

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Desarrollo profesional en el área de educación física

Trabajo académico.

Para optar el Título de Segunda especialidad profesional de Educación Física

Autor

Gelber Alexander Espinoza Mestanza

Sullana - Perú.

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Desarrollo profesional en el área de educación física

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva (presidente)

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

Sullana - Perú.

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Desarrollo profesional en el área de educación física

Trabajo académico.

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido y forma

Gelber Alexander Espinoza Mestanza. (Autor) 

Oscar Calixto La Rosa Feijoo. (Asesor) 

Sullana - Perú.

2020



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Sullana, a diecisiete días del mes de febrero de dos mil veinte, se reunieron en el colegio Mayor PNP Roberto Morales Rojas, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, al Dr. Segundo Albuquerque Silva, coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: *Desarrollo profesional en el área de educación física*, para optar el Título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física al señor(a) **GELBER ALEXANDER ESPINOZA MESTANZA**.

A las doce horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de **16**.

Por tanto, **GELBER ALEXANDER ESPINOZA MESTANZA**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física.

Siendo las trece horas con treinta minutos el Presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado.

Dr. Segundo Oswaldo Albuquerque Silva
Presidente del Jurado

Dr. Andy Figuerroa Cárdena
Secretario del Jurado

Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

DEDICATORIA.

Dedicado a todo aquellos que siempre me brindan su apoyo
y motivan a seguir en todo momento adelante.

INDICE.

DEDICATORIA.	5
INDICE.	6
RESUMEN.	7
ABSTRACT	8
INTRODUCCIÓN	9
CAPITULO I	12
EDUCACIÓN FÍSICA	12
1.1. Educación física en el colegio.	13
1.2. Historia de la educación física	14
CAPITULO II	16
2.1. Enfoque deportivo	16
2.2. Beneficios de la actividad física en el escolar	16
2.2.1. Beneficios a nivel físico	17
2.2.2. Beneficios a nivel psicológico	18
2.2.3. Beneficios a nivel socio afectivo	20
CAPITULO III	21
3.1. Perfil del profesor de educación física	21
3.2. Método de enseñanza de la educación física	22
3.3. Clasificación de los métodos	24
3.4. Estrategia de práctica	24
3.5. Objeto de estudio y componentes o categorías del modelo didáctico sistémico	25
CONCLUSIONES	28
RECOMENDACIONES	29
REFERENCIAS CITADAS	30

RESUMEN

Los hechos han demostrado que el ejercicio físico regular y sistemático es muy beneficioso para la prevención, el desarrollo y la recuperación de la salud. También es un medio para cultivar el carácter, la disciplina, tomar decisiones y seguir las reglas. Practicante en todos los ámbitos de la vida diaria. La educación física y el ejercicio son recursos educativos. Su similitud es que el ejercicio es más preciso y complejo que la educación física. Esto se ve favorecido por la investigación conjunta de los estudiantes de ciertos propósitos comunes y otros y completamente independientes de la acción. Por lo tanto, la actividad física tiene un efecto sobre El movimiento neurológico de los estudiantes. El movimiento perceptivo y la buena influencia del desarrollo deportivo es incuestionable, ya sea a través del juego como actividades de entretenimiento, como educación física científica o como deporte integrado a la sociedad.

Palabras claves: enseñanza física, recursos educativos, desarrollo neuromotor.

ABSTRACT

The facts have shown that regular and systematic physical exercise is very beneficial for the prevention, development and recovery of health. It is also a means of cultivating character, discipline, making decisions, and following rules. Practitioner in all areas of daily life. Physical education and exercise are educational resources. Their similarity is that exercise is more precise and complex than physical education. This is favored by the joint investigation of the students of certain common purposes and others and completely independent of the action. Therefore, physical activity has an effect on the neurological movement of students. The perceptual movement and the good influence of sports development is unquestionable, whether through games as entertainment activities, as scientific physical education or as a sport integrated into society.

Keywords: physical education, educational resources, neuromotor development.

INTRODUCCIÓN

La enseñanza basada en habilidades puede conceptualizar los resultados de aprendizaje esperados a través de un enfoque integral que tiene como objetivo aplicar el conocimiento adquirido para que los estudiantes puedan lograr un desarrollo personal satisfactorio, ciudadanía activa y colaboración en el aprendizaje, y persistir a lo largo de sus vidas.

El objetivo principal de las asignaturas de educación física es el desarrollo de la capacidad atlética personal, entendida como conocimientos básicos, métodos, reacciones y persistencia emocional relacionados con las conductas deportivas.

Para ello no basta con la práctica, se necesita una investigación crítica que fortalezca la respuesta, refiriéndose al valor del cuerpo humano, el desplazamiento y la interacción con el entorno. De esta manera, los estudiantes podrán mantener el control y significado de su carrera deportiva, comprender los puntos de percepción, integrar conocimientos y habilidades laterales, como el trabajo en equipo, la competencia leal y el respeto a las reglas. De manera similar, los deportes están asociados con la compra de habilidades relacionadas con la salud al apoyar la compra de actividades que conducen a una actividad física regular y actividades que toman una respuesta crítica a las prácticas sociales no saludables.

Las habilidades atléticas continúan desarrollándose a lo largo de la vida de un individuo, y este usa su sabiduría de acuerdo con la función del entorno, sabiendo qué hacer, cómo hacerlo, cuándo hacerlo y con quién hacerlo.

En el proceso implícito en la conducta deportiva se debe enfatizar la atención, interpretación, inspección, dictamen, ejecución y evaluación de la conducta deportiva. Aún existen los conocimientos más importantes combinados con estos métodos, además de los correspondientes a diversas ocupaciones físicas, las relacionadas con el cuerpo, el

desplazamiento, la salud y los sistemas de optimización de habilidades deportivas y habilidades. Uso social de actividades deportivas, entre otras cosas.

Entre estas reacciones se encuentran las que se derivan de la apreciación y las emociones de las propias limitaciones y formas, el disfrute de la práctica y las reacciones de interacción con los demás.

En el proceso de educación y aprendizaje, la situación reflejada por el movimiento significa la implantación de espacios con diferentes propiedades, en las que las respuestas también tienen diferentes significados. En algunos casos, se tratará de lograr rendimiento, en otros casos, ergonomía, expresividad, entretenimiento, etc.

La investigación realizada tiene un buen efecto en la promoción de la educación física para implementar y generar una buena socialización y una vida activa llena de ejercicio. La motivación para realizar este trabajo de investigación es informar y observar que existen diferentes métodos de actividad que pueden capacitar a los estudiantes para lograr un buen progreso y desarrollo físico, y fortalecer su desarrollo físico durante algunas actividades deportivas. Siempre tenga en cuenta que la implementación de la educación física tiene como objetivo mejorar las habilidades físicas, intelectuales y sociales de los estudiantes en el entorno.

La investigación sobre este tema es muy importante, porque permitirá que la mayoría de las personas conozcan cómo se benefician a corto y largo plazo en el ámbito del deporte, para que puedan realizar diversas actividades relacionadas con el deporte y la gimnasia, deportes, juegos, etc.

Objetivo General:

Describir la contribución de la realización de diversos movimientos en el entorno psicomotriz en beneficio de los alumnos y alumnas

Objetivos Específicos:

- Diseñar una iniciativa didáctica que motive a los alumnos a hacer actividad física y alimentarse correctamente, ejercer la iniciativa didáctica que permitan darle un desarrollo conveniente a todas las sesiones desde los juegos de roles.
- Analizar las diversas relaciones que puede haber con el ámbito psicológico en los alumnos y alumnas.

CAPITULO I

EDUCACIÓN FÍSICA

La educación basada en competencias puede especificar los resultados esperados de la enseñanza a través de un enfoque integral para aplicar los conocimientos adquiridos, lo que permite a los estudiantes lograr un desarrollo personal próspero, una conciencia cívica activa y una participación permanente en el aprendizaje.

El objetivo principal de los cursos de educación física es cultivar la capacidad atlética de las personas, entendida como la integración de conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos relacionados fundamentalmente con la conducta deportiva. Para sus logros no basta solo con la práctica, sino que se debe utilizar el análisis crítico para fortalecer las actitudes y valores del cuerpo, el deporte y la relación con el medio ambiente.

De esta forma, el alumno podrá controlar y comprender sus propios movimientos motores, comprender los aspectos perceptivos, emocionales y cognitivos relacionados con los movimientos y manejar las sensaciones relacionadas con ellos, así como integrar conocimientos y habilidades horizontales, como el trabajo en equipo, Equidad Competencia y respeto de las reglas, etc.

Además, el deporte está relacionado con la adquisición de habilidades relacionadas con la salud a través de acciones que ayuden a desarrollar hábitos de actividad física regular responsable y a aceptar una actitud crítica hacia las prácticas sociales no saludables.

Las habilidades atléticas continúan desarrollándose a lo largo de la vida de las personas y desarrollan la capacidad de comprender para percibir qué hacer, cómo hacer, cuándo hacerlo y con quién hacerlo de acuerdo con las condiciones ambientales.

En el proceso implícito de la conducta deportiva, es necesario enfatizar la comprensión, interpretación, observación, consideración cuidadosa, ejecución y evaluación de la conducta deportiva. Los conocimientos más significativos combinados con estos programas incluyen, además de los conocimientos correspondientes a las diferentes actividades físicas, también se incluyen conocimientos relacionados con la aptitud física, el ejercicio, la salud, los sistemas de mejora de la motricidad y las actividades sociales mediante la actividad física. Las actitudes incluyen evaluaciones y sentimientos sobre las propias limitaciones y posibilidades, el disfrute de la práctica y las relaciones con los demás.

1.1. Educación física en el colegio.

La razón por la cual la educación física es relevante es que comprender al bebé y prestar atención a sus necesidades e intereses son las características de esta disciplina, pero queremos enfatizar el significado de este concepto.

Las metas específicas o metas principales de la educación física aún se enfocan en las habilidades, métodos e intereses de los estudiantes, y permanecen invariables a lo largo del período escolar o educativo, porque se consideran la psicología básica e interna de la infancia y la adolescencia, y son desarrollado con él Sí, porque el contenido de la educación física proviene de nuestra naturaleza humana, porque la naturaleza humana es inherentemente la actividad física y el deporte en sí mismo.

Uno de los propósitos de este análisis es utilizar la investigación citada para proporcionar razones sorprendentes para incorporar la educación física en los planes de estudio de los estudiantes, proporcionando así una perspectiva sobre el impacto de la actividad física en las personas. Por ejemplo, un fuerte enfoque en la correlación entre la enfermedad cardíaca y la falta de actividad, el valor de cultivar las habilidades de los niños y adolescentes para que tengan las herramientas para permanecer activos a lo largo de la historia y el impacto en la actividad física a largo plazo están fortaleciendo a los estudiantes. 'educación física Argumento fuerte.

La educación física en sí no es suficiente para resolver el problema de la insuficiente actividad física de los niños y adolescentes y las molestias que ocasiona,

sin embargo, si se expone como mecanismo preventivo, debe ser un área de interés nacional, considerando que el entorno estudiantil no proporciona suficiente tiempo o actividades estructuradas para desarrollar el nivel apropiado de condición física de los adolescentes.

1.2. Historia de la educación física

La educación física anterior incluía gimnasia para aumentar la fuerza, la agilidad, la flexibilidad y la resistencia. Para los griegos, la gimnasia es un medio para mantener la salud y la función físicas.

En tiempos prehistóricos, los humanos buscaban seguridad y supervivencia a través del ejercicio, la agilidad, la fuerza, la velocidad y la energía.

En Grecia, el objetivo de la educación física es formar personas con movilidad.

En Esparta, la gente buscaba la unión de actores y sabios, este fue un programa educativo que llegó a conocerse como Palestral.

En cuanto a Roma, el deporte es muy parecido a Esparta porque el protagonista es un deportista.

Galeno fue el primero en proponer ejercicios específicos para diversas partes del cuerpo y utilizar el pulso como medio para detectar los efectos de los ejercicios físicos.

Durante el período visigodo, ya habían comenzado la lucha, el salto, la jabalina y la esgrima.

La gimnasia moderna nació en Suiza y Alemania a principios del siglo 19. Sus deportes incluyen el salto, la carrera y el combate al aire libre, la natación, el equilibrio, el baile, la esgrima, la escalada en roca y la equitación. El fútbol, el rugby, el cricket

y los deportes de caballos nacieron en Inglaterra. A finales del siglo XIX, nacieron los deportes de velocidad, como las bicicletas y los coches de carreras, que combinaban las habilidades físicas con la eficiencia mecánica.

Como entendemos hoy, el deporte se originó a partir de actividades físicas que los humanos antiguos intentaron sistematizar para mejorar su condición física en preparación para la batalla. A finales del siglo pasado, las escuelas e instituciones que forman a los profesores de educación física han alcanzado el nivel universitario.

CAPITULO II

IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA.

2.1. Enfoque deportivo

La educación física en la escuela primaria es una forma de participación del maestro. Estimula las experiencias, actividades y comportamientos deportivos de los estudiantes a través de sustituciones conscientes, incluida la experiencia deportiva de los niños, sus gustos, motivaciones, pasatiempos y necesidades de viaje. Orientación en las terrazas y áreas de la primaria la escuela y todas las ocupaciones de la vida diaria.

Por ello, el programa de educación física inspira aquellas habilidades que son fundamentales para el aprendizaje continuo, enfatizando que el alumno necesita meditar en cada situación que se le presente, ya sea a nivel intelectual y psicomotor, o cualquier otro aspecto. con otros.

La competencia es un conjunto de habilidades que integra los conocimientos, reacciones, habilidades y destrezas adquiridas por una persona a través del proceso de aprendizaje, y se afirma en la gestión en diferentes situaciones y entornos. Esforzarse por integrar el aprendizaje en la vida diaria.

Las habilidades que los estudiantes deben aprender y desarrollar en esta carrera de educación son: la expresión y desarrollo del cuerpo como desempeño general de las personas, las habilidades motoras y las habilidades Controlar las habilidades motoras para desarrollar acciones creativas. Todos declaran tener la intención de interactuar y complementar a otras personas, por lo que no se muestran en orden.

2.2. Beneficios de la actividad física en el escolar

Todos los medios de información están apuntando los beneficios del ejercicio físico todos los días, señalando que el ejercicio físico continuo, acompañado de una dieta equilibrada, ayuda a regular el peso y evitar la aparición de obesidad, ya sea en la niñez o en la edad adulta. También señalaron su contribución en la prevención de enfermedades degenerativas como la arteriosclerosis, que está muy relacionada con las enfermedades cardiovasculares.

Sin embargo, es en el campo de la educación que, al cambiar o fortalecer los hábitos de vida de los escolares, sus valores de salud y medio ambiente, y sus derechos y deberes, es posible generar riqueza y potencial para cambios positivos en la vida de las personas.

Desarrollar un buen hábito de ejercicio físico regular, que traerá los beneficios del deporte y las habilidades cognitivas, pero también beneficiará sus relaciones personales y los grupos sociales circundantes, aprenderá a integrarse y obtener salud física y mental. Todo el beneficio de una vida activa después de la pubertad es particularmente significativo.

Si las instituciones educativas fortalecen el plan de estudios de educación física a través del plan de estudios escolar, fortalecerán los valores que contribuyen al desarrollo integral de la persona. Como propone la nueva política educativa, las actividades físicas ganarán un lugar importante en la vida escolar.

2.2.1. Beneficios a nivel físico

Debido a los cambios en la hemodinámica, hormonas, metabolismo, nervios y función respiratoria, el ejercicio físico mejorará la función cardiovascular. Como se mencionó anteriormente, interviene modificando los factores de riesgo cardiovascular, por lo que juega un papel relevante en la prevención primaria y secundaria de la cardiopatía isquémica.

Se recomienda iniciar un programa de ejercicio supervisado desde la infancia para estimular los hábitos de ejercicio, porque esta es una de las medidas más adecuadas para aprovechar el tiempo libre y mejorar la salud.

Además, el ejercicio regular cambiará nuestros hábitos y se volverá más saludable, reducirá la sensación de esfuerzo físico y mejorará nuestra resistencia. En el impacto del ejercicio físico, es necesario evaluar los correspondientes al impacto del entrenamiento en sí, su impacto en cambios en los factores de riesgo cardiovascular y cambios en el estilo de vida.

Reducción de grasas y quema calórica

Al hacer ejercicio, nuestro cuerpo quema principalmente calorías de alimentos poco saludables como la comida chatarra, lo que se traducirá en una reducción del tejido adiposo (grasa), reduciendo así el peso y previniendo altos índices de obesidad.

Mejora de la condición física

Contribuye al desarrollo saludable de huesos y articulaciones, aumenta la masa muscular y favorece el avance y desarrollo de habilidades físicas como fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y mantiene nuestro cuerpo en un estado altamente eficiente para hacer frente a diversas tareas. en la vida diaria.

Previene patologías cardiovasculares y respiratorias

El corazón es un músculo, de esta forma, el ejercicio repetido al nivel óptimo de ejercicio cardiovascular y aeróbico aumentará la circulación sanguínea y la oxigenación, previniendo así enfermedades como la hipertensión arterial y bajando los niveles de colesterol.

2.2.2. Beneficios a nivel psicológico

El ejercicio es el hábito más saludable, debemos entrenar con regularidad. Puede mejorar nuestra fuerza física, evitar diversas enfermedades y es un procedimiento eficaz contra otras enfermedades. Aunque no siempre parecemos tener motivación o tiempo, debemos saber que esto es necesario. No solo por las razones físicas que ya conocemos, sino también por el grado de positividad que nos aporta.

El próximo beneficio psicológico hará que el ejercicio sea una parte importante de su vida.

Se incrementa tu rendimiento

Los trabajadores que hacen ejercicio con regularidad pueden eliminar mejor el estrés. Por lo tanto, cuando se desconectaron, lograron mejorar el rendimiento nuevamente. Este reinicio es especialmente efectivo si se realiza al mediodía o a primera hora de la mañana.

Optimización la autoestima

El ejercicio puede ayudarnos a sentirnos mejor con nosotros mismos, no solo por la mejora del cuerpo humano. Un cierto grado de pensamiento nos da efectividad, la capacidad de trabajar por metas y la optimización de la autoconciencia.

Optimización las interacciones

Al hacernos más seguros de nosotros mismos, nos facilita llegar a la sociedad. Nos sentimos herramientas avanzadas, disfrutamos más de las relaciones sociales.

Evita patologías cognitivas

Si nuestro cerebro se estimula constantemente, podemos darnos cuenta de que no se encogerá a largo plazo. El ejercicio físico tiene este efecto en el cuerpo y la mente. La activación del cerebro ayuda a prevenir enfermedades degenerativas, como diversas demencias.

Se incrementa el rendimiento cerebral

El ejercicio tiene la capacidad de crear más y mejores conexiones entre nuestras propias neuronas. Por lo tanto, se optimizan el rendimiento y la capacidad cerebral. Esto nos inclina para que la memoria no se deteriore, y podamos aprender de una manera más directa y eficaz.

Reduce el estrés y optimización la relajación

Al hacer ejercicio, el cuerpo libera endorfinas, que son sustancias químicas en el cerebro que producen felicidad y euforia. Además, también produce

norepinefrina, que es una sustancia química que puede facilitar la respuesta nerviosa del cerebro al estrés e incluso aliviar ciertos síntomas de depresión.

2.2.3. Beneficios a nivel socio afectivo

A través de la hipercodificación de los mitos deportivos, el deporte brinda la posibilidad de construir un universo alternativo a la realidad social.

Aunque los efectos positivos de la actividad física en la salud mental se han estudiado durante mucho tiempo, la calidad de la investigación y los métodos utilizados son, en el mejor de los casos, confusos. Parte de la razón es un diseño deficiente de la investigación: tamaño de muestra pequeño y uso frecuente de varias definiciones y medidas de evaluación de la salud mental.

Aunque la participación en la actividad física se asocia con la reducción de la depresión y la ansiedad y es una modalidad de tratamiento reconocida, hay poca evidencia de que la actividad física pueda prevenir el desarrollo inicial de estas enfermedades. La actividad deportiva profesional y el tiempo libre están relacionados con la reducción de los síntomas depresivos y la posible ansiedad y tensión. Los niveles más altos de actividad física se asocian con pocos o pocos síntomas depresivos (Stephens, 1988). Sin embargo, llevará mucho tiempo (longitudinal) desarrollar estudios mejor diseñados para comprender completamente el vínculo entre la actividad física y la depresión.

CAPITULO III

3.1. Perfil del profesor de educación física

Es el componente central de todo diseño, es la observancia del comportamiento final de educar a los estudiantes graduados, en esta posibilidad de los expertos en deportes.

Este comportamiento incluye dos superficies: la conciencia, el logro que representa la reacción y la formación requerida para su desarrollo en el orden personal, social y profesional, y la función, rol o área de enfoque dedicada a la actividad profesional.

Teniendo en cuenta los cambios en la enseñanza en todos los niveles y posibilidades, la imagen del profesorado de enseñanza de física en un entorno especial y de consenso debe ser:

- ✓ Ejemplos de sus alumnos en actitudes, deportes e inteligencia.
- ✓ Tome como ejemplo su amor por los juegos, los deportes y los deportes.
- ✓ Cultivar la autoestima.
- ✓ Valorar el diálogo, la comprensión y la generación de una actitud positiva hacia el deporte y el tiempo libre.
- ✓ Tener una actitud creativa y crítica e interés por el desarrollo de la cultura deportiva.
- ✓ Es investigador de reflexión permanente y promotor del conocimiento psicomotor.
- ✓ Es un docente con una actitud innovadora y transformadora hacia el deporte.
- ✓ Respetar los estándares de niños y jóvenes en juegos y actividades.
- ✓ Cultiva valores y respeta normas de convivencia.
- ✓ Sabe ganar y perder.
- ✓ Tiene apertura y comprensión hacia niños y jóvenes con problemas motrices.
- ✓ Respetar la integridad física moral y las decisiones de los demás siendo justo y equitativo.

- ✓ Domina y favorece el desarrollo de los aspectos prácticos de la motricidad y el deporte en sus alumnos.

3.2. Método de enseñanza de la educación física

Incluye métodos de aplicación de teorías psicológicas para sustentar la teoría y la práctica educativas, que no permiten interpretar la naturaleza de los estudiantes como constructores de su propio aprendizaje en el contexto de la educación escolar. Por el contrario, el concepto constructivista del proceso de educación física que se devela en este artículo parte de considerar la naturaleza y función de la educación escolar, así como las características y características específicas de la actividad docente escolar. Esto es asumiendo que la escuela es la promotora o facilitadora del desarrollo personal y social, y el alumno se convierte en el participante principal al permitir sus actividades, y poco a poco va asumiendo la responsabilidad de la toma de decisiones, la producción que el docente le permite.

La sociabilidad del aprendizaje es una de las principales características del constructivismo, y también es una de las características de la educación física. Esta naturaleza social tiene dos significados: por un lado, la importancia del contexto y el entorno en el aprendizaje de los estudiantes; por otro lado, cuanto más intensa sea la interacción entre los estudiantes, más fácil y efectivo será el aprendizaje.

En educación física, los estudiantes no actúan solos. Es el patio de recreo que es un excelente medio para que los estudiantes interactúen con las condiciones físicas (infraestructura), contenidos, materiales y compañeros o profesores. En este espacio interactivo, los estudiantes deben aprender a convivir y a manejarse.

Las intervenciones docentes en las clases de educación física incluyen no solo el juego de pelota o pinball, sino también la combinación de contenidos socialmente efectivos. Los deportes escolares se han ajustado en la enseñanza para que la práctica y el rendimiento deportivo de los niños y adolescentes tengan las siguientes características:

Impulsa la cooperación: Buscar que los estudiantes puedan dar y recibir ayuda para lograr objetivos comunes entre compañeros, incluyéndolos en lugar de excluirlos. Por ejemplo, en el desarrollo de un juego deportivo -balonmano- el docente modificó una regla para que el comentario solo sea válido si y solo si es hecho por mujeres.

Desarrolla el pensamiento estratégico: A partir del conocimiento del juego y las reglas, los estudiantes pueden encontrar formas y medios para neutralizar el espacio y compensar su participación mediante acciones ofensivas o defensivas, invalidando así a sus oponentes. En referencia al tiempo y al espacio, premia su entrenamiento porque los estudiantes ajustan sus habilidades motoras y ajustan su rendimiento deportivo para dar pleno juego a su rol.

Resuelve problemas referidos al movimiento corporal: A partir de ensayo y error, exploración de acciones, juegos de modificación y observación, los niños han descubierto posibles formas de superar ciertos problemas que los guían a adaptarse y dominar su disponibilidad física, es decir, a controlar, modificar y manejar adecuadamente su uso. El cuerpo tiene que salir de la tarea para avanzar sin problemas.

Reconoce la competencia motriz: Brinda la posibilidad de aprender de las propias habilidades y utilizarlas para su propio servicio. Por ejemplo, para cultivar el patrón de lanzamiento al realizar el circuito de ejercicios, una vez que el niño reconozca su propia ventaja deportiva (lateral), reconocerá y encontrará que la forma más rápida y exitosa de realizar cada lanzamiento es usar ambas manos.

Impulsan la autoestima: Inculca y promueve el respeto a los demás, promueve el desarrollo de la comunicación y, por lo tanto, produce los valores de convivencia y armonía social. Esto se puede lograr cuando el docente explica claramente las reglas y sanciones a quienes violan las reglas, sopesando el sentido de igualdad y el equilibrio de poder entre los estudiantes. Las actividades deben promover la participación activa de todos los niños, así como la práctica de movimientos motores simples, a fin de promover la idea de que yo también puedo.

3.3. Clasificación de los métodos

En funcionalidad de la colaboración del alumno/a, poseemos:

Procedimiento Inductivo:

- Los estudiantes toman acciones activas. El maestro expuso un problema, los estudiantes deben encontrar la manera de hacerlo.

Procedimiento deductivo:

- El alumno/a actúa de manera pasiva.

El maestro siempre decía cómo debía actuar, cuándo comenzar, cuándo detenerse, los pasos a seguir, etc. Los estudiantes escuchan y ejecutan comandos.

En funcionalidad del carácter general de la educación, poseemos:

Aprendizaje sin error o programa lineal de Skinner: Se le da más trascendencia al resultado y no al proceso.

Aprendizaje ensayo – error: Se le da más trascendencia al proceso.

En cuanto a la función del tipo de enseñanza impartida a los estudiantes: Educación a través de la enseñanza directa: Los docentes optan por brindar a los estudiantes información directa sobre las soluciones.

Educación por medio de la averiguación: Este es un programa centrado en el estudiante, los estudiantes deben encontrar sus propias soluciones a los problemas planteados por el maestro.

3.4. Estrategia de práctica

Estrategia en la práctica universal: Una vez que presentamos la labor de manera completa, o sea en su integridad, hablamos de táctica universal.

Diferenciamos entre:

Universal pura: Podría ser la ejecución de la labor iniciativa en su integridad. Es ideal en Primaria.

Ej. Volteo hacia delante.

Universal polarizando la atención: El trabajo activo también está completo, pero requiere que los estudiantes presten especial atención a un aspecto específico.

Ej. Volteo hacia delante, sin embargo, fijándonos en que la barbilla se encuentre pegada al esternón.

Universal modificando el caso real: Podría ser la ejecución de la labor en su totalidad empero modificamos las condiciones en donde se hace.

Ej. Colocamos una colchoneta sobre un banco sueco conformando b plano inclinado para facilitar el volteo hacia debajo.

Táctica en la práctica analítica: Una vez que la labor se divide en piezas y se enseñan por separado, hablamos de táctica analítica. Diferenciamos entre:

Analítica Pura: Las obras se desglosan en fragmentos y se ejecutan a partir de las obras que el maestro considera más relevantes, de manera que cada obra se practicará de forma aislada y eventualmente entrará en ejecución general.

$$B/D/A/C = A+B+C+D$$

Ej. Salto de longitud.

Partes: carrera, impulsión, vuelo y caída.

Realización: 1° Impulsión, 2° Carrera, 3° Vuelo, 4° Caída.

Al final: Salto completo.

Analítica Progresiva: El trabajo se rompe en pedazos. El ejercicio comienza con un solo componente, una vez que lo domines, lo irás agregando gradualmente.

Ej. Salto de longitud.

Partes: carrera, impulsión, vuelo y caída.

Realización: 1° Carrera, 2° Carrera + Impulsión, 3° Carrera +

Impulsión + vuelo, 4° Salto completo.

Táctica en la práctica mixta: Se basa en una combinación de estrategias globales y analíticas, tratando de sacar un lado positivo de cada estrategia.

Dado que cada proceso debe terminar con una ejecución universal, la estrategia en la práctica mixta puede ser.

Global/Analítica/Global.

3.5. Objeto de estudio y componentes o categorías del modelo didáctico sistémico

La experiencia de los últimos años nos ha llevado a plantear la necesidad de redefinir el objeto de investigación de la pedagogía. Creemos que este debe ser un proceso de enseñanza y aprendizaje. La personalidad del sistema global desarrolla la personalidad de los estudiantes, expresa la unidad de conocimiento, y sabe hacer y Hacer (conocimientos, procedimientos y valores y actitudes).

El proceso de enseñanza y aprendizaje constituye los canales intermediarios necesarios para los conocimientos, habilidades, hábitos, normas de relación, comportamientos y valores heredados del ser humano, que se expresan en los contenidos de la enseñanza y se relacionan estrechamente con otras actividades.

Un componente es la característica o atributo del sistema que lo caracteriza. Los componentes no son parte del sistema, sino los atributos del sistema, los atributos de todo el proceso de enseñanza. La integración de todos los componentes constituye el sistema, en este caso el proceso de enseñanza. Una asignatura se puede dividir en múltiples tareas. En este sentido, las tareas docentes son subsistemas de la asignatura. Sin embargo, los componentes no son subsistemas del proceso. Son sus atributos, atributos, cualidades y características; ya sea una tarea docente o tema Espere. Es un proceso de enseñanza cada vez más complejo, pero cada proceso tiene los mismos componentes.

Estos contenidos aceptados por la pedagogía en los últimos años deben seguir siendo sistematizados a través de la práctica y la teoría de la enseñanza, y enriquecerse con la propia investigación del docente, y conformar paulatinamente un método de enseñanza basado en los principios generales de guiar a los educadores. Cuenta Toma en cuenta los antecedentes sociales e históricos específicos de nuestro país, y no desconoce las características de cada región, centro educativo, especialmente los docentes y los propios alumnos. Entre los principales componentes del modelo de enseñanza del sistema desarrollador propuesto, podemos mencionar los siguientes componentes:

Oportunidad de aprendizaje: Se refiere a la convergencia de conocimientos del contexto y el espacio y el período de tiempo adecuado para obtener conocimientos (en sus tres dimensiones: saber, saber hacer y llegar a ser) o lograr el logro de competencias. Lo usamos para referirnos específicamente a las oportunidades que tienen los estudiantes, los estudiantes deben tener un contenido adecuado, utilizarlo en su entorno y mejorar su situación de aprendizaje.

Logro de aprendizaje: (¿Para qué enseñar y para qué aprender?) Es parte integral o categoría de gestión del proceso de enseñanza, y define el orden de la sociedad hacia las escuelas o instituciones educativas. Representa el elemento rector de toda la conducta docente, el modelado de la habilidad esperada, sin descuidar el proceso de alcanzar la meta (en un tema, un sistema de clases o una clase).

El contenido: (¿qué enseñar y aprender?) Expresar lo que los estudiantes deben ser adecuados, está formado por conocimientos, habilidades, hábitos, métodos científicos, normas de relación con el mundo y valores que responden a entornos sociales e históricos específicos. El contenido satisface las funciones cognitivas, prácticas y de evaluación.

CONCLUSIONES

PRIMERA: Los documentos de organización curricular, como la planificación curricular, las unidades didácticas (unidades y módulos) y los cursos de aprendizaje producidos por los profesores a cargo de la educación física de la escuela primaria, deben determinar los objetivos de aprendizaje, las habilidades y los desempeños formados por la habilidad.

SEGUNDA: Es muy importante que los profesores a cargo de las áreas de enseñanza de psicomotricidad o física vinculen cada superficie de aprendizaje para que los resultados de los estudiantes sean integrales, es decir, las profesiones de física no estén relacionadas con los departamentos de matemáticas, comunicaciones, ciencia y tecnología, y otros departamentos. en aislamiento.

TERCERA: La soberanía de los estudiantes en el manejo de sus propias prácticas requiere que el conocimiento y la capacidad del comportamiento atlético se coloquen en contexto. La motivación o necesidades de los estudiantes determinarán el nivel de especialización que se debe proponer en el desarrollo de habilidades específicas de diversas ocupaciones deportivas. Este hábito de brindar carreras basadas en los intereses y métodos de los estudiantes puede consolidar las reacciones de interés, disfrute, respeto o unidad y cooperación, y al mismo tiempo brindar a los estudiantes recursos que les permitan realizar una mejor investigación en diferentes carreras relacionadas con el deporte.

RECOMENDACIONES

Se recomienda lo siguiente:

- Proporcione al menos 60 minutos de actividad física moderada o vigorosa todos los días, trate de dividirla en 2 o más veces, principalmente ejercicio aeróbico, e intercale con ejercicio vigoroso 3 veces por semana para fortalecer músculos y huesos.
- El desarrollo de la actividad física y el ejercicio será un período lleno de diversión y juegos. Combinar ocupaciones, diversión y actividades al aire libre es más deseable, lo que permitirá un refuerzo activo, permitiéndoles mantener hábitos interesantes e integrarse más fácilmente en su vida diaria, en lugar de imponer y sacrificar hábitos saludables por los niños. chico. Ejercicios de fortalecimiento muscular a través de juegos.
- En esta etapa de la vida, es especialmente importante recordar los efectos productivos de la actividad física en el fortalecimiento de huesos y músculos, estas actividades, junto con las tareas de coordinación, estimulan el equilibrio y son correctas, pueden evitar caídas y tener autonomía en el movimiento.
- Si el nivel de actividad física del individuo es bajo, entonces el crecimiento debe ser gradual, aumentando poco a poco para adaptarse a sus preferencias y patrones funcionales en su vida diaria. Las actividades grupales deben fomentarse a esta edad porque es un factor importante para la salud social y emocional de los sujetos.

REFERENCIAS CITADAS

- Ministerio de Educación. (2016). Currículo Nacional de la Educación Básica. Lima. Perú.
Recuperado de <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculonacional-2016.pdf>
- Bernaldo, M. (2012). Psicomotricidad Guía de evaluación e intervención. Madrid.
Recuperado de <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Psicomotricidad-guiade-evaluacion-e-intervencion.pdf>
- Lobera, J. (2010). Guía de psicomotricidad y educación física en la educación preescolar. México: Consejo Nacional de Fomento Educativo. Recuperado de <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/106811/guia-edupreescolar.pdf>
- Putrino, E. (2013). Diferentes sentidos y usos que se la dan a los titeres en el nivel inicial. Buenos aires: Universidad abierta interamericana.
- Salazar, R. (2015). El juego libre en los sectores y el desarrollo de las habilidades comunicativas orales en estudiantes de 5 años de la institución educativa N° 349 palao. Lima: Universidad peruana.
- Samper, J. (2006). Los modelos pedagógicos. Bogotá: Colección aua abierta. Sanchez, E., & Valenzuela, V. (2017). Importancia de los juegos recreativos en la educación inicial. Huancavelica: Universidad nacional de huancavelica.
- Vivar, G., & Ruiz, M. (2017). Influencia del empleo de titeres en el aprendizaje del idioma inglés en los niños de 5 años de la i.e eduardo ferrick ring N° 89506. Nuevo chimbote: Universidad nacional del santa

Guía Fitnes.(2010). Enfoques básicos de la educación física. Recuperado de:<https://guiafitness.com/enfoques-basicos-de-la-educacion-fisica.html>

La Voz del norte. (2018). Enfoque tradicional VS enfoque inclusivo en Educacion Física. Recuperado de:<https://www.lavozdelnorte.cl/2018/09/enfoque-tradicional-vs-enfoque-inclusivo-en-educacion-fisica/>

Minedu. (2008). Diseño Curricular Nacional De Educación Básica Regular. Recuperado de:<https://es.slideshare.net/ceciliahuapaya1/dcn-2009-29442516>

Alto rendimiento. (2011). II Congreso del Deporte en edad escolar. Revista AltoRendimiento. Recuperado de:<http://www.munideporte.org/imagenes/documentacion/ficheros/00C24A6A.pdf>

Educación Física Actual. (2012). Educación Física Actual [Entrada de Blog]. Recuperado de:<http://educ-fis.blogspot.com/2012/01/educacion-fisica-actual-23-enero-2012.html>

Erhuay, H., y Navarro, J. (2014). Monitoreo directivo y desempeño docente en las instituciones educativas del nivel inicial de la Red 13 Villa El Salvador UGEL 01, 2014.

Sánchez, B. (2011). Cómo Enseñar Un Deporte En Base Al Enfoque Basado En Competencias. Recuperado de:<http://altorendimiento.com/como-ensenar-un-deporte-en-base-al-enfoque-basado-en-competencias/>

Montserrat Tellez, (2012) Entrada 1, Educación Física, recuperado de:<https://educacionfisicacuarto.blogspot.com/2012/09/entrada-1.htm>

Desarrollo profesional en el área de educación física

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	ri.ues.edu.sv Fuente de Internet	5%
2	repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	1library.co Fuente de Internet	3%
4	Submitted to Universidad de Burgos UBUCEV Trabajo del estudiante	2%
5	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Nacional Abierta y a Distancia, UNAD,UNAD Trabajo del estudiante	1%
7	m.monografias.com Fuente de Internet	1%
8	www.clubensayos.com Fuente de Internet	1%
9	loquequieresobrelaeducacionfisica.blogspot.com Fuente de Internet	

		1 %
10	metodologias-ensenanza-deportiva.blogspot.com Fuente de Internet	1 %
11	www.deporteyciencia.com Fuente de Internet	1 %
12	ceipelviralindo.centros.educa.jcyl.es Fuente de Internet	1 %
13	Submitted to Fundacion San Pablo Andalucia CEU Trabajo del estudiante	1 %
14	Submitted to Universidad Autónoma de Nuevo León Trabajo del estudiante	1 %
15	docs.google.com Fuente de Internet	1 %
16	icarito.tercera.cl Fuente de Internet	1 %
17	Submitted to Universidad de Nebrija Trabajo del estudiante	<1 %
18	Submitted to Universidad Autónoma de Madrid Trabajo del estudiante	<1 %

19	Submitted to Universidad Catolica San Antonio de Murcia Trabajo del estudiante	<1 %
20	es.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %
21	res.uniandes.edu.co Fuente de Internet	<1 %
22	pledufisica.blogspot.com Fuente de Internet	<1 %
23	Submitted to Fundacion Educacional Alberto Einstein Trabajo del estudiante	<1 %
24	aprenderaaprender.galeon.com Fuente de Internet	<1 %
25	Submitted to ESCUNI - Centro Universitario de Magisterio Trabajo del estudiante	<1 %
26	prezi.com Fuente de Internet	<1 %
27	riul.unanleon.edu.ni:8080 Fuente de Internet	<1 %


Oscar Cabeza La Rosa Velasco
Autor

Excluir citas Activo
Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 15 words