

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL “GERVASIO RUBIO”

**ESTRATEGIAS RECREATIVAS PARA PROMOVER LA ACTIVIDAD
FÍSICA DESDE EL CAMPAMENTO EN LOS ESTUDIANTES DE
EDUCACIÓN MEDIA.**

Rubio, Noviembre de 2017

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL “GERVASIO RUBIO”

**ESTRATEGIAS RECREATIVAS PARA PROMOVER LA ACTIVIDAD
FÍSICA DESDE EL CAMPAMENTO EN LOS ESTUDIANTES DE
EDUCACIÓN MEDIA.**

(Trabajo de Grado para optar al Grado de Magíster en Educación Mención
Enseñanza de la Educación Física)

Autor: Nixon, Sandia.
Tutor: Msc. Ronny Pernía.

Rubio, Noviembre 2017

TIMBRE
FISCAL



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL "GERVASIO RUBIO"
SECRETARÍA

A C T A

Reunidos el día viernes, uno del mes de diciembre del dos mil diecisiete, en la sede de la Subdirección de Investigación y Postgrado, del Instituto Pedagógico Rural "Gervasio Rubio," los Ciudadanos: **RONNY PERINA (TUTOR), RAFAEL PÉREZ Y YUSNET QUINTERO**, Cédulas de Identidad Nros. V.- 16.123.553, V.- 9.148.228 y V.- 16.232.509, respectivamente, Jurados designados de conformidad con el Artículo 125 del Reglamento de Estudios de Postgrado Conducientes a Títulos Académicos, para evaluar el Trabajo titulado: **"EL CAMPAMENTO COMO ESTRATEGIA RECREATIVA PARA FAVORECER LA ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN MEDIA"**, presentado por el participante **SANDIA ZAMBRANO NIXON**, Cédula de Identidad N° V.- 10.741.551, como requisito parcial para optar al título de **Magíster en Educación Mención Enseñanza de la Educación Física**, acuerdan por unanimidad de conformidad con lo estipulado en los Artículos 132 y 133 del Reglamento de Estudios de Postgrado de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador el siguiente veredicto: **APROBADO, POR SU APOORTE AL DESARROLLO DE ACTIVIDADES A TRAVÉS DE ESTRATEGIAS CAMPAMENTILES EN LA EDUCACIÓN MEDIA GENERAL**, en fe de lo cual firmamos.

MSC. **RONNY PERINA**
C.I. N° V.- 16.123.553
TUTOR

DR. **RAFAEL PÉREZ**
C.I. N° V.- 9.148.228

MSC. **YUSNET QUINTERO**
C.I. N° V.- 16.232.509



AGRADECIMIENTO

Hoy cuando he alcanzado tan anhelada meta, doy mi más profundas e infinitas gracias.

A Dios ser supremo y creador de nuestra existencia, a la Santísima Virgen María por haberme brindado la sabiduría necesaria para transitar por este difícil y reconfortarle camino.

A el Profesor Ronny Pernía, quien de una manera desinteresada se entregó totalmente para moldear a través de su sabiduría y consejos, todos mis conocimientos, para poder alcanzar esta meta.

A la profesora Yescenia Olivares que con sus sabios consejos y aprendizajes contribuyó al éxito de este triunfo.

Y a todas aquellas personas e instituciones que de una manera u otra contribuyeron a alcanzar tan deseada meta.

DEDICATORIA

A Dios todo poderoso, dador de todo bien, por haberme concedido vida, salud, tiempo y espacio para luchar por el logro de mis objetivos.

A la Santísima Virgen María, modelo de obediencia, paciencia y constancia, porque como madre no me ha desamparado en ningún momento.

A mis Padres: Quienes me han dado el ejemplo de decisión, firmeza y perseverancia; y como una luz siempre encendida me han enseñado como hacer bien las cosas.

A mi Esposa, María Ysabel quien con su paciencia, tolerancia, comprensión y amor, supo esperar la culminación de este proyecto.

A mis pedacitos de Cielo, mis Amadas Hijas María José y Sofía Ysabel, quienes como lucecitas encendidas me están recordando siempre que mi meta esta hacia adelante y que debo seguir. Las Amo.

A mis hermanos, tíos y primos, quienes siempre me han tendido su mano amiga y me han motivado para no desvanecer en el camino.

A mis queridos compañeros de maestría, por ese maravilloso ejemplo de compañerismo, de quienes he recibido cariño, calor, ánimo y ayuda. Que Dios los Bendiga.

A mis amigos, porque de ellos también he recibido compañía y palabras de aliento cuando las he necesitado.

A la UPEL, quien a través de un grupo de profesionales calificados, sembraron en mí su semilla del conocimiento.

ÍNDICE

	pp.
AGRADECIMIENTO	Iv
DEDICATORIA	V
LISTA DE CUADROS.....	viii
LISTA DE GRÁFICOS.....	ix
RESÚMEN.....	x
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO	
I EL PROBLEMA.....	3
Planteamiento del Problema.....	3
Objetivos de la Investigación.....	12
Justificación e Importancia.....	13
II MARCO REFERENCIAL.....	16
Antecedentes.....	16
Bases Teóricas.....	18
Operacionalización de Variable.....	36
III MARCO METODOLÓGICO.....	37
Naturaleza de la Investigación.....	37
Población.....	38
Muestra.....	39
Técnica y recolección de datos.....	39
Validez y Confiabilidad.....	40
Procedimiento de Administración.....	41
Procesamiento y análisis de resultados.....	42
IV ANALISIS DE RESULTADOS.....	43
V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	55
Conclusiones.....	55

Recomendaciones.....	56
VI LA PROPUESTA.....	58
Guía de actividades campamentales que favorezcan la actividad física en los estudiantes de Educación Media General del municipio Seboruco, del estado Táchira.	
Planteamiento de la Propuesta.....	58
Objetivos.....	60
Componentes de la Guía.....	61
Desarrollo de la Guía.....	62
REFERENCIAS	80
ANEXOS.....	83
A Formato de validación del instrumento.....	84
B Instrumento Aplicado	86

LISTA DE CUADROS

CUADRO		pp.
1	Clasificación de las actividades campamentiles	34
2	Operacionalización de la Variable	36
3	Resultados de la dimensión ámbitos de la actividad física	44
4	Resultados de la dimensión actividades campamentiles	49

LISTA DE GRÀFICOS

GRÀFICO		pp.
1	Distribución porcentual de las opciones de respuestas de los ítems de la dimensión ámbitos de la actividad física.	45
2	Distribución porcentual de las opciones de respuestas de los ítems de la dimensión actividades campamentiles	51

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL GERVASIO RUBIO
SUB DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO
Maestría en Educación Mención Enseñanza de la Educación Física

***Estrategias Recreativas para Promover La Actividad Física desde El
Campamento en los Estudiantes de Educación Media***

Autor: Nixón, Sandia.
Tutor. Msc. Ronny, Pernía
Fecha: Noviembre, 2017.

RESUMEN

El desarrollo de actividades físicas desde los campamentos, constituyen una estrategia novedosa que permite la participación libre y espontánea de todos los involucrados en especial en los estudiantes de educación media, el desarrollo de dicha actividades radica de importancia para la educación física pues las mismas implica la utilización de otros escenarios en este caso los naturales permitiendo en el alumnado la experimentación y aprendizaje significativo en estos ambientes. En este sentido, el presente trabajo de investigación, tuvo como fin, Proponer el campamento como estrategia Recreativa para favorecer la actividad física en los estudiantes de educación media general del municipio Seboruco del estado Táchira. Con la propuesta que se presenta busca que los docentes de educación física salgan de la rutina y aprovechen los diversos espacios naturales que cuenta el municipio, así como también impulsar desde estos ambientes naturales la práctica de actividades físicas. Dicho ubicó, en la modalidad de proyecto Especial, basado en un estudio de campo de naturaleza descriptiva. Para ello se tomó como población a los docentes de educación física del Municipio Seboruco y como muestra doce (12) docentes especialistas de educación física. Para lograr llevar a cabo esta investigación se elaboró y aplicó un instrumento tipo cuestionario dirigido a los docentes, tomando como base los objetivos de la investigación. La validación de dicho instrumento se ejecutó bajo la técnica juicio de expertos y la confiabilidad se hizo mediante la técnica Alpha de Cronbach, con un resultado de la prueba piloto de 0,87, al recopilar la información se pudo evidenciar que los docentes de educación física en el nivel de media general no planifican actividades campamentiles para favorecer la actividad física en los estudiantes, así como también se comprobó que los especialistas nunca aplican los diversos ámbitos de la actividad física en sus clases.

Descriptores: Educación Física, Actividad física, actividades campamentiles.

INTRODUCCIÒN.

El hombre, se encuentra envuelto en un sinnúmero de situaciones que le permite discernir entre lo bueno, lo malo, lo necesario y lo no tan necesario, pero donde siempre está presente el factor formativo que desde el ámbito educativo recibe para solventar todo aquello que se le presente a nivel biológico, intelectual, social y físico. Éste último, funge como el motor esencial, pues, prepara al hombre para la vida a través del movimiento y se vale entonces de áreas académicas como la educación física para alcanzar tales fines.

En tal sentido, Olivera (2011), hace referencia a ello y destaca que el área de educación física, se convierte en un área imprescindible durante los primeros años de vida escolar y “tiene la responsabilidad de establecer múltiples y variados escenarios que estimulen la motricidad más espontánea junto a otros escenarios que promuevan una motricidad dirigida.” (p.7); en otras palabras, es un área que debe brindar la oportunidad de vivenciar a los escolares actividades de placer y disfrute, para así aumentar la actividad física y proporcionar estilos de vida saludables. Una de esas actividades vendría a ser entonces el campamento, que además de ser una actividad de gran goce, ofrece un sinfín de oportunidades positivas para quien lo practica.

De acuerdo a lo anterior, Castañeda (2001), define el campamento como “una actividad al aire libre que tiene un propósito determinado. Este fin puede ser utilitario, educativo, de supervivencia de guerra o interés social” (p.9). En otras palabras, es una actividad que engloba de forma sistemática y muy organizada experiencias que en ocasiones no todos pueden experimentar y que siempre van a dejar una huella imborrable en las personas. De allí que, es meritorio que los docentes de educación física del Municipio Seboruco estado Táchira, innoven en formas u herramientas que le permitan alcanzar el desarrollo de los contenidos planteados, en especial los relacionados con la actividad física, saliendo de lo rutinario y común.

Por las razones descritas anteriormente, el autor del presente trabajo de investigación tiene como propósito, Proponer el Campamento como Estrategia Recreativa para favorecer la Actividad Física, en los estudiantes de media general del municipio Seboruco estado Táchira, el cual lleva implícito elevar el accionar motriz de dichos escolares y además darle a los docentes herramientas que se pueden realizar desde la clase de educación física, aprovechando los diversos espacios que el contexto geográfico le brinda.

En virtud de ello, dicho trabajo se estructura de la siguiente forma: Capítulo I, reseña El Problema: planteamiento del problema, objetivos, justificación e importancia. El Capítulo II. Marco Referencial: antecedentes, marco teórico y Operacionalización de la variable. El Capítulo III Marco Metodológico: naturaleza del estudio, población y muestra, técnica e instrumentos para la recolección de datos, validez y confiabilidad, procedimiento para la recolección de la información y procesamiento de la misma. El Capítulo IV. Presenta el análisis de los resultados obtenidos. Capítulo V, deja ver las conclusiones y Recomendaciones a las cuales llegó el investigador. En el Capítulo VI, se desglosa la propuesta realizada en base a lo detectado en la investigación. Finalmente, contiene las Referencias de todos los autores considerados para el desarrollo del mismo.

CAPÍTULO I
EL PROBLEMA
Planteamiento del Problema

La educación física en Venezuela, desde hace mucho tiempo constituye un área fundamental del proceso de enseñanza aprendizaje, pues, la misma permite educar y formar integralmente al niño joven o adolescente a través del movimiento, desarrollando y fortaleciendo sus aspectos, motores, cognitivos y socio-emocionales; facilitando el incremento de las interacciones que se dan en las distintas actividades físicas que se utilizan en cada una de las clases.

De allí, la relevancia de esta área, que a pesar de las diferentes reformas por la que ha pasado el sistema educativo venezolano, aun se mantiene dentro de los pensum o programas curriculares, al respecto, Vera (s/f) afirma que “La importancia de la educación física es reconocida universalmente, es por ello que forma parte de los programas de educación en todos los países del mundo, dadas sus cualidades educativas que van mucho más allá del simple desarrollo físico”. (p.7).

En este sentido, en la actualidad se requiere ver a la educación física, como uno de los principales caminos que permite fortalecer el desarrollo humano en todos los aspectos y que tributa considerablemente a la formación integral del hombre para la vida. Es decir, el área tiene la gran responsabilidad de contribuir a formar individuos aptos para una sociedad que se hace cada vez más exigente, generando bienestar en los mismos en cuanto a la mejora de su calidad de vida. Así lo señala, el colectivo de autores citados por Escudero (2009), al enfatizar que la educación física tiene como “finalidad contribuir al perfeccionamiento de niños, adolescentes y jóvenes, mediante las actividades físicas, deportivas y recreativas, y

coadyuvar,... a la formación y educación de un joven capaz de conducirse activa y conscientemente al servicio de la construcción de la sociedad” (p.1).

De igual manera, la educación física, como cualquier otra asignatura del currículum escolar, posee finalidades últimas de carácter educativo y social que deben llegar a la vida cotidiana de las personas, es por ello, que le incumbe a esta área, la tarea de enseñar al estudiante a aprender a moverse, buscando con esto, ayudarlo en su adaptación y a la creación de nuevos conocimientos. Rodríguez y León (2010), consideran la educación física como “un área académica que implica movimiento corporal, natural o planificado que realiza el ser humano. La actividad física concebida como contenido educativo y estructurada en forma sistemática es considerada como un elemento de integralidad en el desarrollo del individuo” (p.1).

Por consiguiente, tanto en Venezuela como en otros países, la educación física es considerada como un programa especial para fomentar la actividad física desde la escuela, en primer lugar por valorar a los recintos educativos como los espacios en que los grupos de población estudiantil pasan la mayor parte de su tiempo y por otra parte, la educación física es el único momento que tienen los estudiantes de participar en actividades físicas, sin importar sus condición atlética.

Lo señalado, coloca de manifiesto la trascendencia que tiene el área en la práctica de actividades físicas que conlleven, no solo en el mejoramiento de la salud de los estudiantes sino además, del perfeccionamiento de las cualidades motrices y capacidades físicas, si dejar a un lado los beneficios socioemocionales que aporta la practicas de estas actividades, así como lo establecen Castillo, Venegas y Fiabane (2014), quienes le atribuyen a la actividad física “ser un vehículo adecuado para promover el desarrollo de habilidades sociales, tales como: compañerismo, cooperación, empatía, sentido de responsabilidad personal, entre otras conductas y en cuanto a las emocionales contribuye con salud mental, autoconfianza, reducción de estrés, motivación y autonomía...”(p.11).

Cabe considerar entonces, que la práctica de actividades físicas desde el área de educación física en el nivel de media general, crea y aporta grandes beneficios, entre los que destacan la preservación de la salud, así como también, constituyen un elemento fundamental en el crecimiento de los jóvenes; puesto que, en la primeras etapas, la actividad física juega un papel importante en el desarrollo físico, tal como lo afirma Malina y Bouchard (citado por Calderón, Frideres y Palao , 2009), al considerar que la práctica de actividad física incrementa los niveles de fuerza muscular, de flexibilidad, equilibrio y de coordinación en los jóvenes; éste aspecto beneficia la disminución del riesgo de lesiones en la edad adulta. Así como también, ofrece un estilo de vida físicamente activo, implicando otros beneficios directos e indirectos en los jóvenes.

Ahora bien, para promover la práctica de actividades físicas en los escolares, la educación física se vale de diversos elementos o estrategias que le permiten incentivarlos a la participación libre, espontánea y motivadora, uno de esos elementos o áreas es la recreación, conociendo que la misma en la actualidad ha ido ganando espacios, ya que, se ha convertido en un requisito esencial para el ser humano, puesto que, contribuye en gran medida en la formación del individuo.

Guerreo (2006), señala que “la recreación es un factor de bienestar social que contribuye a mejorar la calidad de vida mediante al autoconocimiento, interacción y comunicación con su contexto social” (p.01); pero además, de la socialización, la recreación también contribuye en la mejora física del individuo pues recrea energías del músculo y del cerebro, mediante el oportuno descanso proporcionado por una actividad que será tanto más beneficiosa, cuanto más se aparte de la obligación diaria.

Para Labarrece (citado por Escobar y Bolívar. 2012), la recreación viene a ser entonces, “todas aquellas actividades realizadas por el ser humano cuya idea y finalidad es proporcionar distracción con el objeto de coadyuvar al desarrollo integral del hombre en los aspectos social, físico,

psicológico y emocional”. (p.09); en pocas palabras, son muchas las bondades que ofrece la recreación tanto en el aspecto físico, psicológico como el social, y para los jóvenes y adolescentes constituyen un recurso que genera placer en su práctica.

En relación a ello, Camerino (2000), considera que para los jóvenes, la recreación debe ser entendida como, “una disposición positiva y favorable de cambio y regeneración y debe cumplir la condición de “volver a crear” o de “recrear” divirtiéndose mediante una actitud activa y una implicación y participación en un grupo” (p.28); es por esto, que muchos adolescentes y jóvenes siempre muestran disposición cuando le son tomados para llevar a cabo estrategias o actividades donde la recreación y las actividades físicas juegan un papel principal.

En el contexto educativo Venezolano, actualmente se vienen desarrollando cada vez con más auge, una diversidad de estrategias y/o actividades donde la recreación es el actor principal, que dinamiza y motiva a los escolares a participar, entre estas acciones, destacan las excursiones o campamentos, las mismas se encuentran presentes en currículo nacional, enmarcadas como actividades al aire libre, entendiendo las mismas como aquella que puede ejecutarse en cualquier espacio, sobre todo el natural, en este sentido el desarrollo de la educación física al aire libre permite lograr en el estudiante además de la participación espontánea, adquiera un cúmulo de experiencias y aprendizajes significativos.

De igual manera, al planificar actividades de vida al aire libre como los campamentos, permite el desarrollo de competencias y destrezas físicas, descubriendo las limitaciones y ayudando a fomentar una personalidad que crea soluciones a los problemas. Pinos (citado por Granero, 2007), define a la educación física al aire libre como “ desarrollo del conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas, técnicas y recursos que permiten desenvolverse o practicar actividades físicas lúdico deportivas en la naturaleza, con seguridad y con el máximo respeto hacia su conservación;

disfrutando, compartiendo y educándose en ella" (p.1); es decir, todas aquellas actividades físicas, deportivas y/o recreativas que se desarrollan en el medio natural, siempre buscaran cumplir propósitos pedagógicos con los estudiantes.

En este sentido, los campamentos se establecen como una excelente herramienta que genera expectativa en los escolares sobre todo en los del nivel de educación media general pues los mismos le permiten, experimentar, indagar, conocer, compartir, cooperar descubrir sus capacidades físicas fuera del contexto que regularmente se desenvuelven como el de un campo o una cancha, así como lo afirma Malanda (2013.) al señalar que:

En la actualidad, la vida diaria de los alumnos/as se desarrolla en un ámbito urbano, por lo que podríamos decir que el alumno/a está acostumbrado a relacionarse con un medio artificial. Por ello, es conveniente que se debería trabajar con los alumnos/as en el medio natural, para que a través de vivencias y experiencias pierdan primeramente el miedo a lo desconocido y puedan desarrollar conductas y respuestas diferentes a las del medio artificial. De este modo, conseguiremos completar su formación a nivel tanto educativo como personal. (p.7).

Además, de contribuir con lo anteriormente mencionado, el desarrollo de los campamentos, se manifiesta también como oportunidad valiosa para la educación física, pues rompe con la monotonía y repetición de la clase, situación esta que aleja y desmotiva al estudiantado, por ende, el planear esté tipo actividades comprende el compromiso, conocimiento y preparación del docente de educación física, pues el mismo respondiendo a los intereses y motivaciones de los estudiantes, también debe responder con los objetivos, contenidos y finalidades plantadas para su realización.

Autores como Lujan y Rodríguez (2011), también enfatizan el campamento como un programa didáctico de la educación "entendido como toda experiencia de enseñanza y aprendizaje previamente planificada con objetivos, contenidos, metodologías y actividades a realizarse en tiempo y

espacios preseleccionados,”. (p.4); de allí, que los campamentos generan una excelente oportunidad de planificar actividades físicas que no solo coadyuven a preservar la salud sino también, a mejorar y profundizar en el estudiantado las tareas motrices aplicables en el medio en la cual se desenvuelven.

Lo señalado, coloca de manifiesto la importancia que tiene el realizar campamentos donde las actividades físicas sean el objetivo principal, los mismos permiten proporcionar los conocimientos teórico práctico, básicos para que el alumnado pueda realizar actividad física saludable tanto dentro como fuera de la escuela. Éste último el más importante, sobre todo por la comprensión y hábito que adquiere el estudiante en la práctica de actividades físicas, donde la presencia del entorno escolar no es necesaria para su realización, sino por el contrario, la valoración de los espacios naturales de su contexto para llevar a cabo estas actividades.

Al respecto, Vera (1999) enfatiza que, lo que podrá ser el futuro de las actividades físicas y la recreación donde las mismas “tendrán cada vez más importancia en la vida del hombre, como factores de desarrollo integral, salud, educación, base del deporte, convirtiéndose en los factores fundamentales de una nueva forma de vida, complementando una mejor alimentación y un acercamiento al ambiente natural” (p.1).

No obstante, a pesar que la ejecución de campamentos se muestra como un contenido presente en el currículo venezolano, se escucha y observa de manera informal, como en todos los niveles educativos (inicial, primaria) y en especial en el de educación media, la poca o casi inexistente planificación de este tipo de estrategias, pues, es recurrente escuchar la problemática que existe en la organización y planificación de actividades físicas desde los centros educativos, ya que, pareciera que la clase solo tiene su connotación formativa en la participación de juegos deportivos en sus diversas fases, o en la entrega de trabajos teóricos que poco nutren el repertorio motriz del escolar. Mucho menos, enfocan la planeación de

actividades campamentiles, pues, son actividades que requieren de una organización más rigurosa y de gran responsabilidad.

Otra de las razones, por la que no se organizan ese tipo de actividades radica principalmente, en que la educación física se ha convertido en una asignatura intramuros, es decir, el docente solo se enfoca en impartir su clase en su aula habitual (la cancha, el patio o campo de la escuela), limitando con ello al estudiante a disfrutar, conocer o desenvolverse en otros ambientes presentes en el contexto institucional y que fácilmente bien podría ser usados para facilitar una clase de educación física totalmente innovadora.

En razón de esto, Castro y Otros (1998), señalan que “la educación habla de unos centros cerrados en sí mismos y aislados, y la realidad de la Educación Física manifiesta una enseñanza cerrada en el centro, donde las actividades que se realizan en conexión con el exterior son muy escasas”.(p.220); todo ello, afirma la disposición que debe tener el docente de educación física, de abordar diferentes ambientes, que permitan generar en el estudiantado la motivación y expectativas necesarias para la participación amena en las diferentes actividades planificadas en las clases.

De allí que, Olivera (2011), enfatice en que “la educación física necesita una constante variedad de escenarios para poder ofrecer a los niños y niñas unas clases que inviten a una práctica en las que ellos sean los verdaderos protagonistas y vivencie experiencias con impactos emocionales significativos”. (p.5): en otras palabras que sean capaces de ser ellos mismos y alcanzar niveles de aprendizaje significativo.

De igual manera, se debe hacer especial énfasis en la poca preparación profesional que tienen algunos especialistas, situación esta que incide en la no ejecución de estas actividades, pues la planificación de estos tipos de eventos educativos requiere de una ardua organización donde los conocimientos, experiencias del docente se colocan a prueba.

Castillo y Muros (2008), señalan que un factor que interviene en las clases y que pueden influir en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los alumnos es la “intervención educativa que el docente lleva a cabo y el conocimiento que tenga de las técnicas de enseñanza, de los estilos de enseñanza y de la estrategia en la práctica además de como sea capaz de desenvolverse en sus clases” (p.1).

Al mismo tiempo, la ejecución de actividades físicas por parte de los estudiantes ha disminuido considerablemente, bien sea por apatía del estudiante a realizarlas o según lo expresado por Devis y Beltran (s.f), por las malas experiencias vividas en educación física, ya sean, motivadas por el profesor o por los compañeros de clase, las mismas representan unos los factores que influyen en las decisiones de no participación en actividad física por parte de los jóvenes, o bien sea también por la falta de planificación y organización por parte de los docentes, en este último aspecto influye la actitud de los especialistas que ven al área como una asignatura de tiempo libre o juego, ya que colocan al estudiante solo a seguir una pelota sin ningún tipo de propósito o planificación, situación que afecta gravemente en la calidad de la clase de educación física.

Castillo y otros (ob.cit.), suponen que una de estas causas puede ser “la valoración que tengan de la actividad física y su relevancia en el interior del sistema escolar, tanto a nivel general como dentro de la propia labor que realiza la escuela donde laboran” (p.9).

Sobre la base de las consideraciones detectadas, el autor de la presente investigación ha podido evidenciar de manera indirecta que en las instituciones de educación media general del municipio Seboruco del estado Táchira, existe un cierto grado de apatía y desconocimiento por planificar actividades físico- recreativas de vida al aire libre como las de los campamentos, lo que origina con ello el poco aprovechamiento de los espacios naturales con que cuenta este municipio, dejando a un lado

también la oportunidad que tienen los jóvenes de vivenciar este tipo de actividades que a la larga contribuyen con su formación biopsicosocial.

De igual manera, se ha observado en muchas instituciones la monotonía y repetición de los docentes al momento de realizar actividades físicas, las mismas se observan año tras año, si ningún tipo de innovación o cambio pedagógico, que entusiasme al estudiante a realizarlas, o algunos manifiestan que no saben que otras estrategias llevar a cabo para promover la realización de actividades físicas y otros manifiestan no tener recursos para realizar las mismas, que solo poseen la cancha y su rayado para dar su clase.

De no desarrollarse clases, que amplíen la inclusión de nuevos espacios entre los que destaca los naturales y de no haber una innovación en cuanto a la estrategias que aplican los docentes en la realización de actividades físicas se podría estar corriendo el riesgo de que se presenten ausencias constantes de los escolares a estas horas de clase y por ende altos índices de reprobación en el área, asimismo, se les estaría coartando la oportunidad a los jóvenes de conocer y saber utilizar espacios naturales para la práctica de actividades físicas que a la larga contribuirán con su salud, llevándolos aun más al encierro urbanístico en industrializado que representan hoy en días los pueblos y ciudades, donde la tecnología y medios de comunicación son los únicos agentes de distracción, llevando al joven a caer en el sedentarismo y obtener todas las consecuencias que el mismo trae.

Así lo reiteran Castillo y otros (ob, cit), al expresar que, “el aumento del sedentarismo entre la población es una de las caras más vistosas de un estilo de vida caracterizado por trabajos que conllevan un mínimo de esfuerzo corporal y por formas de recreación bajas en exigencia física.” (p.2).

Para darle solución, a la problemática señalada, el autor de esta investigación, pretende Proponer el Campamento como Estrategia Recreativa para favorecer la Actividad Física en los estudiantes de

Educación Media General del municipio Seboruco del estado Táchira, con el fin de brindar a los docentes de educación física, nuevas herramientas que le permitan mejorar en su proceso de enseñanza, en cuanto a la aplicación de actividades físicas en espacios o ambientes naturales diferentes al tradicional, generando con ello la motivación de los estudiantes para la práctica de las mismas.

Tomando como cimiento, todas las situaciones planteadas con anterioridad, surgen entonces las siguientes interrogantes ¿Cuáles actividades campamentiles aplican los docentes de educación física del municipio Seboruco, para favorecer la actividad física de los estudiantes de media general? ¿Cuáles ámbitos de la actividad física aplican los docentes dentro de sus clases?, Cómo influiría la elaboración de una guía de actividades campamentiles como estrategia recreativa para favorecer la actividad física en los estudiantes de educación media del Municipio Seboruco del estado Táchira?

Objetivos.

General:

Proponer el Campamento como Estrategia Recreativa para favorecer la Actividad Física en los estudiantes de Educación Media General del municipio Seboruco del estado Táchira.

Específicos:

1.- Diagnosticar cuales ámbitos de la actividad física aplican los docentes de educación física en sus clases.

2.- Verificar cuáles actividades campamentiles emplean los docentes de educación física, como estrategia para favorecer la actividad física.

3.- Diseñar una guía de actividades campamentales que favorezcan la actividad física en los estudiantes de Educación Media General del municipio Seboruco, del estado Táchira.

Justificación e Importancia.

Los campamentos, emergen como la gran oportunidad que tiene el individuo de relacionarse, de forma directa con la naturaleza, conocer de su dinámica y aprender sobre su conservación, para la convivencia en la misma se requiere que el hombre ponga de manifiesto todas sus capacidades tanto físicas como intelectuales, con el fin de cumplir con los propósitos para lo cual fueron planificados, es decir esta actividad de vida al aire libre, es considerada como una de las mejores experiencias de aprendizaje que tiene el estudiante pues la misma le permite afianzar y desarrollar aun mas todas las cualidades físicas, psicológicas y sociales que ya posee, en este aspecto, Malanda, (ob., cit) afirma que “un campamento educativo supone un proceso de aprendizaje total para el alumno/a; estamos, por lo tanto ante una herramienta educativa que abarca aprendizajes pedagógicos, sociales y personales” (p.1).

Cabe considerar entonces, que los campamentos representan un excelente espacio para fomentar en el estudiante la práctica de actividades físicas que tributen en primer lugar en la mejorara y preservación de su salud, además de contribuir con su aspecto físico, entre otros beneficios, Caballero (2012) menciona que desde el punto de vista educativo, “las actividades físicas en el medio natural plantean situaciones pedagógicas... que implican a la totalidad de la persona, cuyas vivencias tienen una aplicabilidad inmediata. A la vez que se enseñan aprendizajes técnicos propios de las diferentes actividades físicas en la naturaleza” (p. 100).

Otros autores, también resaltan el valioso papel que cumple el desarrollo de actividades físicas desde el medio natural en este caso desde los campamentos, pues los mismos coinciden sobre la importancia de educar en espacios naturales, garantizando sus resultados beneficiosos y sus repercusiones en la formación de los estudiantes en Sanz (2009) justifica la importancia de estas actividades al señalar que los “campamentos se convierten en el sitio ideal para desarrollarlas, bien como contenido del área reglada, bien como actividad extraescolar. Dicho espacio temporal, adquiere además otros aspectos relacionados con la salud... Su objetivo es educar a los niños y jóvenes” (p.1).

De lo anterior entonces deriva, la gran relevancia que tiene el diseño una guía de actividades campamentiles que favorezcan la actividad física en los estudiantes de Educación Media General del municipio Seboruco, del estado Táchira, pues, permitirá brindarle a los docentes un conjunto de estrategias que permitirán fomentar la práctica de estas actividades físicas en la gran diversidad de parajes naturales con las que cuenta este municipio, además que la propuesta representaría un instrumento didáctico pedagógico totalmente innovador para los docentes de educación física que laboran esta localidad.

Desde el punto de vista teórico, la presente investigación tiene su justificación, en los antecedentes y bases teóricas que se presentan pues se ha considerado una amplia utilización de fuentes bibliógrafas, hemerográficas y tecnológicas que podrán servir de marco referencial a futuras investigaciones que aborden o se relacionen con la temática. A nivel práctico, tiene relevancia puesto que el investigador pretende el desarrollo de una guía de actividades campamentiles que favorezcan la actividad física en los estudiantes.

De igual manera, se busca con esta investigación fomentar un cambio en la praxis pedagógica de los docentes de educación física, ya que se le proveerá de un conjunto de estrategias a ser aplicadas en espacios al aire libre

en especial en campamentos, logrado con ello motivar a los estudiantes a la práctica de actividades enmarcadas en el área de educación física.

Finalmente la investigación tendrá un avance en lo social, ya que, la misma podrá causar un impacto directo en la población de Seboruco Estado Táchira en el área de Educación Física, puesto que los docentes de esta localidad hace muy poco aprovechamiento de los espacios naturales, así como también los jóvenes dedican muy poco tiempo a la práctica de actividades físicas tanto dentro como fuera del contexto escolar.

CAPÍTULO II
MARCO REFERENCIAL
Antecedentes

Con el fin darle una mayor fundamentación teórica a la investigación que plantea la autora, se hace necesario realizar una revisión bibliográfica íntegra de trabajos ya realizados, que tengan relación con los objetivos planteados en el presente estudio, a continuación se presentan algunos de ellos:

A nivel Internacional, Peña y Peña (2014), realizaron una investigación titulada “La actividad física como elemento socializador en el alumnado del primer ciclo de educación secundaria” dicha investigación se llevó a cabo en la provincia de Jaén España, se trató de un estudio descriptivo en el que el objetivo principal fue el determinar si, a partir de la cantidad de actividad física que realizan los sujetos, éstos se encuentran más o menos integrados en la sociedad. También se estudio si, a partir del tipo de actividad física que realizan, los sujetos son más rechazados o menos o, si los sujetos que son elegidos como más populares o más rechazados en la elección de mejores amigos, son también los más y menos seleccionados para jugar en el tiempo de recreo. La muestra es de 109 estudiantes del primer ciclo de Educación Secundaria, los cuales contestaron a dos cuestionarios para obtener información acerca del grado de socialización que existe entre compañeros de clase, y sobre la actividad física que realizan. Los resultados no mostraron evidencias claras de que, cuanta más actividad física realiza un sujeto, más integrado se encuentra en la sociedad.

A nivel nacional, Mujica (2010) elaboró un trabajo de acenso titulado Lineamientos Teóricos relacionados con la estructura organizativa de la recreación y campamento como "Una experiencia Educativa para la Vida" presentado en la UPEL - Instituto Pedagógico de Barquisimeto, estuvo

orientado a ofrecer los lineamientos teóricos de la recreación y campamento, como una guía para el perfeccionamiento y formación del futuro docente y los estudiantes de la Especialidad de Educación Física de la UPEL-IPB; Dicho estudio, fue enmarcado en una Investigación Documental, bajo un Diseño Bibliográfico, la elección de esta modalidad descansa en el anhelo de suministrar información innovadora en relación al manejo del contenido objeto de estudio. Para la autora este trabajo muestra significativa relevancia ya que expresa la búsqueda de alternativas efectivas que favorezcan a través de estas experiencias extracurriculares la verdadera Educación, y considerar que la recreación y los campamentos son realmente un poderoso factor de cambio dentro del sistema social y educativo que complementa la Educación Formal del estudiante y futuro docente de Educación Física de la UPEL-IPB.

En el orden local, Osorio (2015), desarrolló un trabajo de investigación en el estado Táchira, denominado “Actividades Campamentales para Promover La Educación Ambiental, en los Estudiantes de Educación Media General Del Municipio Jáuregui, Del Estado Táchira”, el cual tuvo como fin, diseñar una guía de actividades campamentales para promover la educación ambiental en los estudiantes de educación media General de dicho municipio. El trabajo se ubicó bajo la modalidad de proyecto Especial, basado en un estudio de campo de naturaleza descriptiva y tomó como población a la totalidad de los docentes de Educación física que se desempeñan en los diversos niveles educativos en este municipio y como muestra a los docentes de educación física del nivel media General (17). Para recabar la información de la investigación elaboró un instrumento tipo cuestionario con (21). La confiabilidad la realizó bajo la técnica Alpha de Cronbach, obteniendo un resultado de la prueba piloto de 0,93. Con ello, el autor concluyó que: la mayoría de los docentes de dicha área no implanta en su planificación actividades campamentales como marchas ecologistas, carreras pedestres y ecoturismo a espacios naturales presentes en la

comunidad y mucho menos estrategias que permitan promover la educación ambiental.

Como se puede apreciar, los estudios antes señalados guardan una relación directa con los objetivos planteados por el autor de esta investigación, ya que, hacen referencia a la relevancia que merece las actividades para promover la actividad física desde el campamento, pues, todas las investigaciones señaladas, muestran la relevancia de los campamentos y las actividades físicas en la formación integral de los estudiantes en este caso concreto los de educación media general, así como también, la desarticulación o el desinterés del profesorado por ejecutar otro tipo de actividades que promueva cambios en su praxis pedagógica y por ende en la sociedad.

Bases Teóricas.

Dentro de una investigación, se hace, imprescindible recurrir a diversas fuentes teóricas que ayuden a visualizar situaciones o hechos que se asemejan al que se plantea, ellos dan claridad y ayudan a enfocar el trabajo, en tal sentido, a continuación se presentan los siguientes:

Educación Física:

La educación física, constituye desde hace mucho tiempo como un elemento indivisible e inseparable de la educación como un todo, pues la misma, junto con las demás áreas de formación tiene como objetivo el desarrollo integral de todas las posibilidades que posee el estudiante en su preparación general para la vida como persona y como ciudadano Corpas, Toro y Zarco (1999)

En este sentido, la educación física dentro del sistema educativo tiene la enorme responsabilidad de coadyuvar en la formación y desarrollo de todas las capacidades tanto físicas como cognitivas promoviendo la inclusión

de individuos capaces de desenvolverse en una sociedad tan dinámica y en constantes cambios como la actual, en otras palabras la educación física persigue el desarrollo de la persona en su globalidad, lo que implica aspectos motores, biológicos, cognitivos, de relación interpersonal y afectivo-emocionales. En razón de esto, Quiroga(s/f), define a la educación física como "la parte fundamental e inseparable de la educación, su finalidad específica trasciende la formación física del hombre, desarrollando y promoviendo también los aspectos sociales, intelectuales, psicológicos y espirituales del individuo durante las distintas etapas de su vida" (p.22).

Es meritorio considerar, el objetivo fundamental de la educación física el cual no es otro que el desarrollo global de la personalidad y una mejor calidad de vida, a través del cuidado del cuerpo y de la salud, de la imagen corporal, de la forma física y de la utilización constructiva del ocio mediante actividades motrices. Sin embargo Copas, Toro y Zarco (ob.cit.) consideran algunos objetivos más específicos entre los que destacan: (a). dotar al alumno, mediante la actividad física acorde con sus capacidades, de cuantos conocimientos, hábitos y destrezas que puedan ayudarle con su calidad de vida. (b). satisfacer sus necesidades de movimiento desarrollando simultáneamente sus capacidades físicas y motrices, (c). Orientarle y ayudarle a conocerse así mismo vivenciando sus posibilidades como individuo aislado y como una persona en su entorno social, facilitando así su relación con él mismo. (d). instruirle sobre el funcionamiento de su propio cuerpo y sobre los efectos del ejercicio físico sobre el mismo, lo que le llevara a tener conciencia de la relación existente entre algunos aspectos de la salud y la actividad motriz continua. Otros autores como Bellido (2002), identifica y relaciona también varios objetivos de la educación física que busca satisfacer las necesidades de los estudiantes entre ellos se mencionan algunos: (a), dirigir la formación armónica del cuerpo. (b), Desarrollar la atención, así como favorecer la sociabilidad, la confianza en sí mismo y el ejercicio de la voluntad. (c), orientar y ayudar a conocerse a sí

mismo, (d). Dotar al estudiante mediante la actividad física, acorde a sus capacidades,

De allí, que la educación física se manifiesta como un área de gran importancia para todos los niveles y modalidades pues su práctica favorece la formación del cuerpo, atendiendo también otros aspectos como los sociales y emocionales, en este sentido la asignatura se destaca en los adolescentes y jóvenes del nivel de media general pues el currículo bolivariano (2007) señala que la educación física

Pretende que las y los adolescentes y jóvenes valoren la práctica sistemática de la actividad física, la recreación y el deporte como parte de su desarrollo integral en procura de minimizar la problemática social para la optimización de la salud, considerando las diferentes discapacidades y respetando la diversidad cultural, multiétnica y afro descendiente (p.17).

En las afirmaciones de los autores mencionados se acentúa, la práctica constante y sistemática de la actividad física, debido a que uno de las finalidades de la misma es promover una actividad física orientada hacia una participación autónoma, satisfactoria y prolongada a lo largo de toda la vida. De lo expuesto se enfatiza la práctica de actividad física desde la asignatura como una de las nuevas tendencias de la educación física de allí que, autores como Zagalas, Moreno y Cachón (2001) consideran la corriente de la actividad física y la salud como una práctica cada vez mas asidua entre la población en especial la juvenil, la misma se produce por diversas causas, que en la mayoría de los casos tiene su origen por razones personales originadas por el estilo de vida y la salud (física , psíquica y social). De igual manera los autores también recalcan que estos hábitos, por la práctica de la actividad física deben crearse desde la edad escolar, permitiendo así un proceso de entrenamiento a lo largo de su vida.

Otros de los aspectos a considerar y también de mucha importancia, es la utilización de diferentes escenarios o ambientes al momento de

desarrollar la clase de educación física con el fin de ofrecer a los estudiantes secciones educativas que inviten a los jóvenes a ser los verdaderos protagonistas de sus experiencias de aprendizaje para Olivera (2011)

La educación física líder de este proceso escolar durante los primeros doce años, tiene la responsabilidad de establecer múltiples y variados escenarios que estimulen la motricidad más espontánea junto a otros escenarios que promuevan una motricidad dirigida. En ambos métodos se requiere cambiar el contexto en el que se va a desarrollar la clase de Educación Física (p.7).

Es por ello, que los entornos más cercanos y próximos a la escuela se muestran como espacios útiles para realizar salidas regulares con los estudiantes con la finalidad de realizar diversas actividades con contextos diferentes, el autor también afirma que para la educación el segundo escenario idóneo después de la cancha lo representa el medio natural, pues el mismo es posible desarrollar cualquier clase del área entre ellos el campamento.

Actividad Física:

La actividad física forma parte de un todo en el individuo, y en la actualidad se constituye como un producto sociocultural que forma parte las transformaciones de la modernidad, puesto que la misma está asociada a una vida mucho más saludable y por ende mucho más larga, autores como Devis y Beltran (s.f.) aseveran, sobre los múltiples beneficios de la actividad física a corto y a largo plazo, “a corto plazo destacan mejoras biológicas (grasa corporal, crecimiento óseo, mejora cardiovascular), psicológicas (bienestar y autoestima) y sociales (desarrollo moral y social). Entre los beneficios a largo plazo señala la prevención y el bienestar, vinculados a una vida futura saludable”. (p.2).

Algunos autores consideran, que para que el individuo desarrolle actividades físicas se deben trazar objetivos individuales de salud, ya sea

que él mismo las realice adquiriendo hábitos saludables para la conservación de la salud, o el desarrollo de algún deporte en particular que requiera de dichas actividades. En este sentido Rodríguez, (2010) expone que:

La preocupación de la sociedad es mejorar su calidad de vida, la nuestra como educadores debe ser la de desarrollar el hábito por la actividad física en los alumnos/as. Por ello, es necesario transmitir una serie de conocimientos con la intención de que la práctica se sepa planificar. (p.1).

No obstante, no solo las actividades físicas están asociados a la preservación o mejora de la salud pues la misma también forma parte de un componente pedagógico de la educación física para el fortalecimiento de la acción motriz, relacionado con esto la Asociación Nacional Americana para el Deporte y la Educación Física de Estados Unidos (citado por Calderón, Fideres y Palao,2009) realizaron un estudio denominado Estándares Nacionales de la educación física, donde recomendada y definían seis criterios básicos para determinar si una persona tiene o no una adecuada educación motora: persona físicamente activa, con una adecuada competencia motora que le permite practicar gran variedad de actividades físicas, conocedora de los beneficios de la práctica de actividad física, que practica de forma regular, y que mantiene sus niveles de práctica física con el paso del tiempo. De igual manera otros autores aseguran que la actividad física en los niños y jóvenes en edad escolar, produce una mejora y un aumento de las posibilidades motoras del niño, movimientos coordinados, fuerza y que también, la actividad física contribuye a una adecuada maduración del sistema muscular y esquelético. Huesos y músculos fuertes son la base para un crecimiento adecuado.

En base a lo señalado con anterioridad, es imperioso definir actividad física, en este sentido existen múltiples conceptos enfocados bien sea hacia la salud, o el deporte por ello la más relacionada con la investigación es la presentada por Arroyo (2010):

La actividad física puede definirse como el conjunto de conductas motrices llevadas a cabo durante el tiempo libre o la vida cotidiana que implican gasto energético, mayor que el que una persona tiene cuando está en reposo, mientras que el ejercicio físico se define como la actividad física planeada, estructurada y repetida cuyo objetivo es adquirir, mantener o mejorar uno o más de los componentes de la forma física o condición física (p.1)

De igual manera, existe una gran cantidad de beneficios que brinda la práctica de actividades físicas y que contribuyen con el bienestar general y la calidad de vida del individuo en este caso especial el de los estudiantes, Calderón, Fideres y Palao (ob. cit.), hacen una recopilación de los beneficios de la actividad física entre ellas se tiene: (a).estimula el desarrollo físico, cognitivo y social de los jóvenes y crea hábitos de práctica física saludables, (b).constituye un elemento fundamental en el crecimiento de los jóvenes; así, en las primeras etapas del desarrollo, la actividad física juega un papel importante en el desarrollo físico, social, y cognitivo de los jóvenes(c). Todo tipo de actividad física ya sea el juego informal, la educación física, los deportes, contribuyen al enriquecimiento motor de los jóvenes practicantes.

Malina y Bouchard, (citados por los autores antes mencionados), afirman al señalar que otros beneficios de la práctica de actividad física ayudan incrementar los niveles de fuerza muscular, de flexibilidad, equilibrio y de coordinación en los jóvenes. Este aspecto beneficia la disminución del riesgo de lesiones en la edad adulta. Además, un estilo de vida físicamente activo, implica otros beneficios directos e indirectos en los jóvenes.

Ahora bien, el docente de educación física debe estar claro que antes de planificar y llevar a cabo cualquier tipo de actividad física, el mismo de conocer de su clasificación o tipología en este aspecto la organización mundial de la salud (OMS), presenta dos tipos de actividad física catalogadas de acuerdo a la intensidad con que se realizan estas son:

1-. Actividad física moderada: Requiere un esfuerzo moderado, que acelera de forma perceptible el ritmo cardiaco.

Ejemplos de ejercicio moderado son los siguientes: caminar a paso rápido; bailar; jardinería; tareas domésticas; caza y recolección tradicionales; participación activa en juegos y deportes con niños y paseos con animales domésticos; trabajos de construcción generales (p. ej., hacer tejados, pintar, etc.); desplazamiento de cargas moderadas (< 20 kg).

2-. Actividad física intensa: Requiere una gran cantidad de esfuerzo y provoca una respiración rápida y un aumento sustancial de la frecuencia cardíaca. Se consideran ejercicios vigorosos: footing; ascender a paso rápido o trepar por una ladera; desplazamientos rápidos en bicicleta; aerobio; natación rápida; deportes y juegos competitivos (p. ej., juegos tradicionales, fútbol, voleibol, hockey, baloncesto); trabajo intenso con pala o excavación de zanjas; desplazamiento de cargas pesadas (> 20 k)

Lo señalado anteriormente coloca de manifiesto que la actividad física, es todo aquello que implique un movimiento y que la misma se puede dar de forma espontánea o planificada como es el caso de la educación física.

Por otra parte, Hernández (s.f.), hace una clasificación de los ámbitos de la actividad física al respecto expone que “para delimitar a las acciones o situaciones propias de una ciencia o actividad, se hace necesario determinar los criterios en que se basa o fundamenta” y el mismo autor propone la clasificación del Grupo praxiológico de Lérida, el establecer como ámbitos de actividades físicas las siguientes: (a).- actividades lúdicas, (b).- actividades expresivas, (c).- actividades aprehensivas, (d).deporte.

Para entender de manera más amplia dichos ámbitos, es necesario hacer una explicación breve de cada una de ellas

A.- Actividades lúdicas: tiene como intencionalidad la diversión y la creación, el devenir del juego se desarrolla en espacios libres, presenta un carácter autotelico, sin finalidad externa, aunque con objetivo motor.

B.- Actividades expresivas: estas actividades tienen como intencionalidad la comunicación y expresión no verbal, entre estas

actividades están las de gestualidad espontánea y gestualidad estética. Algunas de estas actividades son, mimo, danza, teatro expresión corporal.

C.- Actividades aprehensivas: su intencionalidad está ligada a la exploración, conocimiento y dominio de las posibilidades del propio cuerpo.

D.- Deporte: tiene como intencionalidad el duelo tanto individual como colectivo, se refiere a comportamientos de cooperación u oposición.

Todos los ámbitos mencionados con antelación, requieren de la puesta en marcha de acciones motrices organizadas, planeadas, pero sobre todo divertidas, que generen placer en el escolar y éste no tenga ni duda ni escape para siempre estar presentes en ellas. Una de esas formas sería entonces incorporar la recreación como fuente que proporciona lúdica y gusto en los estudiantes.

Recreación.

La recreación, viene a ser una forma de experimentar actividades a las cuales se dedica el individuo con el fin de gozar y satisfacer sus necesidades con sentido de libertad, librándose de tensiones y permitiendo un reencuentro consigo mismo. Por su parte, Ramos (1996); enfatiza en que la recreación “es una consecuencia, un proceso sistémico y organizado que implica la participación del individuo en su tiempo libre en actividades recreativas que proporcionan distracción, esparcimiento y satisfacción en búsqueda de la salud y la calidad de vida del hombre” (p. 8). Es por esta razón, que la recreación se constituye como aquel medio que contribuye a la formación integral del individuo, motivándole a participar en las diferentes actividades.

De igual forma hablar de recreación, se relaciona con la generación de aprendizajes significativos, ya que da origen a la manifestación de conductas en los hombres de manera espontánea, dando oportunidad al desarrollo integral de un hombre o mujer completamente sano, agradable que revisten de gran importancia en acciones humanas buenas, razón ésta por la cual debe ser considerada en los diversos niveles educativos de Venezuela, en

especial, en Media General donde los estudiantes ameritan de situaciones que encaminen su proyecto de vida.

Cabe destacar que para el mismo autor la recreación tiene definidos sus objetivos, entre los cuales se destaca:

A.- contribuir al desarrollo físico, moral, espiritual y social del ser humano en condiciones de libertad y dignidad sin excepción alguna, ni distinción o discriminación por motivos de raza, idioma, color, religión, opciones políticas o de otra índole.

B.- proporcionar medios para el pleno y armonioso desarrollo de la personalidad del ser humano, en un ambiente de afecto, seguridad moral y material.

C.- contribuir a despertar la conciencia para que el individuo consagre su energía y aptitud al servicio del semejante, comunidad, región y país.

D.- propiciar la participación de las personas en actividades como; deportes en grupo, individuales, de mesa, excursiones, campamentos, reforestaciones, conservación, renovación de los recursos naturales, grupos de estudio, folclor, artesanía, manualidades, títeres, entre otros.

E.- contribuir a la obtención de efectos saludables de la interacción social, espíritu de colaboración, excelentes disposición de ánimo, estímulo para el estudio, desarrollo de aptitudes psicofísicas, equilibrio emocional y espiritual así como conservación de los recursos naturales renovables.

Se hace imprescindible destacar, que la recreación entonces se convierte en una fuente de aspectos positivos que logran el desarrollo biopsicosocial del individuo por que fomenta la participación para integrar a diferentes entes y se adapta a las necesidades y requerimientos del individuo en pro de un desarrollo social y una sociedad cada día más interesada en ayudar al prójimo y mantener una buena calidad de vida disfrutando de los espacios y contribuyendo en el cuidado ambiental, para que las futuras generaciones también puedan gozar de las maravillas que se encuentran en su alrededor.

De allí que, se apliquen actividades recreativas como: juegos, canciones, dinámicas, excursiones, paseos, bailes, concursos, caminatas y campamentos, entre otros, que impulsen y coadyuven con los valores físicos, mentales y sociales que desde la clase de educación física se deben impulsar.

Campamentos.

En la dinámica actual que vive la población mundial, la industrialización, la tecnología, los problemas de los centros urbanos, la contaminación y el estrés son parte del día a día, del individuo, por estas situaciones, la recreación y la actividad física toman un papel de suma importancia ya que las mismas permiten generar estrategias y experiencias que contribuyen enormemente en la calidad de vida. Dicha afirmación la sustenta Villalobos (citado por Mejía, 2010) al señalar que, “en esta era postmoderna, la recreación y la actividad física retoman gran importancia en el estilo y la calidad de vida de las personas” (p.1).

Es por esto que la recreación, se muestra como uno de los mejores medios que contribuye con el desarrollo integral del individuo, ya que la misma emerge como un elemento motivador para la participación, libre espontánea en las diferentes actividades, de allí que la recreación es la actividad humana libremente asumida, la misma transforma al individuo y al medio, al actualizar el potencial creativo, abarcando el total de su expresión, relacionado al hombre con su entorno histórico social.

Ahora bien, para que la recreación cumpla con esa gran finalidad de contribuir con la calidad de vida de la persona, la misma se vale de medios o áreas, entre estas, destaca, la de vida al aire libre, entendiendo la misma como todas aquellas actividades que se desarrolla en un espacio natural, de allí pues, que las formas de vida y las actividades en la naturaleza, implican la posibilidad de conocer el ambiente natural, a la vez que ofrecen un marco

especial para el desarrollo de la autonomía corporal, social y moral; para la prueba o el desafío, la exploración simultánea de la aventura y la prudencia.

Dentro de las actividades de vida al aire libre, los campamentos constituyen una excelente oportunidad de relación con la naturaleza, que brinda a los individuos una excelente oportunidad de distracción de la rutina diaria, al respecto Bustamante (citado por Mejía Ob, Cit) expresa “que los campamentos, brindan la oportunidad de un momento de compenetración con la naturaleza y la capacidad de valorar su belleza e importancia en la vida del ser humano” (p.1).

Otros autores, como Castañeda (2001) lo definen como “una actividad al aire libre que tiene un propósito determinado. Este fin puede ser utilitario, educativo, de supervivencia de guerra o interés social” (p.9). En relación a esto, se puede afirmar, que un campamento es una actividad de convivencia al aire libre orientada con fines educativos y de formación de la persona. Responde, entre otras cosas, al concepto de educación permanente como una necesidad en todas las edades y etapas de la vida.

Yáñez (2014), esboza y expone los beneficios de los campamentos como actividades recreativas en el medio natural entre ellos se tiene:

1.- Beneficios Psicológicos se encuentran, la autoestima, autonomía, bienestar y medición personal. Participar en actividades y deportes en la naturaleza ha sido generalmente considerado un método de aumentar y fortalecer la auto-imagen o concepto de sí mismo, varios estudios han indicado que la participación en actividades en la naturaleza puede jugar un papel importante en el sentimiento de bienestar personal, crear oportunidades de auto-expresión y alcanzar mejoras de salud psicológica general.

2.- Beneficios Sociológicos consisten en que estas actividades generan la cooperación de grupo, respeto a otros, comunicación, amistad e integración. Una necesidad intrínseca en muchas situaciones de actividades en la naturaleza es el trabajo en pequeños grupos para alcanzar

determinadas tareas para el desarrollo seguro de la actividad, lo cual desarrolla cualidades de trabajo en equipo en ellas. La coordinación entre ellos, la comunicación, la confianza y la identificación de responsabilidades, son decisivas para obtener el objetivo común.

3.- Beneficios Educativos de la educación de aire libre, está la educación ambiental, la resolución de problemas, la formación de valores (responsabilidad, orden, sinceridad, iniciativa, generosidad, justicia y fortaleza), y la mejora académica. A diferencia de una clase tradicional, el medio ambiente puede ganar el elemento de realismo en la situación de enseñanza.

4.- Beneficios Físicos mejoran la condición física, desarrollan habilidades generales y generan un equilibrio físico. Por su variedad, muchas actividades en la naturaleza demandan un alto grado de ejercicio y capacidad física, que tiende a mejorar la fuerza y la coordinación. Esta participación activa puede llevar a mejoras en una variedad de beneficios relacionados con la condición física.

De igual manera, la planificación y organización de campamentos como actividad educativa, debe cumplir con objetivos específicos y bien definidos, atendiendo a las características de los mismos al respecto, Mejía (ob. cit.), menciona algunas de las características de estos campamentos. (a).el campamento debe ser concebido, planificado y dirigido con un propósito educacional. (b).otra característica es el hecho de la vida en grupos. Este proceso socio-educativo es el contenido principal del campamento formativo, se trata de pasar del “yo” a un “nosotros” desarrollando el sentido de cooperación. (c) la comunidad del campamento ha de ofrecer las condiciones apropiadas para satisfacer los intereses y necesidades individuales, colectivas, sociales y espirituales de la población participante. (d) la calidad del personal humano, en cuyas manos se ha de confiar la dirección del campamento, es vital por tratarse de un proceso educativo

Por otra parte, el Manual de Consulta y Desarrollo de la educación Física (citado por Osorio, 2015), establece como objetivos del campamento los siguientes. (a.) adquirir conocimientos y desarrollar habilidades sobre temas y técnicas relacionadas con el campamento que permitan convivir con la naturaleza en forma cómoda y segura, (b.) emplear la convivencia de campamento para realizar diferentes tipo de juegos adaptados a este medio, así como actividades en el área cultural, deportiva y ecológica, (c.) promover en los niños y jóvenes la práctica de valores que consoliden su formación personal y profesional, (d.) consolidar la integración de los grupos participantes, al tomar conciencia del trabajo en equipo y sana convivencia, por lo descrito anteriormente.

Ahora bien, la organización de un campamento educativo requiere de una minuciosa planificación donde se le preste especial atención a cada uno de los elementos que conforma dicha organización, existe numerosos autores que exponen o explican a profundidad cada uno de estos elementos a tener en cuenta al momento de realizar esta actividad de vida al aire libre. De estos autores resalta la propuesta de Mejia (2010), al señalar los requerimientos necesarios para llevar a cabo un campamento son:

1.- institución o entidad organizadora: son los encargados de organizar y promover el campamento, los mismos deben establecer o cumplir con: (a). un diagnostico, justificación objetivo y metodología a ser usada. (b). dar a conocer un documento de normas de seguridad y comportamiento (c). Los recursos necesarios para implementar el campamento.

2.- dirección del campamento: el director del campamento representa un tarea de mucha responsabilidad por lo cual su selección debe cumplir con una serie de habilidades, entre ellas habilidad para dirigir y supervisar, habilidad para manejar las situaciones conflictivas y habilidad para desarrollar destrezas cognitivas, espirituales, motrices, y físicas en los campistas.

3.- aspecto de seguridad: Dentro de las normas de seguridad se debe tener presente que el espacio designado para llevar a cabo las actividades del campamento debe cumplir, sin excepción, con los siguientes requisitos establecidos por Ballesteros citado por el autor antes mencionado: agua potable, drenaje, condiciones funcionales de la topografía, rotulación de las zonas peligrosas, iluminación en las cabañas y fuera de ellas.

4.- alimentación: el autor hace mención a las características que deben tener los alimentos en un campamento según el Instituto Panamericano de Protección de Alimentos y Zoonosis estas características son: utilización de productos sanos y frescos, confección de un menú equilibrado, mayor cantidad de comida; por ejemplo, si asisten 30 personas al campamento, proyectar un menú para 35 personas

5.- personas facilitadoras capacitadas, Si el equipo de personas facilitadoras está capacitado y cada miembro de este grupo conoce la responsabilidad que tiene, se garantiza el éxito en todas las actividades programadas (lúdicas, espirituales y sociales) para el campamento, lo que hace que cada participante pueda mejorar su calidad de vida y, por ende, la de la sociedad.

6.- equipo mínimo del lugar, Emeres (citado por dicho autor), establece que el lugar de campamento debe contar con los siguientes equipos mínimos para una organización adecuada, carpa, cocina equipada, comedor que proteja de la intemperie, equipo de juegos, manualidades, enfermería, servicios de baños y sanitarios de acuerdo con la población.

7.- Transporte, es indispensable contar con un medio de transporte que se encuentre en el campamento, en caso de que se requiera en cualquier emergencia o para alguna diligencia necesaria a un lugar determinado.

Castañeda (2001) considera que “la organización de cualquier campamento es un proceso bastante complejo y exigente” (p.25); Al considerar todos estos elementos en la organización de un campamento, se

garantiza el éxito del mismo así como el control de algunas situaciones adversas que por lo general se dan al momento de realizar estas actividades al aire libre, pues hay que considerar que la pernocta de un grupo humano en un ambiente natural, donde las condiciones de habitad son totalmente diferentes a las habituales, pueden generar escenarios inesperados que logran intervenir con eficiencia y eficacia, cuando el campamento ha sido bien planificado.

Otro de los aspectos a considerar, durante el desarrollo de un campamento educativo, son las actividades recreativas, para ello, es necesario explicar lo que es una estrategia entendiendo la misma como un elemento fundamental del proceso de enseñanza y aprendizaje, puesto que de ella depende la orientación y operatividad del proceso e implica una interrelación constante con los demás elementos del diseño instruccional, como lo son: los objetivos, los contenidos, las características y conductas de entrada de los alumnos, los medios instruccionales y la evaluación. En este sentido, Gispert (2001), define a las estrategias como, “un conjunto planificado de acciones y técnicas que conducen a la consecución de objetivos preestablecidos durante el proceso educativo”, (p.758).

Ahora bien, las actividades recreativas conforman todas aquellas acciones que tienen como propósito principal brindar momentos de distracción y placer al participante, alejándolo momentáneamente de preocupaciones y situaciones conflictivas en las que pueda estar inmerso, estas estrategias recreativas permiten la participación libre y espontánea de todos los individuos generando ellos momentos de placer, disfrute y satisfacción, las mismas también crean en los estudiantes aprendizajes significativos que le van a servir a lo largo de toda su vida. Por ende, las estrategias recreativas, responde a un proceso holístico por su carácter totalizador multifuncional, donde se interrelacionan procesos de diversas dimensiones como lo es comunicarse con la intervención de factores propios

de la condición biopsicosocial de los sujetos implicados que lo hacen particulares y diversos.

Entre las actividades que pueden desarrollarse durante un campamento se encuentran: excursiones y exploraciones a pie, juegos y deportes, actividades acuáticas, música, representación u obras de teatro, actividades plásticas y manualidades, fogones, entre otras, que sean necesario considerar.

Actividades Campamentiles

Las actividades campamentiles, buscan en gran medida el desarrollo integral de la personalidad del individuo, cuando las mismas se llevan a cabo con fines educativos, éstas, ayudan a potenciar creencias, valores y actitudes que le serán útiles para el buen desenvolvimiento en sociedad. De igual manera, y de acuerdo con los objetivos que se planifiquen dichas actividades, aportan grandes beneficios a la salud de los seres humanos en cuanto a: potencian el sistema cardiovascular, respiratorio, ayudan a favorecer la masa muscular, entre otros. Aunado a esto, es valioso comentar los grandes aportes que dan la práctica de estas actividades al desarrollo de las capacidades físicas, pues, el enfrentarse a contextos, irregulares pocos conocidos por los estudiantes exige de mayores retos psicológicos, sino también, físicos y donde las valencias, capacidades y la aptitud física se conjugan para favorecer el equilibrio integral.

Al respecto, Monroy, Rodríguez y Sáenz (2012) señalan que “la constante superación de pruebas físicas a las que se puede ver sometida una persona en la naturaleza le han de llevar inexorablemente a un mejor desarrollo de sus capacidades físicas” (p.1); ello, coloca de manifiesto uno de los roles que tiene la actividades campamentiles para el desarrollo de capacidades físicas, mas sin embargo, es importante atender su clasificación, pues, no todas las actividades que se realicen en un campamento están ligadas o relacionadas con la actividad física

directamente, unas pueden estar solo dirigidas al aspecto emocional, cognitivo, espiritual, cultural, entre otras.

Para las actividades campamentiles o actividades en el medio físico natural existen múltiples clasificaciones, una de ellas es la realizada por Barea, (citado por Arroyo, 2012) el cual destaca las siguientes:

Cuadro 1.

Clasificación de Actividades Campamentiles

Clasificación	Descripción
Actividades Fundamentales	Las mismas constituyen la base de todas las actividades a realizar en la naturaleza, entre ellas se encuentra la marcha, la acampada, excursionismo.
Actividades Complementaria	Estas son las actividades en el medio natural como recursos educativos estos pueden ser de: Utilidad entre ellas se encuentran los primeros auxilios, cabuyería, construcción, orientación y montaje de tiendas, confección de mochilas. Recreativas en estas actividades podemos encontrar actividades relacionadas con música, bailoterapia, juegos en la naturaleza, talleres, otros. Deportivas allí se encuentran todas las actividades vinculadas con la escalada, navegación, ciclocrós, natación, parapente, otros. Actividades complementarias de tipo científicas, referidas con el trabajo de áreas como historia,

	geografías, botánica, astronómicas..., y actividades de supervivencia como las de alimentación y temperaturas extremas.
Actividades de Tierra	En esta clasificación se puede encontrar la bicicleta de montaña, senderismos, trekking, carreras de orientación, tiro con arco y rapel.
Actividades Acuáticas	Estas actividades en este medio natural es ideal para desarrollar actividades lúdico-deportivas, dentro de estas se encuentra actividades orientación, juegos populares, salvamento y socorrismo, travesías.

Fuente: Bareo (citado por Arroyo,)

Dicha clasificación, es oportuna para orientar a la selección de actividades camapamentiles que pudieran ser planificadas y ejecutadas desde la clase de educación física en búsqueda del innovar en acciones que promuevan la actividad física desde otros espacios o contextos, diferentes a una cancha múltiple o el patio de un plantel educativo

Cuadro. 2. Operacionalización de la Variable

Variable	Definición	Dimensiones	Indicadores	Ítems
Campamento como estrategia para favorecer la actividad física en estudiantes de media general	Actividad realizada al aire libre que incorpora la aplicación de diversos medios para activar y fortalecer la actividad física de los individuos	Ámbitos de la actividad física	Actividades lúdicas	1-2-3
			Actividades expresivas	4-5
			Actividades aprehensivas	6-7
			Deporte	8-9-10
		Actividades campamentiles	Fundamentales	11-12
			Complementarias	13-14
			De tierra	15
			Acuáticas	16

Fuente: Sandía (2017).

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

Naturaleza de la investigación

La investigación realizada se ubicó bajo la modalidad de un proyecto especial, puesto que, se pretende dar solución a la problemática planteada. La Universidad Experimental Libertador (2011), menciona que los proyectos especiales son, “trabajos que llevan creaciones tangibles, susceptibles de ser utilizadas como soluciones a problemas demostrados” (p.22). Este tipo de investigación, permitió demostrar que el diseñar una guía de actividades campamentales que favorezcan la actividad física en los estudiantes educación media del Municipio Seboruco del estado Táchira, genera una nueva visión al momento de desarrollar el área de educación física en especial al momento de fomentar la práctica de la actividad física

Al mismo tiempo, corresponde a un estudio de campo, el cual en opinión de Sallitz, citado por Hernández (2003), es “el análisis sistemático de problemas de la realidad, con el propósito bien sea de describirlos, interpretarlos, entender su naturaleza y factores construyentes, explicar sus causas y efectos” (p.54). De igual forma, la Universidad pedagógica Experimental Libertador (2006), establece que la investigación de campo es aquella “donde los datos de interés son recogidos, en forma directa de la realidad por el propio estudiante” (p.25). Por lo tanto, este diseño permitió la observación directa, el estudio y la recolección de los datos por parte de los especialistas de educación física y las diversas actividades que realizan para favorecer la actividad física en los escolares.

Es de naturaleza descriptiva, pues permitió decir como es y cómo se comporta el fenómeno a estudiar. Al respecto, Hernández (2003), citando a Danhke expresa: “Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de las personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis desde el punto de vista cuantitativo es medir cada variable para así describir lo que se investiga” (p.118). Esto permitió identificar, si los docentes conocen los ámbitos que engloban la actividad física y las actividades campamentiles que realizan para ello.

En correspondencia con los objetivos planteados, el trabajo estuvo ubicado bajo un enfoque cuantitativo, en el que se asumió la medición de variables. Hurtado (2008), indica que en el mismo se trata datos estadísticos en correspondencia con una filosofía con índole positiva; a su vez, el investigador permanece lejano del contexto donde se desarrolla el problema a investigar.

Población

Población: Según Tamayo y Tamayo (1994), la población “es la totalidad del fenómeno a estudiar donde las unidades de la población poseen una características común, la cual se estudia y dan origen a los datos de investigación” (p.114). Por ende se tomó como marco poblacional sujeto a estudio aquellas personas altamente involucradas en el estudio a realizar y con años de experiencia laboral en el campo de la educación. Este marco poblacional abarcó a las diferentes instancias: conocimiento de actividad física, participación en organización de campamentos, conocimiento de las bondades de la actividad física en el joven actual, lo que agrupó a una población de veintitrés (23) docentes en el área de la Educación Física del municipio Seboruco, en los diversos niveles y modalidades.

Muestra

La muestra, hace referencia a una porción o parte de la población, que permite generalizar los resultados de una investigación. Hernández (2006), expresa que la muestra es “un subconjunto de población que pertenece a ese conjunto definido en sus características” (p.240); en otras palabras, es la conformación de unidades dentro de un subconjunto que tiene por finalidad integrar las observaciones como parte de una población.

En virtud de ello, la muestra para este estudio estuvo definida con un carácter intencional, la cual en opinión de Ávila (2006), “es un procedimiento que permite seleccionar los casos característicos de la población limitando la muestra a estos casos. Se utiliza en situaciones en las que la población es muy variable y consecuentemente la muestra es muy pequeña” (p. 8). De allí entonces que, se seleccionaron entonces los (12) docentes de Educación Física, que laboran en las instituciones de Educación Media General del municipio Seboruco, con el fin de que dieran una información eficaz y confiable para la investigación.

Técnica e Instrumentos de Recolección de Datos

La técnica de recolección de datos que se utilizó fue la encuesta, la cual es definida por Arias (1997) como, “una técnica que pretende obtener información que suministra un grupo o muestra de sujetos acerca de si mismos o en relación con un tema en particular” (p.72). El instrumento que se utilizó fue el cuestionario, contentivo de (16) numero de ítemes. El mismo se diseñó, con el fin de recoger la información pertinente en relación a las actividades campamentiles que favorezcan la actividad física en los estudiantes educación media, de tal forma que se garantizó la objetividad en la información recolectada.

El instrumento estuvo centrado en un escalamiento tipo Likert, con tres alternativas de respuesta: Siempre (S), en ocasiones (EO), Nunca (N) y se elaboró de acuerdo al siguiente procedimiento: a) análisis de las

variables contenidas en la investigación. b) Operacionalización de variables a partir de la formulación de objetivos. c) Selección de los indicadores en las variables. d) Selección de los ítems para cada indicador.

Validez y Confiabilidad

Al realizar cualquier trabajo de orden investigativo, que implique efectividad y atienda los objetivos debe considerarse capaz de asumir esencialmente dos requisitos: la Validez y Confiabilidad, entendiéndose validez según lo expuesto por Hernández (2003), como: “grado en que un instrumento mide la variable que en verdad busca medir”. (p.349). Esta se centró en determinar hasta donde los resultados del instrumento eran estables a través del tiempo. Cuando este fuese utilizado varias veces por los mismos sujetos bajo la misma condiciones de aplicación.

Por tal motivo, en el presente trabajo investigación la validez se realizó de la siguiente forma: se seleccionaron expertos, especialistas del área de educación física y recreación, y algunos expertos en metodología, con la finalidad de juzgar, de forma autónoma la bondad de los ítems del instrumento, en cuanto a su relevancia y congruencia con la Operacionalización de variables, claridad en la redacción, ambigüedad y recomendaciones generales del área de educación física específicamente, las cuales por supuesto, fueron tomadas en cuenta para el diseño y elaboración final del instrumento definitivo.

Una vez que se validó el instrumento se procedió a determinar su confiabilidad, la cual en opinión de Ruiz (1998), “es equivalente a los de estabilidad y predictibilidad. (p.01). Es decir, que mida lo que realmente se busca medir, es así que se aplicó una prueba piloto a (05) sujetos de la parte docente (05), con las mismas características. Seguidamente, se utilizó el procedimiento estadístico Alpha de Cronbach,

el cual permitió determinar el grado en que los ítems del instrumento estaban correlacionados entre sí, para luego proceder a aplicarlo.

A través del cual, se obtuvo un coeficiente de confiabilidad de 0,87 para los docentes de Educación Física. Dicho resultado, fue interpretado por la escala presentada por Ruiz (1998), que se destaca a continuación:

Rangos	Magnitud
0.81 - 1.00	Muy alta
0.61 - 0.80	Alta
0.41 - 0.60	Moderada
0.21 - 0.40	Baja
0.01 - 0.20	Muy baja

Es decir, que la confiabilidad del instrumento tuvo un 0,87 lo cual permitió aplicarlo de forma efectiva a la muestra seleccionada para la investigación (Docentes de Educación Física de Media General, del municipio Seboruco del estado Táchira).

Procedimiento de Administración:

Para llevar a cabo el del proceso de recolección de los datos, se consideraron los siguientes aspectos:

1. Se solicitó el permiso correspondiente a la coordinación municipal, a través del enlace de educación Física y el coordinador general para poder asistir a las instituciones de educación media general.

2. Se fijó una entrevista con el personal directivo de la institución para dar a conocer el objetivo de la investigación y solicitar su autorización y colaboración.

3. Reunidos los docentes de educación física, en la fecha prevista y autorizada por la direcciones de los planteles, se les explicó que habían

sido seleccionados como muestra para una investigación denominada, “***El Campamento como Estrategia Recreativa para favorecer la Actividad Física en los estudiantes de Educación Media General del municipio Seboruco del estado Táchira***”.

4. Se procedió a la administración del instrumento a la muestra (19) sujetos del estudio, bajo la asistencia del investigador.

Procesamiento y Análisis de Resultados.

Al finalizar la aplicación del instrumento, se procedió a cumplir con los siguientes pasos: (1).- Inspeccionar el cuestionario para verificar que todos hayan sido resueltos. (2).- Se tabularon los datos. (3).- Se procedió a medir las variables elaborando cuadros descriptivos en base a frecuencias simples y relativas para cada dimensión con las alternativas de respuestas ofrecidas, (4).- Luego se efectuó el análisis respectivo de acuerdo a cada dimensión y basando éste en el constructo teórico reseñado. (5).- finalmente, se determinaron las conclusiones y las recomendaciones a las cuales se llegó con la aplicación del instrumento y acordes a la investigación.

CAPITULO IV

ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

En el siguiente capítulo se presentan los resultados obtenidos de la investigación realizada en los docentes de educación física que laboran en Educación Media General del municipio Seboruco del estado Táchira con la finalidad de conocer la realidad actual sobre los ámbitos de la actividad física aplican los docentes en sus clases y verificar cuáles actividades campamentiles emplean como estrategia para favorecer la actividad física, todo ello con la finalidad de diseñar una guía de actividades campamentiles que favorezcan la actividad física en los estudiantes del citado nivel educativo.

A tal efecto, los datos adquiridos una vez aplicado el cuestionario fueron tabulados y organizados en dos cuadros de distribución de frecuencias simples y porcentuales, que corresponden a las dimensiones: ámbitos de la actividad física y actividades campamentiles, donde se agruparon los ítems e indicadores propuestos. Al final de cada cuadro se desarrolla la interpretación de los resultados, por ítem y luego un análisis final de la dimensión, donde se hace referencia a la opción más frecuente.

Cabe destacar que se compararon los resultados obtenidos con las teorías estudiadas en el Capítulo II a objeto de contrastar la situación actual con la situación deseada.

Dimensión Ámbitos de la Actividad Física

La presente dimensión tiene como objetivo diagnosticar cuales ámbitos de la actividad física aplican los docentes de educación física en sus clases, para lo cual se apoyó en los siguientes indicadores: actividades lúdicas, actividades expresivas, actividades aprehensivas y deportes.

Cuadro 3

Resultados de la dimensión ámbitos de la actividad física

N°	Indicador	Siempre		En Ocasiones		Nunca	
		Fi	%Fi	Fi	%Fi	Fi	%Fi
Actividades lúdicas							
1	Planifica usted actividades relacionadas con los ámbitos de la actividad física (acciones lúdicas, expresivas, aprehensivas).	1	8,3	4	33,3	7	58,3
2	Enfoca desde sus clases la práctica constante de la actividad física a través del deporte.	12	100	0	0,0	0	0,0
3	Desarrolla actividades con los estudiantes de Media General, donde ellos deban crear situaciones que le generen placer, alegría y puedan involucrar acciones motrices (canciones, Juegos recreativos, bailoterapias, otros).	3	25,0	5	41,7	4	33,3
Actividades expresivas							
4	Planifica actividades expresivas donde sus estudiantes deban imitar situaciones, realizar dramatizaciones, acciones de mimo, otros, que incentiven la actividad física.	2	16,7	4	33,3	6	50,0
5	Organiza eventos intersecciones donde los estudiantes demuestren habilidades para la danza, el baile, el porrismo, entre otras.	2	16,7	3	25,0	7	58,3
Actividades aprehensivas							
6	Incorpora actividades como carreras, saltos, desplazamientos, trotes con o sin obstáculos donde los escolares deban vencer sus propias posibilidades de movimiento.	4	33,3	3	25,0	5	41,7
7	Realiza circuitos lúdico-recreativos al aire libre, donde los escolares deban trabajar en equipo para ejecutar acciones físicas complejas.	3	25,0	3	25,0	6	50,0

Cuadro 3 (Cont.)

Indicador	Siempre		En Ocasiones		Nunca	
	Fi	%Fi	Fi	%Fi	Fi	%Fi
Deportes						
8	4	33,3	3	25,0	5	41,7
9	10	83,3	2	16,7	0	0,0
10	5	41,7	4	33,3	3	25,0

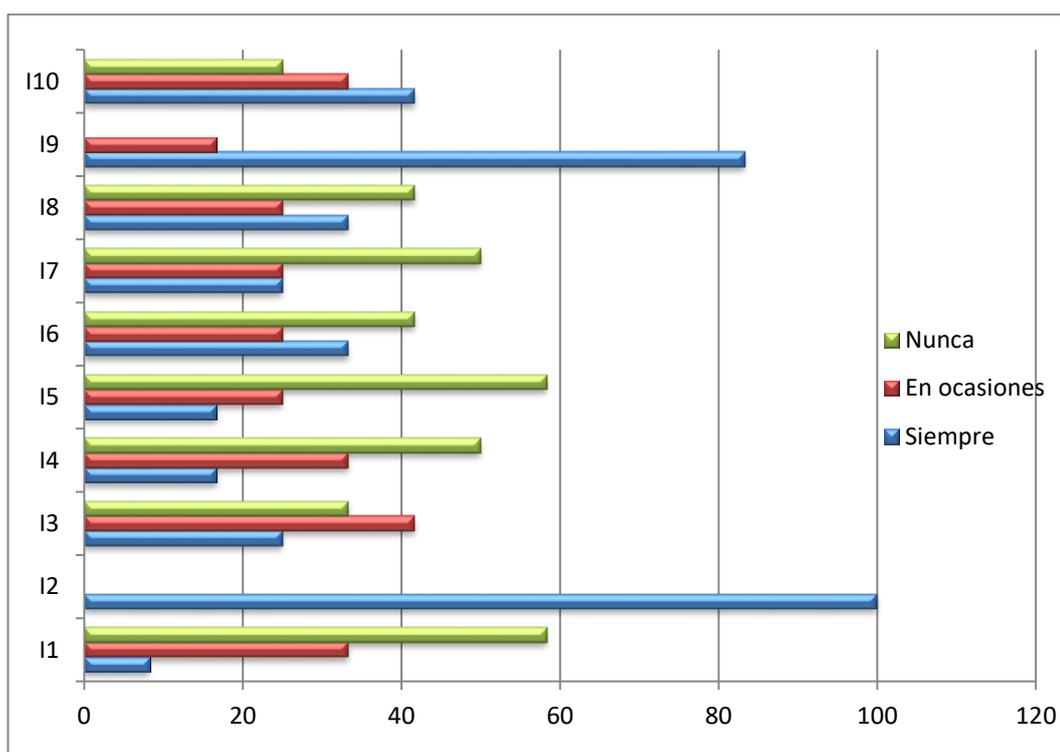


Gráfico 1. Distribución porcentual de las opciones de respuestas de los ítems de la dimensión ámbitos de la actividad física.

Al iniciar con la descripción de los resultados obtenidos en la presente investigación se observa en el indicador actividades lúdicas que se parte del hecho que el 58,3% de los docentes admitió que nunca planifican actividades relacionadas con los ámbitos de la actividad física

(acciones lúdicas, expresivas, aprehensivas) y otro 41,7% en ocasiones desarrollan actividades con los estudiantes donde éstos puedan crear situaciones que le generen placer, alegría y puedan involucrar acciones motrices (canciones, Juegos recreativos, bailoterapias, otros); sin embargo, el 100% de los docentes siempre enfocan desde sus clases la práctica constante de la actividad física a través del deporte.

Tales repuestas destacan que aun cuando los docentes tienden a no planificar actividades relacionadas con los distintos ámbitos de la actividad física, para que el estudiante logre generar situaciones que involucren los sentimientos, emociones y la motricidad, aunque las clases de educación física se orientan hacia el desarrollo de actividades deportivas, las cuales conllevan al aprendizaje de normas, reglas y al fortalecimiento de las habilidades, destreza o fuerza física.

Así que estos docentes de educación física al dejar a un lado las actividades lúdicas poco están contribuyendo a la diversión y creación como lo señala Hernández (s.f.), además, cabe agregar que a través de las actividades lúdicas el estudiante tiene la oportunidad de expresarse y aprender situaciones de la vida diaria, por lo que el docente debe planificar este tipo de actividades para ser desarrollada durante su clase a fin de ayudar al desarrollo motriz, emocional y cognitivo del educando de media general.

Acerca del indicador actividades expresivas existe un 50% de los docentes quienes aseguraron que nunca planifican actividades expresivas lo cual dificulta que los estudiantes imiten situaciones, realizar dramatizaciones, acciones de mimo, entre otros, con la finalidad de incentivar la actividad física; asimismo, un 58,3% reportó que nunca organiza eventos inter-secciones para que los estudiantes demuestren sus habilidades de baile, porrismo, etc.

Estos resultados revelan que la mayoría de los docentes no aprovechan las clases de educación física para desarrollar actividades expresivas, en consecuencia impide que los estudiantes puedan expresarse a través de actividades físicas acciones como la danza, el

baile, dramatizaciones, mimo, entre otras, que contribuirán al fortalecimiento de la expresión gestual y corporal.

Por lo tanto esta situación no se ajusta a lo señalado por Hernández (s.f) cuando refiere que las actividades expresivas tienen como intencionalidad la comunicación y expresión no verbal, entre estas actividades están las de gestualidad espontánea y gestualidad estética. De allí que el docente de educación física debe planificar actividades expresivas con la intención que los estudiantes de educación media general no solo expresen cuan habilidades son en los ejercicios físicos sino también en el manejo de expresiones corporales como el mimo, la danza, el baile, o cualquier otra acción relacionada con el cuerpo.

En relación con el indicador actividades aprehensivas aun cuando un 33,3% de los docentes señalan que siempre incorporan actividades como carreras, saltos, desplazamientos, trotes con o sin obstáculos donde los escolares deban vencer sus propias posibilidades de movimiento, existe un 41,7% que nunca lo hacen; igualmente, el 50% nunca realizan circuitos lúdico-recreativos al aire libre, donde los escolares deban trabajar en equipo para ejecutar acciones físicas complejas.

Lo expuesto en este indicador revela que los docentes durante el desarrollo de las clases de educación física tienden a no planificar actividades aprehensivas para que los estudiantes logren vencer sus propias posibilidades de movimiento a través de la ejecución de acciones físicas complejas como los saltos, desplazamiento, circuitos lúdicos – recreativos, entre otros.

De modo que el docente de educación física circunscrito en la investigación no siempre planifica actividades aprehensivas cuya intencionalidad según el citado autor estar ligada a la exploración, conocimiento y dominio de las posibilidades del propio cuerpo, por consiguiente, como parte de las clases de esta asignatura está la ejecución de actividades físicas complejas donde el estudiante de educación media general tenga la posibilidad de conocer cual su potencial

y capacidad de superar los obstáculos que se le presentan en su vida cotidiana.

Sobre el indicador deportes el 41,7% de los docentes nunca plantean dentro de su planificación actividades en espacios naturales, dirigidas a fomentar la práctica de algún deporte (voleibol, futbol, kickingball, atletismo); en cambio el 83,3% siempre organizan sesiones de clase en la cancha donde los estudiantes fortalezcan la actividad física a través de la práctica de habilidades deportivas y otro 41,7% siempre organizan actividades recreativas enfocadas netamente al desarrollo de actividades físicas relacionadas con algún deporte, aunque un 33,3% en ocasiones lo hace.

De acuerdo con estos resultados se tiene que los docentes de educación física muestran mayor interés por planificar actividades deportivas para ser desarrolladas durante la clase, en comparación a las otras actividades antes mencionadas, con la finalidad que el estudiante de educación media general aprenda determinados deportes, y esto se refleja cuando solo cuatro docente del total de 12, no organiza actividades recreativas para el desarrollo de algún tipo de deporte, incluso no siempre se planifican actividades deportivas para ser realizadas en espacios naturales. De modo que existe un mayor interés por parte de los docentes en reforzar las habilidades físicas que la parte cognitiva, emocional o recreativa del estudiante.

En este sentido, Hernández (s.f) , destaca que el deporte tiene como intencionalidad el duelo tanto individual como colectivo, se refiere a comportamientos de cooperación u oposición. De tal manera que el docente no solo debe planificar actividades deportivas a sabiendas de la importancia que tiene para ayudar al desarrollo de destrezas físicas, también es necesario tener en cuenta su utilidad para la socialización del adolescente, a aprender a jugar en forma divertida y recreativa las reglas que involucra algún deporte.

Sobre la base de los resultados mencionados en el cuadro 2 se evidencia que los docentes de educación física que laboran en el municipio Seboruco del Estado Táchira en el nivel de educación media general poco o nada planifican actividades lúdicas, expresivas y aprehensivas, lo cual conlleva a que el estudiante de educación media general no pueda desarrollar plenamente su capacidad creativa, expresiva o de dominio de su propio cuerpo, en su lugar, las actividades están más orientadas al contexto deportivo que conlleva al desarrollo de habilidades físicas y al aprendizaje de las reglas de determinados deportes.

Dimensión Actividades Campamentiles

La presente dimensión está orientada en verificar cuáles actividades campamentiles emplean los docentes de educación física, como estrategia para favorecer la actividad física, para ello se plantearon los siguientes indicadores: fundamentales, complementarias, de tierra y acuáticas.

Cuadro 4

Resultados de la dimensión actividades campamentiles

	Indicador	Siempre		En Ocasiones		Nunca	
		Fi	%Fi	Fi	%Fi	Fi	%Fi
N°	Fundamentales						
11	Incorpora dentro de su plan de trabajo la organización de campamentos como elemento para favorecer la actividad física y el disfrute de los escolares.	1	8,3	3	25,0	8	66,7
12	Organiza actividades campamentiles como la marcha, acampada, el excursionismo, para favorecer desde el campamento la actividad física de los estudiantes.	1	8,3	2	16,7	9	75,0

Complementarias							
13	En algún momento del campamento, planifica usted actividades o juegos que tengan que ver con la puesta en marcha de técnicas de primeros auxilios, cabuyería, orientación u otros.	1	8,3	3	25,0	8	66,7
14	Incluye actividades campamentiles que generen la sana competencia entre patrullas donde los escolares deban dramatizar, bailar, cantar, imitar, realizar juegos ambientalistas, deportivas, escalada, otros.	1	8,3	3	25,0	8	66,7
De tierra							
15	Genera dentro del desarrollo del campamento actividades como ciclomontañismo, juegos o carreras de orientación, rapel en espacios adecuados, entre otros.	1	8,3	2	16,7	9	75,0
Acuáticas							
16	Planifica actividades o juegos acuáticos donde los escolares deban atravesar en equipo ríos, senderos de agua, buscar elementos escondidos, entre otros.	0	0,0	1	8,3	11	91,7

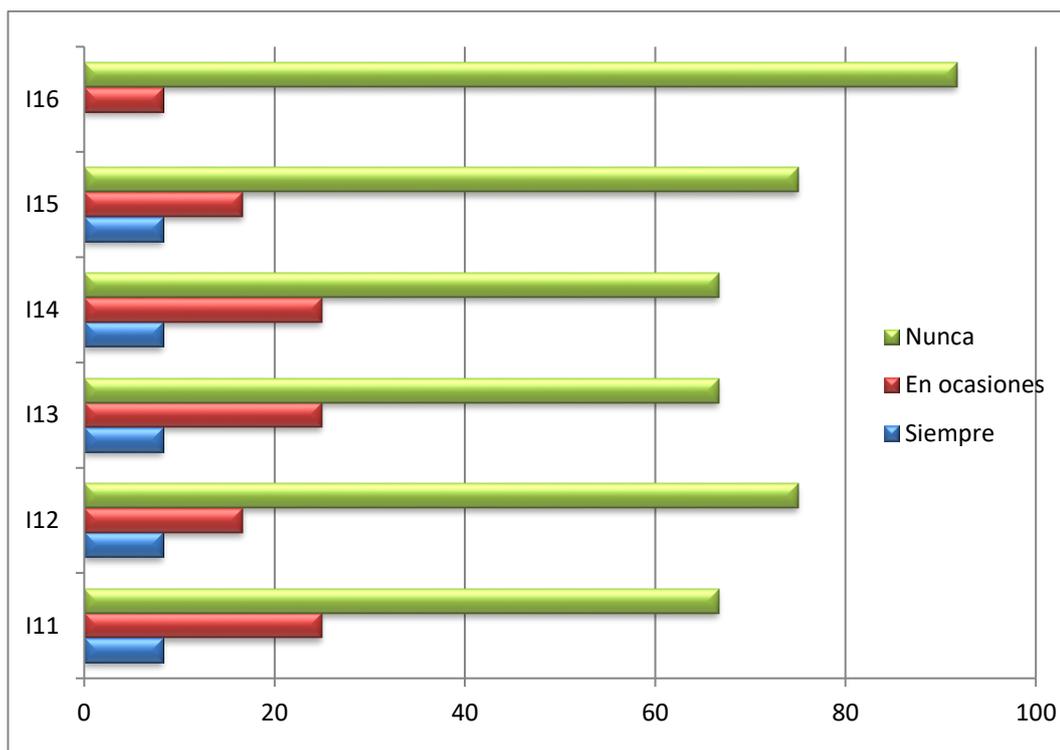


Gráfico 2. Distribución porcentual de las opciones de respuestas de los ítems de la dimensión actividades campamentiles

Del indicador fundamentales el 66,7% de los docentes encuestados nunca incorporan dentro de su plan de trabajo la organización de campamentos como elemento para favorecer la actividad física y el disfrute de los escolares; tampoco el 75% organizan actividades campamentiles como la marcha, acampada, el excursionismo, para favorecer la actividad física de los estudiantes.

De estos porcentajes se evidencia que los docentes no planifica actividades campamentales con sus estudiantes, trayendo consigo que éstos no solo puedan disfrutar de los espacios naturales para el esparcimiento y el interactuar con el medio ambiente, sino además no favorece la actividad física teniendo en cuenta que a través de las actividades campamentiles el estudiante debe marchar, acampar y excursionar.

Por consiguiente el docente de educación física al no planificar este tipo de actividad dificulta a que se cumpla lo señalado por Barea, (citado por Arroyo, 2012), cuando destaca que las mismas constituyen la base

de todas las actividades a realizar en la naturaleza, entre ellas se encuentra la marcha, la acampada, excursionismo. En efecto, el uso de las actividades campamentiles es fundamental porque lleva consigo la recreación y el desarrollo de las habilidades físicas permitiéndole a la estudiante tener la oportunidad de un momento de compenetración con la naturaleza y la capacidad de valorar su belleza e importancia en la vida del ser humano.

Respecto al indicador complementarias es evidente, de acuerdo con los resultados del indicador anterior, que las respuestas se sesgaran hacia la opción nunca (66,7%), y es porque si el docente no planifica actividades campamentiles tampoco planifica actividades o juegos que tengan que ver con la puesta en marcha de técnicas de primeros auxilios, cabuyería, orientación u otros, ni incluye actividades campamentiles que generen la sana competencia entre patrullas donde los escolares deban dramatizar, bailar, cantar, imitar, realizar juegos ambientalistas, deportivas, escalada, otros.

Así que lo observado en este indicador conlleva a señalar que los docentes sujetos de estudio la no planificar actividades campamentiles tampoco planificaran actividades relacionadas con las mismas con la finalidad que el estudiante de educación media general tenga la oportunidad en desarrollar bailes, cantos, realizar juegos ambientalistas, aprender primeros auxilios, es decir, interiorizar un conjunto de actividades complementarias que le ayuden en su formación integral a fin de afrontar con éxito los retos y obstáculos que se suscitan en su diario convivir, sobre todo cuando las mismas se hacen a espacios abierto, donde el estudiante puede desarrollar su creatividad y espontaneidad.

En consecuencia la situación señalada conlleva a que no se cumpla lo establecido por Barea, (citado por Arroyo, 2012), cuando admite que las actividades campamentiles son complementarias porque se realizan en el medio natural como recursos educativos, las cuales pueden ser de utilidad porque entre ellas se encuentran los primeros auxilios, cabuyería, construcción, orientación y montaje de tiendas, confección de mochilas.

Recreativas en estas actividades podemos encontrar actividades relacionadas con música, bailoterapia, juegos en la naturaleza, talleres, otros; además, contribuye al desarrollo de eventos deportivas vinculadas con la escalada, navegación, ciclocrós, natación, parapente, otros. Actividades complementarias de tipo científicas, referidas con el trabajo de áreas como historia, geografías, botánica, astronómicas, y actividades de supervivencia como las de alimentación y temperaturas extremas.

Por su parte en el indicador de tierra el 75% de los docentes nunca generan dentro del desarrollo del campamento actividades como ciclomontañismo, juegos o carreras de orientación, rapel en espacios adecuados, entre otros.

Lo anterior es porque como no se planifican actividades complementarias por consiguiente tampoco se llevan a cabo estas actividades mencionadas, lo cual impide que los estudiantes tengan la oportunidad de aprenderlas y al mismo tiempo recrearse y divertirse en espacios naturales.

Asimismo en el indicador acuáticas el 91,7% de los docentes nunca planifican actividades o juegos acuáticos donde los escolares deban atravesar en equipo ríos, senderos de agua, buscar elementos escondidos, entre otros.

Tampoco los docentes aprovechan las ventajas que tienen las actividades campamentales para el desarrollo de actividades acuáticas que en opinión del citado autor son un medio natural ideal para desarrollar actividades lúdico-deportivas tales como: juegos populares, salvamento y socorrismo, travesías.

Sobre la base de los resultados expuestos se afirma que la mayoría de los docentes de educación física del estudio nunca planifican actividades campamentales, en consecuencia, no buscan complementar las actividades de aula con otras a ser realizadas en espacios naturales de la comunidad con miras a potenciar los valores y actitudes hacia el medio ambiente, así como aportar beneficios a la salud del estudiante tanto en lo físico, como en lo cognitivo y emocional, puesto que al

enfrentarse a contextos irregulares y pocos conocidos exige de mayores retos psicológicos y físicos que favorecerán el equilibrio integral.

De tal manera que al no realizarse plenamente esta dimensión en los docentes lleva consigo a que no se cumpla con lo expuesto por Monroy, Rodríguez y Sáenz (2012), quienes afirman que las actividades campamentales representan una “constante superación de pruebas físicas a las que se puede ver sometida una persona en la naturaleza le han de llevar inexorablemente a un mejor desarrollo de sus capacidades físicas” (p.1). Por consiguiente se pone de manifiesto sobre la importancia que el docente de educación que laboran en las instituciones de educación media del municipio Seboruco planifique actividades campamentales para el desarrollo de las capacidades motrices, emotivas, psicológicas, físicas y sociales, toda vez que a través de éstas se desarrolla el excursionismo, ciclo montañismo, atravesar ríos, senderos de aguas, aprendizaje de primeros auxilios, entre otras actividades lúdico-recreativas.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Luego de haber recolectado la información y desarrollado el análisis pertinente en concordancia con los objetivos planteados en la investigación, se emiten las siguientes conclusiones:

En relación al primer objetivo, se diagnosticó que los docentes de educación física, en la mayoría de los casos, nunca aplican los diversos ámbitos de la actividad física en sus clases, y esto es porque, no es frecuente la planificación de actividades físicas para potenciar las habilidades motrices y emotivas en los estudiantes de educación media, asimismo, son escasas las actividades expresivas que ayuden a realizar dramatizaciones, la danza, el baile, entre otras,

También, en el diagnóstico realizado, se detectó que no es recurrente que el docente de educación física incorpore actividades aprehensivas como saltos, trotes para que los estudiantes aprendan a vencer sus propias posibilidades de movimiento. Aunque es más frecuente la planificación de actividades deportivas para el fortalecimiento de la actividad física a través de la práctica de habilidades deportivas, es decir, el ámbito se enfoca más hacia este tipo de actividades, en lugar de plantear actividades lúdicas-recreativas.

En cuanto al segundo objetivo específico, se verificó, que no es frecuente la planificación de actividades campamentales y eso quedo en evidencia, cuando gran parte de los docentes encuestados admitió que nunca incorporan dentro de su plan de trabajo la organización de campamentos como elemento para favorecer la actividad física y el disfrute de los escolares, por lo tanto, esta situación conlleva a que no se organicen actividades fundamentales como excursionismo, la marcha o el

acampar, o complementarias como dramatizar, bailar, cantar, imitar, realizar juegos ambientalistas, deportivas, escalada, entre otros, donde el estudiante tenga la posibilidad de interactuar con el medio ambiente y aprender a valorarlos como recurso indispensable para la vida.

Asimismo, se constato que al no planificarse actividades campamentiles existen dificultades para el desarrollo de actividades de tierra como ciclomontañismo, juegos o carreras de orientación, rapel en espacios adecuados, entre otros, así como juegos acuáticos tales como atravesar en equipo ríos, senderos de agua, entre otros, todo ello con el propósito de servir de entretenimiento, esparcimiento y aprendizaje de la conformación de equipos de trabajo.

Para el tercer objetivo específico, estos resultados evidencian la necesidad en diseñar una guía de actividades campamentiles que favorezcan la actividad física en los estudiantes de Educación media general del municipio Seboruco, del estado Táchira.

Recomendaciones.

Cimentado en las conclusiones a las que se llegó con la investigación y resaltando de ellas la importancia que posee este trabajo para el fortalecimiento y reimpulso de las clases de educación física en educación media general, sobre todo al trabajar con actividades que se puedan realizar en medios naturales, promoviendo la motivación e integración del estudiantado y además que favorezcan la actividad física de los mismos, se sugieren entonces las siguientes recomendaciones:

Realizar reuniones, talleres y conversatorios con docentes del área de educación física en especial del municipio Seboruco, con el fin de dar a conocer los resultados de la presente investigación y así sensibilizar y a su vez promover, la planificación de actividades campamentiles o de vida al aire libre, aprovechando así la diversidad de espacios extramuros que ofrece el municipio, para desarrollar clases innovadoras que contribuyan con el fortalecimiento de las capacidad física del individuo.

Al mismo tiempo, hacer del conocimiento de esta investigación a los supervisores circuitales, enlace municipal de educación física y directores, buscando con ello el apoyo, acompañamiento y compromiso de estos, al momento de planificar y realizar este tipo de actividades, reconociendo así, la importancia que tiene las actividades campamentiles como elemento dinamizador de todos los elementos presentes en el ser humano (físicos, cognitivos, emocionales, sociales espirituales entre otros)

Aunado a ello, se recomienda la ejecución de un campamento dirigido a docentes de educación física, donde participen los profesionales de todos los niveles y modalidades del municipio Seboruco, con el fin que experimenten, vivencien y adquieran los conocimientos teóricos – prácticos sobre la organización y ejecución de estas actividades al aire libre .

Finalmente, se hace necesario facilitar la guía de actividades campamentiles que favorezcan la actividad física en los estudiantes de educación media general, a fin de de que la pongan en práctica y potencien las capacidades de estos escolares, para ello se amerita de un buen seguimiento y control de aquellas personas u organizaciones educativas relacionadas con ellos.

CAPITULO VI

LA PROPUESTA

Guía de actividades campamentales que favorezcan la actividad física en los estudiantes de Educación Media General del municipio Seboruco, del estado Táchira.

Planteamiento de la Propuesta

La educación física, ofrece al individuo una diversidad de actividades, que le permiten poner de manifiesto y a su vez desarrollar las potencialidades físicas o cognitivas que posee, es decir esta área educativa permite una verdadera formación integral del hombre, pues procura la atención casi que simultánea de aspectos biopsicosociales teniendo como principal medio o canal de aprendizaje el movimiento, al respecto, Hernández (2004), afirma que, la educación física, “estudia y utiliza el movimiento humano, y la misma contribuye a la formación, capacidad y mejoramiento integral del individuo, como unidad funcional”. (p.57).

Entre las diferentes áreas en la que se vale la educación física para promover ese desarrollo integral de la persona, está, la de vida aire libre, resaltando la importancia de la misma, pues le permite ese contacto y experimentación directa del estudiante con el medio natural que le rodea, además, constituye un excelente espacio de aprendizaje significativo, debido a que éste, se muestra como el aula especializada para la enseñanza de contenidos relacionados con otras áreas del conocimiento. Aunado a esto, la interacción del estudiantado con el medio natural permite también el fortalecimiento de capacidades que le brindan la oportunidad de desenvolverse con autonomía, confianza y seguridad en este tipo de contextos.

De allí pues, el campamento educativo, se constituye como una de las actividades más valiosas a ser desarrolladas desde la vida al aire libre, permitiendo en el participante la ejecución de actividades que le van a tributar en el fortalecimiento de su calidad de vida, en relación a esto, autores como Malanda(2013), considera que “un campamento educativo supone un proceso de aprendizaje total para el alumno/a; estamos, por lo tanto ante una herramienta educativa que abarca aprendizajes pedagógicos, físicos, sociales y personales”. (p.2).

Es por ello, que la guía de actividades campamentales para favorecer la actividad física en los estudiantes de educación media general, se constituye como una herramienta útil para el docente de especialista de educación física, brindando a este la incorporación y planificación de clases, motivadoras y atractivas al estudiantado de este nivel, además, se presenta como una excelente oportunidad de potenciar la actividad física, pues al tratarse de secciones educativas novedosas, acrecienta la participación voluntaria del estudiante, en acciones que le permitirán el fortalecimiento de sus capacidades físicas. Pues quedo demostrado en la resultados de esta investigación, que los docentes nunca incorporan dentro de su plan de trabajo, la organización de campamentos como elemento para beneficiar la actividad física y el disfrute de los escolares.

También, es importante resaltar que Seboruco por ser un municipio rural, ubicado en un zona montañosa del estado Táchira, posee gran diversidad de ambientes naturales que pueden ser aprovechados para realizar diferentes actividades al aire libre entre las que destaca las campamentales, de esta manera el estudiantado tiene la oportunidad de explorar el contexto que le rodea, generando en ellos, sentido de pertenencia, apropiación, respeto y cuidado de la naturaleza, adicionalmente, estos ambientes ofrecen un cumulo de espacios ideales para desarrollar actividades que fortalezcan y a su vez promuevan la

práctica de actividades físicas que a la larga contribuye a la calidad de vida de los escolares.

Para concluir, se espera que tanto el profesorado de educación física de educación media general, de mencionado municipio y otros aledaños; así como también otras personas afines con el tema planteado, le den el valor meritorio a esta investigación siendo portavoces y multiplicadores de esta propuesta que puede ser llevada por estos profesionales de la educación, como estrategia que rompe con el continuismo y monotonía de las clases de educación física, generando con ello la búsqueda de otros espacios diferentes a la cancha múltiple, ofreciendo así, nuevos ambientes, donde el estudiante se sienta motivado, interesado y presto a secciones educativas, brindando así, la oportunidad de generar aprendizajes significativos hacia el cuidado y mejora de su cuerpo.

Objetivos de la Propuesta

General

Facilitar una guía de actividades campamentiles que favorezcan la actividad física en los estudiantes de educación media general y que sirva como instrumento pedagógico, buscando mejorar la enseñanza de la educación física en el municipio Seboruco, del estado Táchira.

Específicos

1.- Suministrar a los docentes de educación física del nivel de media general, una guía de actividades campamentiles, dirigidas al favorecimiento de la actividad física.

2.- Proveer al profesorado de educación física del nivel de media general, aspectos puntuales en cuanto a los campamentos, su planificación, organización y actividades a ejecutar, relacionadas con el fortalecimiento de la actividad física.

3.- Cooperar con la labor formativa que se debe dar desde la clase de educación física, en temas relacionados con la actividad física como elemento que eleva la calidad de vida.

4.- Recopilar y crear un conjunto de actividades campamentiles que sirvan para favorecer la actividad física.

Componentes de la Guía de Actividades Campamentiles.

La guía de actividades campamentiles para favorecer la actividad física en estudiantes de media general, en el municipio Seboruco, contempla dos sesiones: la **I Sesión** le brinda al profesional de educación una serie de aspectos relacionados al campamento (organización, normas, entre otros); los cuales le ayudarán a adentrarse y familiarizarse con el tema y los cuales le brindarán una ayuda oportuna para su planificación. **La II Sesión**, le permitirá adentrarse y ubicarse en aquellas actividades campamentiles que puede ejecutar para afianzar y favorecer la actividad física de los escolares, valiéndose de los medios y recursos existentes.

De tal forma, el autor pretende que este tipo de actividades sean puestas en marcha con seguridad, optimismo y la responsabilidad que merecen, pero sobretodo, que alcancen el fin que realmente el educador físico requiere y que desde la clase de educación física se debe ofrecer para alcanzar su gran visión "Formar individuos para la Vida".

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL "GERVASIO RUBIO"
SUBDIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO



GUIA DE ACTIVIDADES
CAMPAMENTILES PARA
FAVOREVER LA
ACTIVIDAD FISICA EN
ESTUDIANTES DE
EDUCACIÓN MEDIA

CAMP

AUTOR: NIXON, SANDIA

NOVIEMBRE, 2017



I SESIÓN.

CAMPA

El campamento, es una actividad recreativa en la cual se puede reflexionar acerca de muchos temas. Mediante el campamento se puede educar a las personas y se estimula a la población participante en actividades de habilidades físicas. Es un medio para eliminar papeles estereotipados entre hombres y mujeres y se puede cultivar el área espiritual con gran facilidad, entre otras acciones Jordán (citado por Mejía, 2010).

A su vez dicho autor, señala las siguientes características:

- ✓ El campamento debe ser concebido, planificado y dirigido con un propósito educacional.
- ✓ Otra característica es el hecho de la vida en grupos. Este proceso socio-educativo es el contenido principal del campamento formativo, se trata de pasar del “yo” a un “nosotros” desarrollando el sentido de cooperación.
- ✓ La comunidad del campamento ha de ofrecer las condiciones apropiadas para satisfacer los intereses y necesidades individuales, colectivas sociales y espirituales de la población participante.
- ✓ La calidad del personal humano, en cuyas manos se ha de confiar la dirección del campamento, es vital por tratarse de un proceso educativo.

Organización de un campamento:

La organización de un campamento, significa preparar con la debida anticipación todos los detalles del mismo, hasta el que parece más mínimo e insignificante. Los elementos previos a tener en cuenta son:

- ✓ Elección del lugar.
- ✓ Objetivos.
- ✓ Cuerpo docente y participante.
- ✓ Transporte.
- ✓ Trabajos preliminares.

- ✓ Tareas de instalación y desarrollo del campamento
- ✓ Recursos (humanos y materiales)
- ✓ Equipo o materiales a considerar.
- ✓ Conformar la directiva del campamento. (jefe de campamento, jefe de patrullas).
- ✓ Coordinador de logística. cocina, limpieza, baños. seguridad, otros.
- ✓ Desarrollo entrega de planificación de las actividades a realizar, otros.

Pasos a seguir cuando se plantea un campamento:

1. El inicio: se debe comenzar con un periodo de capacitación general para el equipo defacilitadores del campamento. También se enseñan generalidades sobre conceptos de campamentos, sus propósitos y las decisiones tomadas por el comité organizador.
2. La imagen: el desarrollar una buena imagen de los campamentos garantiza seguridad a los padres de familia, ya que, resalta la responsabilidad del director del campamento.
3. La filosofía: el programa de campamento es un puente entre los objetivos planteados por la persona que dirige del campamento y los intereses de la población campista.
4. Instalaciones y espacios: El conocer la planta física y la geografía del lugar hace más fácil el desarrollo del programa planteado y evita los momentos de improvisación. La ubicación del campamento es de gran importancia. Se recomienda que esté a una hora, como máximo, de un centro médico, para cumplir con una medida básica de seguridad. Además, que el lugar esté lejos o aislado de los lugares poblados y que los caminos sean transitables (la accesibilidad es muy importante). Por último, que tenga una

fuente de agua, en la cual se puedan realizar diferentes actividades, por ejemplo un río o un lago, piscina u otro

5. La estructura del programa: pues, existen diferentes modelos y estilos que se utilizan para planificar el campamento. Pero sobre todo debe exaltar: la diversidad, variedad y flexibilidad de actividades, ya que, la vivencia va generando cambios o no en lo planeado.
6. El liderazgo: aspecto clave para que el docente haga fluir el campamento.
7. La espiritualidad: ya que se debe mostrar evidencia de planeamiento integral, es decir, que toque todos los aspectos del acampante y el cual debe tener un impacto tan positivo que la población participante pueda recordar estos momentos cuando regrese a su hogar.
8. El horario: todo campamento debe ser diferente de los otros es decir, especial y único. Cada campamento debe desarrollar ciertas tradiciones que la población campista pueda revivir al recordar el campamento y el horario de las actividades influye en ello.
9. La conducta de la población participante este es un tema que preocupa a todas las personas involucradas en la actividad de campamentos y cualquier otra actividad. Los problemas de conducta son muy comunes en las actividades grupales e intensas, ellos deben ser solucionados lo antes posible y de la mejor manera.

Todos estos elementos a considerar en un campamento, deben ser consolidados por el docente para que alcance el éxito que se plantea, muy particularmente, cuando el campamento se enfoque al favorecimiento de la actividad física en los estudiantes



Actividades Campamentales para favorecer la actividad física: Aquí se desglosarán algunas actividades que se pueden desarrollar de acuerdo a su clasificación (fundamentales, Complementarias, Actividades de Tierra, Actividades acuáticas)

<p>CLASE DE ACTIVIDAD</p> <p>CAMPAMENTIL</p>	<p>FUNDAMENTALES</p>
<p>NOMBRE DE LA ACTIVIDAD</p>	<p>FRIO - FRIO</p>
<p>PROPÓSITO</p>	<p>que los estudiantes basado en un mapa de ruta, visiten otros ambientes diferentes al de pernota, en donde deben ir buscando algunos elementos</p>
<p>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</p> 	<p>El profesor reúne a los jefes de patrulla y les entrega el mapa de ruta del lugar a visitar (previamente diseñado por el docente) y les explica que realizarán una excursión a donde deben llevar una mochila básica con (agua, comida, frutas otros), también que durante el camino hay lugares marcados en el mapa en donde hay elementos escondidos que deben hallar (en ese momento el profesor le indicara si están (frio- frio /caliente caliente), hasta llegar al lugar indicado.</p> <p>La patrulla que más elementos consiga ganará la otra deberá cumplir con una actividad especial al retornar</p>
<p>RECURSOS</p>	<p>Mapa de ubicación, mochila básica con diversos elementos, materiales para esconder, primeros auxilios, otros</p>

<p>CLASE DE ACTIVIDAD CAMPAMENTIL</p>	<p>FUNDAMENTALES</p>
<p>NOMBRE DE LA ACTIVIDAD</p>	<p>Día de Carpas locas</p>
<p>PROPÓSITO</p>	<p>Realizar un paseo a un lugar cerca del lugar del campamento, para que los estudiantes en forma de circuito armen carpas con elementos existentes en la naturaleza</p>
<p>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</p> 	<p>Agrupar a los estudiantes por patrulla y explicarles que irán de paseo a otro espacio y que deben llevar cabuyas, amarres, telas, palos, otros.</p> <p>Durante el recorrido el profesor le solicitará a los estudiantes que rampen, corran tramos y busquen elementos de la naturaleza, otros.</p> <p>Al llegar al lugar, le solicitara que por patrulla armen 15 min una carpa provisional con elementos de la naturaleza</p>
<p>RECURSOS</p>	<p>Telas, palos, amarres, piedras, cabuya, otros.</p>

CLASE DE ACTIVIDAD CAMPAMENTIL	FUNDAMENTALES
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	De paseo por la fauna
PROPÓSITO	Desarrollo de la capacidad aeróbica, y adopción de posturas corporales
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD 	<p>El docente le solicitara a sus participantes que se formen en dos columnas, pues saldrán a trotar por el bosque, durante el recorrido el docente colocara unos avisos, con los nombres de los continentes, los estudiantes a una voz indicada se formaran en pequeños grupos y deberán representar sobre el árbol o lugar donde se halla dispuesto el cartel un animal propio de ese continente.</p> <p>Así lo harán hasta llegar nuevamente al lugar de acampada.</p>
RECURSOS	Carteles con nombre de los continentes

CLASE DE ACTIVIDAD CAMPAMENTIL	COMPLEMENTARIAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Los alpinistas
PROPÓSITO	Realizar actividad física grupal con obstáculos, simulando situaciones de escalada.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD 	El docente formara la patrullas, a quienes le indicara que en un espacio establecido existe dos cuerdas (una para cada patrulla) las cuáles deben seguir el sendero atravesando los obstáculos que allí estén presentes sin soltarse de las manos. Si alguien se suelta de la mano todos los participantes den iniciar nuevamente
RECURSOS	Cuerdas, bancos, troncos, piedras, cauchos, otros.

CLASE DE ACTIVIDAD CAMPAMENTIL	COMPLEMENTARIAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Saltos de Rana
PROPÓSITO	Favorecer la habilidad para saltar con ambos pies y desde otras posiciones corporales.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	<p>Se eligen dos personas por patrulla, a quienes se les entregaran dos gomas elásticas, los participantes serán los arboles y se colocaran frente a frente dentro de la elásticas a la altura de los tobillos y separados a metro y medio de distancia, los demás participantes deberán colocarse en columnas y a la voz indicada por el docentes, deberán saltar por encima de la elástica con los pies juntos uno a uno. Si un participante toca la elástica o no salta con los pies juntos quedara eliminado, cuando ya todos han saltados, se debe subir la elástica hasta la rodilla de los arboles, y en esa ronda los demás participantes deberán saltar como ranas, quién toque la elástica sustituye a uno de los arboles.</p>
RECURSOS	Dos gomas elásticas resistentes (tripa de bicicleta)



CLASE DE ACTIVIDAD CAMPAMENTIL	COMPLEMENTARIAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Busco mi mascota con linterna
PROPÓSITO	Realizar carreras, desplazamientos y posiciones corporales.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	<p>En horas de la noche el docente reúne a todo el grupo, les solicita que un minuto busque sus linternas.</p> <p>Se les explica que por el espacio de la acampada se encuentran imágenes o fotografías de animales, que cuentan con 20 minutos para conseguir la mayor cantidad de imágenes, se les informara que el desplazamiento en los lugares donde se va buscar debe ser corriendo, el participante que recoja más imágenes se ganara un premio.</p> <p>Al finalizar todos reunidos en círculos deben imitar a los animales que encontraron en las imágenes ejecutados, sonidos y desplazamientos que se distinguen</p>
RECURSOS	Linternas, fotografías o imágenes de animales, golosina o fruta para premio.



<p>CLASE DE ACTIVIDAD CAMPAMENTIL</p>	<p>DE TIERRA</p>
<p>NOMBRE DE LA ACTIVIDAD</p>	<p>En búsqueda del tesoro perdido</p>
<p>PROPÓSITO</p>	<p>Promover la práctica de ciclismo de montaña, a través de acciones lúdicas que fortalezcan la capacidad física del estudiante.</p>
<p>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</p> 	<p>El docente organizara una ruta de acuerdo al lugar donde se encuentre acampando, luego organizará las patrullas, a quienes les mostrara en un mapa gigante la ruta que deben seguir en bicicleta. Les informara que deben prestar atención a los puntos espéjales indicados en el mapa, que allí encontraran tesoros escondidos (frutas, golosinas, bebidas, implementos deportivos, otros). También les indicara que la patrulla que encuentre mas tesoros se podrán quedar con ellos. Finalizada la explicación el docente inicia la ruta</p>
<p>RECURSOS</p>	<p>Bicicleta por participante, golosinas, frutas, bebidas, elementos deportivos, mapa gigante del lugar de acampada.</p>

CLASE DE ACTIVIDAD CAMPAMENTIL	DE TIERRA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Los Indios
PROPÓSITO	Fortalecer la capacidad de resistencia, reacción, lanzamiento y precisión en los estudiantes
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	El docente forma las patrullas y llama a cada jefe de patrulla, a quienes les solicitara que cada miembro de patrulla, debe realizar un arco y una flecha con elementos naturales existentes en el lugar (palos, lianas, otros), luego de armadas los arcos y las flechas el profesor le colocara una diana a cada jefe de patrulla en su espalda, a una señal dada, estos deben correr por el espacio, evitando que los indios de la patrulla contraria atinen a la diana.
RECURSOS	Palos, lianas cabuyas, tiro, dianas en cartón u otro material



<p>CLASE DE ACTIVIDAD CAMPAMENTIL</p>	<p>DE TIERRA</p>
<p>NOMBRE DE LA ACTIVIDAD</p>	<p>Brújulas Humanas</p>
<p>PROPÓSITO</p>	<p>Fortalecer la capacidad de ubicación, orientación y desplazamiento con los ojos vendados.</p>
<p>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</p> 	<p>El docente forma a todos sus participantes y a cada uno le entrega un venda para los ojos, les muestra una brújula, enseñándole donde esta los puntos cardinales y les indica que luego de que se coloquen la venda el ira diciendo los puntos cardinales y los estudiantes deberán orientarse hacia la dirección indicada, seguidamente les solicitará que lo hagan pero desde la posición de cuclillas, y deberán hacerlo lo más rápido posible, sin quitarse la venda.</p>
<p>RECURSOS</p>	<p>Brújulas, vendas para los ojos.</p>

<p>CLASE DE ACTIVIDAD CAMPAMENTIL</p>	<p>ACUATICAS</p>
<p>NOMBRE DE LA ACTIVIDAD</p>	<p>Paseos de linternas por el rio</p>
<p>PROPÓSITO</p>	<p>Fortalecer la capacidad de desplazamiento en el agua, y la velocidad para desplazarse a un lugar indicado en el menor tiempo posible</p>
<p>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</p> 	<p>En horas de la noche el profesor conforman las patrullas, a cada patrulla le solicita que en un minuto busquen su linterna personal y vuelvan al lugar, al llegar les indicara que deberán ir por el riachuelo existente en el espacio, buscando piedras pintadas de color, amarillo, blanco y rojo identificadas con una letra, cada vez que consigan una piedra deberán ir corriendo hasta un recipiente designado para cada patrulla y depositar la piedra. El docente debe insistir que las piedras se buscaran una a una con los pies. Al finalizar deben formar la palabra con todas las piedras.</p>
<p>RECURSOS</p>	<p>Linterna, piedras pintadas de colores</p>

	y letras, recipientes.
CLASE DE ACTIVIDAD CAMPAMENTIL	ACUATICAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Tronco sobre el Rio
PROPÓSITO	Fortalecer el equilibrio y desplazamiento con obstáculos.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD 	El docente formara las patrullas y sobre el riachuelo, en su parte más angosta ubicara dos troncos (uno para cada patrulla). Les indicará a los participantes que desde la línea demarcada deberán correr pasar por el tronco e ir al otro lado a buscar un taco gigante, devolviéndose con el mismo hasta la línea inicial, al llegar será relevado por el otro participante y así sucesivamente hasta que toda la patrulla haya cruzado, si algún participante cae al riachuelo debe iniciar nuevamente, al finalizar deberán amar una torre gigante con los tacos buscados
RECURSOS	Tacos, troncos.

<p style="text-align: center;">CLASE DE ACTIVIDAD</p> <p style="text-align: center;">CAMPAMENTIL</p>	<p style="text-align: center;">ACUATICAS</p>
<p>NOMBRE DE LA ACTIVIDAD</p>	<p>Relevos en el agua</p>
<p>PROPÓSITO</p>	<p>Mejorar la capacidad de reacción y velocidad en los estudiantes.</p>
<p>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</p> <div data-bbox="359 880 687 1205" data-label="Image"> </div>	<p>El profesor de educación física reunirá a todos los participantes del campamento, a cada uno les entregara un vaso de plástico, a una señal dada todos los participantes, deberán correr hasta el rio, llenar el vaso con agua y devolverse a la línea de salida con el vaso entre las rodillas, en la líneas de salida se dispondrá de dos recipientes (uno para cada patrulla) en los mismo se debe depositar el agua que traigan en los vasos, la actividad tendrá una duración de 10 minutos,</p>
<p>RECURSOS</p>	<p>Vasos plásticos, recipientes de colores</p>

REFERENCIAS

- Caballero, P. (2012). **Potencial educativo de las actividades físicas en el medio natural: actividades de cooperación simple**. Revista Emasf. [Revista en Línea], 19(4). Disponible en: http://emasf.webcindario.com/Potencial_educativo_de_las_AFMN.pdf caballero 2012 [Consulta: 2016, enero 8].
- Calderón, A., Fridereis, J., Palao, J. (2009). **Importancia y beneficios de la práctica de actividad física y deporte. Análisis del problema en los países occidentales**. Revista e.f. deportes [Revista en Línea] 139(14). Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd139/beneficios-de-la-practica-de-actividad-fisica.htm> [Consulta: 2016, enero 08]
- Camerino, O. (2000). **Deporte recreativo**. Barcelona: Inde.
- Castañeda, L. (2001) **Campamentos**. Bogotá, Colombia. Editorial Kinesis.
- Castillo, A. y Muros, J. (2008). **Una revisión sobre la formación del profesor en el área de la Educación Física**. Revista e.f. deportes [Revista en Línea], 117(12). Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd117/la-formacion-del-profesor-en-educacion-fisica.htm> [Consulta: 2016, enero 8].
- Castillo, D. Venegas, P. y Fabiane, F. (2014). **La actividad física en escuelas de educación primaria**. Revista Akademeia [Revista en Línea], . Disponible en: <http://www.revistaakademeia.cl/?p=1636> [Consulta: 2016, enero 23]
- Castro, C., Fraguera, R., Palacios, J. y Salvador, J. (1998). **El aprovechamiento del Entorno en Educación Física**. [Documento en Línea]. Ponencia Presentada en Congreso Internacional de intervención de conductas motrices significativas. Organizado por la Universidad la Coruña. España Disponible: http://ruc.udc.es/bitstream/2183/9807/1/CC_40_2_art_16.pdf [Consulta: 2015, diciembre 08].
- Corpas, F., Toro, S. y Zarco, J. (1994). **Educación Física en La Enseñanza Primaria**. Málaga. España: Editorial Aljibe.
- Devis, J. y Beltran, V. (s.f). **La educación física escolar y la promoción de la actividad física y la salud**. [Documento en Línea]. Disponible: http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias_exp_o/act_fis_salud/la_ef_escolar.pdf [Consulta: 2016, enero 23].
- Escobar, C. y Bolívar G. (2012). **Actividades Recreativas comunitarias para la ocupación del tiempo libre**. [Trabajo en línea], trabajo de investigación publicado. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Instituto Pedagógico Rafael Alberto Escobar Lara. Disponible en:

es.slideshare.net/LuisaCasadiego/actividades-recreativas-comunitarias
[Consulta: 2016, enero 23].

Escudero, D. (2009). **La Educación Física y su Influencia en la Formación Integral del Hombre para la Vida**. Revista e.f. deportes [Revista en Línea], 131(14). Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd131/la-educacion-fisica-y-la-formacion-integral-del-hombre.htm> [Consulta: 2016, enero 08]

Granero, A. (2007). **Una Aproximación Conceptual y Taxonómica a las Actividades Físicas en el Medio Natural**. Revista ef. deportes [Revista en Línea], 107(12). Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd107/aproximacion-conceptual-y-taxonomica-a-las-actividades-fisicas-en-el-medio-natural.htm> [Consulta: 2015, diciembre 17]

Guerrero, G. (2006). **La recreación como alternativa para el desarrollo comunitario**. Revista ef. deportes [Revista en Línea], 100(11). Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd/100/recrea.htm> [Consulta: 2015, diciembre 17].

Hernández, J. (s.f). **Actividad física y educación física escolar**. [Documento en Línea]. Disponible: http://www.lmi.ub.es/te/any95/hernandez_afyed/ [Consulta: 2016, enero 23].

Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, P. (2003). **Metodología de la investigación**. México: McGraw-Hill

Hernández, R. Fernández, C y Baptista, P (2006). **Metodología de la Investigación**. 3era Edición México: McGraw-Hill.

Hurtado, J. (2008). **El proyecto de investigación**. Compresión Holística de la metodología y la Investigación. (6ta Ed.). Caracas. Venezuela: Editorial Girón.

Ley Orgánica de Educación (2009). **Gaceta Oficial N° 5929. Extraordinario del 15 de agosto de 2009**.

Malanda, J. (2013). **El campamento Educativo en la Educación Física Escolar**. [Resumen en línea], Trabajo de grado no publicado. Universidad de Valladolid. España. Disponible: <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/4832> [consulta: 2015, Diciembre, 17].

Mejía, J. (2010). **Guía básica para organizar un campamento recreativo y formativo**. Revista educación. [Revista en Línea], 34 (2). Disponible en: <http://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/viewFile/493/491> [Consulta: 2016, enero 8].

Ministerio del poder Popular Para le Educación (2007), **Diseño curricular del sistema educativo Bolivariano**. Fundación Imprenta Ministerio del Poder Popular Para la Cultura. Caracas Venezuela.

- Olalla, C. (2014). El **campamento Educativo en el medio natural** [Resumen en línea], Trabajo de grado no publicado. Universidad de Valladolid. España. Disponible: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/6909/1/TFG-L723.pdf> [consulta: 2016, enero, 9]
- Oliveira, J. (2011). **Escenarios y ambientes de la Educación Física**. Revista Apunts. Educación física y deportes. [Revista en Línea], 103 (1). Disponible en: <http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=1458>[Consulta: 2016, enero 8].
- Peña, D. y Peña, P. (2014). **La actividad física como elemento socializador en el alumnado del primer ciclo de educación secundaria** [Resumen en línea], Trabajo de grado no publicado. Universidad de Jaen. España. Disponible: http://emasf.webcindario.com/La_actividad_fisica_como_elemento_socializador_del_alumno_de_1_ESO.pdf [Consulta: 2016, enero 23].
- Quiroga, H. (s/f) **Taller de Educación Física**. Málaga. España. Dimar editora S.A.
- Rodríguez, R. y León, A. (2010). **La Educación Física en el currículum venezolano**. Revista e.f. deportes [Revista en Línea], 142(14). Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd142/la-educacion-fisica-en-el-curriculum-venezolano.htm>.
- Ruiz, C. (1998). **Instrumento de Investigación educativa. Procedimiento para diseño y validación**. Barquisimeto. CIDEG.
- Tamayo y Tamayo (1994) **La investigación**. Colombia. Editorial ICFES Universidad Pedagógica Experimental Libertador. (UPEL). (2006). **Manual de Trabajos de Grado de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales** (4 edición). Caracas.
- Vera, C. (s.f). **Actividad física. Documento preparado a solicitud de un grupo de jóvenes profesores de educación física interesados en discutir el tema en un seminario regional en el estado Falcón, Venezuela**.
- Vera, C. (1999). **Educación Física y Recreación en el siglo XXI**. Revista e.f. deportes [Revista en Línea], 13(4). Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd134/educacion-fisica-y-recreacion-en-el-siglo-xxi.pdf> [Consulta: 2015, diciembre 17].
- Zagalas, M., Moreno, R. y Cachon, J. (2001). Nuevas Tendencias de la educación. Contextos educativos [Revista en Línea], 4(2011). Disponible en: dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/209702.pdf[Consulta: 2016, enero 23]

[ANEXOS]



[ANEXO A]

[Formato de Validación del Instrumento]

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL GERVASIO RUBIO

Formato de Validación del Instrumento

1. ¿Considera que el instrumento da a conocer el propósito que se persigue?

SI _____ NO _____

Explique

2. ¿Los Objetivos específicos planteados se ajustan al objetivo general?

SI _____ NO _____

Explique

3. ¿Es necesario agregar más ítems?

SI _____ NO _____

Explique

4. ¿Tiene una observación que hacer al cuadro de variables?

SI _____ NO _____

Explique

Hoja de Registro Para Validación del Cuestionario de Docentes

ITEM	CRITERIOS					OBSERVACION
	P	A	C	R	E	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						

P= Pertinente A= Ambiguo C= Claridad R= Reformular E= Eliminar

Sugerencias:

Nombre Del Validador	Especialidad Msc	Firma

[ANEXO B]

[Instrumento Aplicado]



REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL GERVASIO RUBIO
SUBDIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO

CUESTIONARIO PARA DOCENTES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN EDUCACIÓN ESPECIAL.

El instrumento que se le presenta a continuación posee fines especialmente investigativos, la misma forma parte del trabajo de grado, titulado: ***Estrategias recreativas para promover la actividad física desde el campamento en los estudiantes de educación media.*** La cual será ostentada ante la Universidad Pedagógica Experimental Libertador Instituto Pedagógico Rural Gervasio Rubio.

Instrucciones

1. Lea Cuidadosamente cada una de las interrogantes.
2. Marque con una (X) el cuadro que sea de su criterio.
3. Contestar honesta y sinceramente cada una de las preguntas.
4. Tome en cuenta las siguientes alternativas de respuesta

Siempre (S)

En Ocasiones (EO)

Nunca (N)

Gracias por su apoyo y colaboración

Nº	ITEMS	S	EO	N
1	Planifica usted actividades relacionadas con los ámbitos de la actividad física (acciones lúdicas, expresivas, aprehensivas)			
2	Enfoca desde sus clases la práctica constante de la actividad física a través del deporte			
3	Desarrolla actividades con los estudiantes de Media General, donde ellos deban crear situaciones que le generen placer, alegría y puedan involucrar acciones motrices. (Canciones, Juegos recreativos, bailoterapias, otros.			
4	Planifica actividades expresivas donde sus estudiantes deban imitar situaciones, realizar dramatizaciones, acciones de mimo, otros), que incentiven la actividad física			
5	Organiza eventos inter – secciones donde los estudiantes demuestren habilidades para la danza, el baile, el porrismo, entre otras.			
6	Incorpora actividades como carreras, saltos, desplazamientos, trotes con o sin obstáculos donde los escolares deban vencer sus propias posibilidades de movimiento			
7	Realiza circuitos lúdico- recreativos al aire libre, donde los escolares deban trabajar en equipo para ejecutar acciones físicas complejas.			
8	Plantea dentro de su planificación actividades en espacios naturales, dirigidas a fomentar la práctica de algún deporte (volibol, futbol, kickingball, atletismo).			
9	Organiza sesiones de clase en la cancha donde los estudiantes fortalezcan la actividad física a través de la práctica de habilidades deportivas			
10	Organiza actividades recreativas enfocadas netamente al desarrollo de actividades físicas			

	relacionas con algún deporte			
11	Incorpora dentro de su plan de trabajo la organización de campamentos como elemento para favorecer la actividad física y el disfrute de los escolares			
12	Organiza actividades campamentiles como la marcha, acampada, el excursionismo, para favorecer desde el campamento la actividad física de los estudiantes			
13	En algún momento del campamento, planifica usted actividades o juegos que tengan que ver con la puesta en marcha de técnicas de primeros auxilios, cabuyería, orientación u otros.			
14	Incluye actividades campamentiles que generen la sana competencia entre patrullas donde los escolares deban dramatizar, bailar, cantar, imitar, realizar juegos ambientalistas, deportivas, escalada, otros.			
15	Genera dentro del desarrollo del campamento actividades como ciclomontañismo, juegos o carreras de orientación, rapel en espacios adecuados, entre otros.			
16	Planifica actividades o juegos acuáticos donde los escolares deban atravesar en equipo ríos, senderos de agua, buscar elementos escondidos, entre otros.			