrentarse a un nuevo contexto educativo.

Los estudiantes no deben solo visualizar la Educación Física y Deportes como una asignatura en la cual pueden fortalecer sus capacidades en cuanto a alguna actividad deportiva, sino que además, deben comprender que de nada sirve lograr sobresalir en cierto deporte si se olvidan los valores que se aprenden en dicha área educativa, ya que hacer tal cosa indica que no hubo un proceso de aprendizaje significativo. Hoy en día hay grandes atletas en relación a sus capacidades deportivas, pero a veces no en concordancia a los valores mismos y esto no constituye un ejemplo de utilidad para la sociedad.

Einstein no es más ni menos inteligente que Michael Jordán, simplemente sus inteligencias pertenecen a campos diferentes. (Gadner, H. 1983)

En base al aporte teórico del autor anterior, se aprecia como la Educación Física y Deportes favorece el desarrollo de la inteligencia y esto se evidencia en la noción antes planteada. Según el autor anterior, se logra razonar que Michael Jordán es un individuo de mucha inteligencia, un individuo que le da relevancia al trabajo en equipo, un líder nato, un ser con gran creatividad e infalible espíritu de lucha que lo hacía enfrentar las dificultades que se presentaban durante los juegos, todo estas cualidades y aptitudes ponen de manifiesto su inteligencia, quizás no más que Einstein, pero no menos que la de este, sino que ambas inteligencias se reflejan en ámbitos heterogéneos.

Seguramente la inteligencia del deportista antes citado se puede hacer posible en los estudiantes de undécimo grado, sin embargo no es suficiente incorporar en los estudiantes una actividad deportiva, sino que también hay que dotarlos de valores como el respeto y la responsabilidad para que estos tengan la mejor disposición en formarse como ciudadanos paradigmáticos, adquiriendo con ello las capacidades elementales para afrontar los problemas de su entorno real y por consiguiente, proponer soluciones a los mismos.

Todas las personas, desde que nos levantamos hasta que nos acostamos, luchamos por superarnos a nosotros mismos. Cualquier tarea ya sea cotidiana o no, es un intento de ser un mejor hijo, amigo, compañero, pareja, estudiante. Ser mejor Persona. En este continuo y difícil proceso, el Deporte y Actividad Física, va a ser una herramienta que tenemos y que debemos utilizar en esa búsqueda de mejora, porque su práctica nos hará más inteligentes.

En relación al autor antes mencionado, se puede aceptar que todos los seres humanos destacar en el mundo tan competitivo en el que subsiste a diario y es la actividad física un instrumento que contribuye en los fines que las personas se plantean en todas las

circunstancias de la vida. Desde otra visión, la Educación Física y Deportes es un área científica que predispone en los estudiantes de undécimo grado, la oportunidad de consolidar sus capacidades y de mejorar sus habilidades en correspondencia a su condición física, pero que también le permite mejorar sus aprendizajes, mediante un proceso esencial en el ámbito educativo, como lo es la socialización.

Valores que se aprenden en la Educación Física y Deportes.

“Toda acción humana se encuentra motivada por valores que en forma consciente o inconsciente se transmiten, por esta razón es tan importante facilitar el proceso valorativo o evaluativo. Educar es contribuir a la formación del hombre en su integridad, y este proceso no puede llevarse a cabo sin conciencia, conciencia de sí, de las propias experiencias y valores, de los actos que los manifiestan, de la existencia de otros seres que al igual que uno mismo, son dignos, libres y responsables –aunque sea tan sólo en potencia-. Conciencia del ser y del quehacer en el mundo, en todos aquellos papeles, situaciones y momentos que nos toca vivir”. (González, A. 1988).

El autor anterior, proyecta que el trabajo humano está determinado por los valores que se comparten y se aplican de forma concreta en la sociedad. La plenitud de las personas depende en gran medida de los valores que estas posean y es precisamente en la entereza del individuo, que aparece la acción educar como un mecanismo, para que la humanidad se aproxime a la formación perfecta que constantemente persigue. Prosiguiendo la idea anterior, aflora la Educación Física y Deportes como una ciencia que sirve de apoyo para hacer realidad una construcción de valores, específicamente en los estudiantes de undécimo grado, quienes necesitan fortificar su carácter para adaptarse ante las nuevas experiencias que viven en el presente y las que enfrentarán en su futuro. Educar en valores a los estudiantes es un objetivo primordial, pero para cumplirlo es ineludible el proceso interactivo y participativo que ofrece la Educación

Física y Deportes, ya que solo dicho proceso ayuda a establecer un ambiente de aprendizaje, en donde el estudiante colabora en equipo, desarrolla potencialidades, fortalece sus valores, estimula su autoestima, se pone metas y se esfuerza por cumplirlas y es en este tipo de actitudes y aptitudes que los estudiantes asumen el interés en superarse asimismo. Por otra parte los docentes, padres de familia y discentes no deben olvidar que todo el tiempo que se utilice en la formación y educación de niños y jóvenes es tiempo que se va a multiplicar con creces, incluso para la propia actividad físico-deportiva.

Teniendo presente a Cagigal, J. (1981) cuando dijo: "El hombre debe alimentar valores, recuperar los perdidos y avizorar otros nuevos.

Al intervenir en lo que expresa el autor anterior, es indudable que los valores adquieren notabilidad en la formación de las personas y particularmente en la de los estudiantes y es por ello que insistir en la transmisión de estos, es una constante en el proceso educativo. Educación Física y Deportes, resulta ser una asignatura que se acopla al tema de los valores y es que esta área del conocimiento se consigue que los estudiantes asimilen un aprendizaje sustentado en valores como: la cooperación, el respeto mutuo, compañerismo, esfuerzo y espíritu competitivo, logrando con tales valores, formar estudiantes que sean de provecho en la sociedad y es en esto que se enfoca la educación misma.

La Educación Física contribuye al desarrollo de los valores, favoreciendo la formación integral de nuestros alumnos. A través de la participación en los juegos y actividades que propongamos se desarrollan valores como la cooperación, tolerancia y el respeto. Esta asignatura es mucho más que hacer deporte. "La clase de Educación Física promueve la educación en valores: se trabaja en equipo, se fomenta el respeto a las normas, al rival, a los compañeros(as), el afán de superación, se aprende a ganar y perder." En base a los soportes teóricos planteados por los dos autores anteriores, es notorio que la Educación Física y Deportes no son tan ajena al tema de los valores y más bien propicia la inclusión y práctica de los mismos en el proceso de aprendizaje

de los discentes. Esta asignatura puede hacer posible, que los estudiantes de undécimo grado alcancen las tareas en manera conjunta, en acatar los reglamentos, en forjar verdaderos sentimientos de amistad y en aprender a disfrutar las victorias, superar las derrotas y es con todo esto que se forman alumnos con deseos de triunfar en la vida. La mayoría de las personas reconocen que las actividades físico-deportivas presentan una gran potencialidad instructiva-educativa, pero al igual que las demás esferas que contribuyen al desarrollo integral del hombre, la actividad físico-deportiva debe desarrollarse a partir de una sólida base educativa; pero esto no se logra ni por resolución ni por la simple práctica de las actividades en sí misma.

Llamando la atención en ese sentido es que se habla de proceso docente-educativo, o sea, que lo instructivo no puede estar separado de lo educativo. Muchos solo asocian la Educación Física con el deporte, pero no solo es eso, ya que esta también beneficia la incorporación de valores como los antes mencionados por dichos autores. Los anteriores aportes confirman que esta disciplina puede incidir mucho en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado, dejando claro que la Educación Física y Deportes van de la mano con los valores, por tanto esta no puede estar aislada de los mismos, ya que de pasar esto, perdería el carácter integral que la identifica.

Es verídico que los estudiantes aprenden a vivir en colectivo cuando comparten experiencias de aprendizaje en la clase de Educación Física y Deportes, esto se debe a los múltiples juegos que esta ofrece, tales como béisbol, baloncesto, atletismo, entre otros y los cuales refuerzan el espíritu competitivo, cooperativo, cognitivo, práctico y actitudinal de los estudiantes, enfocado en ese pilar fundamental de la educación: los valores. Docentes y estudiantes recuerden que esta disciplina es integral y tal característica resalta su relevancia en el proceso de aprendizaje.

La Educación Física constituye una asignatura que integra acciones principalmente de carácter físico. Se imparte en los centros educacionales desde edades tempranas y

cumple con objetivos precisos en cada una de las etapas o períodos de enseñanza que tributan a la educación de los alumnos para enfrentar la vida. (Escudero, 2009)

Asimismo, es importante destacar que la educación física no es solo práctica, sino que también posee una fundamentación teórica, que contribuirá a una nueva forma de pensar, de igual manera el deporte que además de elementos teóricos, contiene una serie de principios, normativas y leyes, por los que se rigen. (Magdaleno, Y. 2009)

Lo expresado por los autores anteriores, manifiesta que la Educación Física aglomera las funciones que tienen que ver con la actividad física, con la finalidad de aportar a la salud de los individuos, al desarrollo de sus habilidades, capacidades individuales y colectivas, bajo ciertas condiciones que moldean su conducta. Aunque esta, busca mejorar el comportamiento de los estudiantes, esto no es lo que sucede y en parte debido a que los estudiantes de undécimo grado son indisciplinados al momento de estar en Educación Física.

Por otro lado, la educación física es práctica, pero la teoría es imprescindible para que los estudiantes alcancen a comprender esos conocimientos que los docentes y estudiantes menos precian en relación a esta disciplina. Nunca debe ir separada la práctica de la teoría, ambas partes deben compenetrarse para alcanzar un aprendizaje significativo. La Educación Física y Deportes depende de la actitud del docente que la imparte, si este se preocupa por darles a sus estudiantes un aprendizaje, que le permita enfrentar las situaciones de su realidad inmediata, si hace esto, en verdad le está dando importancia a esta disciplina. El principal rasgo que define la importancia de la Educación Física y Deportes es la virtud que tiene de contener la formación plena e integral de los estudiantes y esto le da un mayor compromiso con los objetivos de aprendizaje que se quieren alcanzar en el ámbito educativo. Retomando desde otro enfoque, una debilidad de la Educación Física y Deportes que reciben los estudiantes de undécimo grado, es el ausente soporte teórico que tienen las clases, relegando esta disciplina solo a la práctica. La Educación Física y Deportes retoma importancia

cuando se comparte con los estudiantes un aprendizaje integro basado en valores y enfatizado en lo teórico y lo práctico, contribuyendo así al proceso de aprendizaje. Es visible que los valores también son la base para vivir en comunidad y relacionarse con los demás. Permiten regular la conducta de los estudiantes, para el bienestar colectivo y una convivencia armoniosa.

Quizás por esta razón surge la tendencia a interactuar según las reglas y normas de comportamiento, pero en realidad los valores son decisiones, pero estos deben ser motivados por la Educación Física y Deportes. En el ámbito escolar, el maestro debe ser el principal punto de referencia para inculcar valores en los alumnos, y la actividad física y el deporte son el principal medio para llegar a conseguir esto. Un maestro formado y consciente será capaz de inculcar valores positivos en los alumnos, fomentando la participación, eliminando conductas agresivas, favoreciendo la no-discriminación o la inclusión social, si fuera el caso.

Estrategias para mejorar la práctica de la Educación Física y Deportes.

- Crear ambientes positivos de aprendizaje y convivencia en un contexto de democracia participativa.

Los aspectos de organización y de control van a ser el principal motivo de preocupación de los docentes de Educación Física en sus primeras clases (Del Villar, F. 1993)

De acuerdo al autor anterior, este considera que las dificultades en el área de Educación Física y Deportes se relacionan con la indisciplina de los estudiantes y dicha actitud impide el logro de los objetivos de aprendizajes. Es por ello que existe una relación entre el currículo escolar, los métodos de enseñanza y los sistemas de evaluación del rendimiento del alumno y sus formas de agrupamiento con la

probabilidad de que se produzcan comportamientos antisociales en el aula. En palabras simples, para alcanzar las metas propuestas en Educación Física y Deportes, se recomienda inspeccionar y preparar a los estudiantes de undécimo grado para cada situación que el docente propone, es decir es eminente que el orden, supervisión y control de las experiencias de aprendizajes, son condiciones que se tienen que tomar en cuenta para que esta asignatura aporte a la formación del educando.

Del Villar (1993) señala que una actitud docente adecuada basada en una exigencia en la cumplimiento de las normas, y una relación de empatía con el grupo puede contribuir a la disminución de los problemas de disciplina, ya que el profesor aumenta su eficacia en el aula y con ello aumenta el aprendizaje.

Contreras, (2000) señala que, en este sentido, pueden describirse los profesores más eficaces como aquellos que tienen, entre otras, la capacidad de obtener un mayor compromiso motor durante las clases, a la vez que se consigue que los alumnos no manifiesten comportamientos inapropiados, sin recurrir a técnicas represivas o punitivas.

En referencia a lo expresado por los autores anteriores, se evidencia que debe existir una excelente relación entre el docente y los estudiantes para obtener mejores aptitudes de los discentes en relación al aprendizaje que se imparte en la Educación Física y Deportes, pero que tal interacción está en dependencia de la forma en que organizan y se ejecutan las estrategias didácticas, en cuanto a lo que respecta a dicha asignatura. Por la tanto se puede afirmar que la puesta en marcha de habilidades de organización puede contribuir a la prevención de los problemas de conducta en las clases y al acatamiento de las normas que establece la asignatura en cuestión, aunque para ello es indiscutible que el docente utilice su carácter de líder y haga cumplir las reglas que condicionan el aprendizaje, pero sin caer en el absolutismo, porque tal cosa sería un error.

Otro elemento a considerar es el clima social de aula, este se constituye a partir de las interacciones sociales que se dan en el alumnado y entre alumnado profesorado. Unas relaciones adecuadas no solo previenen la aparición de conflictos, sino que representan una importante fuente de motivación para el aprendizaje (Díaz, 2003).

La mejora del clima social se ha relacionado a una disminución de las conductas agresivas y violentas que pueden influir negativamente en la vida del aula y del centro (Trianes, 2006).

Basado en la ponencia de los autores anteriores, es justo reconocer que los alumnos necesitan entornos cálidos, respetuosos y ausentes de amenazas físicas y psicológicas, necesitan también la aceptación del profesorado y de los compañeros. Los alumnos que se sienten ignorados, ridiculizados o discriminados, buscarán formas de llamar la atención para cubrir la necesidad de seguridad afectiva y pertenencia que necesitan y con frecuencia su conducta será problemática tanto para el profesor como para los compañeros.

En este sentido las estrategias de organización y gestión del aula son las que más influyen y determinan no solo el comportamiento problemático de los alumnos, sino el aprendizaje y calidad de las relaciones interpersonales que se establecen entre el profesor y los alumnos y de los alumnos entre estos, pero asimismo también constituyen un panorama óptimo para que los discentes asuman un aprendizaje significativo. La mayoría de los profesionales de la educación coinciden en la necesidad de la evaluación para poder progresar, y mejorar el trabajo docente.

No obstante, esta evaluación suele estar dirigida al alumnado, casi exclusivamente y, en algunos casos, cuando realmente se analiza la actividad de los maestros resulta de una percepción subjetiva de la forma en que se desarrollan las sesiones.

La reflexión sobre la práctica docente, y no exclusivamente de los resultados obtenidos con los alumnos, enriquece a los maestros que buscan mejorar su actuación. Un

profesor que es capaz de transmitir al alumnado la curiosidad, el interés por la materia de la Educación Física, que consigue darle significado a su asignatura, ayuda a mejorar la predisposición y el interés por el aprendizaje. Es preciso, por tanto, no considerar como inmejorables las "rutinas de enseñanza", aquellas actitudes que hacen que el docente se sienta seguro y cómodo. Se hace necesario abrir expectativas y ser capaces de probar nuevas cosas, aunque en un principio pueda provocar inseguridad. Conocer, por tanto, la opinión de los alumnos sobre la labor que desempeña, cómo consideran a la clase de Educación Física, sus inquietudes y expectativas al respecto, los enriquecerá como profesionales y hará que sean capaces de adaptarse a sus necesidades e intereses.

- Establecer un clima motivacional orientado a estimular la autonomía y responsabilidad de los alumnos.

Tal y como recogen Cervello, (2004) el concepto de clima motivacional fue introducido para designar los diferentes ambientes creados por adultos en un ambiente de éxito que se relacionan con la concepción de habilidad y competencia que presentan los discentes.

El autor anterior en este sentido, establece que la motivación de los alumnos y alumnas es el primer elemento a considerar en la creación de ambientes positivos de aprendizaje y convivencia. El conocimiento de la motivación que determina cualquier conducta humana, es el primer eslabón para modificar, mejorar e incluso manipular dicha conducta en provecho del aprendizaje que se pretende agenciar en los estudiantes.

Adoptamos la definición de motivación aportada por Escartí y Cervelló, (1994): "Conjunto de factores personales y sociales que favorecen el inicio, persistencia o abandono de un determinado comportamiento".

En concordancia con el autor anterior, se puede decir que muchos de los comportamientos inadecuados en el aula de educación física dependerán de la motivación de los estudiantes. Los sentimientos de incompetencia, o experiencias humillantes, van a aumentar las actitudes negativas hacia la materia, mayores niveles de motivación extrínseca y por lo tanto mayores conductas de indisciplina y es en este tipo de situaciones que los docentes tienen el deber de intervenir por medio de la atención individual y grupal, pero además de la función orientadora del profesor.

En consonancia con estas teorías, los procesos motivacionales en el ámbito de la educación física y su relación con las conductas disciplinadas en los alumnos es una línea de investigación en la que se está profundizando en los últimos años, teniendo como base teórica la perspectiva de las metas de logro. Esta perspectiva defiende que en los entornos de logro (como el deporte o el entorno educativo) los sujetos desarrollan una serie de procesos cognitivos que dirigen su actuación conductual y comportamiento mental, de cara a la consecución de objetivos y metas personales, previamente establecidos. (Nicholls, J. 1984, 1989)

En correspondencia al aporte anterior, se afirma que, en las clases de educación física, una de las principales necesidades desde el punto de vista motivacional es demostrar capacidad o competencia, teniendo en cuenta que lo que se considera competencia o capacidad varía de unos sujetos a otros. En el caso de los estudiantes, esto es muy patente y esto se debe a que los estudiantes están en cierto modo, en continua competencia y más cuando se trata de la actividad deportiva.

Cuando los estudiantes consideran que la competitividad se refiere a poseer mayor habilidad que los compañeros con los que interactúa, esta concepción de habilidad basada en la correlación, conduce al egocentrismo. Cuando los estudiantes consideran que poseer mayor habilidad consiste en mejorar la realización de las tareas, sin caer en comparaciones y es en esos momentos, cuando verdaderamente el aprendizaje de la Educación Física y Deportes adquiere importancia.

- Incrementar el tiempo dedicado al aprendizaje cooperativo.

Según Grineski, S. (1996) Los alumnos que participan en grupos cooperativos demuestran mayores mejoras de su condición física y exhibieron niveles más altos de interacciones sociales positivas que los alumnos de grupos con estructuras de metas individuales o competitivas. De acuerdo Orlick, T. (1990) Los partidarios del aprendizaje cooperativo en el entorno escolar atribuyen a este una mejora en la comunicación, un aumento de la confianza, de la empatía y de la preocupación por los demás.

Infiriendo en los autores anteriores, se refleja que la forma ideal de acentuar la importancia de la Educación Física y Deportes es aprovechando el efecto positivo de las experiencias cooperativas y de las técnicas de aprendizaje cooperativo a diversos aspectos del desarrollo cognitivo y social. Así mismo, hay que recordar que los métodos de aprendizaje cooperativo frente a los métodos de enseñanza tradicional producen un mayor rendimiento académico, actitudes más positivas hacia la escuela, una mejora en la autoestima de los alumnos y mejores relaciones entre los grupos de estudiantes.

El aprendizaje cooperativo, constituye una estrategia efectiva para modificar ciertos comportamientos en las clases. Los profesores pueden disminuir comportamientos como hablar, interrumpir, o molestar a los compañeros en el momento de las clases, pero lograrlo implica la introducción de estrategias cooperativas y así conseguir efectos positivos en la disciplina del alumnado. Por estas razones se propone que el profesor de educación física incremente el tiempo de aprendizaje cooperativo, superando la tendencia a proponer situaciones competitivas o individuales.

- Estimular la regulación de conflictos mediante vías pacíficas.

Citado por Ortí, J. (2003) Debido a su marcado carácter procedimental, gran interacción entre los participantes, contacto físico directo, existencia de gran cantidad de estereotipos sociales, hace que constantemente nos encontremos con conflictos que son más frecuentes en nuestras sesiones.

Este autor se refiere a los conflictos que enfrentan directamente a los alumnos e las diferentes prácticas que se desarrollan, su aparición en otras materias es más difícil debido a que no existe un contacto directo entre los alumnos. En esta categoría se pueden encontrar: Conflictos relacionados con el sexismo o la discriminación debido al sexo, el nivel de habilidad, y con la búsqueda exacerbada de la victoria y con el rendimiento. Sin embargo, para desaparecer estos problemas, la función docente adquiere mayor relevancia.

Estos tipos de conflictos aparecen en las clases de Educación Física y Deportes, cuando un alumno no cumple alguna de las reglas básicas de convivencia, como no traer el material, no atender a las explicaciones del profesor, no respetar las reglas de juego y esto conduce a que el ambiente de aprendizaje sufra alteraciones y es por tales situaciones, que se considera la incorporación y práctica de los valores, como instrumentos básicos para propiciar una buena coexistencia que contribuya con el proceso de aprendizaje de los estudiantes.

El uso de estrategias de reflexión de grupo ante la aparición de un conflicto o en diferentes momentos de la sesión es efectivo para la resolución y prevención de conflictos dentro del área. Reunirse con los alumnos para analizar los comportamientos que se demandan en las clases y consensuar normas de funcionamiento en la misma. Los docentes de Educación Física y Deportes, deben comprender que el tiempo que se invierte en dialogar con los estudiantes se justifica, dada la efectividad que tal acción tiene para crear ambientes de aprendizaje positivos.

Tanto los docentes como los discentes deben atribuirle mayor relevancia a la Educación Física y Deportes, ya que esta es un área de aprendizaje fundamental en el aprendizaje de los estudiantes, por ello se tiene que motivar a los jóvenes no solo mediante la práctica de la actividad física, sino que también se debe forjar en ellos actitudes y aptitudes que los aproxime a la formación plena e integral, la cual resulta ser la misión que debe plantearse el docente en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado. En definitiva la Educación Física y Deportes alcanza un carácter relevante en el proceso de aprendizaje de los estudiantes y esto se determina por el proceso de socialización que esta permite y de los valores que esta promueve a través de la actividad física, que es su objeto de estudio. Es necesario recalcar la importancia de ser conscientes de que en el proceso educativo se están formando personas, las cuales necesitan una referencia de actitudes y comportamientos que se aportan desde los valores.

Desde el área de Educación Física se pueden trabajar una serie de valores, al igual que desde las otras áreas, a lo largo de toda la Etapa Educativa, impregnando todas las actividades y tareas que se realice. Si bien, se hace preciso un acuerdo por parte de la Comunidad Educativa, el cual debería recogerse dentro del Proyecto de Centro en sus Finalidades Educativas, que implique a todos los miembros de la comunidad que conforma esta realidad, con el fin de lograr esa formación integral del individuo, pero concretar tal fin solo será posible aplicando estrategias que encaminen a un proceso de aprendizaje que tome como principio el agente socializador de la Educación Física y Deportes.

Relevancia de la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de las y los discentes.

Según Gutiérrez M. (1995). En la formación deportiva básica que los estudiantes adquieren en la clase de Educación Física y en forma cotidiana en el plantel, ponen en práctica el pilar del conocimiento, “aprender haciendo”, ya que construyen habilidades

sobre fundamentos técnico deportivos, identificando en su propio cuerpo los beneficios de los efectos fisiológicos de la práctica del ejercicio aeróbico, la gimnasia y los deportes de conjunto, como el básquetbol, fútbol y volibol. De la misma forma, aprecian las relaciones de afecto, integración, comunicación, solidaridad, respeto y autonomía que propician las actividades adecuadamente programadas, “aprender a convivir” y a “ser”, ya que en cada sesión de trabajo se propicia la interrelación entre los compañeros, el respeto mutuo, una actitud positiva ante los resultados y respetarse a sí mismo, lo que significa confiar en sí mismo, tratarse con respeto y ser bondadoso y cariñoso consigo mismo.

Lo que plantea el autor anterior pone de manifiesto una vez más que la ciencia en estudio es muy relevante en todos los aspectos de la vida de los discentes y es el puente donde se pueden fortalecer los valores, también donde muchos se identifican como personas y encuentran un atractivo en los deportes que se practican dentro de tal asignatura; aunque muchas veces el soporte teórico y valorativo de dicha área del conocimiento pierde validez; esto en muchos casos porque los docentes tienden más a la práctica; sin explicarles a los discentes los conceptos que implica dicha ciencia; incluso le esconden a los educandos aquellos beneficios que trae consigo la Educación Física y Deportes; desapareciendo el “aprender a conocer”; siendo que este pilar es el antecesor del pilar “aprender haciendo”.

2.2. Preguntas directrices.

¿Qué práctica deportiva se identifica en los estudiantes de undécimo grado?

¿Cuál es la importancia de la Educación Física y Deportes en los estudiantes de undécimo grado?

¿Qué estrategias se pueden utilizar en el mejoramiento de la práctica de la Educación Física y Deportes de los estudiantes de undécimo grado?

III Diseño metodológico.

Tipo de estudio:

La presente investigación que se presenta es de tipo descriptiva y transversal; descriptiva porque se parte a partir de preguntas directrices y además se describe la relevancia de la Educación Física y se establece una relación con el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado, es transversal porque la recolección de la información que sirve de fundamento a este proceso investigativo transcurre en cierto periodo de tiempo; El semestre 2017. Con el presente trabajo de investigación titulado, Relevancia de la práctica de Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado del Instituto Nacional San Isidro, Municipio San Isidro, departamento Matagalpa, El semestre del 2017. Se encuentra marcado en el paradigma cualitativo-cuantitativo, por cuanto nos permite una mayor profundidad y comprensión de la temática estudiada, en este fenómeno que se presenta en todos los centros de estudio de nuestra ciudad.

Método:

El método que se aplica en esta investigación es el empírico; considerando que la información que refleja el marco teórico se deriva de estudios realizados en circunstancias reales y la temática que se trata es una ciencia.

Enfoque:

El enfoque filosófico de la investigación es cualitativo-cuantitativo, porque se recopiló información y se procedió a su posterior análisis. La población objeto de investigación está constituida por los estudiantes de undécimo grado, tomando como muestra una porción de estos estudiantes para tener una finalidad de lo que deseamos lograr en el presente escrito.

Es cualitativo:

Según los autores Blasco y Pérez (2007:25) señalan que la investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural y como sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas.

Utiliza variedad de instrumentos para recoger información como las entrevistas, imágenes, observaciones, historias de vida, en los que se describen las rutinas y las situaciones problemáticas, así como los significados en la vida de los participantes.

Esta investigación tiene las características que reflejan los autores citados con anterioridad; ya que este trabajo se centra en la descripción y explicación de cuan relevante es la asignatura de Educación Física para los estudiantes y docentes que la imparten en el proceso de aprendizaje de estos, además los beneficios que esta ofrece a los discentes antes mencionados y los métodos utilizados por el especialista en la materia, su preparación y su desarrollo en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Cuantitativo:

Según Sampieri (1991:5) este paradigma es el más usado en las ciencias exactas o naturales; ya que usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la mediación numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías.

Este trabajo de investigación posee las particularidades que describe el autor antes citado; porque se usaron instrumentos como la encuesta; la que permite la recopilación de información exacta y de datos cuantificables y medibles; a su vez estos servirán para la presentación de tablas estadísticas que darán a demostrar la relevancia de la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de los estudiantes.

Instrumentos:

Al respecto, Mayntz et al. (1976:133) citados por Díaz de Rada (2001:13), describen a la encuesta como la búsqueda sistemática de información en la que el investigador pregunta a los investigados sobre los datos que desea obtener, y posteriormente reúne estos datos individuales para obtener durante la evaluación datos agregados.

Según Gómez refiere que básicamente las preguntas cerradas contienen categorías fijas de respuesta que han sido delimitadas, las respuestas incluyen dos posibilidades (dicotómicas) o incluir varias alternativas. Este tipo de preguntas permite facilitar previamente la codificación (valores numéricos) de la respuesta de los sujetos.

Los instrumentos a utilizar para la recolección de los datos en la investigación son: encuestas, con preguntas cerradas dirigidas a los estudiantes de undécimo grado para obtener mejores datos de la información que deseamos. El propósito de los instrumentos es recopilar datos que respalden enérgicamente el presente trabajo de investigación.

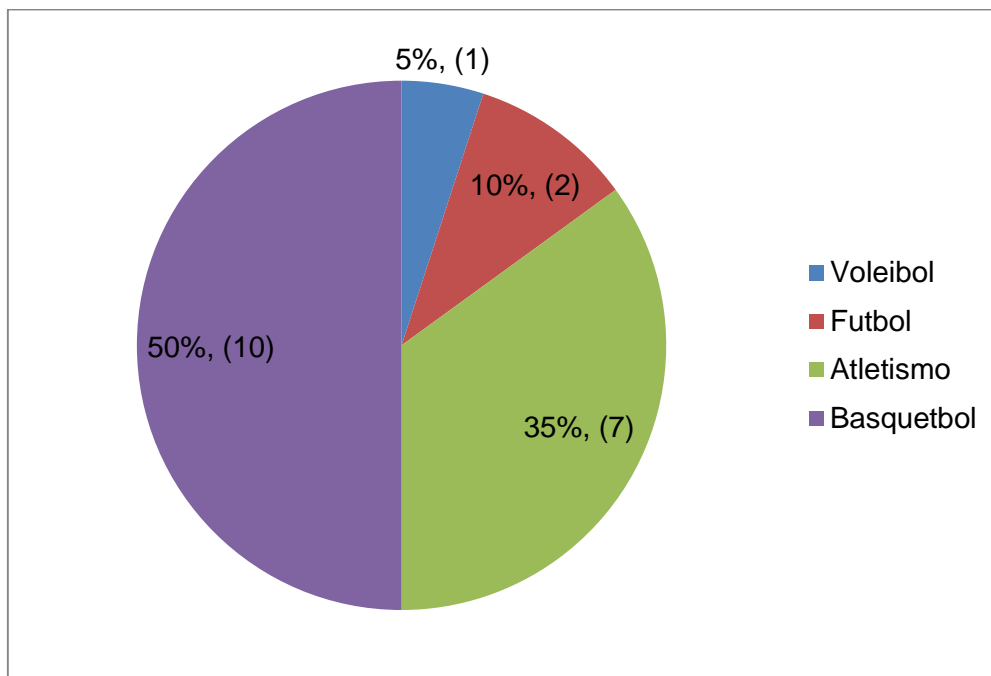
Variables:

Por último, las variables medidas son: educación física y deportes, y proceso de aprendizaje.

IV Análisis y discusión de los resultados.

Según el siguiente gráfico, el 5% correspondiente a 1 estudiante expresan que aprendieron a practicar voleibol, el 10% igual a 2 estudiantes exponen que practican futbol, un 35% que corresponde a 7 estudiantes practican el atletismo y un 50% equivalente a 10 estudiantes practican basquetbol.

Gráfico No 1
Deportes que practican los estudiantes



Fuente: encuesta aplicada a estudiantes de undécimo grado

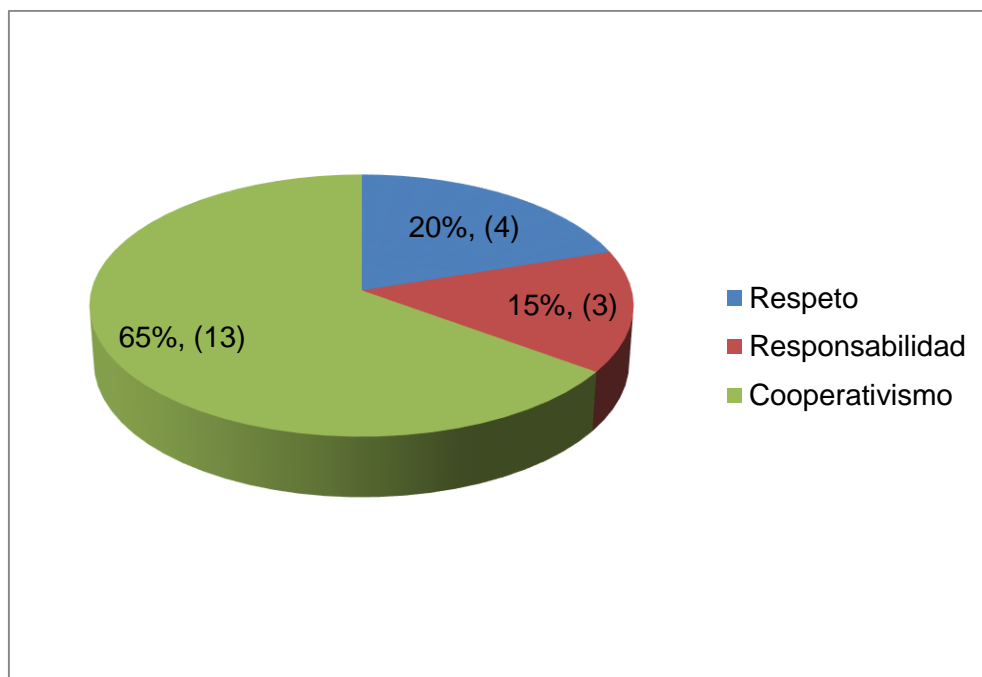
El gráfico anterior manifiesta que los estudiantes de undécimo grado si realizan prácticas educativas, pero más en un deporte que en otros y esto se evidencia en que la mayoría practica el atletismo y el básquetbol, siendo este último el de mayor relevancia para los discentes. En cierta forma, la práctica deportiva que ha sobresalido más en los estudiantes de undécimo grado, es el baloncesto e incluso se han obtenidos grandes logros en esta disciplina deportiva, en cuanto a torneos colegiales, pero el

poco desarrollo de los demás deportes se debe a la falta de material didáctico, los cuales son necesarios para la práctica de los mismos.

En esta dirección, se hace evidente aún más, la necesidad de mejorar las condiciones infraestructurales, que son tan indispensables para que los estudiantes ejecuten una práctica deportiva de manera efectiva, sólida y significativa. Asimismo lo que expresan los estudiantes está fundamentado; ya que según Robles, et al (2009) el fútbol y el basquetbol resultan ser los deportes más practicados antes de ingresar a la enseñanza superior y en la actualidad. En total acuerdo con dicho autor; puesto que los discentes de undécimo grado actualmente tienen un mayor acercamiento principalmente al baloncesto; hecho que se evidencia en la participación de las ligas municipales; por otra parte; el béisbol y otros deportes también son practicados por los discentes; siendo esto una prueba veraz en cuanto a la relevancia de la Educación Física y Deportes.

Grafico No 2

Valores que prácticas en Educación Física y Deportes



Fuente: encuesta aplicada a estudiantes de undécimo grado

Haciendo referencia a los valores, al encuestar a los estudiantes de undécimo grado, se les cuestiono sobre los valores que practican en Educación Física y Deportes, los cuales respondieron en un 15% igual a 3 estudiantes que si practican el respeto, un 20% igual a 4 dicen que practican la responsabilidad y un 65% equivalente a 13 estudiantes practican el cooperativismo. Según los resultados, los estudiantes tienden a ser irrespetuoso e irresponsable durante las clases de Educación Física y esto puede desencadenar conflictos e interrumpir el logro de los objetivos de aprendizaje que se plantea el docente para sus discentes. Sin embargo la mayoría practica el valor de la cooperación y esto debe ser porque les llama la atención trabajar en equipos, ayudarse mutuamente y optar por el compañerismo, quizás aquí en esta interacción se deben orientar los otros valores antes mencionados, pero para lograrlo se requiere de la función orientadora y facilitadora de los docentes. La relación docente-discente, y entre los mismos estudiantes es una experiencia que requiere cierto compromiso, ya que solo así se podría educar en valores en la Educación Física y Deportes.

Lo anterior se reafirma en que según (González. P; Curso 2005-2006) la Educación Física contribuye al desarrollo de los valores, favoreciendo la formación integral de nuestros alumnos. A través de la participación en los juegos y actividades que propongamos se desarrollan valores como la cooperación, tolerancia y respeto. Este autor acierta en que los temas transversales tienen influencia en dicha área del conocimiento; puesto que tanto como el juego y el deporte constituyen componentes que de una u otra forma vienen acompañados de los valores; siendo estos los elementos que fortalecen la formación de las y los estudiantes; en este caso la de los de undécimo grado; es más en dicha asignatura es donde se aprenden con mayor rigor los valores; pero todo ello depende de la acción docente.

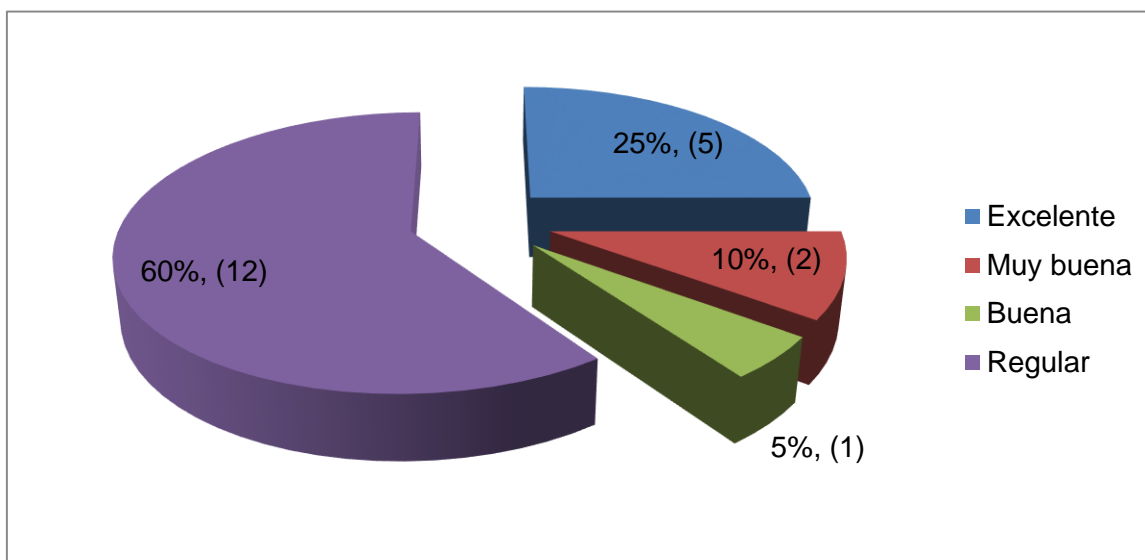
Cuando los docentes de Educación Física y Deportes comiencen a darle importancia a tal ciencia; cuando comprendan la gran responsabilidad de esta área en el aprendizaje de las y los estudiantes; cuando busquen mejorar sus estrategias; pero principalmente cuando se preocupen por el tema de los valores; allí es que realmente

los discentes comprenderán el aprendizaje significativo que implica la misma en la vida misma; tanto para la asimilación de actitudes y aptitudes; dos enormes aspectos que les harán de gran utilidad para la sociedad en la que están inmersos.

Al hablar de la docencia, se percibe la necesidad de evaluar la acción docente y por ello se procedió a evaluar la práctica de la Educación Física que brinda el docente, obteniendo que un 25% igual a 5 estudiantes expresan que es excelente, el 10% igual a 2 dice que es muy buena, el 5% equivalente a 1 estudiantes expone que la práctica es buena y un 60% igual a 12 refleja que la práctica que brinda el docente es regular.

Grafico No 3

Evaluación de la práctica de la Educación Física y Deportes brindada por el docente



Fuente: encuesta aplicada a estudiantes de undécimo grado

Según la gráfica anterior, se refleja que una mayoría opina que la práctica de la Educación Física y Deportes que brinda el docente es regular, este dato quizás se deba a la falta de compromiso del docente, a la poca disposición de los estudiantes en relación a la asignatura y a la ausencia de medios didácticos, todos estos son factores

que le restan importancia a esta área del aprendizaje, sin embargo no debe ser una excusa para que el docente proponga clases rutinarias y por tanto aburridas. El hecho de que los estudiantes evalúen como regular la clase impartida por el docente implica que el mismo no se está esforzando por ofertar un buen aprendizaje; a lo mejor perciben un aprendizaje carente de relevancia; en cierta forma por falta de aplicación de estrategias que hagan más interesante el aprendizaje de la misma.

Ante esto; siguiendo a Moreno J. y Gómez H. (2002), si nos atenemos algunas investigaciones (Stewart y Cols. 1991; Delfosse y Cols.1994; Luke y Cope, 1994; Brand y Scantling, 1994), las actitudes hacia la Educación Física se deterioran según el alumno avanza de curso. Este cambio se produce, entre otros factores, por la percepción que tiene sobre el maestro que le imparte las clases. Entonces ante lo anterior queda claro que los estudiantes perciben el amor a la educación Física de acuerdo a la actitud del docente; si el docente ama lo que hace; es seguro que el discente se sienta atraído por la asignatura y el aprendizaje de la misma resultara excelente.

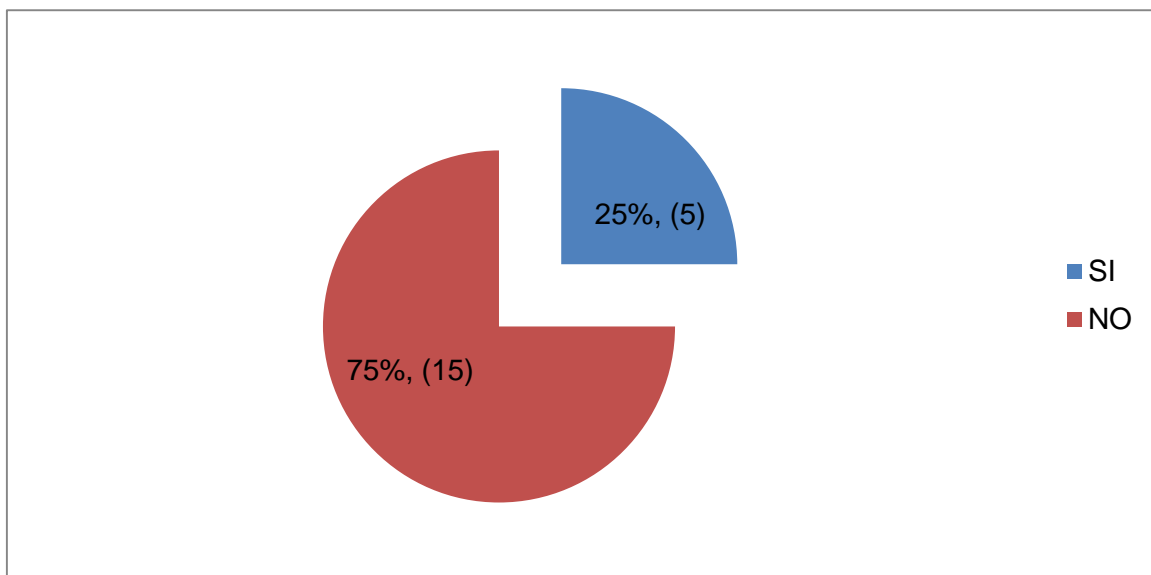
En referencia a la motivación, se procedió a indagar si el docente motiva a los estudiantes a practicar la Educación Física y Deportes; esta interrogante surge de la evaluación que le atribuyen los estudiantes a la orientación teórica-práctica de la Educación Física y Deportes que refleja el docente; es aquí donde la motivación juega un papel decisivo en el proceso de aprendizaje de las y los discentes.

Por ello José Bernardo carrasco en su ponencia sobre claves para motivar en el aula, en las Jornadas de Innovación Pedagógica celebradas en Algeciras (España) en marzo del 2003, comentaba: nadie se esfuerza porque si, sin que exista una razón que le haya movido a ello.

El alumnado percibe este tipo de actitud, no es lo mismo un profesor dominante, que es exigente, impone orden y ejerce su autoridad que uno más cercano y comprensivo; esto no quiere decir que olvidemos o dejemos a un lado la disciplina e n las clases,

pero sí que nuestra manera de ser, y la forma en que concebimos nuestro trabajo actúan como factores decisivos en la motivación nuestros alumnos. En cuanto a la motivación; se logra identificar que es ausente en el de área de Educación Física y Deportes; esto lleva a una pérdida de significado de los conocimientos de la misma; lleva al aburrimiento y por lo tanto a la falta de interés por parte de los estudiantes de undécimo grado; ante ello el docente debe preocuparse por superar tal deficiencia en su práctica pedagógica.

Grafico No 4
El docente motiva a los estudiantes



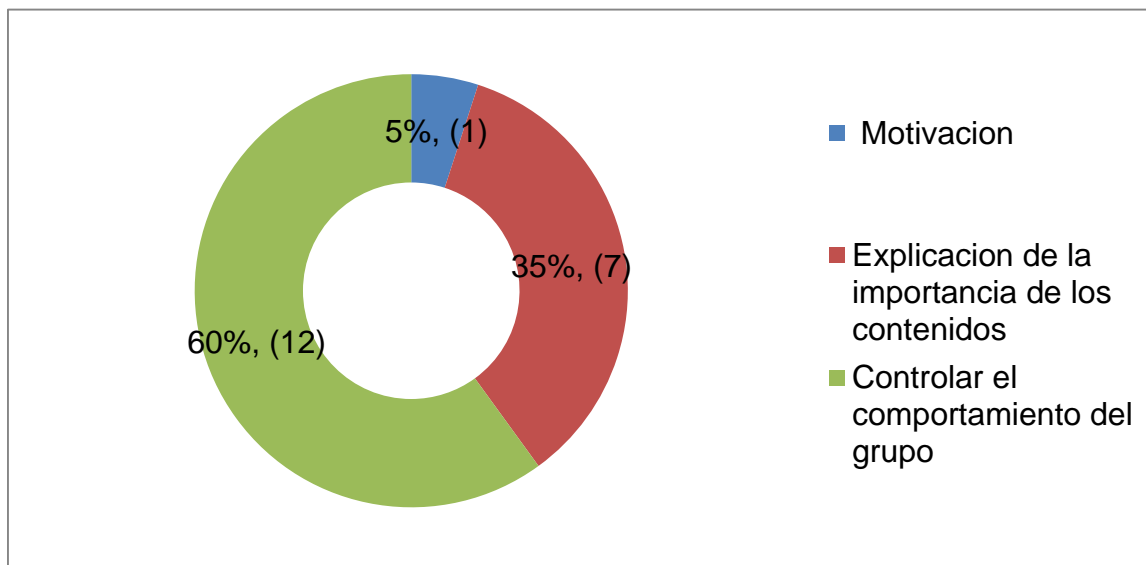
Fuente: encuesta aplicada a estudiantes de undécimo grado

En el grafico anterior puedes confirmar lo antes descrito, donde el 75% igual a 15 estudiantes expresa que el docente no motiva a los estudiantes, mientras que un 25% igual a 5 estudiantes expresan que si los motiva, lo que indica que esto representa una dificultad en la consecución del objeto de aprendizaje que se persigue con esta asignatura. Evaluar el trabajo docente es un asunto muy serio, pero a quienes le compete es a los estudiantes y ellos consideran que el docente no realiza las

actividades correctas para que ellos se interesen en ejecutar los ejercicios físicos y quizás esta desmotivación en cierta parte recae en la falta de compromiso del maestro, pero también la falta de esfuerzo y voluntad propia de los discentes, así como la pereza de estos, es lo que le quita calidad a la práctica de dicha materia de estudio.

En relación a las estrategias, surgió la necesidad de conocer en que debe mejorar el docente, para impartir una buena práctica de la Educación Física y Deportes, obteniendo que el 5% igual a 1 estudiante expone que debe mejorar en la forma de motivar, un 35% igual a 7 estudiantes dicen que debe explicar la importancia de los contenidos y un 60% igual a 12 estudiantes expresan que debe controlar el comportamiento del grupo.

Grafico No 5
Aspectos que el docente debe mejorar



Fuente: encuesta aplicada a estudiantes de undécimo grado

Como puedes notar, los problemas de comportamiento representan una dificultad que interfiere en el aprendizaje de la Educación Física y Deportes, pero también en ocasiones la explicación de los contenidos y la importancia de los mismos parecen ausentes, incluso la motivación nula y el actuar incorrecto de los estudiantes de undécimo grado trasgreden las normas que implica esta asignatura y es por ello que los docentes deben preocuparse por resolver esos problemas, partiendo de mejorar la relación maestro-alumno, proponer el trabajo grupal y poner en la práctica las estrategias antes mencionadas para darle la relevancia que tiene esta ciencia en el proceso de aprendizaje de los estudiantes.

En relación al aspecto a mejorar; según Gutiérrez et. al. (2007), analizando las actitudes de los alumnos hacia la Educación Física y sus profesores de Educación Física, encuentran que los alumnos valoran más a los profesores que dominan su materia, explican claramente lo que los alumnos han de aprender y les ayudan cuando se presentan dificultades, a la vez que manifiestan el deseo de disfrutar de mayor libertad en la elección de las actividades a practicar, también que les gustaría que sus profesores de Educación Física se preocupasen más por lo que ellos sienten, y tuvieran mayor control sobre los alumnos en clase.

La cita anterior lleva a deducir que cuando el estudiante se aburre de la clase; cuando se cansa de la rutina; cuando no sabe el sentido del porque hace Educación Física y Deportes; es allí en esos momentos cuando se pierde el control del grupo; al no tener el mismo se hace más difícil el proceso de aprendizaje; por consiguiente es deber del docente innovar sus estrategias metodológicas cada día; puesto que al hacerlo lograra que las y los educandos de undécimo grado adquieran motivación e interés por la clase en cuestión; solo así se apropiaran de un aprendizaje significativo como el enfoque constructivista lo plantea.

Partiendo de todo lo anterior se logra obtener que la relevancia de esta asignatura se evidencia en que un 100% equivalente a 20 estudiantes aceptan que es importante la práctica de esta, ya que en esta socializan, aprenden valores, fortalecen el compañerismo al cumplir las tareas en equipo y se vuelven competitivos ante las circunstancias de la vida misma, adquieren aptitudes y afrontan los problemas y le buscan soluciones; a esto señalan que es importante para desarrollar capacidades físicas, intelectuales y morales.

Según (Nuñez, S.; Pena, A.; Arufe, V; 2009) la práctica educativa realizada en el ámbito educativo cobra una especial relevancia debido a la idoneidad de esta para la transmisión de valores. Así pues, el importante papel que desempeña el docente de Educación Física, que además de transmitir conocimiento debe inculcar y transmitir valores, es primordial para un correcto proceso de enseñanza-aprendizaje del deporte y los contenidos del currículo.

El dato anterior refleja que los estudiantes de undécimo grado reconocen la importancia que tiene la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje, estos admiten que no solo les fortalece sus capacidades físicas, sino que también contribuye en su intelecto y en el aprendizaje en valores, convirtiendo a los mismos en estudiantes con aptitudes positivas en pro de su formación académica. Es claro que la Educación Física y Deportes, constituye una asignatura que da lugar a construir un proceso de socialización en donde se comparte un aprendizaje motor, se participa activamente, se intercambian ideas y se trabaja en equipo, facilitándose así el desarrollo de las capacidades antes citadas

Capítulo V

5.1. Conclusiones.

1. Al realizar los instrumentos se llegó a la conclusión de que muchos de los estudiantes de undécimo grado del Instituto Nacional San Isidro si practican deporte y el más practicado es el atletismo y el basquetbol.
2. Al valorar la importancia de la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de los estudiantes se concluyó que es tan importante para el desarrollo físico, social, cognitivo, emocional, y el progreso en la adquisición y desarrollo de valores que lo identifiquen como mejores personas para su futuro profesional.
3. Dentro del punto estratégico que usa el docente para desarrollar la asignatura en la encuesta aplicada a los discentes se llegó a la conclusión de que el didáctico no es muy activo ya que la manera en que este se desarrolla ante los participantes es regular esto significa que las estrategias implementadas por el maestro no están dando respuesta a los objetivos planteados por el pensum escolar y debe mejorar en el momento de animar a los estudiantes y darle un poco más de interés a la clase y mejorar la manera en que la desarrolla.

5.2. Recomendaciones.

- 1- Se recomienda al docente, mejorar su actitud y darse su lugar ante los estudiantes exigir respeto y darles el respeto a los discentes que se les merece, y poder hacer de la asignatura una de provecho que logre desarrollar valores, comunicación y sobre todo crear líderes y profesionales de nuestra sociedad.
- 2- Mejorar su metodología de desarrollo de la ciencia en estudio y darles a conocer a los jóvenes la importancia de esta, y la preparación que de ella se deriva y en que les podrá servir en el futuro como profesionales y en la salud de cada uno de los involucrados.
- 3- A los discentes a mejorar su actitud ante las clases y que le den la importancia que se merece a la asignatura como tal y el respeto que ellos le deben a sus maestros para una mejor comunicación y un mejor desarrollo de la ciencia y lograr un mejor aprendizaje que sea tan relevante para sus vidas y su futuro dentro de nuestra comunidad y poder cambiar nuestra nación mediante los conocimientos que dentro de esta se aprenden.
- 4- A los lectores del trabajo que hoy describo que puedan darse cuenta del error que muchas veces somos capaces de cometer, pero que no tomamos en cuenta el mal que estamos causando a nuestros jóvenes y que marcamos sus vidas para siempre y que violentamos muchas veces sin saber sus derechos como es en este caso como lo describe la constitución política de nuestra nación en la Ley 522 (Ley general del deporte), donde todos los ciudadanos tenemos derecho a recrearnos a practicar deporte de una manera placentera, en paz y unidad, y somos todos y cada uno de nosotros los únicos que podemos hacer valer nuestro derecho.

5.3. Bibliografía

Alimen, M., & STEVE, M. (1978). Prehistoria. Madrid: Siglo XXI. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd148/la-educacion-fisica-en-la-historia.htm>.

Antonio, A. J., & Silvia, A. (2008). La investigación de la actividad física y el deporte. Didáctica de la expresión corporal. Revista Psicodidactica. Sistema de informe científica. Obtenido de <https://www.redalyc.org/html/175/17513107/>.

Cagigal, J. (1979). Cultura Intelectual y Cultura Física. (B. A. Editorial Kapelusz, Ed.) Obtenido de <https://efdeportes.com/efd62/Ciencia.htm>.

Cagigal, J. (1979). Cultura Internacional, Cultura Física. Buenos Aires: Kapelu. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd138/inteligencias-multiples-y-educacion-fisica.htm>.

Cagigal, J. (1981). Su teoría de Educación física y el deporte en la formación de valores. (B. Ed. Deporte y Ciencia. Publicaciones INDE, Ed.) Obtenido de <http://www.efdeportes.com/Revista Digital- Buenos Aires>.

Cagigal, J. (1984). La Educación Física. Obtenido de Ciencia//En: Educación Física y Deportes. Medellin. Vol. 6, Nos. 2-3, (may.-dic. 1984); pag. 55.

Cervelló, E. (2004). Goal orientations, motivational climate, equality, and discipline of Spanish physical education students. Perceptual and Motor Skills, 99, 271-283. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd120/mejor-convivencia-en-las-clases-de-educacion-fisica.htm>.

Contreras, O. (2000). La enseñanza de la Educación Física a la luz de los diferentes Paradigmas de investigación educativa. Conceptos de Educación. La

Educación Física en la Escuela-1, n6 octubre del 1999, pp. 55-75. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd120/mejor-convivencia-en-las-clases-de-educacion-fisica.htm>.

Del Villar, F. (1993). El desarrollo del conocimiento práctico de los profesores de Educación Física, a través del programa de análisis de la práctica docente. Un estudio en casos de formación inicial. Tesis Doctoral. Universidad de Granada. Obtenido de <http://www.eduinnova.es/sept09/NORMASCLARAS.pdf>.

Díaz. (2000). Convivencia Escolar y prevención de la violencia. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Centro Nacional de Información y Comunicación Educativa. Obtenido de http://cnice.mecd.es/recursos2/convivencia_escolar/.

Escartí, A., & Cervelló, E. (1994). La motivación en el deporte. (E. p.-9. En I. Balaguer (Ed.), Ed.) Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd120/mejor-convivencia-en-las-clases-de-educacion-fisica.htm>:
http://www.revistaeducacion.mec.es/re335_10.pdf

Escudero. (2009). La Educación Física y su influencia en la formación integral del hombre para la vida. Obtenido de <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 14 - N 131 Abril de 2009.

Eugenia, M. S. (abril de 2015). Obtenido de www.kontraste.com; e-mail: ii.saber6gmail.com Primera edición Abril 2015 España- Colombia ISBN: 978-312-88135-8. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/libro/572933.pdf>.

Europea/EACEA/Eurydice, c. (2013). La educación física y deportes en los centros escolares de Europa. Obtenido de <https://www.google.com/search?ei=TOXKHaBo4fs5gLRaywAG&q=los+centros+escolares+de+Europa+%28informe+de+Eurydice>.

Gardener, H. (1983). Multiple Intelligences. Basic Books. Castellano
Inteligencias Múltiples. Paidós. Obtenido de
<https://www.efdeportes.com/efd138/inteligencias-multiples-y-educacion-fisica.htm>.

González. (1993: 52). Diccionario de Educación Física en Primaria (I). Obtenido de [http://www.efdeportes.com/Revista Digital-Buenos Aires-Año 8- N47- Abril de 2002](http://www.efdeportes.com/Revista-Digital-Buenos-Aires-Año-8-N47-Abril-de-2002).

González, A. (1988). El enfoque centrado en la persona. Aplicaciones a la Educación. (M. D. Trillas., Ed.) Obtenido de
<https://www.efdeportes.com/efd138/inteligencias-multiples-y-educacion-fisica.htm>.

Grinesky, S. (1996). Cooperative Learning in physical education. Champaign, IL: Human Kinetics. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd120/mejor-convivencia-de-las-clases-de-educacion-fisica.htm>:
http://www.revistaeducacion.mec.es/re335_10.pdf

Gutiérrez, M. (s.f.). Desarrollo y transmisión de valores sociales y personales en educación física y deportes. Premio de investigación en Ciencias Sociales y Humanidades. IV Premios Unisport Andalucía de Investigación Deportiva. Málaga Unisport 1994. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd120/mejor-convivencia-el-las-clases-de-educacion-fisica.htm>:
http://www.revistaeducacion.mec.es/re335/re335_10.pdf

Juan Antonio Moreno, M. G. (2007). Interés del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria hacia la Educación Física. Obtenido de <https://redie.uabc.mx/redie/login>.

Larraz, A. (1989). Pedagogía de las conductas motrices y praxeología Motriz.//En: Apunts, Educación Física I Esports. Barcelona. Nos. 16-17, (jun.-sept. 1989); pag. 13 Education.

Nicholls, J. (1989). The Competitive Ethos and Democratic Education. Cambridge. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd120/mejor-convivencia-de-las-clases-de.educacion-fisica.htm>:

http://www.revistaeducacion.mec.es/re335_10.pdf

Obando, Y. T., & Darce, G. d. (2013). Investigación importancia de la Educación Física, Recreación y Deportes. (U.-L. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Ed.) Obtenido de <https://riul.unanleon.edu.ni:8080/ispui/bitstream/123456789/3366/1/225316.pdf>

Orlick, T. (1986). Juegos y Deportes cooperativos. Desafíos divertidos sin competición. (E. P. Madrid, Ed.) Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd120/mejor-convivencia-de-las-clases-de.educacion-fisica.htm>: http://www.revistaeducacion.mec.es/re335_10.pdf

Ortega, E. (1989). La Educación Física y su dimensión científica.//En: Apunts, Educación Física I Esports.Barcelona.Nos. 16-17, (jun.-sept. 1989); pags. 26-27.

Ortí, J. (2003). Resolución de conflictos en la educación física. Tánden, 12, pp. 40-49. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd120/mejor-convivencia-de-las-clases-de.educacion-fisica.htm>:

http://www.revistaeducacion.mec.es/re335_10.pdf

Pedraz, V. (1988: 60). Educación Físico Deportiva. Obtenido de <http://efdeportes.com/Revista Digital-Buenos Aires-Año 8- N 47 -Abril de 2002>.

Pérez, O. E. (2008). La educación física en el fortalecimiento de las habilidades sociales de los estudiantes. (U. d. física, Ed.) Obtenido de <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/197.laeducacionfisica.pdf>.

PUIG, J. M. (2009). Aprendizaje Servicio. Educar para la ciudadanía. Barcelona: Octaedro. Aprendizaje-Servicio en la Educación Física. Un modelo de innovación educativa generalizable para un aprendizaje integrador de teoría y práctica.

Robles, J. (s.f.). Prácticas deportivas y/o actividad física de estudiantes de Educación Física en viña del mar. Concepto, características, orientaciones y clasificaciones del deporte actual.EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, 138, noviembre. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd138/concepto-y-clasificacion-del-deporte-actual.htm>.

Rubén, F. M., & Zamora Salas, J. D. (2009). La educación física y deportes como medios para adquirir y desarrollar valores en el nivel de primaria. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44015082008>.

Torres, A. (1991). Didáctica de la educación física. (M. D. deportiva., Ed.)

Trianes, V. (2006). Un cuestionario para evaluar el clima social del centro. (v. 1.-2. Psicothema, Ed.) Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd120/mejor-convivencia-en-las-clases-de-educacion-fisica.htm>.

UNESCO. (21 de noviembre de 1978). Carta Internacional de la Educación Física y Deportes. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd159/actividad-fisica-con-paralisis-cerebral.htm>.

Vigotsky, & citado por Marles. (2000). Colectivo de autores. Tendencias Pedagógicas contemporáneas. CEPES. Universidad de la Habana. P.p. 155-175.

Anexo #1.

Operacionalización de las variables.

Objetivo	Preguntas de investigación	Variables	Indicadores	Instrumento de medición
Identificar la práctica deportiva en los estudiantes de undécimo grado B, Instituto Nacional San Isidro, municipio San Isidro, departamento Matagalpa, II semestre 2017.	¿Qué práctica deportiva se identifica en los estudiantes de undécimo grado?	Práctica deportiva	Los deportes que práctica en Educación Física son: a) Voleibol b) Futbol c) Atletismo d) Básquetbol	Encuesta aplicada a estudiantes de undécimo grado
Valorar la importancia de la práctica de la Educación Física y Deportes en el proceso de	¿Cuál es la importancia de la Educación Física y Deportes en	Importancia de la Educación Física y Deportes	Consideras importante la práctica de la Educación Física : a) Si ¿Por qué? b) No ¿Por qué?	

<p>aprendizaje de los estudiantes de undécimo grado B, Instituto Nacional San Isidro, municipio San Isidro, departamento Matagalpa, II semestre 2017.</p>	<p>los estudiantes de undécimo grado?</p>		<p>En las clases de Educación Física y Deporte ha aprendido valores como:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Respeto b) Responsabilidad c) Cooperación <p>Considera que la Educación Física y Deportes ayuda en tu salud y en el desarrollo de sus capacidades físicas, intelectuales y morales:</p> <p>Si ¿Por qué?</p> <p>No ¿Por qué?</p>	<p>Encuesta aplicada a estudiantes de undécimo grado</p>

<p>Proponer estrategias enfocadas en el mejoramiento de la Educación Física y Deportes de los estudiantes de undécimo grado B, Instituto Nacional San Isidro, municipio San Isidro, departamento Matagalpa, II semestre 2017.</p>	<p>¿Qué estrategias se pueden utilizar en el mejoramiento de la práctica de la Educación Física y Deportes de los estudiantes de undécimo grado?</p>	<p>Estrategias para el mejoramiento de la clase de Educación Física y Deportes</p>	<p>La práctica de la Educación Física y Deportes brindada por el docente es:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Excelente b) Muy buena c) Buena d) Regular <p>El docente motiva a los alumnos durante la práctica de la Educación Física y Deportes:</p> <p>Si No</p> <p>En cuál de estos aspectos debe mejorar el docente que le imparte Educación Física y Deportes:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) La motivación b) Explicación de la importancia de los contenidos c) En controlar el comportamiento de los estudiantes 	<p>Encuesta aplicada a estudiantes de undécimo grado</p>
---	--	--	--	--

Anexo # 2

5.4. Encuesta aplicada a las y los estudiantes.

La presente encuesta tiene como objetivo recopilar información relacionada con la relevancia de la Educación Física y Deportes en el proceso de aprendizaje de los estudiantes.

Datos generales:

Edad: _____ Fecha: _____

Sexo: _____ Grado: _____

1-Los deportes que practica en Educación Física son:

- e) Voleibol
- f) Futbol
- g) Atletismo
- h) Básquetbol

2-Consideras importante la práctica de la Educación Física:

- c) Si----- ¿Por qué?
- d) No----- ¿Por qué?

3-En las clases de Educación Física y Deportes has aprendido valores como:

- d) Respeto
- e) Responsabilidad
- f) Cooperación

4-Consideras que la Educación Física y Deportes ayudan en tu salud y en el desarrollo de tus capacidades físicas, intelectuales y morales:

Si----- ¿Por qué?

No----- ¿Por qué?

5-La práctica de la Educación Física y Deportes brindada por el docente es:

- e) Excelente
- f) Muy buena
- g) Buena
- h) Regular

6-El docente motiva a los alumnos durante la práctica de la Educación Física y Deportes:

Si-----

No-----

7-En cuál de estos aspectos debe mejorar el docente que te imparte Educación Física y Deportes:

- d) La motivación
- e) Explicación de la importancia de los contenidos
- f) En controlar el comportamiento de los estudiantes