



EL JUEGO COMO HERRAMIENTA MOTIVADORA, HACIA LA PRÁCTICA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA ESCOLAR, EN GRADO DÉCIMO DEL COLEGIO LICEO SAN
RAFAEL DE ALICANTE.

Diego Felipe Marín Díaz

Carlos Andrés Pineda Alarcón

Pedro David Rincón Colmenares

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIÓS
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LIC. EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE
BOGOTÁ D.C.
2015

**EL JUEGO COMO UNA HERRAMIENTA MOTIVADORA HACIA LA PRACTICA DE
LA ACTIVIDAD FISICA ESCOLAR, ENGRADO DECIMO DEL COLEGIO LICEO
SAN RAFAEL DE ALICANTE.**

MONOGRAFIA PARA OPTAR AL TITULO DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTE

PRESENTADO POR:

Diego Felipe Marín Díaz

Carlos Andrés Pineda Alarcón

Pedro David Rincón colmenares

TUTOR:

Henry Babativa

Corporación Universitaria Minuto De Dios

Bogotá D.C

2015

NOTA DE ACEPTACIÓN

PRESIDENTE DEL JURADO

JURADO

JURADO

AGRADECIMIENTOS

Primero que todo queremos agradecerle a Dios por permitirnos lograr este objetivo, por ser la fortaleza en los momentos de debilidad y ayudarnos a sacar este proyecto investigativo adelante .A lo largo de esta tesis muchas personas nos ayudaron dando diferentes aportes así sea en una mínima parte, pero en esta ocasión queremos agradecer a los que siempre estuvieron hay en el proceso de la tesis.

A nuestro tutor Henry Babativa que siempre estuvo dispuesto a colaborar aportando ideas, estando atento en la elaboración del trabajo, haciendo las correcciones debidas y oportunas para el mejoramiento del proyecto sin importar el momento. En segundo lugar agradecer a la familia porque gracias a su apoyo moral y por estar pendientes desde el principio de la carrera se pudo lograr el objetivo.

DEDICATORIAS

Pedro David Rincón: Esta tesis se la quiero dedicar a Dios primeramente porque sin él no se hubiera logrado este objetivo positivamente, a mi madre Doris Colmenares, a mi papá Isaac Rincón, a mi hermana Doris Eliana Rincón, a mi tía Nidia Esperanza Colmenares, a mi novia Katherine Silva Reina por el inmenso amor que les tengo, por ser mi motivación fuerza y clave de mi vida siendo la razón de mi existir.

Diego Felipe Marín Díaz: Este proyecto va dedicado a las personas que contribuyeron de alguna u otra manera a mi carrera profesional dentro de ellos a mis padres, Libardo Marín y Gladys Díaz quienes siempre me han estado apoyando y me han brindado la oportunidad de continuar con mi estudio académico, por otra parte le quiero dedicar este trabajo a mi mujer e hija Ingrid Adames y Sara Sofía Marín quienes han sido mi fuente de motivación durante un largo tiempo.

Carlos Andrés Pineda: Le quiero dedicar nuestro proyecto investigativo a mi madre María Cristina Alarcón quien me ha apoyado en mi carrera profesional, a mi Abuela María del Carmen Duarte y el resto de mi familia quien ha creído en mí y me aportado valores y costumbres tanto personal como profesionalmente.

RAE (Resumen Analítico Educativo)

País: Colombia

Tipo de documento: Monografía

Acceso a Documento: Universidad Minuto de Dios

Título del Documento: EL JUEGO COMO UNA HERRAMIENTA MOTIVADORA HACIA
LA PRACTICA DE LA ACTIVIDAD FISICA ESCOLAR, ENGRADO DECIMO DEL
COLEGIO LICEO SAN RAFAEL DE ALICANTE.

Autor (es):

Diego Felipe Marín Díaz

Carlos Andrés Pineda Alarcón

Pedro David Rincón colmenares

Director: Henry Babativa

Publicación: Bogotá 2015

Lugar: Bogotá, Colombia

Páginas: 180

Palabras Claves: motivación, actividad física, juego.

Descripción: Este proyecto de investigación se centra en la implementación del juego como una herramienta motivadora hacia la práctica de la actividad física escolar, en grado decimo del liceo san Rafael de alicante. Allí se contemplan herramientas pedagógicas que ayudaron a dar horizonte al objeto de estudio y de igual manera para proponer orientaciones metodológicas que generen libre participación y motivación hacia el ejercicio físico.

Por otro lado trata de centrar factores que inciden en la baja motivación de los estudiantes de dicho curso, y por ende brindar estrategias motivantes generadoras de aprendizajes significativos. En este orden de ideas, el objeto de estudio se centró en ofrecer solución a una problemática que existe en las instituciones educativas y brindar posibles estrategias tanto lúdicas como didácticas que ayuden a combatir esta falencia que sufre la educación en Colombia y más aún en la clase de educación física recreación y deporte.

a) Tabla de contenido

2) AGRADECIMIENTOS	4
3) DEDICATORIAS	5
4) CONTEXTUALIZACIÓN	12
5) MACROCONTEXTO.	13
6) MICROCONTEXTO.....	15
a) TABLA DE CURSO.....	¡Error! Marcador no definido.
7) PROBLEMÁTICA.	17
8) DESCRIPCION DEL PROBLEMA.....	18
9) FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	19
10) JUSTIFICACIÓN.	21
11) OBJETIVOS.	23

	10
a) OBJETIVO GENERAL.....	23
b) OBJETIVO ESPECIFICO	23
12) MARCO REFERENCIAL.....	24
a) MARCO DE ANTECEDENTES	24
b) MARCO TEORICO.....	33
c) MARCO LEGAL.....	41
d) MARCO METODOLÓGICO.....	43
13) TIPO DE INVESTIGACION	44
14) ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN	46
15) METODO DE INVESTIGACIÓN	48
16) FASES DE LA INVESTIGACIÓN	49
17) POBLACION Y MUESTRA.....	58

18) TECNICAS E INSTRUMENTO RECOLECCION DE DATOS.	60
19) TECNICA DE ANALISIS DE LOS RESULTADOS.....	¡Error! Marcador no definido.
a) ANÁLISIS DE INFORMACIÓN CUALITATIVA.....	¡Error! Marcador no definido.
b) TRIANGULACIÓN	79
20) PROSPECTIVA.....	¡Error! Marcador no definido.
21) CONCLUSIONES	83
22) ANEXOS	87
a) ANEXO 1.....	87
b) ANEXO 2.....	123
c) ANEXO 3.....	166
23) BIBLIOGRAFÍA	174

CONTEXTUALIZACIÓN

La contextualización del siguiente proyecto se enfoca en abarcar aquella información de un contexto específico, de manera práctica, generando distintas respuestas hacia el objeto de estudio. Igualmente pretende identificar aspectos únicos y significativos para la investigación teniendo en cuenta el tipo de población, contexto social, infraestructura, recursos, historia, entre otros. En este orden de ideas, se quiere ofrecer al lector una perspectiva del ambiente educativo y del objeto de la investigación, para lo cual es necesario subdividir la contextualización en un macro contexto, el cual busca brindar una información amplia de la institución en la cual se trabajó, sus componentes pedagógicos y su historia desde los inicios, mientras que por otra parte se reflejara un micro contexto donde se hará relación explícita en el área indagada, de manera puntual, dando a conocer distintos aspectos, como edad, género y número de participantes que hicieron parte del proceso.

MACROCONTEXTO.

Para el siguiente proyecto de investigación partimos desde información recolectada en el Liceo San Rafael de Alicante el cual es una institución educativa fundada en el año 2007 con 47 estudiantes en ese entonces, pero su aprobación oficial de primaria fue en el año 2009 y de bachillerato en el año 2012, hoy en día año 2015 hay un total de 605 estudiantes, 26 docentes, un rector y una coordinadora general.

La misión de esta institución consiste en la formación de líderes integrales en las dimensiones humanas científicas y técnicas que permitan promover el desarrollo del talento humano y la construcción de una sociedad fraterna y justa. (Liceo San Rafael De Alicante, 2015)

La visión es ser considerada como una institución líder en la transformación social en la equidad y el respeto por la dignidad humana generadora de competencias, saberes y dominios que permitan el desarrollo integral de los miembros de la comunidad San Rafaelista. (Liceo San Rafael De Alicante, 2015)

El modelo pedagógico que se plasma en el Liceo San Rafael Alicante se centra en el aprender para hacer, como vanguardia del desarrollo social y económico de nuestro país, es decir el modelo acoplado a los integrantes de la institución, refuta el interrogante por qué aprender? Donde su máximo exponente está en el reflejo de

todos los conocimientos adquiridos dentro del campo institucional (Liceo San Rafael de Alicante) y llevados a cabo a un contexto social enfocados en una rúbrica más experimental y sus niveles académicos actualmente establecidos son: preescolar, básica primaria, básica secundaria y media. (Liceo San Rafael De Alicante, 2015)

El liceo San Rafael Alicante cuenta con dos sedes formativas, la sede preescolar: Básica primaria que se encuentra ubicada en la Calle 73^a No. 74^a- 42 y la sede de educación Básica secundaria – Media que se encuentra en la Calle 73^a No 74^a- 47 juntas en el Barrio Santa María del Lago de la Localidad 10 de Engativá. (Liceo San Rafael De Alicante, 2015)

A continuación se dará a conocer el micro contexto de nuestro proyecto investigativo donde se reflejara de manera más puntual y específica el contexto trabajado.

MICROCONTEXTO.

En el siguiente apartado entraremos en materia sobre el contexto concreto en el cual se hizo pleno énfasis dentro del proyecto investigativo, el cual corresponde al grado decimo de la institución educativa Liceo San Rafael De Alicante, es necesario mencionar que esta institución actualmente cuenta con únicamente un Grado Decimo, el cual está conformado de la siguiente manera.

Tabla 1. Tabla de curso. número de estudiantes según género y edad.

Edad	Numero Estudiantes Género Masculino	Numero Estudiantes Género Femenino
14 años	1	0
15 años	8	5
16 años	7	5
17 años	5	2
18 años	1	0
19 años	1	0
Total de estudiantes según Género :	23	12
Número total de estudiantes:	35	
Diagnostico Grado Decimo, Liceo San Rafael de Alicante.		

Por otra parte es importante describir, que la mayoría de los estudiantes del grado 10° pertenecen al estrato 3, y solo cuatro jóvenes provienen de un estrato 4. Igualmente se evidencia un Grado mixto, donde hay tanto Género

Masculino como Género Femenino, teniendo el sexo masculino mayor relevancia en el grupo. Dentro de este contexto social se refleja un grupo estudiantil crítico y unido que se comunica entre sí a través de gestos de amistad y solidaridad, donde por ende se permite empatía con los demás compañeros y con el Docente y demás personal a cargo.

Además de eso también hay que reconocer la relación inherente que tiene el proyecto de investigación con el enfoque praxeológico estipulado, debido a que se hace referencia a la acción humana y/o diversos comportamientos lógicos determinados y deliberados en el Liceo San Rafael de Alicante en el Grado Decimo.

Enseguida procederemos a dar a conocer la problemática que se presenta dentro del contexto trabajado y que conlleva a una profundización paralela de los diferentes momentos y espacios dentro del campo institucional, Para de tal manera determinar posibles situaciones favorables hacia dichas dificultades.

PROBLEMÁTICA.

En el siguiente capítulo expondremos el problema capturado dentro del contexto anteriormente mencionado, donde nos inclinaremos en aspectos que a través del tiempo se han venido debatiendo de manera más explícita, lo cual da a inferir y resaltar el por qué y la importancia del proyecto investigativo entorno a la actividad física y los diferentes contextos en los cuales se realiza esta práctica, incluyendo los diversos modelos pedagógicos que conciben a la debida formación integral del ser humano y el cuidado de nuestro cuerpo, y/o el progreso evolutivo, que tiene como constante el producto de la misma a temprana edad, denotando más adelante de no suplirlo, los problemas de salud que se pueden presentar.

Igualmente se reflejara la falta de creatividad en cuanto a la elaboración de nuevas estrategias que posteriormente puedan conllevar a la realización prolongada de la Actividad Física, en busca de una razón, al interrogante de por qué se debería realizar actividad física y más importante aún; que beneficios y ventajas puede traer a nuestra vida.

DESCRIPCION DEL PROBLEMA

Se ha evidenciado que en el Grado 10° del Liceo San Rafael de Alicante, hay una falta de interés por participar adecuadamente en la clase de educación física debido a que se ha presentado que a los estudiantes pareciera no gustarles realizar ejercicios de tipo prolongado como: correr, saltar ni tampoco ejercicios de velocidad, resistencia, fuerza, entre otros, esto ha sido reflejado y expuesto frente a dichas intervenciones que se han hecho dentro del mismo contexto. Sin embargo, existen otros factores como los medios tecnológicos, entre ellos mp3, mp4 y celulares, donde allí su principal enfoque de diversión y entretenimiento son las redes sociales y los juegos inactivos, Por otro lado se pudo denotar los distintos aspectos actitudinales y personificados de los estudiantes que conllevan a la distracción de la clase, el irrespeto, la burla entre los mismos compañeros lo cual en ocasiones no genera el ambiente adecuado para la realización de la clase, donde se ve realmente afectado nuestro principal componente, el cual es: el cuidado de nuestro cuerpo entorno a una calidad de vida.

A propósito surge el interrogante si realmente los ejercicios estipulados con anterioridad, son necesarios y adecuados en relación al contexto examinado e igualmente por qué, se evidencia desmotivación por parte de los estudiantes hacia la clase. Teniendo en cuenta la elaboración y el planteamiento de las actividades en frecuencia de un aprender para hacer.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

Teniendo en cuenta la descripción del problema y aclarando de manera más específica la problemática presentada dentro del contexto se puede inferir desde las diferentes causas que conllevan a aspectos actitudinales, negativos y que exoneran un ambiente inapropiado en relación a la práctica de Actividad la física, donde se pueden encontrar, tanto factores externos, como factores internos dentro de los cuales entraremos a hacer pleno énfasis. Igualmente es importante mencionar que cuando hablamos de factores externos, hacemos referencia, tanto al docente a cargo (Metodología, Material y espacio utilizado) como también a los diferentes componentes que proceden dentro del mismo contexto pero no son explícitamente elaborados por los estudiantes.

Por el contrario también se refleja en el Grado decimo del Liceo San Rafael de Alicante el Gusto por distintos medios electrónicos que igualmente intervienen dentro de la práctica y facilitan la distracción de los estudiantes, aquí es de exponer claramente que los estudiantes que prevalecen allí se distinguen por ser muy Influyentes, luego la Influencia juega un papel fundamental tanto negativa como positivamente, lo cual impulsa casi de manera inmediata la prospectiva de la clase, en producto a la misma.

Teniendo en cuenta los aspectos enunciados, no solo prevalece la distracción, el irrespeto, la pereza dentro de la clase, que de alguna u otra manera desmedida se puede anexar al fruto de la desmotivación que fluye continuamente, sino también la dispersión en cuanto a orden, seguimiento y formación requerida y en parte fundamentada por el Docente.

JUSTIFICACIÓN.

La importancia de nuestro proyecto pretende dar a conocer la relevancia que tiene la motivación como factor esencial en la clase de educación física, teniendo en cuenta los distintos factores negativos que propician la poca actitud por parte de los estudiantes y el desinterés hacia la misma. Principalmente comprendiendo a fondo la problemática del contexto, para posteriormente poder generar posibles alternativas, hacia la mejora y la calidad de vida del contexto escolar. Por otro lado se pretende ofrecer una guía metodológica tanto para los estudiantes como para los docentes que se encuentren involucrados con la educación física, actividad física, recreación, entre otros, como base y referencia para futuros estudios, proyectos y/o investigaciones que vayan enfocadas hacia conceptos de motivación en relación a la Actividad física escolar. EL proyecto directamente beneficiara al Grado 10° del Liceo San Rafael de Alicante debido a la implementación de un proceso metodológico alternativo que concierne a la participación adecuada de la Actividad física y donde para ello también se centrara en las diferentes causas que pueden estar perjudicando el contexto trabajado. Proyectando e implementando la construcción y la debida formación no solo académicamente de los estudiantes si no también generando una posible transformación en los hábitos de vida de cada uno de ellos.

En compensación nuestro proyecto evidenciara las diversas dinámicas realizadas a lo largo de la investigación, a través del material de apoyo y /o los instrumentos adecuados utilizados para la mejora del contexto, partiendo de la creación autónoma y de investigaciones anteriormente indagadas, de esta manera se pretende adquirir mayor conocimiento, haciendo referencia a los diversos comportamientos que se presentan actualmente en el ámbito educativo, específicamente adentrándonos en el Grado decimo del Liceo San Rafael de Alicante, de tal manera que se puedan determinar las multiplex falencias para posteriormente proseguir a recopilar y crear nuevas estrategias educativas, que posibiliten la adecuada participación hacia la actividad física.

OBJETIVOS.

OBJETIVO GENERAL

Comprender como el juego puede contribuir hacia la motivación del estudiante por la práctica de la actividad física escolar.

OBJETIVO ESPECIFICO

Determinar las estrategias metodológicas más apropiadas hacia el contexto para de tal manera poder promover el gusto y la motivación por la actividad física.

Considerar por medio de actividades direccionadas, el interés hacia la actividad física en los jóvenes de grado decimo.

Analizar cuáles fueron los resultados obtenidos por medio de la intervención.

MARCO REFERENCIAL.

MARCO DE ANTECEDENTES

En el presente trabajo de investigación fue necesario indagar en diferentes proyectos de grado y artículos sobre los temas de afinidad, de esta manera tener referencias textuales para nuestro proyecto de investigación, fue necesario buscar en las diferentes bases de datos y universidades, por consiguiente complementar nuestras ideas y tener nuevos puntos de vista para nuestra monografía, a continuación veremos el marco de antecedentes.

A continuación veremos una tesis de grado de la universidad libre de los señores castro y Beltrán en el año 2011 "El juego de circuitos como propuesta pedagógica para mejorar la resistencia aeróbica y la motivación en la clase de educación física del curso 5 de primaria del colegio santa cristina de toscana". A través de la actividad física el ejercicio de larga duración y de las diferentes vivencias que trae el juego donde desarrolla su capacidad físico-motora, socio-afectiva y cognoscitivo-motriz que ayudan al niño a un mejor desarrollo integral, y que ellos a través de la motivación entiendan que la actividad física es una forma vital para su crecimiento, mejoramiento del desarrollo mental y que con esto pueden evitar enfermedades cardiovasculares lo que les permitirá llevar una vida mejor y una vejez sin tantas complicaciones (Castro Beltran, 2011). Decido abordar este fragmento ya que es demasiado importante porque nos hablan de la actividad física

para el desarrollo integral, de esta manera poder motivar a los alumnos de décimo grado del colegio alicante para que entiendan que a través del ejercicio más exactamente de la actividad física su crecimiento va a ser más vital su desarrollo mental mejorara y por consiguiente tendrá una vida mucho más saludable.

Abordamos esta tesis del doctor Hernández Díaz en el año 2008 en la universidad metropolitana de puerto rico llamada "El efecto de la educación física en la motivación del estudiante hacia la actividad física " Ahora veremos un argumento muy importante ,ya que hay una empatía muy singular con la de la señor Hernández en el tema de investigación del proyecto de grado, pues ella nos habla que en la adolescencia hay modificación de conducta a la hora de practicar actividad física, en donde los factores de motivación intrínseca y extrínseca son fundamentales, y que estos tipos de motivación interfieren directamente con nuestro proyecto, ya que en colegio san Rafael de alicante podemos evidenciar estos dos tipos de motivación, hay estudiantes que hacen actividad física o asisten a la clase de educación física por ganar una nota (motivación extrínseca) y también se da el caso de la persona que lo hace porque le gusta y quiere tener beneficios tanto físicos como cognitivos. (Hernández Díaz, 2008)

La educación física es la única materia dentro del currículo escolar responsable por el desarrollo físico y motor del estudiante utilizando el instrumento humano como motor de aprendizaje. (Hernández Díaz, 2008)

Directamente lo que quiere este estudio es brindarle conocimientos a los profesores de educación física para busquen estrategias y herramientas para que logren adherir en la motivación del estudiante y de esta manera se vea beneficiado su desarrollo motor, motriz, cognitivo y psicológico, así mismo para que sea un individuo más saludable y prevenga enfermedades a lo largo de su vida. (Hernández Díaz, 2008)

Al mismo tiempo la intervención del señor Macarro Moreno con su tesis doctoral en el año 2008 con el título "Actitudes y motivaciones hacia la práctica de actividad físico deportiva y el área de educación física, el alumnado de la provincia de granada al finalizar la E.S.O." muy explícitamente lo que nos quiere demostrar esta tesis es conocer las actitudes y motivaciones de los alumnos directamente en dos temas el área de educación física y la práctica físico deportiva, este proyecto es de mucha ayuda ya que estudian los factores por los cuales los alumnos de secundaria demuestran actitudes negativas hacia la clase de educación física. (Macarro Moreno, 2008)

Este autor nos habla que hay varios factores por los cuales se determinaron el por qué los alumnos no quieren practicar la actividad física, uno de ellos son en la población femenina dicen que estéticamente les puede perjudicar su condición femenina, ellas van perdiendo el interés por la práctica físico deportiva al pasar de los años.

Y por parte de la población masculina, la percepción que tiene de la actividad físico deportivo es más positiva ya que la mayoría en su tiempo libre les gusta practicar algún deporte o actividad física, les gusta estar en forma, por salud o competencia.

Esto lo evidenciamos a través de las intervenciones que hicimos en nuestra institución de estudio ya que para las niñas es un poco más aburrido el hacer actividad física, estéticamente no se ven bien y toda su atención está puesta en otro tipo de cosas, así mismo en el sexo masculino es poco un más atractiva la clase de educación física ya que les gusta la competencia y el ganar una buena nota en la clase.

Se añade a todo esto la argumentación del señor Martí Contreras y Marta Valls Lafuente, titulada " Motivación y juego en el aula" a continuación hablaremos de este artículo que aunque no tiene año de referencia nos pareció muy pertinente, ya que nos habla de un modelo didáctico que está implantando en la enseñanza es el enfoque comunicativo, la característica fundamental es como el estudiante busca herramientas para desenvolverse en la sociedad, a partir de esto se buscan herramientas en el aula como lo son la motivación y el juego. (Contreras & Valls Lafuente)

La motivación es absolutamente necesaria para conseguir este fin por lo que debemos despertarla en nuestro alumnado ya que “la motivación consiste en un conjunto de razones que impulsan a una persona a aprender una nueva lengua”. Si sabemos motivar a los estudiantes podremos hacer que trabajen más duro sin que se den cuenta.

La gran pregunta que se hicieron ellos es que para mantener la motivación a lo largo del curso que no es una tarea fácil, es que en el aprendizaje se tendrá en cuenta el juego, más específicamente el juego de rol, con los que los participantes se retroalimentan por su actuación y también adquieren nuevas destrezas gracias a sus compañeros. Esta es una manera bastante eficaz de trasladar la realidad al aula. (Contreras & Valls Lafuente)

En este orden de ideas esta investigación es muy relevante ya que vemos que hablan de la motivación a través del juego, fue de gran ayuda ya que nosotros utilizamos también el juego como un ente motivador para la clase de educación y de esta manera que ellos se diviertan se motiven y aprendan .A través de los juegos recreativos, pedagógicos, lúdicos y cooperativos.

El tema que también nos interesa fue necesario averiguarlo en la base de datos Proquest artículo del año 2014 llamado “Perfiles motivacionales de apoyo a la autonomía, autodeterminación, satisfacción, importancia de la educación física e

intención de práctica física en tiempo libre". Este artículo es muy enriquecedor ya que antes de intervenir a través de algún juego o deporte lo quiere directamente es manejar en el alumno los diferentes tipos de motivación y llegar a que él sea más autónomo a la hora de realizar actividad física y más precisamente al estar en el área de educación física, para esto fue necesario el estudio de 758 alumnos de 13 a 18 años, que respondieron a un cuestionario compuesto por las escalas de apoyo a la autonomía, motivación, satisfacción, importancia de la Educación Física e intención de práctica física futura. Este trabajo pone de manifiesto que los alumnos con motivación más alta son los que más actividad física practican y los que más posibilidades tienen de adquisición y adherencia de hábitos de práctica deportiva en tiempo de ocio, este estudio muy similar al del colegio alicante se evidencian varias personas que son las más activas y las cuales se les ve menos agresivas y más felices por la vida, atentas y dinámicas esto quiere decir que la actividad física aparte de tener beneficios positivos en la salud también a nivel psicológico para enfrentar los diferentes obstáculos que trae la vida. (Granero Gallegos, Baena Extremera, Sanchez Fuentes, & Martínez Molina, 2014)

Así mismo Alvariñas Villaverde en el año de 2004 "Atribución causal en educación física y estilo de vida saludable en el alumnado de educación secundaria obligatoria del ayuntamiento de Oleiros" A continuación veremos que el objeto de estudio de este trabajo se centra en varios aspectos relacionados con la motivación de logro y el estilo de vida saludable en los jóvenes.

EL analiza las atribución del alumno en educación física; en segundo lugar, el estilo de vida en relación con la actividad física y el deporte, haciendo hincapié en aspectos relativos a la participación físico-deportiva extraescolar, el auto concepto físico. (Alvariñas Villaverde, 2004)

Así mismo afirmando todo lo que hemos detectado a través de las tesis anteriores se aprecia que los jóvenes más activos son chicos, y tienen mejores calificaciones en la asignatura, y que la opinión sobre las clases de educación física es más favorable en los estudiantes con mejores calificaciones. Se sigue demostrando que la clase de educación física a través del desarrollo de los segmentos nerviosos y la capacidad motora desarrolla mejor al niño cognitivamente. (Alvariñas Villaverde, 2004)

Sánchez oliva en el año 2014 nos habla de la "Motivación y desarrollo positivo en el alumnado a través de la educación física" donde se hizo un estudio con varios alumnos y profesores de educación física , se ha comprobado la incidencia de los procesos motivacionales para explicar determinadas actitudes y comportamientos positivos durante las clases de educación física, como la diversión, el aburrimiento, la importancia concedida a la educación física, el desarrollo de comportamientos positivos y la intención de ser físicamente activo. Por último, el trabajo muestra la incidencia de un programa de formación con profesores de educación física encaminado al desarrollo de estrategias de apoyo a la autonomía, competencia y

relaciones sociales, comprobándose los efectos positivos provocados en la motivación de los alumnos, así como la intención de ser físicamente activo. Con ello, el presente trabajo de investigación ratifica la ayuda tan importante en nuestro proyecto ya que el contexto de la educación física para fomentar la práctica de la actividad física, y con ello, mejorar hábitos de vida saludable son muy importantes como guía para nuestro proceso en el colegio san Rafael de Alicante. (Sánchez Oliva, 2014)

Finalmente el señor Almagro torres en el año 2012 con el título de su tesis "Factores motivacionales relacionados con la adherencia a la práctica deportiva competitiva en adolescentes"

El objetivo de este proyecto de investigación fue analizar los factores motivacionales que influyen en la adherencia a la práctica deportiva de los adolescentes. Esta tesis está compuesta por diferentes publicaciones, donde, en primer lugar, se analizaron las relaciones entre diferentes variables de forma correlacional; y en un segundo lugar, se profundizó en su estudio utilizando una metodología cualitativa. Se administró un cuestionario a una muestra total de 608 deportistas de diferentes modalidades (de edades comprendidas entre los 12 y los 17 años). Además, 15 de estos deportistas fueron entrevistados. Los resultados de los modelos de ecuaciones estructurales presentados mostraron que el clima motivacional, el apoyo a la autonomía, las metas de logro y las metas sociales

inflúan en la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y relación con los demás. La satisfacción de estas necesidades predijo la motivación intrínseca, y ésta predijo la intención del deportista de continuar siendo físicamente activo. (Torres, 2012)

Tome este pequeño resumen de esta tesis pues la relación con nuestro proyecto es muy importante en varios aspectos ya que como se ha venido argumentando a través de este marco de antecedentes, que los factores motivacionales son muy importantes a la hora de la práctica de cualquier actividad.

En conclusión para lograr que los alumnos tengan una buena actitud al hacer actividad física es necesario incentivarlos a través del juego y la nota y así mismo utilizar el juego competitivo y cooperativo para que ellos entiendan que los beneficios de hacer ejercicio son positivos en cualquier etapa de nuestras vidas.

MARCO TEORICO.

Para este trabajo de investigación también fue necesario buscar conceptos a nivel teórico como motivación, actividad física, juego, así mismo tener en cuenta nuestros objetivos y la etapa y el tipo de población con la que vamos a tratar.

ACTIVIDAD FISICA

Decidimos abordar la actividad física ya que es un tema muy importante para nuestro proyecto de investigación ya que se relaciona directamente con todos los temas que vamos a tratar.

A continuación veremos un artículo de salud pública que nos habla de actividad física en un estudio que se hizo en cinco ciudades de Colombia haciendo encuestas a adolescentes que nos habla en primera instancia de prevenir las enfermedades crónicas no transmisibles ya que son la principal causa de muerte en el mundo con una carga significativa en países en vías de desarrollo donde se estima que ocurren cerca de 80 % de las muertes. (Piñeros & Pardo, 2010)

Nos habla de cómo impulsar el desarrollo de la actividad física y de una buena nutrición un aspecto también muy relevante que lo ejecutamos en las intervenciones con los adolescentes del colegio alicante fue las charlas del porque hacer actividad física donde existe evidencia definitiva y suficiente en términos de la efectividad de

la misma para la prevención de enfermedades cardiovasculares, diabetes, obesidad, hipertensión, osteoporosis y cáncer. (Piñeros & Pardo, 2010)

Así mismo fue muy importante recalcar en cada intervención o charla con los alumnos que es recomendable practicar actividad física de forma regular al menos 3 días por semana y de ser posible todos los días para completar al menos 150 minutos semanales. Por las características propias de la edad, las recomendaciones en jóvenes son distintas a las de adultos. Para niños y adolescentes las recomendaciones es realizar al menos una hora diaria de actividad física de intensidad moderada. A su vez, la Sociedad Americana contra el Cáncer recomienda para esta población la práctica de 60 minutos diarios al menos cinco días en la semana. (Piñeros & Pardo, 2010)

En este orden de ideas, la organización mundial de la salud nos sugiere y confirma que los estudiantes en esta etapa de desarrollo deben realizar actividad física un mínimo de 60 minutos diarios, a una intensidad moderada o vigorosa. A esto se le anexa el rol que tiene el docente a la hora de orientar una clase de educación física para que tenga la cuenta en su metodología y se base en la OMS, que nos habla que en estas edades se debe hacer actividad física a través del deporte y el juego. (OMS, 2010)

JUEGO

Abarcamos el concepto de juego ya que es muy importante e incidente en nuestro tema de investigación, partiendo de 2 tipos de juegos especialmente, el competitivo y cooperativo señalando aclaraciones de varios autores y referencias a través de revistas científicas y documentos deportivos, se señala que fue de mucha ayuda esta información por que mediante este marco se podía saber de una manera correcta y adecuada este concepto.

El señor Johan Huizinga con su libro *homo ludens* (1972) señala que el juego es una acción libre que se desarrolla dentro de límites temporales y espaciales, según reglas libremente aceptadas; tiene un fin en sí misma, acompañada de sentimientos de tensión y alegría, consiente de ser de otro modo que en la vida corriente. Explícitamente nos habla del juego como una manera de ejercitar y practicar actividad física, con un conjunto de reglas, algo muy importante que se recalca es el objetivo básicamente que tenemos para nuestra tesis y desde el punto de vista de Huizinga es que el juego genera el sentimiento de alegría y de esta manera se genera una motivación en los jóvenes del colegio liceo san Rafael de alicante. (Huizinga, 2004)

Vygotsky, subraya que lo fundamental en el juego es la naturaleza social de los papeles representados, que contribuyen al desarrollo cognitivo del joven.

Importante también ya que antes nos mencionan que el juego mediante la actividad física produce un placer, no obstante según el señor Vygotsky nos señala que el niño se desarrolla tanto cognitivamente, motivacional y social. (Vygotsky, 1984)

Quiere decir que estamos acertando a la hora de aplicar el juego como un ente motivador para los jóvenes del grado decimo del colegio alicante. Ya que a través del juego, el niño (a) controla su propio cuerpo y coordina sus movimientos, organiza su pensamiento, explora el mundo contribuye es su desarrollo intelectual, emocional y físico.

JUEGO COMPETITIVO

La competición es, sin lugar a dudas, un elemento adherido al juego. Un juego que viene a determinar la capacidad creadora del hombre, junto a unas ganas de enajenación de los problemas cotidianos. (Huizinga, 2004)

A esto se le anexa la argumentación de Omeñaca y Ruiz en el Programa para la Transformación y el Fortalecimiento Académicos de las Escuelas Normales en febrero de 2005, nos añade algunas de las ventajas del juego competitivo que Permiten explorar las propias posibilidades y limitaciones en comparación con los demás, Estimula el esfuerzo y el deseo de superación individual, Si el grado de dominio de las capacidades que fomenta el juego es elevado, se produce una incidencia favorable en el auto concepto. (Omeñaca Cilla & Ruiz Omeñaca, 2002)

Principalmente el juego competitivo fue muy importante si no fue el más importante a la hora de aplicar los juegos con los jóvenes del liceo san Rafael de Alicante ya que mediante este tipo de juego se motivaban los alumnos por la clase de educación física, les gustaba tener ese espíritu de competencia y como nos aclaraba Omeñaca y Ruiz estimulaba el esfuerzo y el deseo de superación individual (Omeñaca Cilla & Ruiz Omeñaca, 2002)

JUEGO COOPERATIVO

Los Juegos Cooperativos son propuestas que buscan disminuir las manifestaciones de agresividad en los juegos promoviendo actitudes de sensibilización, cooperación, comunicación y solidaridad. Facilitan el encuentro con los otros y el acercamiento a la naturaleza. Buscan la participación de todos, predominando los objetivos colectivos sobre las metas individuales. Las personas juegan con otros y no contra los otros; juegan para superar desafíos u obstáculos y no para superar a los otros. (Omeñaca Cilla & Ruiz Omeñaca, 2002)

Señalo principalmente este enunciado ya que fueron importantes Las actividades cooperativas en el curso decimo del colegio san Rafael Alicante porque se describen a través de su relación con la mejora de la comunicación, el aumento de la confianza, de la empatía y de la preocupación por los demás. Y talvez estos

juegos cooperativos como nos señala Omeñaque y Ruiz buscan la participación de todos la colectividad esto interfirió trascendentalmente en los alumnos ya que se motivaban a la hora de cooperar el uno con el otro. (Omeñaca Cilla & Ruiz Omeñaca, 2002)

MOTIVACIÓN

La motivación afecta o altera su desarrollo social, físico y cognoscitivo En la adolescencia hay modificación de conducta a la hora de practicar actividad física, en donde los factores de motivación intrínseca y extrínseca son fundamentales.

(High School Staples, s.f.)

Naspe (2004) nos habla de dos tipos de motivación intrínseca y extrínseca.

Motivación intrínseca: de manera sencilla la ha definido como la conducta que se lleva a cabo de manera frecuente y sin ningún tipo de contingencia externa. El propio incentivo es intrínseco a la actividad misma, es decir, es la realización de la conducta en sí misma lo que nos mueve, los motivos que conducen a la activación de este patrón conductual son inherentes a nuestra persona sin necesidad de estímulos externos. La motivación extrínseca: la define como aquellas actividades en las cuales los motivos que impulsan la acción son ajenos a la misma, es decir, están determinados por las contingencias externas. Esto se refiere a incentivos o reforzadores negativos o positivos externos al propio sujeto y actividad. (High School Staples, s.f.)

Fundamentalmente es de mucha relevancia conocer del tema de motivación y de los temas que se desenlaza ya que para nuestro proyecto de investigación fue muy necesario, La intervención que nos hace Naspe cuando nos menciona que hay dos

tipos de motivación intrínseca y extrínseca, y antes de conocer por qué no se motivaban los alumnos al hacer educación física era necesario conocer de estas porque en los alumnos existían de estos dos tipos de motivación.

Intrínseca se evidenciaba más en la población masculina ya que siempre tenían ese espíritu de competencia y de mejorar cada día mas y algunos de ellos eran deportistas no les importaba el ganar algo en específico si no lo hacían porque les gustaba y su cuerpo tenia beneficios saludables. (High School Staples, s.f.)

Extrínseca se evidencio mucho al principio de las intervenciones porque hay era donde estaba nuestro real problema, los alumnos participaban en la clase solo con el fin de ganar una nota o de cumplir con un horario de clases.

MARCO LEGAL.

Para la ejecución de las actividades lúdicas en el curso decimo del colegio san Rafael alicante fue necesario tener en cuenta las disposiciones legales para el proyecto de grado.

Ley 181 general del deporte creada el 18 de enero de 1995, por el cual el congreso de la república de Colombia aprueba y se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación el aprovechamiento del tiempo libre, la educación física y se crea el Sistema Nacional del Deporte.

Ley 181 articulo 3 Objetivos generales y rectores de la ley 1 Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo general en todos sus niveles.

Ley 115 1994 ley general de educación en el Artículo 5° fines de la educación. De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, la educación se desarrollará atendiendo al siguiente fin más específicamente el 12. Que nos habla de La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.

Ley 115 1994 ley general de educación artículo Artículo 14° Enseñanza obligatoria. Modificado por la Ley 1029 de 2006. En todos los establecimientos oficiales o privados que ofrezcan educación formal es obligatorio en los niveles de la educación preescolar, básica y media, cumplir con: b) El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, para lo cual el Gobierno promoverá y estimulará su difusión y desarrollo.

Ley 115 1994 ley general de educación artículo Artículo 22° Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de secundaria. Los cuatro (4) grados subsiguientes de la educación básica que constituyen el ciclo de secundaria, tendrán como objetivo específico el siguiente La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.

Ley 1860 del capítulo 3 proyecto educativo institucional artículo 14 específicamente en el fin 6. Que nos dice Las acciones pedagógicas relacionadas con la educación para el ejercicio de la democracia, para la educación sexual, para el uso del tiempo libre, para el aprovechamiento y conservación del ambiente y, en general, para los valores humanos.

MARCO METODOLÓGICO.

A continuación daremos a conocer cada una de las etapas de manera clara y concisa que abarcaran el proceso investigativo dentro del orden promulgado y la descripción de cómo se indagara dentro de determinado contexto, abordando los objetivos elaborados frente a la problemática.

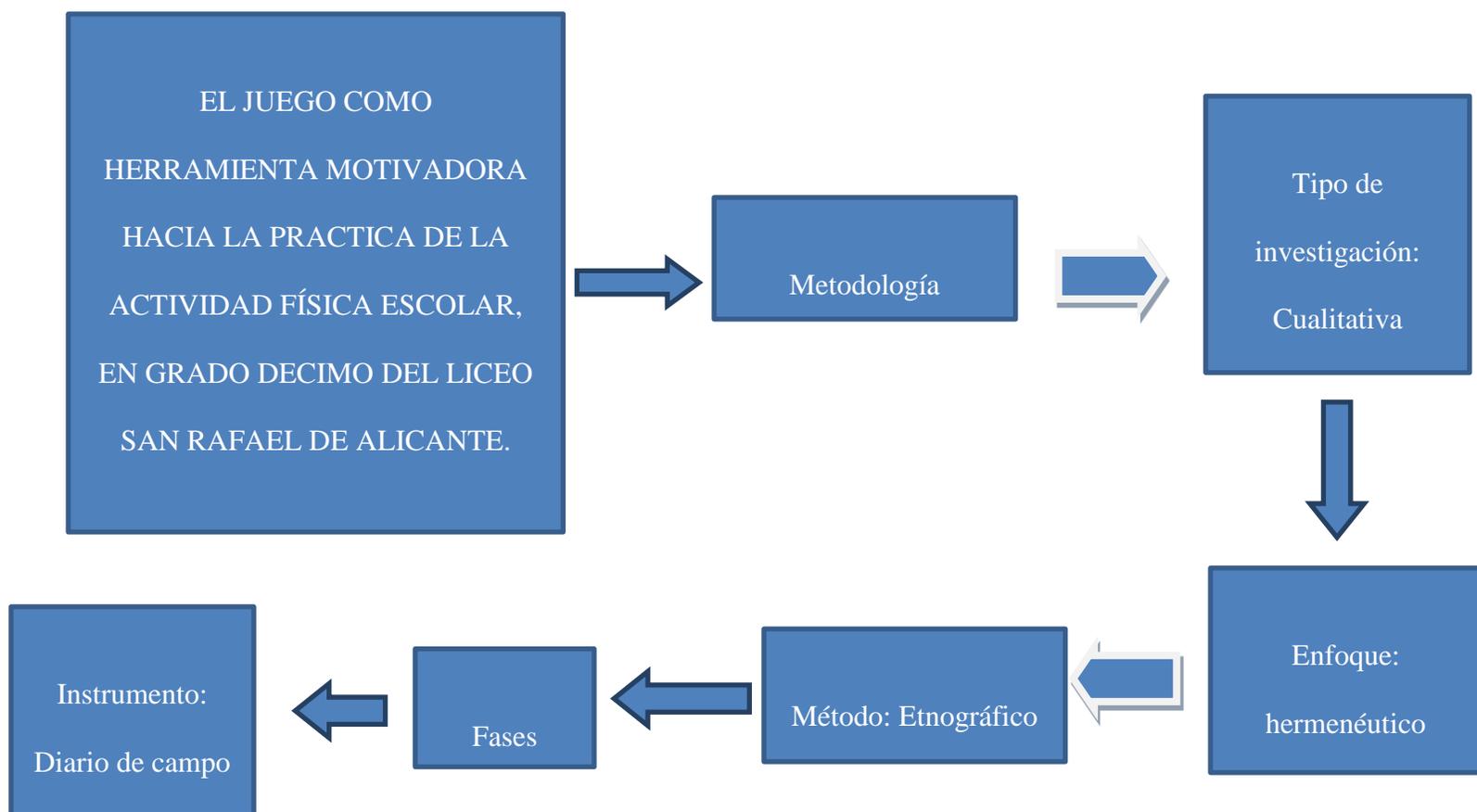


Figura 1. Diagrama metodología de la investigación.

TIPO DE INVESTIGACION

Este proyecto de investigación es de tipo cualitativo, debido a que su análisis se basa en el estudio de los fenómenos existentes e igualmente pretende observar y entender a un grupo poblacional deliberado y mantener un seguimiento rígido y constante ante problemas y situaciones permanentes. Procediendo a analizar y encontrar soluciones que generen procesos favorables tanto para el estudiante como para el Docente a cargo.

Este tipo de investigación según LeCompte (1995), es comprendida como “una categoría de diseños de investigación que extraen descripciones a partir de observaciones que adoptan la forma de entrevistas, narraciones, notas de campo, grabaciones, transcripciones de audio y video, registros escritos de todo tipo y fotografías” (p, 7) teniendo en cuenta lo anterior, la investigación cualitativa se ocupa de estudiar los acontecimientos y circunstancias, centrándose en los contextos naturales. La investigación cualitativa se enfoca a comprender y profundizar los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con el contexto. (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2010). Por tanto este proyecto de grado en su metodología pretende comprender factores que impiden la motivación hacia la

actividad física. De este modo su objeto de estudio se destaca por profundizar en conceptos claves, que permita detectar factores que inciden en la baja motivación de los estudiantes hacia la actividad física. No obstante ofrece una perspectiva de lo que sucede en el contexto, realizando minuciosa observación del entorno social y de conductas que presenten los educandos, determinando así hechos reales que influyen en la baja motivación.

Esta investigación igualmente se detiene observar a un grupo poblacional definido, en este caso el grado 10°, buscando explorar una problemática real dentro de la institución educativa. Para proseguir a comprender los fenómenos existentes ya sean en relación a las emociones, situaciones, conductas... que experimentan los estudiantes, analizando de manera objetiva su comportamiento.

ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN

Teniendo en cuenta que la investigación es de tipo cualitativo, se optó por implementar un enfoque hermenéutico que permite comprender e interpretar la realidad de este contexto social y al mismo tiempo poder buscar un desarrollo eficiente a los objetivos propuestos y darle una respuesta al cuestionamiento problemático existente en el grado 10 de la institución educativa.

Este enfoque ofrece una percepción de lo real, por lo tanto se centra en contar las intencionalidades y conocimientos con los que el investigador analiza y categoriza. Hermenéutica viene del vocablo griego *hermeneia*, comprendida como el acto de la interpretación. Por tanto este proyecto pretende interpretar acontecimientos, situaciones, conductas, relaciones sociales de los estudiantes del grado 10°, para así comprender de manera objetiva factores que inciden en el poco interés hacia la actividad física dentro de la clase de educación física. “La hermenéutica (interpretación) busca descubrir los significados de las distintas expresiones humanas, como las palabras, los textos, los gestos, pero conservando su singularidad” (Martinez Rodriguez, 2011, pág. 16). Dicho lo anterior es importante para este tipo de investigación y desde un enfoque como el hermenéutico, saber cómo los estudiantes del grado 10° socializa, hablan entre sí, cómo se comunican, lo cual podría ser el inicio del entendimiento de las diferentes conductas en clase y baja motivación hacia la misma. No hay que dejar de lado las circunstancias en las

que el grupo de educandos realizan la clase de educación física, otro factor como la edad puede generar este tipo de conductas en los adolescentes.

Por consiguiente se puede determinar que el enfoque abordado y puesto en práctica permite saber y conocer el comportamiento de los estudiantes en la clase de educación física, cuáles son sus intereses de la misma y determinar el por qué la baja motivación hacia la práctica de la actividad física escolar. Ir a fondo de una problemática que en la actualidad se está presentando en las instituciones educativas del país, comprender si el verdadero problema está en el estudiante o en el profesor, en el currículo que ordena la institución o la autonomía del educando. Es indispensable poder analizar diferentes perspectivas que se presentan en las sesiones de clase, para entender si a todos no les gusta lo mismo, realizar los mismos ejercicios, jugar el mismo juego o tal vez practicar el mismo deporte. Por esto es importante un buen enfoque de investigación, el cual pretenda objetivamente comprender el factor principal de la problemática y así poder determinar una posible solución.

METODO DE INVESTIGACIÓN

Teniendo en cuenta que el tipo de investigación es cualitativo y su enfoque hermenéutico, ahora presentamos el método etnográfico como apoyo para desarrollo de este proyecto de grado. “En la investigación etnográfica, se trata de descubrir lo significativo, lo importante, lo que se aprecia más relevante dentro del conjunto”. (Santana & Gutiérrez Borobia)

Según sampieri, los diseños etnográficos pretenden describir y analizar ideas, creencias, significados, conocimientos y prácticas de grupos, culturas y comunidades. (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2010). De este modo, profundizar en el contexto educativo y en el micro contexto de los estudiantes del grado 10° es la mayor prioridad para dar solución a la problemática, entender el pensamiento de los mismos hacia la práctica de la actividad física, la selección de los ejercicios propuestos en clase, juegos, materiales, y todo aquello que ayude a la realización de una buena clase de educación física y por ende excelente participación de los estudiantes en la misma es de interés para la investigación.

Teniendo en cuenta lo anterior, este enfoque nos permite saber cómo es el comportamiento de los estudiantes en la clase de educación física, cuáles son sus intereses de la misma y determinar el por qué la baja motivación hacia la práctica y

actividad física. Ir afondo de una problemática que en la actualidad se está presentando en las instituciones educativas del país, comprender si el verdadero problema está en el estudiante o en el profesor, en el currículo que ordena la institución o la autonomía del educando. Es indispensable poder analizar diferentes perspectivas que se presentan en las sesiones de clase, para entender si a todos no les gusta lo mismo, realizar los mismos ejercicios, jugar el mismo juego o tal vez practicar el mismo deporte. Por esto es importante un buen enfoque de investigación, el cual pretenda objetivamente comprender el factor principal de la problemática y así poder determinar una posible solución.

FASES DE LA INVESTIGACIÓN

En este apartado se pretende dar a conocer los pasos o fases en las cuales nos vamos a apoyar para el proceso de nuestra investigación, aclarando, comprendiendo, analizando y justificando la realización del proyecto en frente al problema expuesto.

Fase 1: diagnóstico y planteamiento del problema.

En esta fase inicialmente se realizó a modo de diagnóstico, un breve estudio del contexto escolar en el que se encontraba el grado 10° del Liceo San Rafael de Alicante, el número de estudiantes que tenía el curso, el género de cada uno ellos, el número de profesores, los espacios que se eran otorgados para la realización de

la clase, partiendo desde una recopilación de datos expuesta a través de retroalimentaciones impartidas por medio de una matriz de diario de campo, donde se pudo observar la determinación que tenían los estudiantes en relación a la clase de educación física y la actitud que procedían a reflejar en cuanto a la práctica de la Actividad Física. Igualmente se analizó y se tuvo en cuenta la metodología y/o ejercicios que se realizaban anteriormente teniendo como referencia el modelo pedagógico de la institución, donde se pudo denotar que la mayoría de los estudiantes mostraban falencias en cuanto a la motivación en el momento de realizar las actividades estipuladas, como poca actitud, desagrado, desánimo y distracción en la misma. Igualmente se pudo denotar la importancia del rol que tenía la Influencia expuesta por algunos de los estudiantes hacia otros y la respuesta a ello.

Este diagnóstico tuvo como finalidad la comprensión del comportamiento de los estudiantes de Grado 10 específicamente en la clase de Educación Física.

Terminado el diagnóstico inicial se determinó que los estudiantes padecían de motivación en el momento de realizar la clase, debido a diferentes causas, entre ellas la prolongación de los diversos ejercicios, la monotonía de los mismos y la distracción impartida por celulares, radios y otros componentes que evadían el enfoque de más de un estudiante; por otra parte se evidenció que los estudiantes no

tenían claro la definición de actividad física y mucho menos la importancia, lo cual impedía que ellos participaran anímicamente en los procesos de la clase

Fase 2: modificación e implementación de metodología apropiada

Didáctica de la Educación Física.

Teniendo en cuenta que este proyecto de investigación, comprende la aplicación de diferentes estrategias para la enseñanza de los juegos, ejercicios y actividades recreativas puestas en práctica dentro de la clase. Se presenta la didáctica como una de las herramientas fundamentales para la enseñanza de la educación física. En este orden de ideas, abordamos el libro “La enseñanza de la Educación Física”, del señor Muska Mosston y Sara Ashworth. Este texto nos ofrece una recopilación de los estilos de enseñanza y su reforma que actualmente son utilizados en el ámbito de la educación física, recreación, deporte, y actividad física. Algunos de estos estilos comprenden métodos de enseñanza tradicionales y contemporáneos. Dicho lo anterior, damos origen al estilo de enseñanza que fue utilizado en nuestra propuesta, con el fin de orientar las sesiones de la mejor manera y así mismo hacernos entender por parte de los estudiantes. No obstante hay que decir también, que actualmente los profesores y entrenadores utilizan formas de dirigirse a las personas con el fin de generar un buen desarrollo de la clase en cuanto al entendimiento de las actividades. Para dar luz a lo anterior, se pone en reflexión uno de los apartados del texto; “En la relación enseñanza-aprendizaje no se puede considerar que un estilo sea mejor que otro, ya que ninguno nos asegura la consecución de todos los objetivos en la

Educación Física.” (Mosston y Ashworth, 2011). Por ende, no necesariamente hay que adaptarnos a un solo estilo de enseñanza ya que no puede ser el acorde para la clase.

Ahora bien, Mosston y Ashworth señalan que hay tres fases en las que se debe tener en cuenta, al momento de la toma de decisiones en un proceso de enseñanza, fases de pre impacto, impacto y pos impacto, ya que para iniciar una clase, el docente debe tener en cuenta lo siguiente: objetivo de la clase, estilo de enseñanza, a quien enseña, ejecución, ajustes y correcciones, entre otros aspectos relevantes de la Educación Física.

Fase de pre impacto: se caracteriza por la toma de decisiones antes de iniciar la clase.

Fase de impacto: comprende la ejecución de tareas.

Fase de post impacto: se enfoca en la ejecución durante y después de la clase por parte de los estudiantes.

Tomando de nuevo el texto del señor Muska Mosston y su reforma de los estilos de enseñanza, decidimos tomar el estilo de enseñanza “Mando Directo” como eje de comunicación y entendimiento con los educandos. Según Mosston y Ashworth, el mando directo es el primer estilo y se caracteriza por el total protagonismo del profesor en la toma de decisiones en las fases pre impacto, impacto y post impacto, su esencia se basa en la directa e inmediata relación entre el estímulo del profesor y la respuesta del estudiante.

Es importante aclarar, que no solo se utilizó el estilo de enseñanza mando directo para el proceso de enseñanza- aprendizaje, ya que también se aplicó el conductismo, siendo este modelo pedagógico que pretende ser flexible en cuanto a la forma de dirigirse a los demás sin pasar por encima de sus derechos.

Obedeciendo a lo que nos indica la reforma de los estilos de enseñanza de Muska Mosston y Sara Ashworth, se da entonces la perspectiva de la aplicación del estilo.

-Pre impacto: el propósito es planificar la interacción entre profesor y alumno, teniendo en cuenta la intensidad o unidad didáctica.

Para ello hemos tenido en cuenta la planificación de la sesión de clase, con un formato de sesión que contempla tres momentos, inicial, central y final.

-Impacto: consiste en hacer efectiva la participación de los alumnos en las actividades ya antes planificadas.

-Post impacto: en esta fase se realiza el feedback, entendido como un espacio de retroalimentación de las actividades realizadas. Allí se retoma las tareas hechas en clase y se habla sobre sus propósitos y objetivos.

Teniendo en cuenta lo anteriormente escrito, abordamos la estructura propuesta por Mosston, para la aplicación del estilo de enseñanza en las intervenciones realizadas. Para ello se contempló

una debida planificación de la sesión en la cual encierra la temática de la clase y las actividades a impartir.

A modo de reflexión, hay que considerar que actualmente los profesores de educación física, están dirigiendo clases sin saber que estilo de enseñanza están utilizando, por tanto queremos proponer nuestra estructura anteriormente establecida por el señor Muska Mosston, para la enseñanza de la educación física.

Para este apartado tuvimos en cuenta el diagnóstico realizado, abordado y expuesto, y junto con ello las diferentes causas arrojadas a la luz del debate (el problema), para poder proseguir a buscar una posible solución al problema presentado, donde las posturas a seguir hicieron parte del conocimiento empírico adquirido por los diferentes Docentes a cargo en busca de una posible transformación dentro del contexto, pero igualmente se contó con un proceso bastante elaborado de investigaciones realizadas en relación a los diversos componentes a trabajar. Sin duda alguna en el momento de implementar las metodologías, la fase de diagnóstico aún permanecía y promulgaba testimonios y experiencias de ninguna manera esperadas, lo cual nos llevó a continuar en el proceso de investigación, anexando a ellos los diversos aspectos que rondaban dentro del Liceo San Rafael Alicante, más específicamente en el Grado Decimo. Donde comprendimos el rol que tiene el juego en la construcción de saberes y como un posible ente motivador hacia la práctica de la actividad física, allí se pudo

comprender y entablar las diferentes funciones que tenían los diversos tipos de juegos que existen y sus variables; donde decimos optar por abordar los Juegos competitivos y Juegos cooperativos dentro de la clase esperando resultados diferentes en vinculo al detalle. Siempre observando de manera explícita la reacción que tenían los estudiantes en particular en relación a cada uno de los juegos y dinámicas abordadas.

Por otra parte fue importante e indispensable investigar sobre las causas ya determinadas donde se encontró las características de la motivación, sus categorías y la relación que tenían estas con el programa y la intervención del juego como herramienta.

Antes que nada y por el contrario se tiene que decir que la implementación de los juegos y actividades estipuladas surgió de un proceso cambiante y constante que derivaba en relación al comportamiento observado por los estudiantes, desde principio a fin. Lo cual nos permitió proseguir a analizar los resultados abarcados.

Fase 3: Análisis de los resultados

Para analizar los resultados obtenidos dentro de la práctica se procedió a utilizar como instrumento el de diario de Campo, donde quedó evidenciado de modo explícito los aspectos que se reflejaron durante la clase y donde por medio de un análisis de categorización se sacaron todos los hechos relevantes y/o concurrentes

donde se elaboraron unas subcategorías que nos demarcaban la composición de diversos productos con características comunes, principalmente los acoples en relación a los aspectos, causas tanto negativas como positivas que surgían en concordancia a cada una de las metodologías abarcadas para cerca de allí agrupar las subcategorías que tenían relación entre si y determinar una categoría analítica quien era la que permeabilizaba el trasfondo de los procesos elaborados y funcionaba de herramienta conceptual para poder entender el fenómeno social presentado dentro del contexto.

Además de eso procedimos a concebir e intervenir dentro de cada uno de los análisis arrojados a través de Mapas semánticos e interpretativos que dieran cuenta y tuvieran como constancia mucho más explícita, la comprensión de las causas y el valor que arrojaba en relación a los objetivos, el funcionamiento que había dejado cada una de las actividades emanadas por el/los Docente(s) y la posible transformación generada por el mismo en consecuencia a la influencia.

Terminada la interpretación concluyeron los análisis de datos por medio de la triangulación, donde se correlacionaron los diferentes conceptos litigantes, expuestos dentro del contexto, a través del proceso intervenido y/o modificado, con las investigaciones anteriormente expuestas, quienes dieron pie de margen a la orientación que encamino a contraponer la problemática presentada. De este modo se clausuraron los análisis y se determinaron las apreciaciones y conceptos

puntuales, para proseguir a sacar las conclusiones finales del proyecto investigativo.

Fase 4: Conclusiones

Para esta fase se tuvo en cuenta los diversos aspectos desde el inicio del proyecto investigativo, entre ellos el diagnóstico que se llevó a cabo dentro del Liceo San Rafael de Alicante, al igual que los diferentes componentes arrojados en las intervenciones realizadas, los cuales conllevaron tanto al proceso investigativo, como a las alternativas propuestas por los docentes a cargo, por otra parte fue fundamental para la fase de conclusiones, la recolección de datos, tomados a través de los diarios de campo, donde se obtuvo evidencia del comportamiento de los estudiantes, en relación a los distintos tipos de Juegos y/o actitudes entre ellos.

De tal manera se prosiguió a buscar dentro de los mismos, los hechos más relevantes que se pronunciaron dentro de la clase (Análisis), los cuales se interpretaron y al mismo tiempo se fundamentaron con las investigaciones que dieron lugar de aporte a las premisas dentro del proyecto (Triangulación), este fue un proceso competente y explícito que nos guió y dirigió a la exposición de las conclusiones.

También es importante mencionar que para la fase de Conclusiones, fue conveniente entender principalmente el contexto en el cual se estaba interviniendo,

para empezar a hacer hincapié con la problemática presentada y acudir a los distintos elementos pertinentes que se pudiesen elaborar dentro del Liceo, de la manera más correcta, dentro de ellos aspectos como: Espacios apropiados para la práctica, material de apoyo y el contexto educativo que refería a la institución.

POBLACION Y MUESTRA.

En este capítulo, damos a conocer algunas características generales del grupo que fue escogido para esta investigación. Por ende fue necesario visitar la institución educativa Liceo San Rafael de Alicante ubicado en la localidad 10 de Engativá, dicho colegio se encuentra en el barrio Santa María del lago. Teniendo en cuenta también algunos datos que se muestran en la contextualización, decimos entonces que fue institución apta para nuestro estudio. Cuenta con dos bloques (edificios) uno de primaria y el otro de secundaria.

Inicialmente nos centramos en realizar nuestro estudio investigativo con secundaria ya que uno de los objetivos era comprender factores que influyen en la poca motivación hacia la actividad física escolar, por tanto grados como noveno, decimo y once presentan comportamientos similares a nuestro objetivo, en los cuales se evidenciaron poca motivación, indisciplina entre otros factores. Por consiguiente se escogió el grado decimo como objeto de estudio, para así estudiarlos y analizarlos desde el campo de práctica en la clase educación física,

dicho curso está conformado por 35 estudiantes, en el cual hay tanto hombres como mujeres. Por otra parte es importante decir, que la mayoría de los estudiantes del grado 10° pertenecen al estrato 3 y solo cuatro provienen de un estrato 4. Dentro de este contexto social se refleja un grupo estudiantil crítico y unido que se comunica entre sí a través de gestos de amistad y solidaridad, donde por ende se permite empatía con los demás compañeros y con el Docente y demás personal a cargo.

TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS.

El instrumento para la recolección de datos a utilizar fue el diario de campo. Según (López Román, Montenegro y Fierro, 2006) el diario de campo es “el relato escrito cotidianamente de las experiencias vividas y de los hechos observados”. Lo cual hace referencia a la recopilación de datos presentados en un contexto social o en este caso educativo. De este modo el diario de campo fue el principal instrumento a utilizar en la investigación ya antes nombrada siendo este recolector de importantes descubrimientos que se dieron al transcurso de las diferentes intervenciones.

Teniendo en cuenta que para cada sesión realizada con el grupo de estudiantes del grado 10°, el diario de campo fue el mejor aliado.

Es común que las anotaciones se registren en lo que se denomina diario de campo o bitácora, que es una especie de diario personal, donde además se incluye: las descripciones del ambiente o contexto, mapas, diagramas, cuadros o esquemas y listado de objetos y artefactos (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2010).

Teniendo en cuenta lo anterior, el diario de campo es una forma de controlar datos esenciales para el estudio, siendo un conjunto de anotaciones relevantes del contexto involucrado en el proyecto. Para poder lograr una adecuada organización

de estas anotaciones, fue necesario utilizar una matriz, que ayudara a la recopilación. (ver anexo 1).

ANÁLISIS DE INFORMACIÓN CUALITATIVA.

Hechos concurrentes.

1. Los estudiantes no se muestran interesados por realizar la clase de educación física.

1. Los estudiantes le indican verbalmente al docente que no quieren realizar la clase

1. Algunos estudiantes son irrespetuosos y definitivamente no participan en las actividades

1. Se genera Burla e Indisciplina por parte de un grupo de estudiantes, hacia otros que si participan en la clase.

2. Los estudiantes prefieren evadir la clase y distraerse a través de los distintos medios tecnológicos. (radios, Celulares, Mp3...)

2. Los estudiantes persisten en hablar durante la explicación del docente lo cual inhibe el entendimiento de las distintas dinámicas.

2. Curiosamente las interrupciones y la distracción del estudiante se da, en el momento de iniciar las actividades físicas.

2. Los estudiantes pretenden obtener atención a través de irrespeto y burla, de tal manera que se sienten alagados por los demás estudiantes.

4. los estudiantes se distraen continuamente cuando el profesor da las indicaciones del juego, lo que hace que después tenga que reiterar.

3. Los estudiantes ejecutan los ejercicios propuestos por el profesor sin generar inconformidad, cuando de juegos se trata.

3. Los estudiantes que anteriormente fomentaban la indisciplina ya no interrumpen dentro de la clase y pretenden participar de manera sigilosa.

3. Los estudiantes se sienten motivados por participar en la clase.

4. Los estudiantes prestan atención y preguntan continuamente sobre las actividades otorgadas.

5. Dentro de los mismos estudiantes se genera competencia por realizar las actividades estipuladas lo cual infiere en la participación de la mayoría del grupo.

5. Los estudiantes crean y generan propuestas en referencia a los juegos expuestos por el docente.

5. Los niños interactúan con las niñas y apoyan con gritos y demás gestos de motivación, en las distintas dinámicas.

6. Los estudiantes se esfuerzan durante las actividades y se determinan a conseguir la victoria de manera correcta.

6. Terminadas las secciones los estudiantes siguen ejecutando las actividades realizadas dentro de la clase, (como flexiones de codo, sentadillas, saltos, de manera competitiva)

6. Las mujeres se exigen a la hora de realizar las actividades, intentando superar a los hombres.

6. se evidencia agrado por las actividades recreativas por parte de los estudiantes, hasta el punto de sugerir al docente, actividades de igual índole.

6. se muestran cualidades de liderazgo por parte de algunos estudiantes, que incentivan al resto de grupo.

7. los estudiantes realizan los ejercicios propuestos por el docente de la mejor manera.

7. Algunos estudiantes, no solo hacen los ejercicios estipulados, si no también se esfuerzan por inferir la técnica apropiada en cada uno de ellos. Preguntando continuamente al Docente.

7. los estudiantes empiezan a generar preguntas en relación a la educación física y actividad física que se tornan de manera interesante.

7. se entablan constantes diálogos por parte de los estudiantes en cuanto a la importancia de la actividad física.

7. Los estudiantes generar un ambiente de motivación, donde las actividades se ejecutan por la mayoría de los estudiantes de manera más factible.

7. Los hombres se han vuelto más ansiosos por participar dentro de los diferentes juegos e impulsan a las mujeres a que hagan lo mismo.

7. Los estudiantes han aprendido a seguir órdenes y respetar al Docente mientras da las explicaciones y dirige las actividades.

7. Algunos estudiantes se apropian de instruir y explicar la importancia de una adecuada elongacion muscular al término de las actividades.

2. Los estudiantes intentan generar una buena relación con los docentes.

3. Los docentes deben explicar de manera más apropiada los diversos ejercicios abordados en la clase

4. el docente pretende a través del dialogo elevar la confianza y a su vez la motivación de los estudiantes.

5. el profesor constantemente está animando a los estudiantes lo cual se refleja en ellos en las distintas actividades.

6. El docente implementa nuevas estrategias que cambia la manera de actuar del estudiante.

6. el docente realiza alteraciones en los juegos estipulados mejorando la disposición del grupo.

7. El docente Dialoga con los estudiantes, de tal manera que ambos se hacen participes a las reglas de la clase.

ANÁLISIS DE INFORMACIÓN CUALITATIVA

MATRIZ CATEGORIAL

Hechos concurrentes	Subcategorías	Categoría analítica
<p>1. Los estudiantes no se muestran interesados por realizar la clase de educación física (pereza, Desanimo, Desaliento).</p> <p>1. Los estudiantes le indican verbalmente al docente que no quieren realizar la clase.</p> <p>2. Los estudiantes prefieren evadir la clase y distraerse a través de los distintos</p>	<p>Falencias</p>	

<p>medios tecnológicos. (Radios, Celulares, Mp3...)</p> <p>2. Los estudiantes persisten en hablar durante la explicación del docente lo cual inhibe el entendimiento de las distintas dinámicas.</p> <p>2. Las interrupciones y la distracción del estudiante se dan notoriamente en el momento de iniciar las actividades físicas.</p> <p>3. Los docentes deben explicar de manera más apropiada los diversos ejercicios abordados en la clase.</p>	<p>actitudinales en los estudiantes.</p>	<p>Factores que inhiben la práctica de la actividad física.</p>
<p>1. Se genera Burla e Indisciplina por parte de un grupo de estudiantes, hacia otros que si participan en la clase.</p> <p>2. Los estudiantes pretender obtener atención a través de irrespeto y burla, de tal</p>		

<p>manera que se sienten alagados por los demás estudiantes.</p> <p>4. los estudiantes se distraen continuamente cuando el profesor da las indicaciones del juego, lo que hace que después tenga que reiterar.</p>	<p>Influencias Negativas.</p>	
<p>5. Los niños interactúan con las niñas y apoyan con gritos y demás gestos de motivación, en las distintas dinámicas.</p> <p>6. Las mujeres se exigen a la hora de realizar las actividades, intentando superar a los hombres.</p> <p>7. Los estudiantes generar un ambiente de motivación, donde las actividades se</p>		<p>Influencias sociales que predominan en la clase.</p>

<p>ejecutan por la mayoría de los estudiantes de manera más factible.</p> <p>7. Los hombres se han vuelto más ansiosos por participar dentro de los diferentes juegos e impulsan a las mujeres a que hagan lo mismo.</p> <p>2. Los estudiantes intentan generar una buena relación con los docentes.</p> <p>4. el docente pretende a través del dialogo elevar la confianza y a su vez la motivación de los estudiantes.</p> <p>5. el profesor constantemente está animando a los estudiantes lo cual se refleja en ellos en las distintas actividades.</p> <p>6. El docente implementa nuevas estrategias que cambia la manera de actuar del estudiante.</p>	<p>Influencias</p> <p>Positivas.</p>	
---	--------------------------------------	--

<p>6. el docente realiza alteraciones en los juegos estipulados mejorando la disposición del grupo.</p> <p>7. El docente Dialoga con los estudiantes, de tal manera que ambos se hacen partícipes a las reglas de la clase.</p>		
<p>3. Los estudiantes ejecutan los ejercicios propuestos por el profesor sin generar inconformidad, cuando de juegos se trata.</p> <p>3. Los estudiantes se sienten motivados por participar en la clase.</p> <p>4. Los estudiantes prestan atención y preguntan continuamente sobre las</p>		

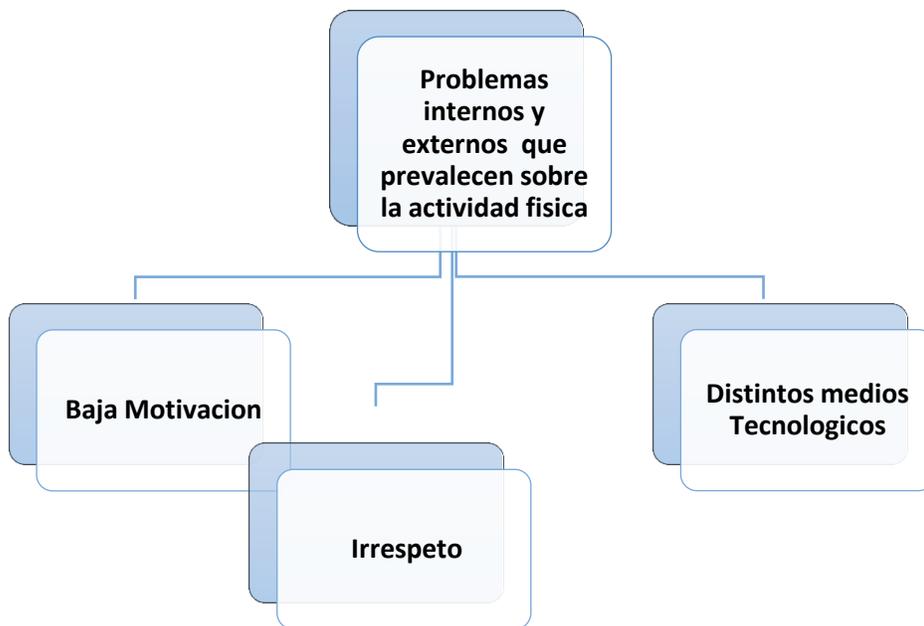
<p>actividades y juegos otorgados.</p> <p>5. Los estudiantes crean y generan propuestas en referencia a los juegos expuestos por el docente.</p> <p>6. se evidencia agrado por los juegos recreativos por parte de los estudiantes, hasta el punto de sugerir al docente, actividades de igual índole.</p>	<p>Aspectos motivadores a través del Juego.</p>	<p>Herramientas Óptimas para la práctica de la Actividad física.</p>
<p>3. Los estudiantes que anteriormente fomentaban la indisciplina ya no interrumpen dentro de la clase y pretenden participar de manera sigilosa.</p>		

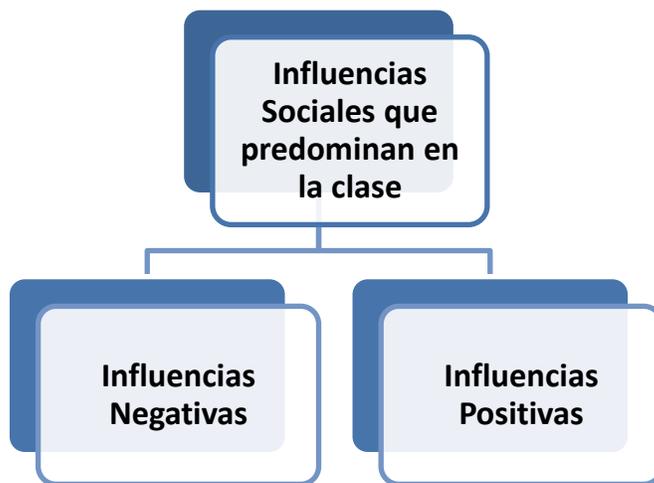
<p>6. Los estudiantes se esfuerzan durante las actividades y se determinan a conseguir la victoria de manera correcta.</p> <p>6. Terminadas las secciones los estudiantes siguen ejecutando las actividades realizadas dentro de la clase, (como flexiones, sentadillas, saltos, de manera competitiva)</p> <p>6. se muestran cualidades de liderazgo por parte de algunos estudiantes, que incentivan al resto de grupo.</p> <p>7. Algunos estudiantes, no solo hacen los ejercicios estipulados, si no también se esfuerzan por inferir la técnica apropiada en cada uno de ellos. Preguntando continuamente al Docente.</p> <p>7. los estudiantes empiezan a generar preguntas en relación a la educación física</p>	<p>Asimilación del objetivo por medio del juego.</p>	
---	--	--

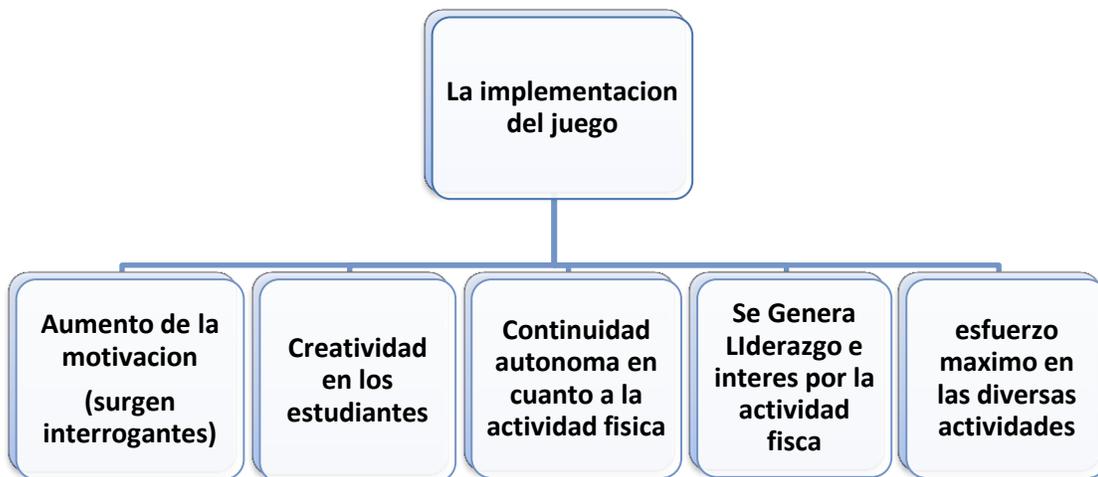
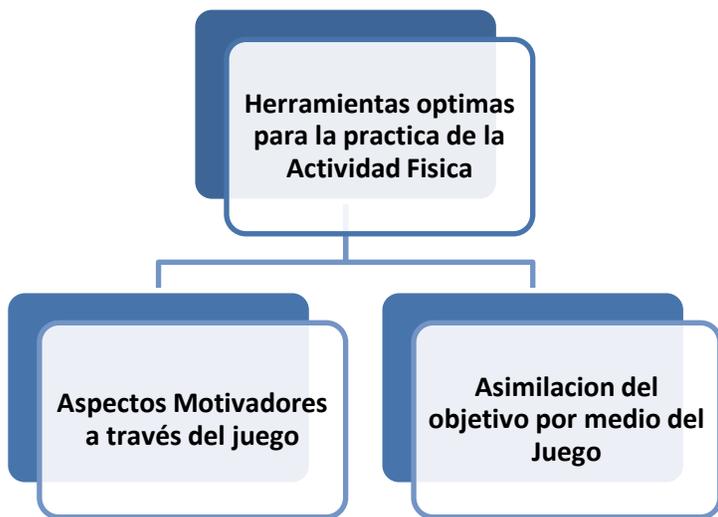
<p>y actividad física que se tornan de manera interesante.</p> <p>7. se entablan constantes diálogos por parte de los estudiantes en cuanto a la importancia de la actividad física.</p> <p>7. Los estudiantes han aprendido a acatar órdenes y respetar al Docente mientras da las explicaciones y dirige las actividades.</p> <p>7. Algunos estudiantes se apropian de instruir y explicar la importancia de una adecuada relajación muscular al término de las actividades.</p>		
--	--	--

MAPAS SEMANTICOS

INTERPRETACIÓN







TRIANGULACIÓN

De manera muy explícita queremos evidenciar lo vivido a través de nuestras experiencias en el campo de practica con el grado decimo del colegio liceo san Rafael de alicante, a esto se le anexa la teoría por la cual nos basamos, diferentes tesis de grado, revistas científicas y muchos pensamientos de los autores incidentes, de la misma manera los análisis de datos y resultados y todo esto tabularlo para hacer la triangulación.

Como un de las categorías que surgieron a través de los análisis de datos, queda en evidencia los factores que inhiben la práctica hacia la actividad física en los estudiantes de grado decimo del liceo san Rafael de alicante. Estos factores son de carácter actitudinal que se manifiestan en baja motivación, distracción, burlas, interés por medios tecnológicos, lo cual apunta a la existencia de falta de respeto hacia la clase de educación física, hacia el docente y mismos compañeros. Por tal motivo optamos por contribuir y utilizar el juego como una herramienta necesaria y propicia en relación a la actividad física, donde los estudiantes encontrarían un espacio de formación pero igualmente de recreación y relajación.

Por tal manera teóricamente decidimos abordar la tesis de la doctora Ana Méndez llamada El efecto de la educación física en la motivación del estudiante hacia la actividad física " y a esto se refuerza la ayuda de naspe una página de

actividad física. Estas dos teorías Básicamente nos hablan de unos temas muy importantes como lo son la motivación intrínseca y extrínseca.

Motivación intrínseca: de manera sencilla la ha definido como la conducta que se lleva a cabo de manera frecuente y sin ningún tipo de contingencia externa. El propio incentivo es intrínseco a la actividad misma, es decir, es la realización de la conducta en sí misma lo que nos mueve, los motivos que conducen a la activación de este patrón conductual son inherentes a nuestra persona sin necesidad de estímulos externos. La motivación extrínseca: la define como aquellas actividades en las cuales los motivos que impulsan la acción son ajenos a la misma, es decir, están determinados por las contingencias externas. Esto se refiere a incentivos o reforzadores negativos o positivos externos al propio sujeto y actividad.

Quiere decir que a través de esta teoría acertamos ya que en primera instancia lo que se evidenció en el campo de práctica fue principalmente la falta de actitud, pero antes de utilizar el juego o cualquier otra herramienta que pueda ayudarnos a mejorar la motivación, debíamos detectar en cada uno de ellos que tipo de motivación tenían, nos encontramos con que la mayoría de la población femenina y unos pocos de población masculina tenían motivación extrínseca y por el contrario la mayoría de la población masculina tenían motivación intrínseca.

Ya comenzándolo a ver desde este punto de vista decidimos averiguar por qué habían esas diferencias de motivación entre hombres y mujeres, y si solo ocurría en ese colegio y en el curso decimo, pero nos encontramos con la tesis del doctor Macarro Moreno en el año 2008 con el título "Actitudes y motivaciones hacia la práctica de actividad físico deportiva y el área de educación física, el alumnado de la provincia de granada al finalizar la E.S.O." nos habla que hay varios factores por los cuales se determinaron por qué alumnos no quieren practicar la actividad física unos de ellos son en la población femenina dicen que estéticamente les puede perjudicar su condición femenina, ellas van perdiendo el interés por la práctica físico deportiva al pasar de los años.

Y por parte de la población masculina, la percepción que tienen de la actividad físico deportivo es más positiva ya que la mayoría en su tiempo libre les gusta practicar algún deporte o actividad física, les gusta estar en forma, por salud o competencia.

De esta manera nuestra investigación seguía por buen camino ya que se había detectado los diferentes tipos de motivación y porque ocurría ahora había que buscar la manera de cambiar esa motivación extrínseca en algunos de los alumnos y fortalecer la motivación intrínseca en los demás jóvenes.

Las herramientas óptimas para la práctica de actividad física fueron primeramente comenzar a crear conciencia en el alumnado, esto fue un punto de partida muy importante porque en cada intervención que se hacía con ellos se les explicaba por qué hacer actividad física que beneficios aparte de una nota ellos tenían acorto a largo y a mediano plazo, para esto nos basamos en un artículo de salud pública que nos habla de actividad física en un estudio que se izó en cinco ciudades de Colombia haciendo encuestas a adolescentes que nos habla en primera instancia de prevenir las enfermedades crónicas no transmisibles ya que son la principal causa de muerte en el mundo con una carga significativa en países en vías de desarrollo donde se estima que ocurren cerca de 80 % de las muertes.

Así mismo fue muy importante recalcar en cada charla con los alumnos que es recomendable practicar actividad física de forma regular al menos 3 días por semana y de ser posible todos los días para completar al menos 150 minutos semanales. Por las características propias de la edad, las recomendaciones en jóvenes son distintas a las de adultos. Para niños y adolescentes las recomendaciones es realizar al menos una hora diaria de actividad física de intensidad moderada A su vez, la Sociedad Americana contra el Cáncer recomienda para esta población la práctica de 60 minutos diarios al menos cinco días en la semana, de esta misma manera les decíamos que había una mejora en la forma física la fuerza muscular la masa ósea además disminuye la grasa corporal, ayuda a mantener un peso saludable, mejora la salud mental, la autoestima reduce los

síntomas de ansiedad y depresión disminuye el estrés y además es divertido y el hacer actividad física hace que se sientan más felices.

Seguido a esto se izó la implementación del juego fue una herramienta para mejorar e incentivar al alumnado a hacer actividad física para esto utilizamos el juego cooperativo y el juego recreativo esto lo hicimos basándonos en el señor Johan Huizinga con su libro *homo ludens* (1972) señala que “el juego es una acción libre que se desarrolla dentro de límites temporales y espaciales, según reglas libremente aceptadas; tiene un fin en sí misma, acompañada de sentimientos de tensión y alegría, consiente de ser de otro modo que en la vida corriente”. Se abordó este autor ya que nos habla de un sentimiento llamado alegría que se genera a través del juego de esta manera había una motivación y si se pudo evidenciar a la hora de ponerlo en práctica.

CONCLUSIONES

Actualmente en Colombia las clases de educación física han estado fundamentadas desde el plan curricular de cada institución educativa, no se sabe con exactitud cuántos de estos planes de estudio contemplan el juego como herramienta pedagógica y como ente motivador para los grados de básica y media, pero sin duda en los mayores como 9°, 10° y 11° se desarrollan sesiones orientadas al deporte. Por otro lado nuestra investigación nos brindó la posibilidad de saber que el juego es apto para los adolescentes y más aún para elevar la motivación de

los estudiantes. En este orden de ideas el juego fue fundamental para motivar al alumnado a practicar la actividad física escolar, ya que ofrece las herramientas adecuadas para el buen desarrollo de la persona en un espacio libre y recreativo.

Dicho lo anterior, decimos entonces que el juego si es un ente motivador hacia la práctica de la actividad física escolar, contempla reglas que generan cambios de actitud, presencia de diferentes emociones, sana convivencia y entre otras dimensiones que forma al joven para la vida y para el cuidado de su cuerpo.

Al desarrollar este proyecto de grado, la metodología se orientó específicamente en el juego como ente motivador hacia la práctica de la actividad física escolar. Sin embargo con el transcurrir de las sesiones y la puesta en práctica de los diferentes tipos de juegos, pudimos darnos cuenta mediante la etnografía y diario de campo como el docente fue también un factor positivo para la participación de los educandos en las diferentes actividades físicas propuestas en clase. En este orden de ideas damos una perspectiva distinta del docente de educación física, ya que en esta investigación fue un líder, u modelo a seguir.

No obstante al igual que el Docente recalco una influencia positiva en cuanto a la motivación de los estudiantes con relación a la práctica de la actividad física, igualmente se determinó que una de las causas más relevantes que no contribuye

hacia la práctica pero que si difiera en su realización es la influencia de los demás estudiantes al orden del entorno escolar.

PROSPECTIVA

Pensamos inicialmente en que el presente trabajo desde el campo profesional nos permitió conocer sobre elementos que son importantes para la motivación en el curso decimo del colegio liceo san Rafael de alicante, durante la práctica de la actividad física incidiendo principalmente con los diferentes tipos de juego como lo son: juego competitivo, juego cooperativo y juego recreativo. De igual manera partiendo de los análisis de resultados y conclusiones creemos que abre puertas a la realización de nuevos estudios de investigación en relación con la motivación intrínseca y extrínseca, La actividad física y los diferentes tipos de juego y el hacer un aporte para el programa de Educación Física Recreación y Deporte de la Facultad de Educación de la corporación universitaria Minuto de Dios.

Así mismo también sería interesante plantear un estudio de investigación, similar al que hemos desarrollado, tomando como muestra otras etapas educativas, un buen momento podría ser en la educación primaria o cuando terminen esta misma etapa, de esta manera se aportarían más datos sobre experiencias en el área de educación física y más exactamente nos permitiría analizar y conocer lo que sucede en esta etapa. Por otro lado, ofrecemos esta investigación como base para posibles

estudios, acerca de la baja motivación de los estudiantes hacia la actividad física, ya que en este se encierra distintos conceptos y metodologías que pueden ayudar a otros avances más especializados. También queremos brindar una guía metodológica a futuros licenciados en educación física recreación y deporte y otras áreas dedicadas al ámbito educativo, para que así mismo sea una herramienta importante en las clases de educación física o porque no referencia para otros estudios como anteriormente sea había dicho.

A continuación presentamos los diarios de campo como nuestro principal instrumento de recolección de datos, allí se encuentran subrayados los hechos más relevantes durante las sesiones. El rojo representa aquellos hechos negativos, el verde muestra los positivos y el gris la relevancia que tuvo el docente en la clase.

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DIARIO DE CAMPO

DIARIO DE CAMPO	Nº.
INSTITUCIÓN: Liceo San Rafael De Alicante	Fecha:

Contexto:
GRADO: DECIMO
DIA:

ASPECTOS Y/ O SITUACIONES RELEVANTES EN CLASE	ASPECTOS IMPORTANTES PARA LA INVESTIGACIÓN	ASPECTOS Y/O SITUACIONES DE CONDUCTAS

Observaciones: _____ -

RESULTADO. _____

PROYECTO DE GRADO**FACULTAD DE EDUCACIÓN****DIARIO DE CAMPO****Nº. 1**

Nombres:

Institución: Liceo San Rafael De Alicante Fecha: 11/09/2015

DIARIO DE CAMPO: NARRATIVA

Siendo las 10:30 de la mañana del día viernes, 11 de septiembre, se da inicio la primera intervención de modo práctico (espacio abierto) en la institución educativa Liceo San Rafael De Alicante. El grupo de participantes está conformado por 35 estudiantes tanto hombres como mujeres, con rango de edad entre los 14 a 19 años, las instalaciones para dicha intervención son adecuadas, cuentan con un parque público, dotado de dos canchas, una de futbol de salón y la otra para baloncesto con modificación para voleibol. También hay un parque infantil en donde los estudiantes de primaria realizan juegos entre sí como aprovechamiento del tiempo libre. Cabe destacar que el parque cuenta con zonas verdes y arborizadas adecuadas con sillas, senderos etc. (Lo anterior es considerado a modo de diagnóstico).

Con todo y lo anterior, se da inicio a la sesión de clase ya antes planificada, en la cual se utiliza una

metodología conductista, Los docentes a cargo de la ejecución de dicha sesión se presentan ante el grupo de manera respetuosa y educada. Recordando que el grupo objeto de estudio es el grado 10° se implementan dinámicas rompehielos para generar más confianza entre el educador y estudiante. Estos responden con agrado y comunicación asertiva las indicaciones de los docentes a cargo, permitiendo así que la clase fluya. Cabe señalar que la sesión de clase ha sido previamente planificada, así que es pertinente entonces aclarar que se divide en tres momentos, inicial, central y final. Donde el momento inicial se caracteriza por preparar el organismo (cuerpo) para actividades posteriores en las cuales puedan con normalidad realizar actividad física sin ocasionar lesiones, allí hablamos de movilidad articular, activación metabólica y estiramientos. La segunda parte comprende el objetivo de la clase, cual es la propuesta por parte de los docentes, en este caso se habla del trabajo específico, donde allí se recopila los juegos disponibles para la clase de educación física. Y en el tercer y último momento, se centra en la vuelta a la calma, donde allí se realiza relajación muscular a través de estiramientos, también se realiza trabajos de movilidad pasiva como método contra el estrés a causa del ejercicio.

Posterior a la parte inicial de la clase, se pasa a realizar los juegos propuestos por los docentes, para dicha ejecución uno de los instructores a cargo de la clase, permanece dando indicaciones al grupo sobre las reglas del juego, mientras los otros dos organizan las pistas o circuitos con material didáctico como conos, aros, palos entre otros. No obstante, sin pasar mucho tiempo de iniciar el primer juego, los estudiantes del grado 10° presentan poco interés por saber las reglas del juego, no prestan suficiente atención al docente que está dirigiendo la actividad y adicional a ello indican verbalmente al docente que no quieren realizar la actividad, aproximadamente la mitad del grupo permanecen indispuestos hacia la clase con características de pereza, sueño y poca motivación. También son evidentes las conductas de

algunos estudiantes de sexo masculino aproximadamente la mayoría de los estudiantes, generan burla e indisciplina a los demás estudiantes que se notan interesados en participar en las actividades.

Basándonos en lo anterior, es de observar entonces, como el grupo no presta la atención necesaria para desarrollar la clase, por consiguiente se pasa de utilizar un estilo de enseñanza romántico a orientar de modo tradicional la sesión, dando indicaciones fuertes sin opción de contestar y generando desarraigo en el ambiente escolar. Sin embargo los educandos continúan con la decisión de no realizar los ejercicios, interesados más por otras actividades como hablar, ver el celular entre otras. De este modo la primer intervención concluye con desanimo por parte de los estudiantes, poco interés hacia la sesión y altos índices de pereza hacia la actividad física.

ASPECTOS Y/ O SITUACIONES RELEVANTES EN CLASE	¿QUÉ TIPOS DE CONDUCTAS SE PRESENTARON?	EMOCIONALIDADES
<ul style="list-style-type: none"> -Indisciplina -Poca comunicación asertiva -Pereza 	<ul style="list-style-type: none"> -Es claro como el sexo masculino domina el entorno escolar. -Algunos estudiantes ignoran las indicaciones del docente. -Muestran desinterés hacia las actividades propuestas por los educadores. 	<ul style="list-style-type: none"> -Baja motivación -Participación pasiva -Alegría

Observaciones: Es de notar el comportamiento del grado 10°, en tanto hombres como mujeres mostrando indisciplina y desinterés por la clase. Cabe nombrar que las mujeres tienden más a entablar conversaciones entre ellas, que a realizar actividad física.

Participación del género femenino durante la intervención

El juego no solo motiva sino que también brinda la oportunidad de valorar, respetar y aceptar a los demás a pesar de las diferencias de género, ya que las mujeres son igual de participes que los hombres.

PROYECTO DE GRADO

FACULTAD DE EDUCACIÓN

DIARIO DE CAMPO

Nº. 2

Nombres:

Institución: Liceo San Rafael De Alicante Fecha: 11/09/2015

DIARIO DE CAMPO: NARRATIVA

Viernes, 11 de septiembre de 2015, se da inicio a la segunda intervención en el liceo san Rafael de alicante, con el grado 10°. En este nuevo encuentro, el objetivo es comprender el

comportamiento de los estudiantes, de manera que podamos identificar a través de su participación en clase, factores y tendencias que hacen que no se interesen por las actividades físicas. Para esta sesión, la propuesta pedagógica de los profesores está enfocada en los juegos cooperativos, dichos juegos están orientados hacia el trabajo en equipo realizando actividades de tipo físico de media y alta intensidad. Debo agregar que la clase se divide en tres momentos, inicial, central y final como ya anteriormente se había nombrado.

Siguiendo entonces el protocolo de la sesión, abrimos la clase con el calentamiento general del grupo, allí se realizan ejercicios dinámicos como: trotar, caminar, correr etc. Y Posterior a ello se pasa a realizar elongación (estiramientos) todo esto como etapa de preparación al organismo para las actividades posteriores. Durante esta fase los estudiantes ejecutan las órdenes de los educadores y participan de manera activa en los ejercicios. Sin embargo no todos presentan buena actitud hacia las actividades, debido a que algunos muestran señales de pereza, poca disponibilidad, interés por objetos tecnológicos, entablar conversaciones con otros. En este orden de ideas, los docentes a cargo de la actividad intentan motivar a los educandos hacia la participación, a través de gestos de amabilidad, confianza y amistad, obteniendo como respuesta inconformidad y desagrado con el entorno, no es claro si lo que afecta la participación del alumno es debido a la manera del profesor dirigir la clase, o si son las actividades que se implementan. Pero hay que resaltar que los estudiantes que no quieren realizar los ejercicios propuestos por el docente, son los mismos que en la intervención anterior se comportaron de la misma forma. Por consiguiente la clase llega a

su momento central, en la que los docentes ponen en práctica los diferentes juegos cooperativos, paralelamente uno de los profesores controla la indisciplina realizando llamados de atención a aquellos que hablen sin autorización o interrumpan con objeto de sabotear, de este modo vemos que el grupo está más atento a las indicaciones y con buena disposición para las actividades. Al momento de empezar a desarrollar el juego se observa que durante la intervención del educador al explicar las reglas, **de nuevos algunos** **estudiantes persisten en entablar conversaciones con otros fomentando así, el desorden y** **perdida de atención a la clase.** Sorprende confirmar que este tipo de **interrupciones son** **siempre al momento de iniciar actividades físicas,** ya que cuando se realiza el calentamiento y estiramiento siendo ejercicios de baja intensidad, no se presenta ningún tipo de actitud negativa. En cuanto a las propuestas de mediana y alta intensidad si hay algún factor de indisciplina e interrupción hacia las actividad. Con lo anterior, no se pretende afirmar que la falta de motivación hacia la actividad física se debe a que los estudiantes no quieren participar, pero si es necesario decir, que el comportamiento del grupo no es el adecuado para la clase de educación física.

En el transcurso de los juegos, y poniendo en práctica las formas organizativas como: filas, círculos, grupos etc. **Es de notar en algunos estudiantes el interés por molestar a los demás,** **en busca de hacer notar su presencia.** De igual manera al momento de participar, lo hacen como si no supieran las reglas del juego, ya estas aclaradas antes de empezar. Esto quiere decir que al momento del docente explicar el juego, los estudiantes estaban en otras

actividades y no centrados en las clase.

Finalmente la intervención llega a su fase final, en la cual los docentes orientan actividades de baja intensidad, lo anterior con el objeto de recuperar físicamente al grupo y volver a la calma después del esfuerzo realizado. **En cierto sentido los educandos efectúan los**

ejercicios de la mejor manera, presentando buena ejecución de los mismos y mostrando

interés por concluir la clase. En cuanto a sus conductas o comportamientos, es claro ver que

al llegar a la fase final de la sesión, todos los jóvenes del grado 10° están más calmados y atentos, esto como si anhelaran que la clase terminara y así poder buscar otras actividades que satisfagan sus necesidades. En cuanto a la emocionalidad, se detecta satisfacción y alegría de finalizar las actividades hablando unos con otros.

Es necesario recalcar que **los estudiantes del grado 10° tienen buena relación social con los docentes**, intentan en hablar con ellos a través de preguntas como: ¿a qué horas termina la clase?, ¿Qué más hay que hacer? Y de este modo terminan entablando conversaciones a cerca del trabajo del profesor, mostrando agrado y sencillez por parte del estudiante.

En últimas palabras, el grado decimo participa de una forma muy desinteresada hacia la actividad física, sin embargo participan en los juegos con ánimo pero con poca motivación hacia los mismos.

ASPECTOS Y/ O SITUACIONES RELEVANTES EN CLASE	¿QUÉ TIPOS DE CONDUCTAS SE PRESENTARON?	EMOCIONALIDADES
<p>-Los estudiantes persisten en no participar de manera activa en las actividades.</p> <p>-Es de notar el interés por entablar conversaciones con los demás compañeros.</p> <p>-Los estudiantes muestran respeto hacia el docente, e intentan brindar su amistad como señal de sencillez y humildad.</p>	<p>-En algunos estudiantes es evidente el intento por interrumpir las actividades, a través de bromas, chistes hacia la misma.</p> <p>-Se identifica claramente como la mayoría de las mujeres, muestran señales de pereza, poca motivación y desinterés por la clase.</p>	<p>-Alegría.</p> <p>-Ego tanto en hombres como mujeres.</p> <p>-Seriedad en algunas mujeres.</p>

Observaciones: en esta intervención no se muestran cambios en cuanto el comportamiento de los estudiantes, siendo este de manera pasiva y desinteresada por las actividades propuestas por los docentes a cargo.

No se presentan conductas violentas por parte de los estudiantes hacia el docente o hacia ellos mismos, Y tampoco se muestran señales de mal vocabulario e irrespeto por parte de los hombres hacia las mujeres.

PROYECTO DE GRADO**FACULTAD DE EDUCACIÓN****DIARIO DE CAMPO****Nº. 3**

Nombres:

Institución: Liceo San Rafael De Alicante Fecha: 14/09/2015

DIARIO DE CAMPO: NARRATIVA

Lunes 14 de septiembre del año 2015, se inicia la tercera intervención en el campo de práctica en el Liceo San Rafael de Alicante. A primera vista, el grupo se encuentra disperso, esto, a costa del cambio de clase ya que el espacio en el que se está realizando las intervenciones es seguido del descanso que la institución otorga a los estudiantes, comprendido entre las 10:00 a.m. a 10:30 a.m. por tanto los docentes a cargo deben llamar al grado 10° y reunirlos en el campo de practica (cancha de microfútbol). Por consiguiente se da las indicaciones por parte del maestro a los demás, determinando así las condiciones de la clase.

Más tarde en efecto, se inicia la fase inicial de la sesión, comenzando por el calentamiento, allí se realiza movilidad articular, seguido por activación metabólica y terminando con el estiramiento. **En este orden**

de ideas los estudiantes ejecutan los ejercicios propuestos por el profesor sin generar algún tipo de inconformidad por el mismo. Es importante señalar que los hombres y mujeres del grado 10° carecen de conocimiento teórico acerca de la manera adecuada de realizar un buen calentamiento y estiramiento como fase de preparación del cuerpo para actividades posteriores que involucren un esfuerzo mayor a lo normal. De este modo los docentes a cargo de la práctica deben orientar a la mayoría hacia la forma correcta de ejecutar los ejercicios físicos, y así poder sembrar en el estudiante el interés por saber más sobre la forma correcta de realizar actividad física. Como parte de la activación metabólica, se realizan dinámicas de grupo como: rompehielos, juegos tradicionales o algunas rondas modificadas para este tipo de población. Allí no se presenta algún tipo de comportamiento indecente por parte de los educandos, ni hacia ellos mismos ni hacia el profesor encargado de la actividad, también es de notar la participación del grupo de una manera activa y divertida, también se observó que los estudiantes que en sesiones anteriores fomentaban la indisciplina, ahora se comportan mejor sin intento de molestar y con ganas de seguir participando.

Llegado a la fase central de la clase, los profesores proponen el juego competitivo con el fin de generar en los estudiantes un aprendizaje significativo en cuanto a la sana competencia, de este modo se trabajan valores para no caer en rencores o egocentrismos hacia los demás y así mismo tener claro el concepto de saber ganar y perder. Esta clase de juegos provocan mucha motivación en los estudiantes brindándoles así entusiasmo y ansiedad por participar. Habría que decir también, que este tipo de juego desarrolla habilidades en los jóvenes con el propósito de desarrollar las capacidades condicionales.

Teniendo en cuenta lo anterior, no se encontró ningún tipo de comportamiento inadecuado por parte del

grupo, por el contrario se notó interés y motivación por participar en los juegos, también cabe resaltar que los hombres fueron más ansiosos que las mujeres al momento de competir, ya que constantemente permanecían pendiente de la participación de los demás esperando con ansias su turno, en cuanto a las mujeres se vio dinamismo y buena participación pero sin embargo pareciera ser de poco interés las actividades. Dicho lo anterior podemos concluir que el grado decimo no tienden al mal comportamiento, sin embargo algunos de los estudiantes en su mayoría hombres, les gusta y les llama la atención interrumpir las actividades de sus compañeros propiciando así indisciplina y euforia en otros.

Ahora bien, es importante nombrar que los docentes a cargo de la clase, siempre se dirigieron al grupo de modo respetuoso y amable. También se pudo ver que no fue necesario direccionar la sesión desde un modelo tradicional comprendido como la orientación de manera agresiva, y en cuanto a la nota por participación en clase, los encargados no necesitaron colocar puntajes bajos por irrespeto o mal comportamiento. Por ende podemos decir que la clase del día viernes 14 de septiembre, fue activo, dinámico y se ejecutó de la mejor manera.

ASPECTOS Y/ O SITUACIONES RELEVANTES EN CLASE	¿QUÉ TIPOS DE CONDUCTAS SE PRESENTARON?	EMOCIONALIDADE S
<p>-Se observó buen comportamiento por parte de los estudiantes del grado 10°.</p> <p>-No se presentó ningún tipo de altercado con los educandos en cuanto a su participación.</p> <p>-Los docentes permanecieron alegres y conformes por el desarrollo de la sesión.</p>	<p>-Buen comportamiento</p> <p>-No hubo indisciplina</p> <p>-Lenguaje adecuado</p>	<p>-Alegría</p> <p>-Alta motivación</p> <p>-Ansiedad</p>

Observaciones: se puede decir que la clase fue exitosa, se cumplió los propósitos del programa en cuanto a participación, motivación y realización de actividad física a través del juego competitivo.

PROYECTO DE GRADO**FACULTAD DE EDUCACIÓN****DIARIO DE CAMPO****Nº. 4**

Nombres:

Institución: Liceo San Rafael De Alicante Fecha: 14/09/2015

DIARIO DE CAMPO: NARRATIVA

Lunes 14 de septiembre de 2015, se da inicio a la cuarta intervención con el grado 10° del Liceo San Rafael De Alicante, para dicha sesión se tiene contemplado realizar actividad física a través del juego competitivo. **Es necesario aclarar, que en intervenciones anteriores se utilizó también este tipo de juego dejando buenos resultados en cuanto a la participación del grupo y la ejecución de los ejercicios,** siendo este también relevante para el aumento de la motivación y la integración con los demás y la realización de las actividades. Teniendo en cuenta que esta clase de juego fue determinante para una buena clase de educación física, volvemos a utilizarlo como método para el buen desarrollo de la clase y por supuesto de la personalidad del estudiante. En este orden de ideas este tipo de juego nos ha dejado comprender los gustos de los educandos hacia las actividades y como estos disfrutan y aprenden a través de las mismas.

Dicho lo anterior nos centramos ahora en el desarrollo de la clase, donde allí se identificaron importantes factores que impiden que los estudiantes se interesen por participar con la mejor actitud y la mejor motivación hacia las actividades. Podemos decir entonces que durante la fase inicial de la sesión en la cual se realiza el calentamiento general, activación metabólica y estiramientos, los estudiantes se comportaron lo mejor posible sin intentos de interrumpir al docente o a los compañeros. Sin embargo fue evidente como **al momento de iniciar, los educandos hacen ver la baja motivación y las pocas ganas de realizar los ejercicios, a través de gestos de inconformidad, desagrado y pereza.** Por ende, el docente inmediatamente intenta a través del dialogo motivar a los estudiantes brindándoles confianza, ánimo y actitud, para de este modo poder elevar su motivación e intentar que participen activamente. Por consiguiente la sesión llega a su eje central, en la cual se da inicio a los juegos propuestos por los docentes a cargo, primero se empieza a explicar las reglas del juego, **allí los estudiantes entablan dialogo con sus compañeros perdiendo la atención hacia el docente, por tanto al momento de realizar el juego, los educandos se equivocan deteniendo su participación a modo de confusión acerca de cuáles son las reglas.** Lo anterior indica claramente que los estudiantes no prestan atención al momento de las indicaciones por parte del profesor, y al mismo tiempo generan distracción entre los mismo al punto de no saber qué hacer en la actividad. Comprendemos que los estudiantes del grado 10° son jóvenes entre los 14 a 19 años de edad, por tanto es normal que se generen distracciones entre ellos y estas afecten la clase, **sin embargo no son todos los que interrumpen o se distraen por actividades extraescolares, ya que si hay educandos que muestran a simple vista las ganas por participar con la mejor motivación hacia la sesión.** En este orden de ideas, **el grupo se distrae sin comprender las reglas del juego haciendo que el profesor de nuevo de las indicaciones de la actividad.** Luego de repetir las orientaciones, se da inicio a la participación. Teniendo en cuenta que los juegos están orientados hacia la actividad física, fue necesario

observar el rendimiento de cada uno de ellos en cuanto a la parte física y mental. se pudo ver como la mayoría del grupo presentaba signos y síntomas como sudoración, frecuencia respiratoria alta, eritema facial (enrojecimiento de las mejillas), cansancio entre otros. Que hacen saber que hay un esfuerzo al ejercicio, y que por ende hay un gasto de energía corporal.

Con todo y lo anterior, decimos que el grado 10° comprende y memoriza las indicaciones dadas, también ejecuta y participa de una manera poco motivadora pero en el transcurso de la sesión su motivación sube hasta el punto de diversión en los ejercicios.

ASPECTOS Y/ O SITUACIONES RELEVANTES EN CLASE	¿QUÉ TIPOS DE CONDUCTAS SE PRESENTARON?	EMOCIONALIDADES
<p>-Los estudiantes entablan diálogos con los demás, a punto de interrumpir la clase.</p> <p>-El grupo no presta atención al momento del docente dar las</p>	<p>-Teniendo en cuenta que los juegos están enfocados a la competencia, fue notorio ver como en algunos casos los estudiantes mostraban señales de euforia y rivalidad. Lo</p>	<p>-Alegría</p> <p>-Rabia</p> <p>-Felicidad</p>

<p>indicaciones del juego.</p> <p>-En el transcurso de los juegos, los estudiantes se motivan mostrando las ganas por participar.</p> <p>-En la parte central y final de la sesión, el grupo participa de manera activa en las actividades.</p>	<p>anterior se presenta más en los hombres.</p> <p>-Para sorpresa, las mujeres inician la clase con muy poca motivación. Sin embargo con el transcurso de la clase se motivan más y participan con gestos de seriedad y luego alegría.</p>	<p>-Espontaneidad</p>
---	--	-----------------------

Observaciones: a modo de observación, fue evidente el comportamiento del grupo a encuentros anteriores, se pudo ver como los estudiantes al inicio de la clase no prestaban la suficiente atención. Sin embargo con el tiempo hubo ansias por participar al punto de estar todo el grado activo y alegre.

PROYECTO DE GRADO**FACULTAD DE EDUCACIÓN****DIARIO DE CAMPO****Nº. 5**

Nombres:

Institución: Liceo San Rafael De Alicante Fecha: 18/09/2015

DIARIO DE CAMPO: NARRATIVA

Viernes 18 de septiembre de 2015, se da comienzo a la quinta intervención en el Liceo San Rafael De Alicante. En esta oportunidad el grupo de docentes escogen el juego cooperativo como eje de desarrollo para la sana convivencia y fortalecimiento de valores en el campo de práctica. Como ya se había dicho en diarios anteriores, la sesión contempla tres momentos esenciales, primer momento: es la fase inicial en al cual se realiza la preparación del organismo (cuerpo humano) para las actividades posteriores. Segundo momento: allí se realiza el trabajo preparado por los docentes, es la fase específica de la clase en la que se realizan los juegos. Tercer momento: en esta fase se contempla la vuelta a la calma después

de haber realizado ejercicio físico por tiempo determinado.

Con todo lo anterior, podemos decir entonces que **el comportamiento de los estudiantes es mejor que en intervenciones anteriores, allí prestan atención y comprenden las indicaciones dadas por el docente a cargo del ejercicio.** En resumidas cuentas, se nota un cambio en el comportamiento del grado 10° en cuanto a clases anteriores. En relación con lo escrito, el docente pasa a dar el ejemplo del juego, allí el profesor participa de manera activa realizando los ejercicios, mientras que los estudiantes observan entendiendo al mismo tiempo como es la actividad. Por consiguiente se da comienzo al primer juego, allí se tiene preparado varias estaciones por las cuales los estudiantes deber realizar diferentes ejercicios con la ayuda de compañeros. Los dos juegos siguientes tienen las mismas características que el primero, **en cuanto a la participación del grupo se observó buena actitud y disposición hacia las actividades, también se nota buena motivación en cuanto a hombres como mujeres.** Habría que decir también que los educandos entablan diálogos con sus compañeros, **sin embargo en esta ocasión hablan y comentan sobre su participación en el juego, como las estrategias creadas por ellos sirvieron o no para lograr el objetivo.** También fue evidente como **los hombres permiten la participación de las mujeres respetando sus decisiones y apoyándolas con gritos de ánimo y motivación,** obteniendo alegría y diversión como respuesta.

Llegado a este punto, **cabe destacar la participación de los docentes siendo este factor determinante en la buena participación del grupo. Allí el profesor grita constantemente al grupo palabras como “vamos, eso es, correcto, bien, muy bien” generando más actitud y motivación hacia las actividades.** Teniendo en cuenta lo anterior, es de decir entonces que la influencia del docente en la actividad, es determinante para

elevant los índices de pereza o desagrado por la clase.

Llegando a la fase final de la sesión, el grupo forma un círculo, allí el profesor dirige los estiramientos como eje fundamental de la relajación muscular, al mismo tiempo observa la ejecución de cada ejercicio por partes de los estudiantes corrigiendo al mismo tiempo errores en algunos educandos. Paralelo a lo anterior, uno de los docentes hace una breve retroalimentación de temas como actividad física, forma adecuada de estirar entre otros, para que el estudiante lo asimile y en sesiones siguientes lo aplique en la práctica.

ASPECTOS Y/ O SITUACIONES RELEVANTES EN CLASE	¿QUÉ TIPOS DE CONDUCTAS SE PRESENTARON?	EMOCIONALIDADE S
-Hubo buena participación en clase -El juego cooperativo generó igualdad de género y	-Hubo amabilidad y tolerancia al momento de participar. -Se presenta mal vocabulario en algunos	-Felicidad -Motivación

participación activa. -A través del juego cooperativo se pudo fortalecer lazos de amistad y respeto en los estudiantes del grado 10°	estudiantes -La participación del grupo fue positiva al momento de realizar los ejercicios -Hay cansancio en los estudiantes por el trabajo físico, presentan desagrado y seriedad. Sin embargo su participación fue buena y dinámica.	-Alegría -Desagrado
---	--	----------------------------

Observaciones: el juego cooperativo fue determinante en la participación de los estudiantes, allí se percibió alegría, colaboración, tolerancia, respeto, motivación entre otros. Se notó buen comportamiento del grupo, cada vez más los estudiantes muestran empatía con los docentes facilitando así su participación y colaboración con la disciplina. Cabe destacar que todos los estudiantes muestran buena actitud hacia las actividades.

PROYECTO DE GRADO**FACULTAD DE EDUCACIÓN****DIARIO DE CAMPO****Nº. 6**

Nombres:

Institución: Liceo San Rafael De Alicante Fecha: 18/09/2015

DIARIO DE CAMPO: NARRATIVA

Sexta intervención en el Liceo San Rafael De Alicante, se da inicio a las 11:15 a.m. en este orden de ideas, podemos decir que es un momento del día en el cual la temperatura del ambiente es un poco alta, los estudiantes del grado 10° presentan poca motivación, pereza, en algunos se nota sueño, y entre otras conductas que fácilmente hacen entender que no quieren participar en clase.

Con todo y lo anterior, los docentes comienzan la fase inicial de la sesión (calentamiento general) donde allí se orienta hacia la actividad física a través de actividades lúdicas y recreativas, también como dinámicas y rompehielos. Allí los estudiantes responden con pocas ganas de participar, sin embargo el docente implementa una estrategia que cambia la manera de actuar del estudiante, el profesor se dirige al grupo diciéndoles que todos tienen un 5 por participar (nota cualitativa), pero que si alguno molesta o

interrumpe la clase se le va cambiando el 5 por un 4 y así para todos. De este modo, los estudiantes participan más y muestran interés por la clase.

Para esta sesión se tiene preparada una clase divertida, ya que el tipo de juego que se va a realizar es el recreativo, característico por generar alegría y satisfacción en el estudiante hasta llegar a disfrutarlo. Se tiene contemplado tres juegos en los cuales deben realizar una serie de pruebas, estas están orientadas al compañerismo y sana competencia, también son ejercicios físicos que deben superar en el transcurso de la clase. Comenzado el primer juego, los estudiantes muestran empatía y actitud hacia la participación, el docente se dirige con entusiasmo y cordialidad de modo que el grupo se motive y realice la actividad, basándonos en lo anterior podemos decir que los estudiantes se motivan a menudo que el docente los orienta de modo amable y divertida, también es de notar que no se escucha malas palabras como groserías o calificativos poco usuales de los adolescentes. Para el segundo juego, se opta por utilizar materiales didácticos como pelotas, aros, bastones etc. Allí el grupo debe competir por el menor tiempo, pasando por las estaciones. Teniendo en cuenta que el juego es recreativo se realiza una variante la cual genera competencia en el mismo, por ende los estudiantes muestran más actitud hacia la actividad y participan más motivados por conseguir la victoria. Cabe destacar la participación de algunos estudiantes ya que en la mayoría de las intervenciones son ente motivador hacia el grupo, participan de manera activa y eficaz en las pruebas que contemplan los juegos, hay que aclarar que este grupo característico en su mayoría realizan algún tipo de actividad física fuera del espacio escolar, también hacen parte de la selección de fustal de la institución. Por otro lado, las mujeres también han mostrado buena participación en las actividades, participan con más motivación y ejecutan de manera activa los ejercicios propuestos

por el profesor.

Terminando la sesión, se puede ver claramente como el grupo después de 60 minutos presentan signos de cansancio, se ve caminar suave, otros se sientan para descansar lo que nos dice que sí hubo activación del organismo y que probablemente hubo gran gasto calórico, también se ve agrado por las actividades hasta el punto de sugerir al profesor próximas actividades como ejercicio intenso pero al tiempo divertido.

Para cerrar podemos decir entonces, que el grupo se divirtió y participó de la mejor manera. También se observó buen comportamiento tanto de hombres como mujeres, no se notó conductas negativas por parte de los hombres hacia las mujeres, lo cual indica que reconocen que son también capaces de ganar y tomar importantes decisiones para el grupo.

ASPECTOS Y/ O SITUACIONES RELEVANTES EN CLASE	¿QUÉ TIPOS DE CONDUCTAS SE PRESENTARON?	EMOCIONALIDADES
<p>-El grado 10° participa con buena actitud y motivación en clase.</p> <p>-No se presentaron inconvenientes al empezar la sesión, se pudo ver buena atención y entendimiento de las orientaciones por parte del profesor.</p>	<p>-Hubo mucho positivismo en cuanto a la participación de los estudiantes.</p> <p>-Los hombres permiten que las mujeres participen y demuestran su capacidad física,</p> <p>-En algunos espacios de descanso, los estudiantes repasan las pruebas hasta memorizar bien su ejecución.</p>	<p>-Felicidad</p> <p>-Alegría</p> <p>-Buena motivación</p>

Observaciones: inicialmente los estudiantes no ponen atención a las indicaciones, en el transcurso de la clase los docentes implementan nuevas estrategias para llamar su atención, sin embargo no son suficientes para dicho objetivo. El profesor a cargo propone al grupo participar

por una nota cualitativa, esto hace que la actitud del grupo cambie a favor y genere más motivación por participar. No obstante, es importante aclarar que los estudiantes realizaron buena clase, pero fue necesario utilizar una estrategia algo arbitraria.

PROYECTO DE GRADO

FACULTAD DE EDUCACIÓN

DIARIO DE CAMPO

Nº. 7

Nombres:

Institución: Liceo San Rafael De Alicante Fecha: 25/09/2015

DIARIO DE CAMPO: NARRATIVA

25 de septiembre de 2015, penúltima intervención con el grado decimo, para esta oportunidad los docentes realizan juegos recreativos como eje central de la clase. En primera instancia, se inicia igual a intervenciones anteriores realizando así el calentamiento y estiramientos.

Dicho lo anterior, es de saber entonces que en la fase inicial los estudiantes se comportan de manera adecuada, también prestan atención al docente a cargo de la actividad, no se presenta ningún tipo de altercado o interrupciones por parte de los mismos. Por otro lado, ejecutan los ejercicios propuestos por el profesor sin errores o distracciones.

Teniendo en cuenta lo anterior, es importante decir que los estudiantes presentan buena técnica en cuanto a la ejecución de los ejercicios, ya que en las primeras intervenciones en su gran mayoría realizaban de manera errónea estos, obteniendo mal desarrollo de la clase. Ahora bien se nota un cambio importante en cuanto al conocimiento o manejo de conceptos acerca de la educación física y actividad física, ya que a través de las prácticas directas con el grado 10° se ha podido transmitir algo de teoría sobre la manera adecuada de realizar actividad física.

Llegado a la parte central de la sesión, los docentes a cargo explican y orientan a los estudiantes para los juegos, estos están adaptados de manera que puedan fortalecer y trabajar tanto las capacidades condicionales como coordinativas. El grupo responde con buena actitud y motivación hacia las actividades, se genera un ambiente en el cual se ve buena disposición y ganas por participar.

Basándonos en diarios anteriores, podemos decir entonces que los estudiantes no actúan igual, hay más ganas de participar sin importar el tipo de juego a utilizar, es notable ver como los hombres se han vuelto más ansiosos por actuar en los diferentes juegos y a su vez impulsan a las mujeres a que hagan lo mismo.

Básicamente los estudiantes del grado 10° han aprendido a respetar al docente cuando este está

hablando o dirigiendo la clase, también se ve un ambiente aceptable, no hay discusiones entre estudiantes ni ofensas que generen inconvenientes entre ellos mismos. Por otro lado, es evidente ver el esfuerzo que realizan en los juegos ya que en la mayoría del grupo hay sudoración señal de que hay un gasto energético e impórtate consumo calórico, en pocas palabras quiere decir que los estudiantes del grado 10° realizan actividad física intensa. De este modo termina las actividades dando paso a la fase final de la clase, allí el docente permite que los estudiantes realicen relajación a su gusto, ya sea caminando, corriendo o simplemente descansando. A lo anterior no hay ningún tipo de respuesta inadecuada por parte del grupo, por el contrario **hacen caso a las indicaciones y demuestran la importancia de una buen descanso y relajación muscular.**

ASPECTOS Y/ O SITUACIONES RELEVANTES EN CLASE	¿QUÉ TIPOS DE CONDUCTAS SE PRESENTARON?	EMOCIONALIDADES

Observaciones: consideramos que la clase fue exitosa, se logró realizar los juegos con el fin de integrar al grupo. También se evidencio buena actitud por parte de los estudiantes hacia la clase, no se presentó ningún tipo de altercado o inconveniente con alguno, por el contrario se pudo observar que hay gusto por las actividades y alta motivación hacia la actividad física.

PROYECTO DE GRADO**FACULTAD DE EDUCACIÓN****DIARIO DE CAMPO****Nº. 8**

Nombres:

Institución: Liceo San Rafael De Alicante Fecha: 25/09/2015

DIARIO DE CAMPO: NARRATIVA

Teniendo en cuenta que en la mayoría de las intervenciones se ha utilizado el juego como instrumento, para a través de este elevar la motivación de los estudiantes hacia la actividad física, en esta última intervención se tiene preparado un circuito físico cambiando drásticamente hacia la realización de actividad física intensa con cargas adecuadas y espacio delimitado. Para ello se realiza el calentamiento igual a sesiones anteriores, los docentes orientan ejercicios dinámicos, articulares para una buena activación del organismo y así evitar posibles lesiones en el circuito. Teniendo en cuenta lo anterior, se observa buena actitud y concentración por parte de los estudiantes, muestran respeto hacia el docente que está a cargo de la actividad, en algunos momentos intentan hablar y generar recocha en grupo, sin embargo inmediatamente uno de los docentes interviene y con un breve llamado de atención el

estudiante se centra en la sesión.

De lo anterior podemos decir entonces, que los estudiantes tanto hombres como mujeres se comportan de una manera adecuada y educada, permitiendo que fluya la clase con normalidad. Luego del calentamiento se procede a realizar el circuito físico, este se compone de cinco estaciones repartidas por toda la cancha de fútbol sala y en cada una hay un ejercicio específico, los cuales trabajan y fortalecen diferentes sistemas de nuestro cuerpo como: sistema muscular, respiratorio, cardiovascular entre otros. Generando un mayor desarrollo ontogénico saludable. El grupo se parte en subgrupos de 5 a 6 integrantes, estos se ubican en cada una de las estaciones, allí deben realizar el ejercicio por un tiempo determinado, al terminado este descansan 30 segundos y rotan de estación, Dada la aclaración del circuito se da inicio al mismo. A primera vista se observa algo de baja motivación hacia la actividad, esto a que saben que se trata de ejercicio intenso y dinámico, sin embargo participan e intentan realizar los ejercicios de cada estación, el docente a cargo se da cuenta de las pocas ganas de los estudiantes ya que se notan aburridos y desanimados, el docente detiene la actividad y realiza los ejercicios a modo de ejemplo para que el grupo observe de la manera como se debe participar y a que intensidad, al mismo tiempo otro profesor anima al grupo diciendo en un tono fuerte palabras motivantes como: vamos, eso es, más fuerte etc. Sin pasar mucho tiempo algunos estudiantes en su mayoría hombres y algunos deportistas de la misma institución, participan con buena actitud, muestran interés por realizar los ejercicios de la forma correcta. Al mismo tiempo los demás estudiantes incluyendo a las mujeres presentan más motivación hacia la actividad, se observa un grupo distinto al que empezó, ahora todos pasan por las estaciones con más velocidad, respiración agitada, y señales de cansancio, también se nota alta motivación e impulsos por participar más seguidamente buscando esforzarse más que en lo anterior.

En este orden de ideas, la intervención del docente a tiempo por motivar al estudiantado hacia la actividad, fue relevante para el buen desarrollo de la clase y aún más del circuito. Cabe señalar que durante la ejecución del circuito, los docentes motivaban a los estudiantes constantemente, nunca dejaron de animarlos hacia lo más intenso sino que por el contrario generaron buena actitud y disposición hacia la misma.

Es de aclarar entonces, que aparte de que el juego es un ente fundamental en la motivación de los estudiantes, también es importante el comportamiento del docente y su influencia en cuanto a la relación con los estudiantes.

Al terminar el circuito, los educandos muestran señales de cansancio, fatiga, dolor muscular y entre otros signos que evidencian claramente que el grupo realizó actividad física intensa, también se pudo observar el interés por realizar más ejercicios ya que la mayoría de los hombres al terminar el circuito, quisieron cerrarlo con flexiones de pecho, esto da a entender que la clase fue exitosa y adecuada para este tipo de población. Por último se realiza un adecuado estiramiento para relajar los músculos y evitar dolor por el trabajo realizado, allí los estudiantes comprenden de modo significativo la importancia de una buena elongación y adecuada vuelta a la calma.

ASPECTOS Y/ O SITUACIONES RELEVANTES EN CLASE	¿QUÉ TIPOS DE CONDUCTAS SE PRESENTARON?	

Observaciones: se evidencia la buena participación de los estudiantes en cualquier tipo de actividad, fue importante la influencia de los docentes en el circuito ya que impulsaron al grupo a realizarlo y elevaron su motivación significativamente. No se presentó mal comportamiento, por

el contrario hubo colaboración de los mismos estudiantes para permanecer en orden y poder realizar el circuito.

ANEXO 2

Trabajo a cargo de: Carlos Andrés pineda Alarcón	Tiempo: 60 minutos	1° intervención
Diego Felipe Marín		Dirigido a: Grado 10°
Pedro David Rincón Colmenares		Fecha: 11/09/2015

OBJETIVO: identificar a modo de diagnóstico, conductas de los estudiantes con poca motivación a la actividad física, a través del juego.

PARTE	CONTENIDOS	DOSIFICACIÓN	ORIENTACIONES METODOLÓGICAS	FORMAS ORGANIZATIVAS	MATERIAL
	-Movilidad articular	5 minutos	Los ejercicios de movilidad articular básicamente consisten en realizar rotaciones y circuncisiones de las articulaciones	Filas	-Terreno indicado

<p>INICIAL</p>	<p>-Activación metabólica</p> <p>-Estiramientos</p>	<p>5 minutos</p>	<p>principales como: cuello, hombros, cintura, cadera rodillas y tobillos.</p> <p>Los estiramientos dinámicos, incluye movimientos constantes que mejoran nuestra movilidad, haciendo trabajar a nuestros músculos con un rango de movimiento que intentan emular lo que es correr. La realización de movimientos similares a los que realizamos cuando corremos, prepara los músculos y las articulaciones de una manera más específica.</p>	<p>círculos</p> <p>parejas</p> <p>grupos</p>	<p>-Cronometro</p> <p>-Plantillero</p> <p>-Pito</p> <p>-conos</p>
			<p>1) Se ubican en parejas, cada pareja debe tener un lazo- Este debe estar sujeto por cada uno de los estudiantes</p>	<p>Filas, círculos etc.</p>	

CENTRAL	Trabajo Especifico		de los extremos, a la vez otras parejas se ubican al lado de los demás formando un callejón.		-pito
	-Juegos Recreativos	40minutos	<p>Uno de los estudiantes lanza una pelota grande de plástico y esta deberá ser empujada por cada pareja hasta lograr llevarla a la línea final. Solo se permite mover la pelota con batiendo el lazo y sin moverse del puesto.</p> <p>2) En este juego todos los participantes deben vendarse los ojos con un pañuelo, allí el docente debe en voz alta orientar las indicaciones del juego. El profesor indica que hay que hacer grupos de un número específico, y allí los estudiantes deben conformar el grupo con el número de personas que indique el profesor.</p> <p>3) Se divide el grupo en tres sub grupos, estos se ubican en una fila y sentados uno delante del otro. El primero de cada fila, debe pasar una pelota o balón a la persona que esa atrás para que esta siga enviando</p>		-cronometro -Plantillero -balones -conos -platillos

			<p>el bala hasta llegar al último. Cuando el balón llega al último de la fila este debe ir corriendo hasta la punta de la fila y empezar de nuevo la pasada del balón.</p> <p>De este modo la fila va ir avanzando hasta lograr llegar a una línea de meta, el primero que llegue gana.</p>		
			<p>-Es determinante realizar un adecuado estiramiento después de una práctica deportiva esta nos permite llevar al musculo a un estado relajación debido a que con el ejercicio el cuerpo</p>	Círculos	<p>Pito</p> <p>Cronometro</p>

FINAL	-Estiramiento	10 minutos	libera una toxina llamada ácido láctico a través de los músculos que se cristaliza y genera fibras rígidas, por eso es tan importante estirar para eliminar esa rigidez y sentir el cuerpo más ligero.		planillero
--------------	---------------	------------	--	--	------------

Trabajo a cargo de: Carlos Andrés pineda Alarcón	Tiempo: 60 minutos	2° intervención
Diego Felipe Marín		Dirigido a: Grado 10°
Pedro David Rincón Colmenares		Fecha: 11/09/2015

OBJETIVO: Fortalecer la sana convivencia y la motivación en clase a través del juego cooperativo.

PARTE	CONTENIDOS	DOSIFICACIÓN	ORIENTACIONES METODOLÓGICAS	FORMAS ORGANIZATIVAS	MATERIAL
	-Movilidad articular	5 minutos	Los ejercicios de movilidad articular básicamente consisten en realizar rotaciones y circundicciones de las articulaciones principales como: cuello, hombros, cintura, cadera rodillas y tobillos.	Filas	-Terreno indicado
	-Activación metabólica	5 minutos		círculos	-Cronometro -Plantillero

INICIAL	-Estiramientos		Los estiramientos dinámicos, incluye movimientos constantes que mejoran nuestra movilidad, haciendo trabajar a nuestros músculos con un rango de movimiento que intentan emular lo que es correr. La realización de movimientos similares a los que realizamos cuando corremos, prepara los músculos y las articulaciones de una manera más específica.	parejas grupos	-Pito -conos
	Trabajo Especifico		1) Futbol a ciegas: se divide el grupo en tres subgrupos, el primero debe tener los ojos vendados, al docente dar la partida, este deberá llevar el balón hasta el arco que está ubicado al otro extremo. Al mismo tiempo los compañeros de cada equipo le dan orientaciones para que el que lleve el balón lo haga en el menor tiempo posible. Se podrá llevar el balón tanto con las manos o los pies.	No hay forma (participación libre)	-pito -cronometro

<p>CENTRAL</p>	<p>-Juegos Cooperativos</p>	<p>40minutos</p>	<p>Si el participante se sale del espacio delimitado por el profesor debe volver a empezar.</p> <p>2) Se conforman grupos de 5 personas, en cada grupo uno de los participantes debe estar con los ojos vendados. Todo el grupo debe pasar por unas estaciones ya antes ubicadas en el lugar donde se está realizando la práctica. Cada estación contempla una prueba física. El participante que lleva los ojos vendados, debe llevar siempre un lápiz y papel donde dibujara un animal al finalizar las estaciones.</p> <p>El grupo debe ayudar al compañero que esta vendado para que este realice las pruebas y pueda llegar a la meta, también deberá indicarle como hacer el dibujo para que sea lo más parecido al animal.</p> <p>3) El grupo se divide en dos, estos deben ubicarse en</p>		<p>-Plantillero</p> <p>-balones</p> <p>-conos</p> <p>-platillos</p>
-----------------------	-----------------------------	------------------	--	--	---

			<p>dos filas, el primero de cada fila debe ir al otro extremo y recoger un pañuelo que siempre cargaran. Al volver el segundo de cada fila se coge de la mano con el primero y deben volver a dejar el pañuelo donde estaba, luego estos se devuelven por otro compañero para ir por el pañuelo y así sucesivamente hasta lograr que todo el grupo termine en el otro extremo y con el pañuelo.</p> <p>Los juegos cooperativos puestos en práctica en esta sesión, contempla diferentes ejercicios físicos y mentales, que permiten al estudiante realizar actividad física y a la vez divertirse.</p>		
			<p>-Es determinante realizar un adecuado estiramiento</p>		<p>Pito</p>

FINAL	-Estiramiento	10 minutos	después de una práctica deportiva esta nos permite llevar al musculo a un estado relajación debido a que con el ejercicio el cuerpo libera una toxina llamada ácido láctico atreves de los músculos que se cristaliza y genera fibras rígidas, por eso es tan importante estirar para eliminar esa rigidez y sentir el cuerpo más ligero.	Círculos	Cronometro Planillero
--------------	---------------	------------	---	----------	------------------------------

Trabajo a cargo de: Carlos Andrés pineda Alarcón	Tiempo: 60 minutos	3° intervención
Diego Felipe Marín		Dirigido a: Grado 10°
Pedro David Rincón Colmenares		Fecha: 14/09/2015

OBJETIVO: Fomentar la sana competencia y la práctica hacia la actividad física a través del juego competitivo.

PARTE	CONTENIDOS	DOSIFICACIÓN	ORIENTACIONES METODOLÓGICAS	FORMAS ORGANIZATIVAS	MATERIAL
	-Movilidad articular	5 minutos	Los ejercicios de movilidad articular básicamente consisten en realizar rotaciones y circundicciones de las articulaciones principales como: cuello, hombros, cintura, cadera rodillas y tobillos.	Filas	-Terreno indicado
	-Activación metabólica	5 minutos	Los estiramientos dinámicos, incluye movimientos	círculos	-Cronometro

<p>INICIAL</p>	<p>-Estiramientos</p>		<p>constantes que mejoran nuestra movilidad, haciendo trabajar a nuestros músculos con un rango de movimiento que intentan emular lo que es correr. La realización de movimientos similares a los que realizamos cuando corremos, prepara los músculos y las articulaciones de una manera más específica.</p>	<p>parejas grupos</p>	<p>-Plantillero -Pito -conos</p>
-----------------------	-----------------------	--	---	--------------------------------	--

<p>CENTRAL</p>	<p>Trabajo Especifico -juegos Competitivos</p>	<p>40minutos</p>	<p>1) El grupo se divide en tres, cada grupo se ubica en fila india. El último de cada fila debe pasar por debajo de las piernas de sus compañeros hasta llegar a la punta o quedar de primero en la fila. Cuando este llegue allí deberá inmediatamente correr hacia un cono que esta ubicado a un costado del espacio de práctica, allí debe realizar una prueba ya sean abdominales, flexiones, skiping, etc. Luego se traslada a otro cono más adelante donde igual que en anterior, debe pasar una prueba mental, ya sea una pregunta matemática, de actividad física etc. Luego de pasar por ambos conos debe volver a donde empezó y tocarle la mano al compañero para que este haga lo mismo. El primer equipo que termine gana.</p>	<p>Fila, hilera, círculos etc.</p>	<p>-pito -cronometro -Plantillero -balones -conos -platillos</p>
-----------------------	---	------------------	--	---	---

			<p>2) Los grupos se ubicaran en hileras, cada participante saldrá con un objeto entre sus piernas, caminará hasta un circulo, en el que deberá quitarse su yérsey (chaqueta), luego pasara un obstáculo sin dejar caer el objeto que lleva, al llegar a la línea final deberá lanzar el balón a su grupo, ganará el grupo que este en la línea final de primeras.</p> <p>3) Formando dos grupos en fila india de a parejas, cada pareja del grupo tendrá una bolita de pipón el cual deberán pasar de uno al otro en forma de zigzag desplazándose hacia el otro extremo de ida y vuelta cediéndosela a la siguiente pareja y así sucesivamente hasta que pase el último equipo. Si la pelota cae debe repetir desde el inicio.</p>		
--	--	--	---	--	--

<p>FINAL</p>	<p>-Estiramiento</p>	<p>10 minutos</p>	<p>-Es determinante realizar un adecuado estiramiento después de una práctica deportiva esta nos permite llevar al musculo a un estado relajación debido a que con el ejercicio el cuerpo libera una toxina llamada ácido láctico atreves de los músculos que se cristaliza y genera fibras rígidas, por eso es tan importante estirar para eliminar esa rigidez y sentir el cuerpo más ligero.</p>	<p>Círculos</p>	<p>Pito Cronometro Planillero</p>
---------------------	----------------------	-------------------	---	-----------------	---

Trabajo a cargo de: Carlos Andrés pineda Alarcón	Tiempo: 60 minutos	4° intervención
Diego Felipe Marín		Dirigido a: Grado 10°
Pedro David Rincón Colmenares		Fecha: 14/09/2015

OBJETIVO: Comprender factores motivantes que genera el juego competitivo en el estudiante.

PARTE	CONTENIDOS	DOSIFICACIÓN	ORIENTACIONES METODOLÓGICAS	FORMAS ORGANIZATIVAS	MATERIAL
	-Movilidad articular	5 minutos	Los ejercicios de movilidad articular básicamente consisten en realizar rotaciones y circundicciones de las articulaciones principales como: cuello, hombros, cintura, cadera rodillas y tobillos.	Filas	-Terreno indicado
	-Activación metabólica	5 minutos	Los estiramientos dinámicos, incluye movimientos constantes	círculos	-Cronometro

INICIAL	-Estiramientos		que mejoran nuestra movilidad, haciendo trabajar a nuestros músculos con un rango de movimiento que intentan emular lo que es correr. La realización de movimientos similares a los que realizamos cuando corremos, prepara los músculos y las articulaciones de una manera más específica.	parejas grupos	-Plantillero -Pito -conos
	Trabajo Especifico		1) Cacería de animales DESARROLLO: En dos esquinas opuestas del campo de juego, se trazarán círculos más o menos grandes, según sea el número de jugadores. Los círculos son los corrales de los animales de cacería: cuervos, conejos, patos, etc.	Hileras, filas, círculos etc.	-pito -cronometro

CENTRAL	-Juegos de Competencia	40minutos	<p>Los jugadores se colocarán en uno de los círculos una vez que se haya puesto nombres de animales entre los cuales habrá varios repetidos. Uno de los jugadores debe hacer de CAZADOR y colocando en el centro del campo dirá: “voy cazar conejos “, por ejemplo.</p> <p>Los jugadores que llevan los nombres de animales señalado por el CAZADOR deben pasar al corral colocando en el otro extremo opuesto, sin dejarse tocar el pié. El primer jugador de cada animal que sea tocado por el cazador se convertirá en ayudante de este, hasta que haya igual número de cazadores y de animales.</p> <p>2) CARRETILLA</p>	<p>-Plantillero</p> <p>-balones</p> <p>-conos</p> <p>-platillos</p>
----------------	------------------------	-----------	--	---

Organización:

Se corren por equipos de dos. Uno hace de carretilla andando con las manos y el otro es quien lleva la carretilla, sujetando al otro jugador por los dos pies.

DESARROLLO: Se corren por equipos de dos jugadores, sobre una distancia marcada de antemano. Parten de una línea al oír la señal de salida y deberán correr hasta llegar a la línea de meta. Se deberá adaptar la distancia a recorrer a la edad de los participantes. Es importante que el que lleva la carretilla no empuje más de la contar y se adapte a la velocidad que su compañero pueda llevar, sin empujar más rápido, para que la carretilla no se caiga.

3) Encostalados

			<p>El docente divide el grupo en tres subgrupos, estos se ubican en filas. El primero de cada uno debe ir dentro de un costal y avanzar en saltos a través de unas estaciones ya establecidas por los docentes, al pasar por todas las estaciones debe volver a su equipo y pasar el costal a uno de sus compañeros para que este repita el mismo recorrido que el anterior.</p> <p>El primer equipo en pasar las estaciones gana.</p> <p>No se permite caminar, solo saltar.</p> <p>Las estaciones contemplan pruebas físicas como saltos en el puesto, lanzamientos de objetos a un blanco etc.</p>		
			<p>-Es determinante realizar un adecuado estiramiento después de una práctica deportiva esta nos permite llevar al musculo a un estado relajación debido a que con el ejercicio el cuerpo</p>		Pito

FINAL	-Estiramiento	10 minutos	libera una toxina llamada ácido láctico a través de los músculos que se cristaliza y genera fibras rígidas, por eso es tan importante estirar para eliminar esa rigidez y sentir el cuerpo más ligero.	Círculos	Cronometro Planillero
--------------	---------------	------------	--	----------	------------------------------

Trabajo a cargo de: Carlos Andrés pineda Alarcón	Tiempo: 60 minutos	5° intervención
Diego Felipe Marín		Dirigido a: Grado 10°
Pedro David Rincón Colmenares		Fecha: 18/09/2015

OBJETIVO: Fortalecer valores y comportamientos en los estudiantes, a través del juego cooperativo.

PARTE	CONTENIDOS	DOSIFICACIÓN	ORIENTACIONES METODOLÓGICAS	FORMAS ORGANIZATIVAS	MATERIAL
	-Movilidad articular	5 minutos	Los ejercicios de movilidad articular básicamente consisten en realizar rotaciones y circundicciones de las articulaciones principales como: cuello, hombros, cintura, cadera rodillas y tobillos.	Filas	-Terreno indicado
	-Activación metabólica	5 minutos		círculos	-Cronometro

<p>INICIAL</p>	<p>-Estiramientos</p>		<p>Los estiramientos dinámicos, incluye movimientos constantes que mejoran nuestra movilidad, haciendo trabajar a nuestros músculos con un rango de movimiento que intentan emular lo que es correr. La realización de movimientos similares a los que realizamos cuando corremos, prepara los músculos y las articulaciones de una manera más específica.</p>	<p>parejas grupos</p>	<p>-Plantillero -Pito -conos</p>
-----------------------	-----------------------	--	--	--------------------------------	--

			<p>objetivo es darle la vuelta a la colchoneta sin que ningún jugador o participante se baje de ella, no puede nadie tocar el piso, solo el colchón.</p> <p>3) Cooperación</p> <p>El grupo se divide en subgrupos de 8 a 10 participantes, todos deben llevar un aro en el centro del círculo sujetándolo con una de sus manos. A la vez deben driblar el balón pasándolo por el aro para que este rebote y vuelva a salir. Cada participante debe impulsar el balón con un solo toque para que al rebotar sea el siguiente que lo impulse.</p> <p>Cada persona debe tocar una vez el balón, y de nuevo cuando sea su turno.</p> <p>Al mismo tiempo deberá el círculo trasladarse a otro punto y devolverse al inicial sin interrumpir el</p>		
--	--	--	---	--	--

			paso del balón por el aro.		
FINAL	-Estiramiento	10 minutos	-Es determinante realizar un adecuado estiramiento después de una práctica deportiva esta nos permite llevar al musculo a un estado relajación debido a que con el ejercicio el cuerpo libera una toxina llamada ácido láctico atreves de los músculos que se cristaliza y genera fibras rígidas, por eso es tan importante estirar para eliminar esa rigidez y sentir el cuerpo más ligero.	Círculos	Pito Cronometro Planillero

Trabajo a cargo de: Carlos Andrés pineda Alarcón	Tiempo: 60 minutos	6° intervención
Diego Felipe Marín		Dirigido a: Grado 10°
Pedro David Rincón Colmenares		Fecha: 18/09/2015

OBJETIVO: Fomentar la práctica de la actividad física en clase, y elevar la motivación a través del juego recreativo.

PARTE	CONTENIDOS	DOSIFICACIÓN	ORIENTACIONES METODOLÓGICAS	FORMAS ORGANIZATIVAS	MATERIAL

INICIAL	Movilidad articular	5 minutos	<p>Los ejercicios de movilidad articular básicamente consisten en realizar rotaciones y circundicciones de las articulaciones principales como: cuello, hombros, cintura, cadera rodillas y tobillos.</p> <p>Los estiramientos dinámicos, incluye movimientos constantes que mejoran nuestra movilidad, haciendo trabajar a nuestros músculos con un rango de movimiento que intentan emular lo que es correr. La realización de movimientos similares a los que realizamos cuando corremos, prepara los músculos y las articulaciones de una manera más específica.</p>	Filas	<p>-Terreno indicado</p> <p>-Cronometro</p> <p>-Plantillero</p> <p>-Pito</p> <p>-conos</p>
	Activación metabólica	5 minutos		círculos	
	estiramientos			parejas	
				grupos	

CENTRAL	<p>Trabajo Especifico</p> <p>-Juegos Recreativos</p>	40minutos	<p>1) El Huevito (Contacto, habilidad) Número de jugadores: de 6 en adelante. Material: Cualquier tipo de balón.</p> <p>Organización: 6 jugadores (“la gallina”) forman un círculo mirando hacia fuera (espalda con dirección al centro del círculo) y se cogen del brazo del compañero de la derecha y del de la izquierda. Todos los jugadores inclinan el tronco hacia adelante, de forma que puedan tocarse los glúteos. De esta forma se consigue una superficie de transporte para el “huevito”. Un balón hace de huevo y se coloca en la superficie de transporte. Se delimita una salida y una meta, el primer equipo que llegue a la meta sin tirar el “huevito” será el ganador. El equipo que tire el “huevito” tendrá que comenzar de nuevo.</p>	círculos	<p>-pito</p> <p>-cronometro</p> <p>-Plantillero</p> <p>-balones</p> <p>-conos</p> <p>-platillos</p>
---------	--	-----------	--	----------	---

			<p>Variantes:</p> <p>a) Poner un huevito con obstáculos: Se colocan varios pequeños obstáculos en el camino.</p> <p>b) Cestita de huevitos: una caja pequeña del revés es una “cestita de huevitos”. La gallina debe intentar poner el huevo exactamente dentro de la caja.</p> <p>2) “A morder la cola” (Reacción, coordinación, cooperación) Número de jugadores: de 6 en adelante. Material:</p> <p>No aplica</p> <p>Organización: todos los jugadores forman un “gusano gigante” cogiéndose cada jugador de la cadera del compañero que tiene delante. Idea del juego: la cabeza del gusano intenta morderse la cola, es decir, atrapar al último jugador. Si lo consigue, la cola se coloca a la cabeza del gusano y forma el siguiente gusano. Variantes:</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>a) Lucha de gusanos: 2 o más gusanos intentan morder la cola del contrario, es decir, tocar al último componente de un gusano enemigo.</p> <p>b) Morder las extremidades: como se explica en el inciso a), pero ahora todo el que ha sido mordido se une al gusano ganador.</p> <p>Nota: La cadena nunca debe romperse.</p> <p>Los puntos críticos son los extremos de los gusanos.</p>		
			<p>3) La Caza (Condición física general) Número de jugadores: 3 en cada grupo, formar varios grupos (al menos 2)</p> <p>Material: balones ligeros.</p>		

			<p>Organización: Los jugadores se dividen en un grupo de cazadores y en uno de conejos. Los balones ligeros servirán de “municiones”. El grupo de cazadores pasa el balón ligero de jugador a jugador de forma que se consiga el mayor número de aciertos. El jugador al que le sea pasado el balón no puede seguir corriendo con el balón en la mano.</p> <p>Idea del juego: El grupo de cazadores debe conseguir el mayor número de aciertos sobre el grupo de conejos dentro de un determinado espacio de tiempo. Si se consigue se cambiarán los papeles.</p> <p>Variantes: si no se dispone de balones ligeros, el acierto sobre un conejo solamente será válido cuando el balón rebote antes en el suelo (indirecto).</p>		
--	--	--	---	--	--

<p>FINAL</p>	<p>-Estiramiento</p>	<p>10 minutos</p>	<p>-Es determinante realizar un adecuado estiramiento después de una práctica deportiva esta nos permite llevar al musculo a un estado relajación debido a que con el ejercicio el cuerpo libera una toxina llamada ácido láctico atreves de los músculos que se cristaliza y genera fibras rígidas, por eso es tan importante estirar para eliminar esa rigidez y sentir el cuerpo más ligero.</p>	<p>Círculos</p>	<p>Pito Cronometro Planillero</p>
---------------------	----------------------	-------------------	---	-----------------	---

Trabajo a cargo de: Carlos Andrés pineda Alarcón	Tiempo: 60 minutos	7° intervención
Diego Felipe Marín		Dirigido a: Grado 10°
Pedro David Rincón Colmenares		Fecha: 25/09/2015

OBJETIVO:

PARTE	CONTENIDOS	DOSIFICACIÓN	ORIENTACIONES METODOLÓGICAS	FORMAS ORGANIZATIVAS	MATERIAL
	-Movilidad articular	5 minutos	Los ejercicios de movilidad articular básicamente consisten en realizar rotaciones y circundicciones de las articulaciones principales como: cuello, hombros, cintura, cadera rodillas y	Filas	-Terreno indicado
	-Activación metabólica	5 minutos		círculos	-Cronometro

INICIAL	-Estiramientos		<p>tobillos.</p> <p>Los estiramientos dinámicos, incluye movimientos constantes que mejoran nuestra movilidad, haciendo trabajar a nuestros músculos con un rango de movimiento que intentan emular lo que es correr. La realización de movimientos similares a los que realizamos cuando corremos, prepara los músculos y las articulaciones de una manera más específica.</p>	<p>parejas</p> <p>grupos</p>	<p>-Plantillero</p> <p>-Pito</p> <p>-conos</p>
	Trabajo Especifico		<p>1) La portería voladora (Condición física general, cooperación) Número de jugadores: A partir de 10.</p> <p>Material: 1 balón de baloncesto, 2 aros de gimnasia. Organización: 2 equipos se enfrentan jugando “baloncesto”. Sin embargo, no se juega sobre cestas, sino sobre una “portería voladora”.</p>	<p>No hay forma organizativa específica</p>	<p>-pito</p> <p>-cronometro</p>

CENTRAL	-Juegos Recreativos	40minutos	<p>Las porterías voladoras se componen de un jugador de cada equipo que se encuentra en la zona de tiro libre del campo contrario con un aro en la mano. Los demás jugadores no pueden pisar la zona de tiro libre. Idea del juego:</p> <p>La portería voladora debe de moverse en la zona contraria de tiro libre con tanta habilidad que los propios compañeros puedan introducir el balón a través del aro. Si se consigue, la portería habrá sido lo suficientemente rápida y se habrá conseguido una canasta.</p> <p>2) “Stando” (Condición física general, reacción) Número de jugadores: entre 8 y 15.</p> <p>Campo: dependiendo del tamaño del grupo, medio campo de baloncesto o mayor.</p> <p>Material: un balón ligero.</p> <p>Organización: los jugadores cuentan y cada uno memoriza su número. Si el grupo se conoce entre sí, puede operar con los nombres. Uno de los</p>	<p>-Plantillero</p> <p>-balones</p> <p>-conos</p> <p>-platillos</p>
----------------	---------------------	-----------	---	---

			<p>jugadores que se encuentran en el círculo lanza el balón al aire y dice un número o un nombre. Mientras todos los jugadores se alejan corriendo, el jugador nombrado debe esforzarse en atrapar el balón. En cuanto lo haya conseguido dirá “Stando” o “alto”, con lo cual todos los demás permanecerán quietos.</p> <p>Ahora intentará tocar a uno de sus compañeros lanzando el con el balón. Si lo consigue, quien haya sido tocado deberá lanzar el balón la próxima vez. Si quien tiene el balón no consigue dar a nadie, deberá ir a buscar el balón y volver a intentar.</p> <p>Idea del juego: corriendo y lanzando con habilidad hay que acertar o bien evitar muchos certeros lanzamientos</p> <p>3) Cardenales y Carpinteros (Condición física general, destreza, habilidad) Número de jugadores: de 4 en adelante</p> <p>Material: Pañuelos</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>Organización: Se forman dos grupos, uno frente al otro. Se marcarán unas metas y se les pondrá nombre a los equipos. Cuando el maestro (monitor) diga el nombre de cualquier equipo, éste correrá a alcanzar al equipo contrario. A la persona que este equipo alcance pasará a integrar parte del equipo contrario. Si alguno llega a la meta, ya no podrá ser atrapado por su contrario. El equipo que al final quede con más integrantes, ganará.</p> <p>Variantes: Se pueden utilizar pañuelos amarrados en la cintura de los jugadores y cuando el uno del equipo contrario lo tome, pasará a ser parte del equipo.</p> <p>Idea del juego: atrapar a todos los jugadores del otro equipo.</p>		
--	--	--	---	--	--

FINAL	-Estiramiento	10 minutos	-Es determinante realizar un adecuado estiramiento después de una práctica deportiva esta nos permite llevar al musculo a un estado relajación debido a que con el ejercicio el cuerpo libera una toxina llamada ácido láctico atreves de los músculos que se cristaliza y genera fibras rígidas, por eso es tan importante estirar para eliminar esa rigidez y sentir el cuerpo más ligero.	Círculos	Pito Cronometro Planillero
--------------	---------------	------------	--	----------	----------------------------------

Trabajo a cargo de: Carlos Andrés pineda Alarcón	Tiempo: 60 minutos	8° intervención
Diego Felipe Marín		Dirigido a: Grado 10°
Pedro David Rincón Colmenares		Fecha: 25/09/2015

OBJETIVO: Fomentar la motivación y la práctica de la actividad física en el entorno escolar a través del circuito físico técnico.

PARTE	CONTENIDOS	DOSIFICACIÓN	ORIENTACIONES METODOLÓGICAS	FORMAS ORGANIZATIVAS	MATERIAL
	Movilidad articular	5 minutos	Los ejercicios de movilidad articular básicamente consisten en realizar rotaciones y circunducciones de las articulaciones principales como: cuello, hombros, cintura, cadera rodillas y tobillos.	Filas	-Terreno indicado
	Activación metabólica	5 minutos	Los estiramientos dinámicos, incluye movimientos constantes que mejoran nuestra movilidad, haciendo trabajar a nuestros	círculos	-Cronometro -Plantillero

INICIAL	estiramientos		músculos con un rango de movimiento que intentan emular lo que es correr. La realización de movimientos similares a los que realizamos cuando corremos, prepara los músculos y las articulaciones de una manera más específica.	parejas grupos	-Pito -conos
CENTRAL	Trabajo Especifico -Juego de Circuito físico técnico	40minutos	En un espacio delimitado, se ubican 5 estaciones en las cuales se contempla una prueba física y coordinativa. Cada estación sugiere ejecutar una serie de ejercicios como saltos, carreras, flexiones, sentadillas etc. Luego de poner el material en el espacio, se ubican los estudiantes en cada estación, aproximadamente 6 por estación. Al estar ya todos ubicados en una estación, el docente dar la orden de empezar. Allí deben realizar los ejercicios durante un	circuito	-pito -cronometro -Plantillero -balones

			<p>minuto y de descanso 30 segundos.</p> <p>Al terminar rotan a la siguiente estación, de este modo todos deben pasar por las cinco estaciones.</p> <p>Por último se ubican todo en una sola fila, y a la orden del profesor, uno por uno va pasando por cada una de las estaciones hasta terminar el circuito.</p>		<p>-conos</p> <p>-platicos</p>
FINAL	-Estiramiento	10 minutos	<p>-Es determinante realizar un adecuado estiramiento después de una práctica deportiva esta nos permite llevar al musculo a un estado relajación debido a que con el ejercicio el cuerpo libera una toxina llamada ácido láctico a través de los músculos que se cristaliza y genera fibras rígidas, por eso es tan importante estirar para eliminar esa rigidez y sentir el cuerpo más ligero.</p>	Círculos	<p>Pito</p> <p>Cronometro</p> <p>planillero</p>

Los juegos presentados en las anteriores planeaciones fueron idealizadas gracias a (Omeñaca Cilla & Ruiz Omeñaca, 2002) y (Garaigordobil Landazabal & Fagoaga Azumendi, 2005).

ANEXO 3

















BIBLIOGRAFÍA

Alvariñas Villaverde, M. (2004). Atribución causal en educación física y estilo de vida saludable en el alumnado de educación secundaria obligatoria del ayuntamiento de Oleiros. Coruña, España.

Castro Beltran, I. D. (17 de Noviembre de 2011). El juego de circuitos como propuesta pedagógica para mejorar la resistencia aeróbica y la motivación en la clase de educación física del curso 5 de primaria del colegio santa cristina de toscana. Bogota D.C, Colombia.

Contreras, J. M., & Valls Lafuente, M. (s.f.). Motivacion y juego en el aula: Laimplicacion del alumno en las clases de E/LE. España.

Garaigordobil Landazabal, M., & Fagoaga Azumendi, J. (2005). *El Juego Cooperativo para prevenir la violencia en los centros escolares.*

Granero Gallegos, A., Baena Extremera, A., Sanchez Fuentes, J., & Martínez Molina, M. (2014). Perfiles motivacionales de apoyo a la autonomía, autodeterminación, satisfacción, importancia de la educación física e intención de práctica física en tiempo libre/Motivational profiles of autonomy support, self-determination, satisfaction, import. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14, 56-69. Murcia, España: Servicio de publicaciones, Universidad de Murcia.

Hernández Díaz, N. (Diciembre de 2008). El efecto de la educación física en la motivación del estudiante hacia la actividad física. Cupey, Puerto Rico.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2010). *Metodología de la Investigación*. Mexico: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

High School Staples. (s.f.). *NASPE National Standards for Physical Education*. Obtenido de Moving into the Future: National Standards for Physical Education, 2nd Edition: <http://shs.westport.k12.ct.us/departments/physical-education-health/naspe-national-standards>

Huizinga, J. (2004). *Homo Ludens*. Alianza Editorial.

Liceo San Rafael De Alicante. (2015). *Liceo San Rafael De Alicante*. Obtenido de <http://www.liceosanrafaeldealicante.edu.co/>

Macarro Moreno, J. (2008). Actitudes y motivaciones hacia la práctica de actividad física deportiva y el área de educación física, del alumnado de la provincia de Granada al finalizar la E.S.O. Granada, España: Editorial de la Universidad de Granada.

Martínez Rodríguez, J. (2011). *Metodos de Investigación Cualitativa*.

Omeñaca Cilla, R., & Ruiz Omeñaca, J. (2002). *Juegos Cooperativos y Educacion Fisica*.

Barcelona, España: Editorial Paidotribo.

OMS. (2010). *Recomendaciones mundiales sobre la actividad fisica para la salud*. Ginebra

suiza.

Piñeros, M., & Pardo, C. (01 de Diciembre de 2010). *Actividad física en adolescentes de cinco*

ciudades colombianas: resultados de la Encuesta Mundial de Salud a Escolares. Bogota,

Colombia.

Sánchez Oliva, D. (2014). *Motivación y desarrollo positivo en el alumnado a través de la*

educación física. España.

Santana, L. D., & Gutiérrez Borobia, L. (s.f.). *Lo comun en la etnografia*. Obtenido de

http://datateca.unad.edu.co/contenidos/401432/2013_2/Material_didactico/Lo_comun_en_la_etnografia_R2.pdf

Torres, B. J. (23 de abril de 2012). *Factores motivacionales relacionados con la adherencia a la*

práctica deportiva competitiva en adolescentes. España.

Vygotsky, L. (1984). *Aprendizaje y desarrollo intelectual en la edad escolar*.

