

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La importancia del atletismo en la actividad física- deportiva en los estudiantes

Monografía.

Para optar el Título de Segunda especialidad profesional de Educación Física

Autor:

Manuel Antonio Barrantes Balcazar

Jaén – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La importancia del atletismo en la actividad física- deportiva en los estudiantes

Monografía aprobada en forma y estilo por:

Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva (presidente)

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

Jaén – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La importancia del atletismo en la actividad física- deportiva en los estudiantes

Los suscritos declaramos que la monografía es original en su contenido
y forma

Manuel Antonio Barrantes Balcazar (Autor)

.....

Oscar Calixto La Rosa Feijoo (Asesor)

.....

Jaén – Perú

2020



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

ACTA DE SUSTENTACION DE TRABAJO ACADEMICO

Jaén, a diecinueve días del mes de febrero del año dos mil veinte, se reunieron en el colegio Bracamoros, 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 Alburquerque 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: *Importancia del atletismo en la actividad física deportiva en los estudiantes*, para optar el Título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física al señor(a) **BARRANTES BALCAZAR MANUEL ANTONIO**.

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 **18**. (Dieciocho)

Por tanto, **BARRANTES BALCAZAR MANUEL ANTONIO**, 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 13:00 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 Alburquerque Silva
Presidente del Jurado

Dr. Andy Nid Figueroa Cárdenas
Secretario del Jurado

Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

Dedicatoria

Este trabajo está dedicado a Dios, mi familia, y mis grandes amigos

INDICE

RESUMEN	8
ABSTRACT	9
INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO I	13
ASPECTOS GENERALES DEL ATLETISMO	13
1.1. Etimología del Atletismo y definición según RAE	13
1.2. Definición según RAE (2014)	13
1.3. Otras definiciones del atletismo	14
1.4. Breve historia del Atletismo	14
3.4. Importancia	15
3. 5. La educación física	16
CAPITULO II	17
EL ATLETISMO EN LA ESCUELA	17
2.1. El desarrollo del atletismo en la escuela	17
2.2. Beneficios de los niños	18
2. 3. El Programa curricular de educación Básica	18
2.4. El atletismo en el nivel primario	19
2. 5. El Programa curricular de educación primaria	20
2.6. El atletismo en el nivel secundario	20
4. 7. El rol del docente de educación física	20

CONCLUSIONES	22
RECOMENDACIONES.....	23
REFERENCIAS CITADAS.....	24

RESUMEN

Este trabajo de investigación denominado “la importancia del atletismo en la actividad física-deportiva en los estudiantes, surge de la motivación por conocer mucho más esta disciplina deportiva, que a veces es relegada por la investigación en otros deportes. Es así que este proyecto tiene el propósito de conocer el desarrollo del atletismo en los estudiantes. El método utilizado es descriptivo exploratorio, y se ha utilizado diversas fuentes bibliográficas, para su estudio. Aquí se encuentra información relevante que describe la situación del atletismo, y como se viene manejando dejando de lado el talento que pueden tener muchos jóvenes que, a razón de la falta de motivación, dejan de lado el talento que pueden tener.

Palabras claves: Atletismo, deporte, estudiantes.

ABSTRACT

This research work called “the importance of athletics in physical-sporting activity in students, arises from the motivation to know much more about this sporting discipline, which is sometimes relegated by research in other sports. Thus, this project has the purpose of knowing the development of athletics in students. The method used is descriptive and exploratory, and various bibliographic sources have been used for its study. Here you will find relevant information that describes the athletic situation, and how it has been handled, leaving aside the talent that many young people may have, who, due to lack of motivation, neglect the talent they may have.

Keywords: Athletics, sport, students.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación denominado “La importancia del atletismo en la actividad física deportiva en los estudiantes” surgió producto de nuestras experiencias directas e indirectas, como deportistas y educadores en el ámbito de la educación física, se observa que muchas veces al atletismo es dejado de lado frente a otras disciplinas deportivas.

El problema radica en que las diferentes federaciones o instancias fomentan torneos y practicas constantes las mismas que son motivadas para que los niños y jóvenes practique otros deportes en la que se puede ver beneficios que pueden llamar la atención apara la practica o tener un buen beneficio personal.

Esto es importante conocer, pues de esta manera los deportistas sienten motivación por aquellos deportes que tiene atención y popularidad, además de ello los profesionales de los deportes ponen su atención en aquellas disciplinas deportivas que pueden genera mejore beneficios personales dentro de los aspectos económicos y sociales. Producto de nuestras experiencias directas e indirectas, como educadores y además como deportistas, se puede observar que, en el ámbito de la educación física, se ha dejado de lado muchas veces el atletismo como actividad deportiva, para dar énfasis a otras disciplinas deportivas.

Además, también se ha encontrado que aún existe un imaginario de percepción, que cuando se menciona Atletismo es propiamente a la competición profesional del deporte, y no de una disciplina que se debe desarrollar también en el Área de educación física en las instituciones educativas.

Se debe enfatizar que el atletismo “es importante para el desarrollo orgánico e integral del sujeto, donde se estimula a este último formándose como un bagaje motor rico, que le servirá posteriormente para la vida al niño” (Herrera, mirando y zinck: 2017). Por ello, el interés de este trabajo de investigación, es en conocer un poco más sobre la importancia de este deporte en los estudiantes de los diversos niveles educativos. Ya que tener un buen bagaje motor la actividad en la etapa primaria, permitirá un buen desarrollo en el nivel secundario.

Por otro lado, también tiene como uno de los objetivos particulares, conocer el rol de los docentes en educación física, ya que se debe señalar que, para ello, se necesita también una buena preparación y capacitación, ya que, en el año 2002, Mestre ya señalaba que en la enseñanza de esta disciplina existen insuficiencias por parte de los docentes, a pesar de que muchos han realizado estudios de postgrado relacionados con ese tema.

Por todo ello, la realidad problemática parte del poco estudio e investigación que hay en esta disciplina que es base también para otras disciplinas, y de la forma como están asumiendo el rol los docentes frente a este deporte. ¿Cómo se encuentra el atletismo hoy en día en el Perú? ¿De qué manera se desarrolla en las aulas de los niveles educativos? ¿Cuál es el rol de los docentes de educación física frente a esta disciplina? ¿Cuáles son los beneficios y/o importancia del atletismo en los alumnos? ¿Qué señala el currículo escolar con respecto a la educación física?

El trabajo justifica su presentación como un material de apoyo, así como de un aporte crítico ante el descuido que tiene la disciplina deportiva del atletismo en muchos lugares sin encontrar motivación.

Para tener un mejor desarrollo del trabajo, se presentan los siguientes objetivos:

Objetivo General.

Describir a la importancia que tiene el atletismo en la educación primaria.

Objetivos específicos.

Describir los aspectos generales del atletismo

Conocer la importancia del atletismo en la educación.

Este trabajo de investigación, está estructurado en dos capítulos de la siguiente forma:

El capítulo I; aborda los aspectos generales del atletismo, se describen definiciones conceptuales sobre el atletismo.

El capítulo II, aborda

El capítulo IV, aborda los análisis, del atletismo en relación a los objetivos planteados en el primer capítulo, así mismo se brindan las conclusiones, las recomendaciones y referencias citadas.

CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES DEL ATLETISMO

En este capítulo II, se va presentar algunos aspectos que son general para que se puede abordar de forma más profunda el atletismo en los próximos capítulos. Su definición, características, historia, importancia

1.1. Etimología del Atletismo y definición según RAE

La etimología de este término viene del griego “athlos”, cuyo **significado es “lucha”**. La cual, alude a un deporte conformado por un grupo de disciplinas, entre ellos están los lanzamientos, marcha, pruebas combinadas de salto.

1.2. Definición según RAE (2014)

De acuerdo a la Real Academia Española RAE (2014) manifiesta que es el conjunto de actividades y normas deportivas, que está en función a pruebas de velocidad, saltos y lanzamientos.

Por tanto, cuando se menciona Atletismo engloba un conjunto de actividades o acciones también físicas. No se trata solo de una actividad específica o de un deporte, se trata de un conjunto de actividades.

1.3. Otras definiciones del atletismo

Herrera, mirando y Zinck (2017) definen que el atletismo, tiene la finalidad servir de instrumento en la formación de la persona humana, es una creación cultural del hombre practicado de una u otra forma, por todas las sociedades., cuando se habla de atletismo por lo general, se asocia a récords, entrenamientos rigurosos, etc; pero el concepto es más amplio, hay que saber diferenciar entre el atletismo escolar, y el atletismo competitivo de élite.

De acuerdo a la página web de definiciones el atletismo puede ser considerado, como un deporte de competición, además puede ser practicada de forma individual, como grupal, en la que se muestran varias habilidades tanto físicas como técnicas, la cual permiten el desarrollo de las mismas.

Las pruebas del atletismo, se puede desarrollar en las pistas al aire libre, así como en las cubiertas, con tal que puedan cumplir una serie de requisitos técnicos, la cual tiene como objetivos la lucha del tiempo y la distancia.

Se puede señalar que el atletismo es practicado en diversos países del mundo, y consta de varias competencias importantes.

1.4. Breve historia del Atletismo

El atletismo es la forma organizada más antigua de deporte y se viene celebrando desde hace miles de años. Las primeras reuniones organizadas de la historia fueron los juegos olímpicos que iniciaron los griegos en el año 776. a. C. Sin embargo, se debe señalar

que posteriormente adquirió un gran seguimiento en Europa y América. En 1896 se desarrolla los juegos olímpicos en Atenas, para dar paso en 1913, la asociación internacional de federaciones de Atletismo.

1.5. Importancia

Mestre (2002) señala que el atletismo refleja las actividades cotidianas que realiza el hombre, y además brinda a muchos deportes sus propios ejercicios específicos para el desarrollo de su patrón técnico.

Herrera, mirando y Zinck (2017) señalan que el atletismo es un deporte de gran importancia para el desarrollo orgánico e integral del sujeto, en donde se va formando un bagaje motor rico, que se le servirán posteriormente para la vida.

Asimismo, Herrera, mirando y Zinck (2017) enfatizan que el atletismo escolar formativo es de gran importancia en un esquema de la educación física que está orientado hacia el normal desarrollo de los alumnos en diferentes edades evolutivas, en cambio el atletismo de elite, posee una finalidad determinada. Sin embargo, ambos son complementarios, en su iniciación se debe de adquirir las características formativas y multilaterales, para luego si el alumno debe buscar un entrenamiento más riguroso, entrará a una competición y podrá trascender en ello.

La federación Deportiva Peruana de Atletismo es la encargada de velar por el desarrollo de todas las disciplinas atléticas en el Perú.

1. 6. La educación física

Herrera, mirando y Zinck (2017) manifiestan que la educación física, viene a ser” todo un proceso pedagógico que permite a crear las condiciones para el desarrollo de la corporeidad, en particular de la motricidad, además es una práctica social que permite a los sujetos integrarse para el desarrollo de las competencias corporales y motrices significativas” (p.5)”

Además, señalan estos autores, que “la educación física define de manera clara, los objetivos a alcanzar cuando se propone educar al cuerpo y hacer para competente para: conocerlos, desarrollarlo sentirlo, cuidarlo y aceptarlo”. (P.6)

Para estos autores Herrera, mirando y Zinck (2017), se debe tener en cuenta: ubicar a la corporeidad como el centro de su acción educativa, el papel de la motricidad humana y la acción motriz, el tacto pedagógico y el profesional reflexivo, etc.

CAPITULO II

EL ATLETISMO EN LA ESCUELA

2.1. El desarrollo del atletismo en la escuela

Herrera, mirando y Zinck (2017) resaltan que el profesor debe crear formas agradables de trabajo, sin embargo, muchas veces la escuela carece de instalaciones y número de material técnico adecuado, por tanto, es necesario estar adaptado a veces a la realidad de la escuela. Además, mencionan que, por lo general, es uno de los medios más descuidados del programa de educación física en la escuela, ya que o se cuenta con infraestructuras adecuadas, ni implementos apropiados, sin embargo, estos autores resaltan que, dentro del contexto de adaptación, se debe apreciar no la carrera, sino que el correr; no el salto, sino el saltar; no el lanzamiento, sino el lanzar.

Asimismo, Herrera, mirando y Zinck (2017) señalan que lo primero a realizar, “es enseñarles a correr, saltar, lanzar correctamente, darles velocidad, agilidad, flexibilidad, crearles un patrimonio motor rico y variados, en la resolución de nuevos problemas de movimiento, para lograr las condiciones de jóvenes aptos tanto físicamente como motrizmente.

2.2. Beneficios de los niños

Herrera, mirando y Zinck (2017) El atletismo es un medio de la educación física y junto con los juegos, la gimnasia y los deportes, tienen protagonismo en la formación de la base de los niños y jóvenes, los beneficios inciden en diferentes aspectos:

- Incremente el acervo motor de los alumnos
- Favorece el normal desarrollo psicofísico
- Incrementa las capacidades motoras
- Ayuda a formar la personalidad del alumno

2.3. El Programa curricular de educación Básica

En el curricular nacional (2017) se puede apreciar el área de educación física en los diversos niveles educativos. En inicial estaría de alguna forma involucrada con la psicomotricidad, aunque se debe resaltar las diferencias. Asimismo, en el nivel primario, ya se desarrolla propiamente la educación física como actividad, y también en el nivel secundario. Cabe rescatar que, dentro del programa, el perfil del egreso está basado en competencias y en base a enfoques transversales.

En el nivel primario, bajo la psicomotricidad, se pretende, que el niño adquiera la competencia de desenvolverse autónomamente a través de su motricidad, además de asumir una vida saludable, para finalmente interactuar a través de sus habilidades sociomotrices.

Dentro del contexto del nivel primario y secundario las competencias son las mismas, pero el contexto es otro. Si bien es cierto, se ha aumentado la cantidad de horas,

aún es insuficiente, mucho más ahora que hay un incremento de la obesidad y sedentarismo.

Finalmente, el currículo nacional de la educación Básica (2017) señala que prioriza la formación integral que fortalezca los aprendizajes vinculados al arte y la cultura, la educación física para la salud en una perspectiva intercultural, ambiente e inclusiva que respeta las características de los estudiantes, intereses y aptitudes”. (p. 8)

2.4. El atletismo en el nivel primario

Herrera, mirando y zinck (2017) resaltan que la enseñanza del atletismo va a variar de la escuela primaria de la secundaria, ya que se va diferenciar los métodos a utilizar y las formas de encarar el trabajo, en este caso, el atletismo se va caracterizar, por ser un deporte “ cerrado” cíclico o individual, , por ello, se sugiere crear formas agradables de trabajo, en la cual se emplee actividades atractivas, que además, brinden ricas vivencias motrices y familiares, a los alumnos con las destrezas de aprender. Se debe: desarrollar las capacidades motoras, enseñanza de las técnicas generales de pruebas, perfeccionamiento y entrenamiento, ejercicios preliminares, ejercicio o meta final, de acuerdo a las edades.

Grupo de 5 a 12 años: “Desarrollo de los patrones motores, caminar, correr, saltar y lanzar, carreras de velocidad, de relevo, con obstáculo, de resistencia, caminatas contrarreloj, etc salto en largo, técnica natural Salto en alto técnica tijera, salto en largo con garrocha, salto en largo sin impulso Lanzamiento de la pelota "Lanzamiento de la pelota pesada, etc”

2. 5. El Programa curricular de educación primaria

El programa curricular de educación primaria (2017) señala que “la evolución de la educación física, está determinada en función de los avances sociales, científicos y tecnológicos, además también de las demandas sociales respecto a la formación de hábitos relaciones relacionados al bienestar físico, psicológicos y emocional han hecho que el área haya tomado cada vez más importancia en los currículos escolares” (p. 109)

Además, el programa curricular de educación primaria (2017) sostiene también los enfoques para el desarrollo de las competencias en el área de educación física

2.6. El atletismo en el nivel secundario

Herrera, mirando y Zinck (2017) señalan que “los niños en secundaria, no tiene un buen bagaje motor, además el poco tiempo que reciben la estimulación anualmente, pudimos explorar que también se debía a la falta de acrecentamiento de las habilidades motrices, se concluye que el atletismo es uno de los deportes más descuidados en los programas de educación física” Eso incluye en el currículo de educación física o en la práctica de esta disciplina en las aulas. En cambios en otros países de acuerdo a Pérez (2020) El atletismo es considerado como uno de los deportes más practicados a nivel mundial.

2. 7. El rol del docente de educación física

Herrera, mirando y Zinck (2017), señalan que el educador físico debe promover intervenciones o acciones educativas, que no premien o estimulen el dolor, la cual debe tener un tacto pedagógico, ya que para educar se requiere una sensibilidad especial, se debe tener principios y reflexionar de manera permanente.

Asimismo, estos autores señalan que se debe de ver al educador físico “como un profesionalista reflexivo, que recapacita su propia práctica y no como un simple aplicador de circuitos de capacidad física o formaciones para la ejecución de fundamentos deportivos” (p. 6)

Para Mestre (2002) resalta que el rol del docente de educación física en esta disciplina deportiva debe ser abordada de la forma más seria y científicamente posible la asignatura, y no debe ser una simple tarea a cumplir o una actividad más de programación. Para ello, se debe poseer un profundo dominio de los conocimientos que aportan distintas ciencias desde la biología, psicología, hasta la didáctica de la educación física, por tanto, se debe tener una formación más completa, para que se puede identificar claramente los beneficios y en función de ello, planificar un conjunto de actividades. Como, por ejemplo, la utilización de estas ciencias, le va permitir tener en cuenta las características de los educandos en cada subgrupo, así como establecer la carga física adecuada para cada uno de ellos.

Mestre (2002) enfatiza que, para el perfeccionamiento del atletismo, “se debe tener en cuenta las diversas regularidades del deporte, y para lo cual es necesario, el establecimiento de los vínculos esenciales de otras disciplinas. Por ejemplo, cuando señala regularidades, se da entender aquellas relaciones de carácter esencial que se cumplen con cierto grado de obligatoriedades en la ejecución de este deporte y que determinan con su diferencia con otros”.

CONCLUSIONES

PRIMERA, se concluye dentro de los aspectos generales, que el atletismo es un deporte vital para la formación del niño, pero también se debe diferenciar del deporte profesional por competencias, ya que hay mucha confusión al respecto, además que ha sido practicado desde la antigüedad, sin embargo, aún en las instituciones educativas, aún no hay una adecuada enseñanza de la práctica o aún es muy insuficiente la preparación.

SEGUNDA, se concluye que el atletismo es importante no solo como deporte, sino también porque forma las bases psicomotrices y de coordinación en los niños del nivel primario. Por ello, la práctica de esa disciplina es vital, porque influye en la formación posterior. Además, una vez que se aprende lo necesario de esa disciplina, el alumno tendrá la capacidad de seguir este deporte a un nivel más competitivo, si tiene las condiciones necesarias y una buena preparación, y se habrá camino a una nueva profesión y/o vocación como representa el atletismo.

TERCERA, se concluye que el rol del docente en educación física, debe estar provista también de capacitación y actualización, para que pueda desempeñar adecuadamente en la utilización de estrategias y sesiones para una adecuada práctica de este deporte.

RECOMENDACIONES.

- Brindar charlas de capacitación a estudiantes y padres de familia sobre la importancia que tiene a practica deportiva en especial, el Atletismo.
- Desarrollar torneos o eventos deportivos, que sirvan de motivación para que los niños empiecen a desarrollar sus capacidades físicas a fin de ayudarlos
- Seleccionar los talentos deportivos relacionados al atletismo a fin de tener mejores atletas.

REFERENCIAS CITADAS

Dialnet-ElAtletismoEnElSistemaEducativo-4991286.pdf

Díaz Lucea, J. (1995). El currículum de la Educación Física en la Reforma Educativa. Barcelona: Inde.

Gonzáles, O; López, D; Socha, Eduard (2016) El atletismo escolar como una alternativa para el fortalecimiento de la convivencia escolar. Recuperado de: https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/4481/TEFIS_GonzalezRodriguezOscarAndres_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Herrera, M; Miranda, C; Zinck, J (2019) el Atletismo en la escuela primaria. Recuperado de: <https://isfd86-bue.infed.edu.ar/sitio/wp-content/uploads/2019/03/EL-ATLETISMO-EN-LA-ESCUELA-PRIMARIA.pdf>
http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/264/TEDU_16.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Huarcaya, J; Ortiz, M (2015) “Evolución Histórica y características Técnicas de la Marcha Atlética en la liga de atletismo de Huancayo. Título para licenciatura pedagogía y humanidades. Universidad Nacional del centro del Perú. Huancayo

MINEDU (2017) programa curricular de educación básica general.

MINEDU (2017) programa curricular de educación primaria. Recuperado de: <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/programa-curricular-educacion-primaria.pdf>

Pérez, Mariana. (Última edición:10 de febrero del 2021). Definición de Atletismo.
Recuperado de: //conceptodefinicion.de/atletismo/. Consultado el 4 de marzo del
2020

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA (2014): *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed.,
[versión 23.4 en línea]. <<https://dle.rae.es>> [Fecha de la consulta].

Valero A; Gómez, A (2013) El atletismo en el sistema educativo.

Valero, A. & Conde, J.L. (2003). La iniciación atletismo a través de los juegos. Málaga:
Aljibe.

La importancia del atletismo en la actividad física- deportiva en los estudiantes

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	isfd86-bue.infed.edu.ar Fuente de Internet	7%
2	dalessandro-atletismo.blogspot.com Fuente de Internet	3%
3	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	3%
4	conceptodefinicion.de Fuente de Internet	2%
5	es.scribd.com Fuente de Internet	2%
6	users.servicios.retecal.es Fuente de Internet	1%
7	congresouas2010.blogspot.com Fuente de Internet	1%
8	es.wikipedia.org Fuente de Internet	1%

9 Martin Dammert, Monica Guerrero.
"Perspectivas estudiantiles sobre la educación
física en dos instituciones educativas públicas
de secundaria en Lima, Perú", Educación
Física y Deporte, 2020
Publicación

<1%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo



Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Asesor.