

# **UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES**

## **FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**



### **Educación Física y Deporte.**

### **Trabajo Académico.**

Para optar el Título de Segunda Especialidad profesional en Educación Física

Autor:

**Feliciano Félix Dionicio Rebaza**

**Piura – Perú**

**2020**

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

## FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



### Educación Física y Deporte.

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (presidente)



Dr. Andy Kid Figueroa Cárdenas (secretario)



Mg. Ana María Javier Alva (vocal)



**Piura – Perú**

**2020**

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

## FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



### Educación Física y Deporte.

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

Feliciano Félix Dionicio Rebaza (Autor)

Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva (Asesor)

**Piura – Perú**

**2020**



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


**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO**


Piura, a los quince días del mes de febrero del año dos mil veinte, se reunieron en el colegio Pontificio, 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. Oscar Calixto La Rosa Feijoo, coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Kid 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: *Educación Física y Deporte*, para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Física al señor(a). **DIONICIO REBAZA FELICIANO FÉLIX**.

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 **14**

Por tanto, **DIONICIO REBAZA FELICIANO FÉLIX**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título de Segunda Especialidad Profesional 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. Oscar Calixto La Rosa Feijoo  
Presidente del Jurado  
DNI: 00230120

  
Dr. Andy Kid Figueroa Cárdenas  
Secretario del Jurado  
DNI: 43852105

  
Mg. Ana María Javier Alva  
Vocal del Jurado  
DNI: 07038746

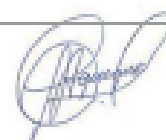
## Educación Física y Deporte

### INFORME DE ORIGINALIDAD



### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>deportivasfesaragoza.files.wordpress.com</b> Fuente de Internet	<b>7%</b>
<b>2</b>	<b>repositorio.unap.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>5%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.untumbes.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>4%</b>
<b>4</b>	<b>Submitted to Universidad Catolica de Trujillo</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>1library.co</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>repositorio.uncp.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>es.scribd.com</b> Fuente de Internet	<b>&lt; 1%</b>
<b>8</b>	<b>Submitted to Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales (FLACSO) – Sede Ecuador</b> Trabajo del estudiante	<b>&lt; 1%</b>
<b>9</b>	<b>vriunap.pe</b> Fuente de Internet	



< 1 %

---

**10** Submitted to Universidad Nacional de Tumbes

Trabajo del estudiante

< 1 %

---

**11** repositorio.ug.edu.ec

Fuente de Internet

< 1 %

---

**12** hdl.handle.net

Fuente de Internet

< 1 %

---

Excluir citas Activo

Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 15 words



Dr. Segundo Oswaldo Albuquerque Silva  
(Asesor)

## **DEDICATORIA.**

A Dios Padre, por estar delante y guiarme por el camino del bien en todo momento.

A mis padres, por el apoyo brindado en todas las etapas de mi vida.

A mis amigos, por motivarme a culminar mis objetivos planteados.

## ÍNDICE.

DEDICATORIA.	vi
ÍNDICE.	vii
RESUMEN.	viii
ABSTRACT.	ix
INTRODUCCION	10
CAPITULO I	12
EDUCACIÓN FÍSICA.	12
1.1. Definición conceptual.	12
1.2. Historia de la educación física.	13
1.3. Intereses de enseñanza de la educación física.	13
1.4. Aplicación del desarrollo de la educación física.	14
CAPITULO II.	17
DEPORTE.	17
2.1. Aspectos históricos del deporte.	17
2.2. El deporte en la sociedad.	18
2.3. La clasificación de los deportes	18
2.4. Funcionalidad del deporte.	19
2.5. El deporte en el desarrollo social.	20
2.6. El deporte como fenómeno de entretenimiento.	20
2.7. El deporte en el desarrollo cultural.	21
2.8. El deporte escolar.	22
CAPITULO III.	24
IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA	24
3.1. La educación física en el proceso pedagógico.	25
3.2. La educación física en la promoción de la salud.	25
3.3. La educación física en el desarrollo de la motivación.	26
CONCLUSIONES.	27
RECOMENDACIONES.	28
REFERENCIAS CITADAS.	29



## **RESUMEN.**

La educación física junto con el deporte, han alcanzado a ser consideradas las actividades más importantes en lo que refiere a mantener una condición física muy buena y una vida llena de salud, esto desde muchos años siempre ha tenido esa caracterización de utilidad, sin embargo muchas veces el hombre no le brinda la atención descuidando por completo la implementación en su vida práctica; el presente trabajo detalla aspecto de mucha relevancia en la vidas del hombre, es decir detalla lo que refiere al papel que juega la educación física dentro del ámbito educativos así como también el rol del deporte como una actividad que ayuda a mejorar la condición física y de salud, para el desarrollo del mismo, se hace revisión de diferentes fuentes de información que ayudan a mejorar este trabajo así como poner en manos de los profesores un material de consulta que será de ayuda en sus sesiones de aprendizaje.

**Palabra clave.** Educación saludable. Actividad física, entrenamiento deportivo.

## **ABSTRACT**

Physical education, together with sports, have come to be considered the most important activities in terms of maintaining a very good physical condition and a life full of health. For many years this has always had that useful characterization, however many Sometimes man does not pay attention to it, completely neglecting its implementation in his practical life; This work details a very relevant aspect in the lives of men, that is, it details what refers to the role that physical education plays within the educational field as well as the role of sport as an activity that helps improve physical condition and health, for its development, a review of different sources of information is carried out that help improve this work as well as putting reference material in the hands of teachers that will be helpful in their learning sessions.

Keyword. Healthy education. Physical activity, sports training

## INTRODUCCIÓN.

La educación física es una de las áreas que representa la vida saludable para el hombre, en esta asignatura los docentes de la especialidad deben promover que el estudiante aprenda los conocimientos básicos que tienen que ver con la educación corporal así como el equilibrio y emoción de su parte funcional, esta área se apoya en otras actividades como los deportes y ejercicios físicos, por ello es importante que se tenga un conocimiento amplio sobre la ejecución de todas estas actividades y le sean muy útiles en su vida.

El deporte representa una de las actividades en la que el hombre puede poner en práctica su fortaleza física a si como su dominio y conocimiento de habilidades y técnicas de acuerdo a las características de la disciplina deportivo, esto h generado que el hombre cada vez brinde gran importancia al momento de la ejecución deportiva, esto a su vez esta promoviendo que cada vez se utilice al deporte como una de las forma que atraen a muchas personas, esta no solo esta relacionada al la practica si no también al seguimiento que puede tener con otros propósitos, todo ello está generando que los docentes de educación física este en un constate intercambio de informacion es decir deben manejar estrategias que le ayuden a mejorar en sus enseñanzas.

Cuando se habla de la educación física y del deporte, se indica que este binomio puede ser de mucha importancia en la vida del ser humano, es decir una buena formación en ellas con la creación de la concientización por los benéficos que se obtienen, le servirá al hombre a tener una vida con mayor fortaleza y una mejor calidad de vida.

El trabajo presentado surge de la necesidad de conocer un poco mas sobre los aportes de la educación física y del deporte dentro del desarrollo humano y el aporte para la calidad de vida, este material justifica su elaboración por la falta de materiales educativos que hable directamente de la relación de estas variables de estudio, además que este material servirá de apoyo a los docentes de educación fisca el cual ser de consulta para despejar algunas dudas sobre los temas planteados.

Para tener un mejor planteamiento del trabajo, se proponen los siguientes objetivos:

### **Objetivo general.**

Analizar la importancia de la educación y del deporte dentro del aspecto formativo educativo en la educación básica regular.

### **Objetivos específicos.**

Describir la definición teórica conceptual de la educación física.

Describir los aspectos relevantes del deporte.

Analizar la importancia de la educación y del deporte en la educación básica regular.

El contenido del trabajo presentado, se divide de la siguiente manera:

El capítulo I, contiene información sobre las definiciones conceptuales referentes a la educación física.

El capítulo II, detalla aspectos relevantes del deporte.

El capítulo III, hace mención a los aportes de la educación física y su importancia dentro de la parte pedagógica.

Así mismo se dan a conocer las conclusiones a las que se llega, así como las recomendaciones y referencias citadas.

# CAPITULO I

## EDUCACIÓN FÍSICA.

### 1.1. Definición conceptual.

La educación física, es considerada como una de las áreas de la pedagogía en la cual se imparte conocimientos referidos al cuidado de la salud, para ello se utilizan un sin número de conocimientos que están relacionados a las actividades físicas y deportivas, su enseña también el cuidado del cuerpo y va desde la alimentación hasta los hábitos de higiene.

Según el "Teacher's Physical Education Textbook" (2006) de la Organización Mundial de la Salud "La combinación de actividades de información lleva a las personas a querer estar saludables, saber cómo lograr la salud, hacer todo lo posible para mantenerse saludables y buscar ayuda cuando sea necesario" (página 28).

Para los investigadores, "la educación física es un proceso indispensable en la educación", pues "a través de ella podemos enseñar a valorar todas las condiciones del individuo", y también creer que a través de las actividades que se realizan en las sesiones de aprendizaje, se logran buenas condiciones de salud.

"Manual de Educación Física y Ejercicio" (2003) "Se refiere al estudio de las conductas deportivas que pueden tener contenido educativo, es decir, el contenido de las actividades deportivas se utiliza para la educación. En definitiva, se busca el desarrollo integral del individuo" (Páginas: 16-17)

"Desde la perspectiva de los métodos de enseñanza, creemos que la educación física es un proceso de enseñanza que tiene como objetivo considerar y crear las condiciones para desarrollar el cuerpo en sus dimensiones globales y complejas, especialmente la capacidad de las habilidades motoras para constituir y limitar la

situación del sujeto. las necesidades de aprendizaje, estar en una situación en una sociedad en constante cambio e inestable, con importantes diferencias de clase y fundamentos culturales”. (Pág.: 20)

## **1.2. Historia de la educación física.**

En la antigua Grecia, el ejercicio físico desempeñaba un papel muy destacado en diferentes ámbitos de la vida social, entre los que destacaba el deporte griego a “través de la lectura de los grandes clásicos de la poesía y la filosofía y los descubrimientos arqueológicos”. Podemos ver la importancia de la educación física y la práctica física en una de las grandes civilizaciones del mundo antiguo.

A partir del siglo XVIII, el aprendizaje por inducción tiene una gran relevancia. En opinión de Rousseau, los niños menores de doce años deberían realizar ejercicios de educación sensorial: equilibrio, habilidades manuales, orientación, etc. (Pág. 56-60)

Los investigadores están de acuerdo con el surgimiento de innumerables filósofos, “educadores y pensadores que sentaron las bases de la educación física moderna e influyeron en las escuelas y sistemas posteriores”. La actividad física presenta un gran valor porque el deporte lleva muchos años entrenando a grandes deportistas y se ha convertido en una de las asignaturas educativas más importantes en las instituciones educativas, porque también ayuda a desarrollar conocimientos físicos, habilidades básicas y destrezas que propician el desarrollo de los niños en la sociedad.

## **1.3. Intereses de enseñanza de la educación física.**

Dentro de los intereses de la educación física, podemos decir que esta se refiere a la dirección y tendencia de los estudiantes a realizar conscientemente actividades (Sánchez y Dopico 2006), que incluyen juegos, deportes, expresión física, condiciones físicas, habilidades motoras y depresión específica (Madrona y Contreras, 2003). De la misma forma, mantienen su atención en la continuidad de sus esfuerzos, etc. “Todo

ello, para generar principios y actitudes que permitan a los estudiantes adaptarse a la base estructural que produjo el tema o actividad” (Bórquez, 2009).

Sin embargo, “el interés por la educación física también ayuda a los estudiantes a mantener una buena impresión de más tiempo para practicar” (Moreno y Hellín, 2007), puede incrementar el interés por la materia que imparte, como factor para asegurar “un aprendizaje efectivo” (López y González, 2001). ; tiende a utilizar el deporte y la actividad física como una actividad para fortalecer la cooperación y la responsabilidad social, aumentar el interés por aprender y convertirse en un mejor ciudadano, seguir las reglas, dar lo mejor de sí mismo y mejorar la salud y las habilidades deportivas específicas. (Escartí et al ,2007).

#### **1.4. Aplicación del desarrollo de la educación física.**

De acuerdo al interés que tiene la educación física en el desarrollo humano, se plantea el desarrollo en:

**a. Cognoscitivos.** Hay tensión mental, fuerza de voluntad y sentimientos, que conducen a dificultades para superarlo. El interés cognitivo alcanza diferentes etapas de desarrollo. En el primer grado, está estrechamente relacionado con el reconocimiento del docente. Con el proceso de aprendizaje como guía, los estudiantes también comienzan a interesarse por los resultados, y a medida que se da cuenta de sus conocimientos, sus razones y relaciones Así como el avance de la solución de determinados problemas (y el factor de interés de un sujeto, parte de la novedad y el conocimiento es hacerlos sorprendidos por lo desconocido, y a través del proceso de adquisición de conocimiento y la innovación, el proceso intelectual que les permite continuar, el método es Solo cuando el aprendizaje juega un papel en el espacio imaginario creado por el desarrollo realizado, el aprendizaje precede al desarrollo (Palacios,1987).

**b. Teóricos.** No solo está relacionado con el deseo de comprender las leyes y los fundamentos teóricos, sino también con su aplicación práctica. Es una acción positiva frente a la realidad y tiene como objetivo transformarla. Sin conocimientos teóricos, es imposible que los estudiantes participen activamente en las clases de educación física para mostrar su creatividad, iniciativa e independencia; por

esta razón, algunos docentes se interesan en cómo difundir los conocimientos teóricos en el aula para mejorar su calidad. En la investigación realizada por Moreno y Hellín, (2002), creían que “los conocimientos teóricos adquiridos en educación física eran necesarios e importantes”. Por otro lado, Contreras y Sánchez, (1988) y eran generalmente aceptados por los estudiantes, lo que llevó a niños y niñas a perseguir la perfección. Y haga preguntas para estudiar y desarrollar cada tema en profundidad.

**c. Emocionales.** Este parece ser un resultado esperado. La satisfacción de la educación física está restringida por el contenido del plan de estudios, la práctica física de los estudiantes y sus familias, el género de los docentes y estudiantes, y la fuerte socialización del fenómeno deportivo favorecido por los medios de comunicación.

De igual forma, cuando los ejercicios en grupo se realizan con cierta frecuencia, los estudiantes muestran mayor satisfacción en las clases de educación física. “La condición física, relajación, ritmo y coordinación de cada estudiante tienen diferente satisfacción con las clases de educación física”, la cual varía de persona a persona., Varía de persona a persona. Un grupo a otro refleja en parte la estructura de personalidad de cada persona (Macarro, 2008). Esta tendencia a despreciar las situaciones no recompensadas con el fin de reiterar aquellas situaciones que nos satisfacen y nos muestran quiénes somos.

Consideran la satisfacción-insatisfacción como un estado psicológico, que se manifiesta como resultado de un conjunto de interacciones de experiencias emocionales que se mueven entre los polos positivo y negativo, siempre que el objeto de la actividad satisfaga necesidades y se ajuste a las motivaciones e intereses personales (López y González, 2001), descubre y disfruta de la misma forma la satisfacción de lo que ha hecho el individuo y “el gusto por el trabajo colectivo” (SEP, 2006). Si el plan de estudios se planifica y aplica correctamente, tendrá un impacto positivo en la satisfacción y el buen aprendizaje de los estudiantes. Los estudiantes prestan más atención a la aptitud física y al inicio deportivo, seguido de la relajación, la buena ejecución técnica, la agilidad, la expresión física y los conocimientos teóricos (Mendíara, 1986).



La satisfacción que muestran los estudiantes en educación física está relacionada con su entorno de incentivos internos. En este sentido, las encuestas de (Cervelló, 2000), muestra que la dirección de la educación física es que el movimiento de los estudiantes se siente hacia más satisfechos; Se recomienda que los sujetos que enfrentan estas tareas consideren el deporte y la actividad física como una actividad que puede fortalecer “la cooperación y la responsabilidad social”, y aumentar el interés por aprender y ser un mejor ciudadano para cumplir con las Reglas, su mejor y mejorar su salud y habilidades motoras.

## **CAPITULO II.**

### **DEPORTE.**

#### **2.1. Aspectos históricos del deporte.**

Los pueblos más antiguos han dejado huellas de la práctica de todo aquello que se refiera a la actividad física o deportiva. Los comportamientos humanos desde tiempos prehistóricos pueden incluso clasificarse como "hazañas deportivas": correr para esquivar a los animales, saltar para superar obstáculos naturales, nadar por vías fluviales, lanzar jabalinas y otras armas o luchar contra enemigos. En la antigüedad, estas acciones estaban ritualizadas y relacionadas con la religión o las celebraciones.

La civilización precolombina usaba la pelota (tlachtli) para jugar un determinado juego, los egipcios eran apasionados por el tiro con arco y las competiciones de vela, y 500 años antes de los primeros Juegos Olímpicos, los griegos ya habían medido su fuerza en carreras de carros y competiciones. luchando. Numerosos murales han sido testigos de los logros del campeón en ese momento.

En el siglo IV d.C., con el declive de la civilización griega, comenzaron a declinar. “El deporte de competición no renació hasta el siglo XIX”. Al mismo tiempo, se ha reforzado el vínculo entre el deporte y la guerra (con el auge del tiro con arco, los campeonatos y la esgrima); solo determinadas actividades, como los juegos de pelota en Francia o el golf en Escocia, han escapado a esta tendencia generalizada. Bajo la protección de la Revolución Industrial, “las competiciones deportivas renacieron en Gran Bretaña y los países nórdicos”. Algunos autores incluso los consideran uno de los signos identificativos de la cultura contemporánea.

En el siglo XIX nacieron “las regatas de vela, el rugby y la primera Copa América” (1851). Con el tiempo, el principal valor deportivo ha ido ampliando su alcance; ya no se trata solo de competir con oponentes, sino de derrotas simultáneas o de dificultades y obstáculos naturales (la ciencia ha contribuido a ello, aportando medidas precisas Posibilidad en el tiempo y el espacio). “Al mismo tiempo, el fútbol,

el waterpolo, el tenis de mesa y muchos otros deportes aparecieron y se consolidaron en el siglo XX". En 1892, el "barón Pierre de Coubertin" propuso la idea de reconstruir los "Juegos Olímpicos". Dos años después, el proyecto fue aprobado durante la convención que estableció el Comité Olímpico Internacional. (COI).

Los primeros Juegos Olímpicos modernos se celebraron en Grecia en 1896 y se celebraron en Grecia hace cientos de años. Solo participaron 13 países y 295 atletas, pero este es un gran evento que se ha realizado cada cuatro años desde entonces (excepto durante las dos guerras mundiales). "Desde 1924 también se celebran los denominados Juegos Olímpicos de Invierno". (Encarta, 2003).

## **2.2. El deporte en la sociedad.**

Desde la época de Grecia, la gente ha considerado este deporte desde diferentes ángulos. Por tanto, en Roma y la Edad Media, el ejercicio físico incluía la preparación para la guerra. En la actualidad, la educación física se considera un medio de educación destinado a cultivar individuos que sean más fáciles de integrar y mejorar en la sociedad. El deporte en la sociedad moderna supera al ejercicio físico, "es una forma eficaz de orientar el tiempo libre y el ocio, es un elemento educativo y constituye un importante fenómeno social. A lo largo de la historia, su papel ha evolucionado hasta convertirse en algo que deja huellas en la convivencia de los individuos", las masas, las naciones y el mundo mismo.

La conciencia deportiva moderna se ha desarrollado a partir del siglo XIX. La etapa inicial de industrialización promovió la promoción del trabajo manual entre los ricos para reemplazar la vida cada vez más tecnológica y cómoda. Ha habido teorías que lo recomiendan en nombre de la higiene y los valores de higiene, y teorías que ensalzan la "salud" (Franco, 1973, pp. 13-28).

## **2.3. La clasificación de los deportes.**

Vargas, (2004) señaló: "Aunque es difícil clasificar todas las disciplinas deportivas (estas disciplinas pueden tomar muchas formas), generalmente se enumeran seis tipos de deportes":

- Atletismo (como “atletismo, gimnasia, levantamiento de pesas, natación y ciclismo”).
- Lucha (“boxeo, lucha libre, esgrima, judo, kárate y otras artes marciales”).
- Balones (“fútbol, fútbol americano, rugby, baloncesto, balonmano, voleibol, tenis, ping-pong, waterpolo, squash, béisbol y balones vascos”).
- Automóviles (coches de carreras, motos, motos de cross).
- Deslizamiento (esquí, trineo, trineo, patinaje sobre hielo).
- Navegación o vela (vela, esquí acuático, surf, windsurf, canotaje, piragüismo).

Sin embargo, este es solo uno de los muchos tipos de recomendaciones efectivas que se pueden hacer. Por ejemplo, otros deportes más generales son los que distinguen los deportes individuales de los de equipo, o distinguen los deportes de verano de los de invierno.

#### **2.4. Funcionalidad del deporte.**

Desde el momento en que es posible ganarse la vida, ganarse un alto respeto social y aparecer en la mitología popular, muchas personas practican deportes, además de estos objetivos, no hay otro tipo de consideraciones que marginen los valores educativos y el espíritu deportivo. "Lo que llamamos juego, ahora lo distinguimos cuidadosamente del trabajo, es la forma más antigua de actividad humana después de comer". ELISÉE RECLUS Dados todos estos ejemplos, es difícil decir que el deporte une a las personas porque representa actitudes políticas. En la mayoría de los casos donde atletas de países opuestos se enfrentan, habrá actitudes que contradicen el espíritu de deportividad.

Bajo esta situación histórica, sólo se puede explicar que “el deporte es un fenómeno social” importante, entre sus enormes limitaciones, el alto grado de politización que todo implica aparece junto al espíritu comercial del mundo actual. No hay duda de que la sociedad necesita repensar los eventos deportivos y determinar su papel en el futuro. Si quienes creen en la existencia de la deportividad y su efectividad como pilar importante de la formación y convivencia humana no cuentan con un

reconocimiento universal y acciones firmes, entonces es obvio que, en el futuro, el deporte eventualmente se transformará en actuaciones profesionales inmortales, la única uno de los cuales Los valores serán valores políticos.

Si este tipo de conciencia y acción no ocurre, entonces todas las tendencias actuales que requieren divulgación y realización de la práctica deportiva pronto serán olvidadas y quedarán registradas como un romanticismo muerto en los anales de la historia.

## **2.5. El deporte en el desarrollo social.**

En febrero de 1961, la Organización Mundial de la Salud (OMS) estableció dos pautas principales para “la relación entre la medicina y el deporte”: En el entretenimiento deportivo, “el papel de la medicina debe incluir seleccionar a los atletas”, controlar su salud para prevenir lesiones y mantenerse saludables. Cuando estén dañados, devuélvalos a su estado original. Tomar el deporte como práctica, analizar el impacto de las actividades deportivas en los jóvenes, elegir el deporte más adecuado para su desarrollo en armonía con la edad y el género, y determinar el método de entrenamiento y la mejor duración.

## **2.6. El deporte como fenómeno de entretenimiento.**

Por lo general, la mayoría de las personas no participan en ningún deporte, pero les gusta ver partidos. Este es un fenómeno importante y el motivo de su promoción como espectáculo, no es exagerado decir que el deporte se ha convertido en un gran espectáculo del siglo XX, atrayendo a la mayor cantidad de público y teniendo la mayor repercusión. Su feroz actuación no es solo para animar a los deportistas. Si bien este es uno de los lazos importantes que han establecido en el estadio, también es una forma natural de aliviar la propia tensión del público, incluso por motivos no deportivos, como el Trabajo. fatiga, problemas matrimoniales, etc.

El deporte es ahora “un ídolo que requiere resignación, sacrificio e incluso víctimas. Querer ganar hace del juego un trabajo y una prueba; entrenar es ascetismo”.

## **2.7. El deporte en el desarrollo cultural.**

Pretendemos “sentar las bases culturales del deporte como fenómeno humano. Creemos que es apropiado considerar el deporte como un mundo multifacético en evolución” (Le Floc'hmoan, 1969). El movimiento de fondo constituye un retiro como práctica interesante (término acuñado por Paniker en 1983), un retorno a las raíces, principalmente mediado por la motricidad, que ha acompañado a la humanidad desde los antepasados de los homínidos hasta la actualidad.

Según Kajigal (1981), el mayor logro de la humanidad no es la guerra y la conquista, en la guerra y la conquista se desprecia la vida de los demás, pero la cima es la creación traviesa de la humanidad. “El deporte se convierte en una habilidad” abierta e interesante como comportamiento creativo del ser humano. En la actualidad, el deporte avanza hacia el ser humano y hacia el nuevo siglo XXI. Requiere y aporta nuevos sentimientos, emociones y formas interesantes para buscar la felicidad humana (satisfacción personal y social), “es decir, estas nuevas experiencias giran en torno a un equilibrio importante, así como seguridad personal y social”. El deporte cubre las diferentes necesidades importantes de los seres humanos, ayudando así a lograr importantes equilibrios en diferentes niveles como “físico, mental o intelectual, emocional o espiritual”.

De esta manera, Ortega y Gasset (1966), la cultura deportiva se hace posible desde un punto de vista humanista, cuando se refirió a la cultura como la interpretación humana de su vida. Evidentemente, “el deporte, como fenómeno cultural, garantiza la riqueza del lenguaje”, la diferencia de opiniones, el respeto y la garantía de herejía, homogeneidad e individualidad a la hora de abordar los problemas humanos.

La evolución del deporte refleja el progreso, el cambio, la exploración y la apertura que requiere el ser humano, y se ha convertido en un proceso de intercambio

de energía vital entre humanos, lo que significa aceptar los cambios y las grandes diferencias en la sociedad en la que vivimos. El deporte es una especie de Social Los hechos y una interpretación cultural se proporcionan en la vida. Creemos que el deporte como expresión cultural de la motricidad es fundamental. Además, con la participación de profesionales de diferentes niveles y diferentes etapas de evolución, el ser humano puede beneficiarse de la propia motricidad y sus aplicaciones en otros campos. emocional, estético y espiritual. El deporte en sí podrá desarrollarse a partir de su propia sabiduría práctica y mejorar diferentes talentos personales. Además, también puede preparar a los jóvenes para las habilidades sociales necesarias en la vida. (Paredes y Carrillo 2003).

## **2.8. El deporte escolar.**

Los deportes escolares tienen importancia educativa para nosotros, si nos limitamos a enseñar técnicas y tácticas para crear campeonatos y ganar tantos partidos como sea posible, entonces el deporte no es educación; o al menos, no es tan educativo como debería ser, porque el deporte o el aprendizaje y el desarrollo del modelo de estrategia es solo una parte del ejercicio, la práctica debe estar involucrada a una edad muy temprana (Alamo y Amador 2002).

Es oportuno y conveniente “hacer preguntas que tienen mucho que ver con el significado y trascendencia del concepto de deporte en este momento”. Hasta el momento se han establecido una serie de conceptos y juicios sobre la relación entre el deporte y la formación moral. La victoria y los resultados son de suma importancia. En este caso, las competiciones suelen constituir un espectáculo, ¿en qué potenciales intereses económicos y sociales Políticos y profesionales? O viceversa. Este es un deporte como hobby y entretenimiento, en el que la importancia de la victoria y el resultado es relativa. Entre ellos, la competencia constituye primero la motivación del juego, y en ocasiones también es una forma de probarse uno mismo y esforzarse por convertirse en mejor, ¿en qué diversión, amistad y bienestar personal son los principales aspectos de la motivación del ejercicio físico? En definitiva, ¿es posible y correcto establecer un juicio único que incluya la comprensión y la práctica del desarrollo moral de las actividades deportivas?

Si bien se admite que el primer concepto de deporte y la práctica deportiva tiende a ejercer una fuerte influencia sobre el segundo, y ajustarlo de muchas formas, es difícil aceptar la diferencia entre una y otra forma de entender y practicar el deporte. Hay grandes diferencias, Por ejemplo, en ambos casos, los atletas están bajo presión psicológica, ambiental y social, lo que puede tener efectos similares en su desarrollo moral y actitudes.

En este sentido, es difícil situar el enfoque de Arnold (1991) Sobre las consecuencias sociales y éticas del espíritu deportivo en el contexto de los deportes profesionales o de alto rendimiento, una promoción de la felicidad y un altruismo medios formales, aunque muchos de sus afirmaciones pueden ser correctas en determinadas circunstancias y en determinados grupos de personas. Aunque el autor intenta ilustrar el valor de los deportes competitivos "...en el movimiento secular que se conoce como olimpismo".

Arnold (1991: 80) reconoció que esta imagen "... cumple parcialmente con los ideales" y vinculó sus logros con la forma en que la escuela conduce la enseñanza de deportes competitivos. Desde mi punto de vista, creo que, por un lado, el concepto subyacente de deporte es muy diferente al concepto de deporte profesional o de alto rendimiento en muchos aspectos. Por otro lado, en este enfoque, como él mismo señaló. en este sentido De esa manera, "... lo que se rechaza sobre la base conceptual e histórica es que los deportes competitivos son inherentemente inmorales, por lo que deben ser inmorales" Arnold (1991: 80), estoy totalmente de acuerdo con la afirmación (Velázquez. R. 2001).



## CAPITULO III.

### IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

La importancia de la educación física en las escuelas, como disciplina que ayuda a formar a los estudiantes (Macarro, 2008), el contenido debe ser adecuado a la edad y capacidad de coordinación física de cada estudiante. (Gvirtz y Palamidessi, 2000).

Desempeña un papel muy importante a la hora de guiar a los niños a utilizar su tiempo libre. De hecho, solo una pequeña parte del tiempo deportivo de los niños lo ocupan las escuelas, por lo que debe contribuir a que las actividades autónomas de los niños sean más emocionantes y adecuadas para su posible desarrollo (Abarca, et al, 2009). Vargas y Orozco (2003) “La actividad física en educación física juega un papel importante en la evolución psicológica y social, el crecimiento y desarrollo físico, el aprendizaje deportivo y la salud infantil”. Los beneficios encontrados son:

- a. “Es la única asignatura escolar que tiene por objeto el cuerpo, la actividad, el desarrollo físico y la salud”.
- b. “Ayuda a familiarizarse con actividades corporales permitiendo desarrollar ante ellas el interés necesario para el cuidado personal (salud), algo que es fundamental para llevar una vida sana en la edad adulta, al mismo tiempo comprende la importancia de la realización de ejercicio físico como medio de prevención en el desarrollo de algunas enfermedades”.
- c. “Ayuda a fortalecer el respeto por usted y el cuerpo de los demás”.
- d. “Ayuda a fortalecer la autoestima y la autoestima”.
- e. Cultiva la conciencia social preparándolos para afrontar la victoria y la derrota en un entorno competitivo, así como el espíritu de cooperación y compañerismo.
- f. Las habilidades y conocimientos que proporciona se pueden utilizar en la vida laboral, las actividades deportivas y el tiempo libre en el campo deportivo.
- g. Es una de las pocas disciplinas que se preocupa por el desarrollo integral de las personas, porque desarrolla los campos de la sociedad, la emoción, la psicomotricidad y la cognición.

### **3.1. La educación física en el proceso pedagógico.**

La educación física es un proceso de enseñanza que tiene como objetivo desarrollar las capacidades de desempeño físico individual sobre la base de la mejora de la forma y función del cuerpo, la formación y mejora de las habilidades motoras, “la adquisición de conocimientos y el desarrollo de cualidades morales y volitivas”. Permite ciertas posibilidades de afrontar la realidad (Sánchez y Dopico, 2006). Hay áreas en el currículo de educación física que más interesan a los estudiantes: juegos o deportes, expresión física, condiciones físicas, condición física básica, habilidades y destrezas específicas, y el aprendizaje que estos temas producen.

Hurtado (2010) “distingue tres dimensiones de la educación física, que pueden utilizarse para teorizar la forma y contenido de la educación”:

- En primer lugar, señala que el “movimiento proporciona una base teórica para la comprensión y ayuda a hacer que las observaciones y el contenido idealizado sean coherentes”. Es puramente la transmisión de conocimiento, descripción y explicación.

- La segunda refiere que “a través del movimiento tiene un propósito instrumental, es decir, puede utilizarse como un medio para lograr metas educativas en otros campos (como la ciencia, la estética o los conceptos morales)”. También puede lograr objetivos sociales, saludables y de tiempo libre a través de ejercicios físicos. Se puede utilizar como un medio para coordinar los aspectos físicos, intelectuales, sociales y emocionales del desarrollo de las personas a través de actividades físicas guiadas y seleccionadas por profesionales.

- En la tercera dimensión del deporte, el interés se centra en los valores, es decir, son parte intrínseca de la propia actividad. En esta dimensión, nos esforzamos por combinar el desarrollo de las habilidades físicas con la satisfacción personal para lograr nuestras metas.

### **3.2. La educación física en la promoción de la salud.**

Se puede asegurar que la Educación Física es una de las áreas que esta encargada de “promover entre los alumnos una estrategia global, centrada en la

promoción de la práctica de actividad física, la dieta sana como pilares básicos en la prevención de numerosas enfermedades” (De Hoyo y Sañudo, 2007).

El ejercicio físico regular es beneficioso para las articulaciones, mejora el impacto psicológico positivo en la salud, aumenta la autoestima y brinda bienestar general a las personas que hacen ejercicio de manera sistemática. (Serra, et al, 1994).

El ejercicio físico regular es beneficioso para las articulaciones, mejora el impacto psicológico positivo en la salud, aumenta la autoestima y brinda bienestar general a las personas que hacen ejercicio de manera sistemática. (Vargas y Orozco, 2003).

### **3.3. La educación física en el desarrollo de la motivación.**

La motivación, ya sea interna o externa, es importante para el docente porque le permite desarrollar estrategias educativas encaminadas a incrementar el interés por las materias impartidas como factor para asegurar un aprendizaje efectivo (López y González, 2001) El entusiasmo de los estudiantes se muestra en la clase con comportamientos diferentes: es muy activo, muy cansado, escucha explicaciones, les hace preguntas, ayuda a los compañeros, está interesado en hacer más cosas, esperando su turno, muy contento y mostrando su desempeño. Interesado, repite tus ejercicios y entrena fuera del curso.

Distingue tipos de motivación como:

**La motivación intrínseca:** “proporciona diversión, un sentimiento de competencia, habilidad o autorrealización, lo que da lugar a una mayor entrega y persistencia de la actividad”.

**La motivación extrínseca:** “se encarga de las recompensas externas de cualquier tipo que conlleve la participación, especialmente cuando es exitosa”.

## CONCLUSIONES.

- PRIMERA.** La educación física brinda aportes importantes que le sin de mucha utilidad en la calidad de vida, sus aportes están referidos a la salud, su enseñanza debe ser impartida desde los niveles primarios y su tiempo debe ser ampliado.
- SEGUNDA.** El deporte, se ha convertido en una de las actividades para mejorar el estado de la salud del hombre, en la actualidad se ha convertido en una de las que tiene muchos seguidores, las prácticas deportivas se pueden ver en todos los niveles educativos.
- TERCERA.** La educación física y el deporte, siempre han estado en estrecha relación, una de ellas forma la parte interna del ser humanó, mientras que la otra desarrolla las potencialidades que adquirió en la enseñanza habitual, esto es importante para que el hombre tenga una vida saludable y efectiva.

## **RECOMENDACIONES.**

### **Se recomienda lo siguiente:**

- Implementar campañas de concientización en los estudiantes sobre la importancia de la educación física y la actividad deportiva dentro de la salud y calidad de vida.
- Promover talleres de capacitación para perfeccionar y actualizar sus conocimientos en los temas referidos a la salud.
- Implementar actividades en donde se ejecuten actividades físicas y deportivas entre los estudiantes y docentes de las instituciones educativas.

## REFERENCIAS CITADAS.

- Boekaerts, M. y Boscolo, P. (2002). Interest and learning, learning to be interested. *Learning and Instruction*, 12, 375-382. Recuperado de:  
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/repsi/v26n1/v26n1a07.pdf>
- Bórquez, D. (2009). Interés y desinterés de las alumnas de la escuela municipal Francia de Valdivia por la clase de educación física. Tesis de Pregrado. Universidad Austral de Chile. Recuperado de:  
<http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2009/ffb736i/doc/ffb736i.pdf>
- Callizana, F. (2016). Interés por la Educación Física en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San José de Puno - 2016. Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano, Puno.
- Casimiro, J. (1999). Comparación, evolución y relación de hábitos saludables y nivel de condición física-salud en escolares, entre final de Educación Primaria (12 años) y final de Educación Secundaria Obligatoria (16 años). Tesis Doctoral no publicada, Universidad de Granada, España. Recuperado de:  
<http://redie.uabc.mx/vol9no2/contenido-moreno.html>.
- Cervelló, E. y Moreno, J. (2003). Pensamiento del alumno hacia la educación física: su relación con la práctica deportiva y el carácter del educador. *Revista interuniversitaria de didáctica*, nº 21. 345-362. Recuperado de:  
<http://www.um.es/univefd/pensamiento.pdf>. Contreras, A. y Sánchez, M. (1988). Educación Física: Necesidades e intereses de los alumnos de bachillerato y COU. *Revista de estudios de juventud*.
- De Hoyo, M. y Sañudo, B. (2007). Motivos y hábitos de práctica de actividad física en escolares de 12 a 16 años en una población rural de Sevilla. *Revista 43 Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*. 7 (26) pp. 87-98. Recuperado de: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista26/artmotivov49.htm>

- Escartí, A. y Brustad, R. (2000). El estudio de la motivación deportiva desde la perspectiva de la teoría de metas. Trabajo presentado en el Primer Congreso Hispano-Portugués de Psicología, Santiago de Compostela, España. Florence, J. (1991). Tareas significativas en Educación Física Escolar. Barcelona, INDE. Revista de Psicología del Deporte, 9, 51-70. Recuperado de: <http://www.um.es/univefd/pensamiento.pdf>
- Gamarra, G., Pujay, O., Berrospi, J. y Cuevas, R. (2008). Estadística e investigación. Lima: Editorial San Marcos E.I.R.L.
- Gvirtz, S. y Palamidessi, M. (2000). El ABC de la tarea docente: Currículum y Enseñanza, Buenos Aires, Argentina. Recuperado de: <file:///C:/Users/WWW/Downloads/actitud-de-los-estudiantes-del-ciclo-comuncon-respecto-a-la-asignatura-de-educacion-fisica.pdf>
- Heinemann, K. (2008). Introducción a la metodología de la investigación empírica en la ciencia del deporte. Editorial Paidotribo les Guixeres - España. Hernández, R., Fernández, C. y Batista, M. (2010). Metodología de la investigación. México: MCGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- López, A. y González, V. (2001). Niveles de satisfacción por la clase de educación física. revista digital - buenos aires Recuperado de: <http://efdeportes.com/efd32/satisf.htm>
- Macarro, J. (2008). Actitudes y motivaciones hacia la práctica de actividad físico deportiva y el área de educación física, del alumnado de la provincia de Granada al finalizar la E.S.O. Tesis Doctoral Universidad de Granada, España. Recuperado de: <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/1900/1/17506268.pdf>.
- Mendiara, N. (1986). Análisis de la Educación Física en el sistema educativo español: Pasado, presente y futuro. En Actas del Seminario Mujer y Deporte. Madrid: INEF. Recuperado de: <http://www.um.es/univefd/actitudsexo.pdf>
- Moreno, J. y Hellín, G. (2007). El interés del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria hacia la Educación Física. Revista Electrónica de Investigación Educativa 9 (2). Recuperado de: <http://www.um.es/univefd/intereses.pdf>.

- Moreno, J. y Hellín, P. (2002). ¿Es importante la Educación Física? Su valoración según la edad del alumno y el tipo de centro. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 2 (8). 298-319. Recuperado de: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista8/artedad.pdf>.
- Moreno, J., Martínez, C., y Alonso, N. (2006). Actitudes hacia la práctica físico-deportiva según el sexo del practicante. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. 3 (2), 20-43. Recuperado de: <http://www.cafyd.com/REVISTA/art2n3a06.pdf>
- Moreno, J., Rodríguez, P. y Gutiérrez, M. (2003). Intereses y actitudes hacia la Educación Física. *Revista Electrónica de Investigación Educativa* 9 (2). Recuperado de: <http://www.um.es/univefd/intereses.pdf>.
- Palacios, J. (1987). Reflexiones en torno a las implicaciones educativas de la obra de Vygotski. En M. Sigúan (Ed.), *Actualidad de Lev S. Vygotsky* (pp. 176-188). Barcelona: Editorial Anthropos. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/805/80531304.pdf>
- Palomino, G. (2013). Investigación cualitativa y cuantitativa en ciencias sociales y de la educación. Titikaka.S.A. Puno.
- Pedrero, M. (2005). Análisis de la educación física en la región de Murcia desde la perspectiva psicosocial del alumno. Tesis doctoral, Universidad de Murcia, España  
Recuperado de: 46  
<http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10784/PedreroGuzman.pdf?sequence=1>.
- Sánchez, M. y Dopico, H. (2006). El interés como fuerza motivacional, una metodología para el control en la Educación Física. *Revista Digital - Buenos Aires - Año 11 - N° 98*. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd98/motiv.htm>
- Vargas, P. y Orozco, R. (2003) La importancia de la Educación Física en el currículo escolar. *Revista de las Sedes Regionales*, 4, (7), 119-130 Costa Rica. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/666/66640709.pdf>