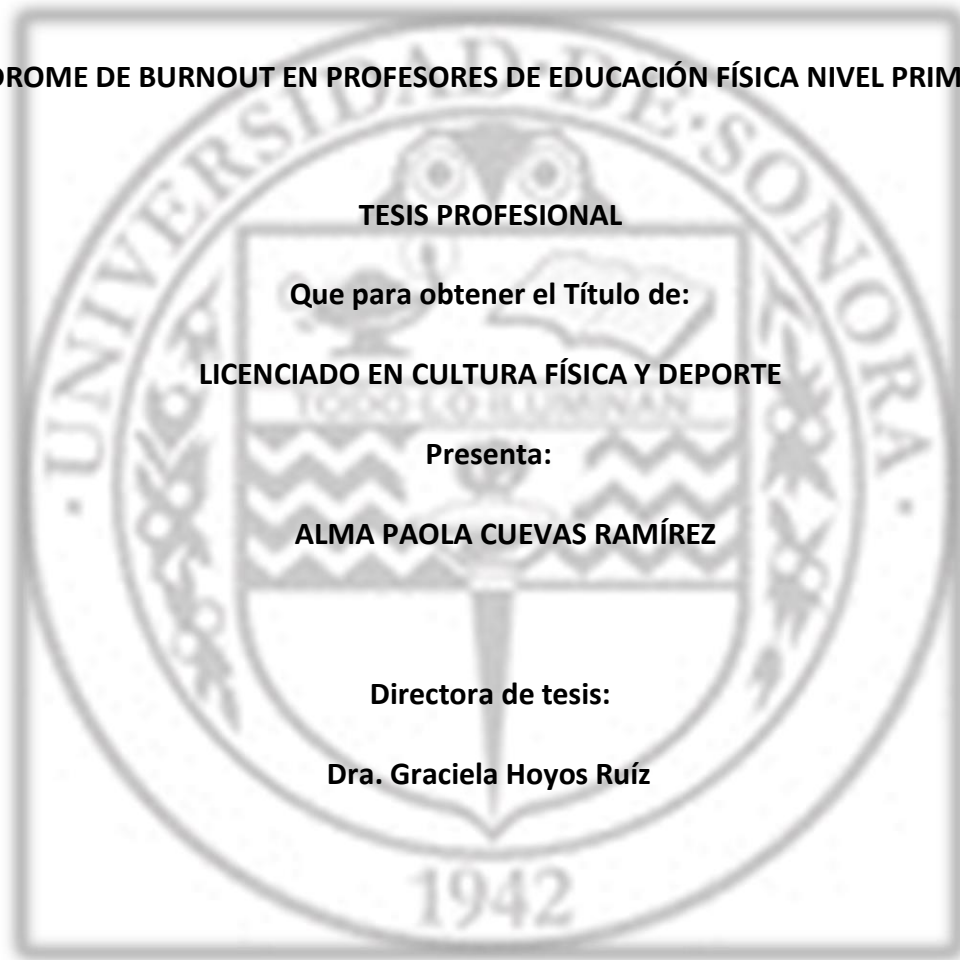


# **UNIVERSIDAD DE SONORA**

**DIVISIÓN DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD**

**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DEL DEPORTE Y DE LA ACTIVIDAD FÍSICA**

**SÍNDROME DE BURNOUT EN PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA NIVEL PRIMARIA.**



**TESIS PROFESIONAL**

**Que para obtener el Título de:**

**LICENCIADO EN CULTURA FÍSICA Y DEPORTE**

**Presenta:**

**ALMA PAOLA CUEVAS RAMÍREZ**

**Directora de tesis:**

**Dra. Graciela Hoyos Ruíz**

**Hermosillo, Sonora**

**Agosto 2017**

# Repositorio Institucional UNISON



**"El saber de mis hijos  
hará mi grandeza"**



Excepto si se señala otra cosa, la licencia del ítem se describe como openAccess

## VOTOS APROBATORIOS

## **AGRADECIMIENTOS.**

Gracias a la Universidad de Sonora por sus instalaciones de estudio, y a los maestros de la carrera de “Lic. en Cultura Física y Deporte” por transmitir su conocimiento y experiencias que hicieron de mí un profesional, agradezco también a mis amigos de la carrera que hicieron que mi experiencia universitaria fuera agradable e inolvidable.

De corazón les doy las gracias a mis tutoras Alejandrina Bautista y Graciela Hoyos por brindarnos su apoyo, dedicación y paciencia en la creación de esta tesis. Sin olvidar a mi compañera de tesis Alma Paola Cuevas Ramírez que, para mí, es más que una compañera, es una gran amiga, le agradezco su motivación, esfuerzo y sacrificios para llevar a cabo dicho trabajo. ¡En verdad muchas gracias!

Les agradezco con todo mi amor a mis padres Cruz Octavio Flores Estrada y Nohemí Calderón Zuira por todo el apoyo incondicional que me brindan en todo momento, por creer en mí y en mis decisiones, por darme la vida y la educación recibida durante mi vida que hoy se ve concluida, porque sé, que con sacrificio y esfuerzo lograron darme, a mis hermanos por darme sus consejos en todo momento.

## **DEDICATORIA.**

Dedico esta tesis a mi familia en especial a mis padres Cruz Octavio Flores Estrada y a Nohemí flores Calderón por apoyarme siempre en mis estudios.

A mis maestros quienes nunca desistieron al enseñarme, aún sin importar que muchas veces no ponía atención en clase, a ellos que continuaron depositando sus esperanzas en mí.

A esos maestros que me apoyaron en problemas académicos en el transcurso de mis estudios en especial a Graciela Hoyos Ruíz, Nidia Carolina Barahona Herrejón y Griselda Henry Mejía.

A mis amigos Alexandra Peraza, Beatriz Sánchez, Danna Bautista, Juan Daniel, Jaime Ballesteros, Juan Cota, Natalia Valenzuela, José Hilario Hernández Hernández, Perla Cota Grijalva que los considero como mi segunda familia, además que todos ustedes creyeron en mí y sabían que cada paso que daba me acercaba más a la culminación de mi carrera, por todo su apoyo moral gracias.

A mi compañera de tesis Alma Paola Cuevas Ramírez que sin ella no podría ser posible la culminación de esta investigación.

Para ellos es esta dedicatoria de tesis, pues es a ellos a quienes se las debo por su apoyo incondicional

*Si el plan no funciona  
cambia el plan, pero no  
cambies la meta.*



## CONTENIDO

<b>RESUMEN.....</b>	<b>11</b>
<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>12</b>
<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>13</b>
<b>MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>14</b>
Perfil profesional.....	14
Perfil del profesor de educación física.....	16
Perfil académico.....	20
Educación física.....	25
Programa de educación física de primaria 2011.....	32
Definición conceptual y operacional del termino Síndrome de Burnout.....	44
Antecedentes.....	47
<b>MARCO METODOLÓGICO.....</b>	<b>48</b>
Objetivo General.....	48
Objetivos específicos:.....	48
Preguntas de investigación.....	48
Diseño metodológico.....	49
Población y muestra.....	50
Instrumento de medición.....	52
Operacionalización de las variables.....	54
Análisis estadístico.....	57
<b>RESULTADOS Y ANÁLISIS.....</b>	<b>59</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>71</b>
<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>72</b>





## INDICE DE TABLAS

TABLA 1. SUPERVISORES Y PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LOS SUBSISTEMAS ESTATAL Y FEDERAL A NIVEL PRIMARIA DE HERMOSILLO .....	50
TABLA 2. NÚMERO DE PROFESORES ENCUESTADOS DE CADA SUPERVISIÓN Y SUBSISTEMA.....	51
TABLA 3. CATEGORIZACIÓN DE LAS PUNTUACIONES DEL MBI (MALACA Y JACKSON, 1981) PARA EL NIVEL CORRESPONDIENTE	54
TABLA 4. ÍTEMS QUE IDENTIFICAN EL AGOTAMIENTO EMOCIONAL (AE)	55
TABLA 5. ÍTEMS QUE IDENTIFICAN UNA DESPERSONALIZACIÓN DE LOS PROFESORES .....	56
TABLA 6. ÍTEMS QUE IDENTIFICAN LA REALIZACIÓN PERSONAL DEL PROFESOR .....	56
TABLA 7. MEDIAS DESCRIPTIVAS PARA LA EDAD Y ANTIGÜEDAD DE LOS DOCENTES ENCUESTADOS .....	58
TABLA 8. DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL MÁXIMO GRADO DE ESTUDIO DEL PROFESOR ENCUESTADO Y EL SUBSISTEMA AL CUAL PERTENECE .....	59
TABLA 9. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE AGOTAMIENTO EMOCIONAL Y ANTIGÜEDAD EN EL TRABAJO .....	63
TABLA 10. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE DESPERSONALIZACIÓN Y ANTIGÜEDAD EN EL TRABAJO .....	63
TABLA 11. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE REALIZACIÓN PERSONAL Y ANTIGÜEDAD EN EL TRABAJO .....	63
TABLA 12. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE AGOTAMIENTO EMOCIONAL Y SEXO .....	64

TABLA 13. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE DESPERSONALIZACIÓN Y SEX .....	65
TABLA 14. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE REALIZACIÓN PERSONAL Y SEXO .....	65
TABLA 15. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE AGOTAMIENTO EMOCIONAL Y EDAD .....	66
TABLA 16. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE DESPERSONALIZACIÓN Y EDAD .....	66
TABLA 17. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE REALIZACIÓN PERSONAL Y EDAD .....	66
TABLA 18. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE AGOTAMIENTO EMOCIONAL Y MÁXIMO GRADO DE ESTUDIO.....	67
TABLA 19. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE DESPERSONALIZACIÓN Y MÁXIMO GRADO DE ESTUDIO .....	67
TABLA 20. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE REALIZACIÓN PERSONAL Y MÁXIMO GRADO DE ESTUDIO .....	68
TABLA 21. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE AGOTAMIENTO EMOCIONAL Y SUBSISTEMA DONDE TRABAJA .....	69
TABLA 22. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE DESPERSONALIZACIÓN Y SUBSISTEMA DONDE TRABAJA .....	69
TABLA 23. RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE REALIZACIÓN PERSONAL Y SUBSISTEMA DONDE TRABAJA .....	69

### **INDICE DE FIGURAS**

FIGURA 1. DIMENSIONES DEL PERFIL .....	24
FIGURA 2. ENFOQUE GLOBAL DE LA MOTRICIDAD.....	34
FIGURA 3. ÁMBITOS DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA .....	35

FIGURA 4. MAPA CURRICULAR DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA.....	39
FIGURA 5. DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA SEGÚN VALORES DE LA ESCALA DE AGOTAMIENTO EMOCIONAL.....	60
FIGURA 6. DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA SEGÚN VALORES DE LA ESCALA DEL NIVEL DE DESPERSONALIZACIÓN .....	61
FIGURA 7. DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA SEGÚN VALORES DE LA ESCALA DEL NIVEL DE REALIZACIÓN PERSONAL .....	61

## RESUMEN

La Educación Física (EF) en México a lo largo de su enseñanza se ha visto comprometida por diferentes estereotipos a lo largo del tiempo, también en cuanto a la labor profesional del docente, siempre ha estado en el foco de todas las miradas, llevando frecuentemente estereotipos añadidos. López y González (2006).

En referente a la imagen del docente de EF, son escasas las investigaciones realizadas, encontrando dos estudios a destacar. El primero es el de González, que además de reflexionar sobre la imagen que tiene la EF en series de televisión, dibujos animados y anuncios también analiza la imagen del profesorado de EF, definiéndola como “negativa, retrógrada, injusta, descontextualizada y alejada de la realidad actual”. González. (2006)

El presente trabajo es una investigación no experimental, transversal de alcance descriptivo correlacional donde se analizó una muestra de 124 profesores de educación física de los sistemas federal y estatal de la ciudad de Hermosillo, encontrado dentro de los principales resultados una presencia del síndrome de burnout bajo. Para el caso particular de la escala de agotamiento emocional (media = 16.99), la mayoría de los profesores reporta niveles bajos, así como para la escala de despersonalización (media = 7.74). En la escala de realización personal, la mayoría presenta niveles altos (media = 33.46).

Otro dato importante es que, el grado de estudio no se relaciona con el síndrome de burnout, ni el subsistema educativo donde trabaja el profesor, sin embargo, se destaca que, en esta muestra, en el nivel federal se encuentran mayor porcentaje de profesores con el síndrome de burnout.

## INTRODUCCIÓN

El síndrome de burnout fue abordado por Hermes Vilorio, Maritza Paredes y Luis Paredes (2001), donde se realizó un estudio con profesores de educación física, de la ciudad de Mérida, Venezuela. Para su evaluación se utilizó el Maslach Burnout Inventory (MBI) (Maslach y Jackson, 1981). Los resultados arrojaron la presencia del síndrome en este colectivo en los siguientes porcentajes: nivel bajo de burnout (41,4%), nivel medio (48,6%) y nivel alto (10%).

El instrumento que se utilizó para la evaluación del síndrome de burnout en este trabajo es el mismo mencionado anteriormente, que ha sido el instrumento más utilizado por la comunidad investigativa para la evaluación de síndrome de burnout en contextos asistenciales, así como ha sido validado en diferentes contextos culturales y laborales.

El burnout es un trastorno emocional de creación reciente que está vinculado con el ámbito laboral y el estrés causado por el trabajo y el estilo de vida del empleado. Puede tener consecuencias muy graves tanto físico y psicológico.

Las tres dimensiones claves del síndrome son, agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

El síndrome es muy frecuente en profesionistas médicos, enfermeras, psicólogos, psiquiatras, trabajadoras sociales, terapeutas familiares, personal administrativo, docentes educativos, deportistas de élite, tele operadores entre muchas.

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

El agotamiento laboral se ha venido presentando durante los últimos años en una creciente, de lo cual actúa de manera negativa para la salud humana.

Por lo tanto, este ha sido motivo de investigación, cuyo foco de atención es en las profesiones más propensas a padecer el síndrome de burnout, son aquellas que tienen interacciones con otras personas, en las que el burnout se desarrolla como respuesta a estrés constante y sobre carga laboral. Este síndrome es muy frecuente en profesiones donde se tiene contacto con otras personas para su desarrollo.

Siendo así la educación foco de investigación principalmente en lo que corresponde a la E.F. para este tipo de agotamiento, ya que es un trastorno emocional de creación reciente que está vinculado con el ámbito laboral y el estrés causado por el trabajo y el estilo de vida del empleado.

De las cuales existen pocas investigaciones sobre el tema en esta rama. El objetivo general de esta investigación es Identificar la prevalencia del síndrome de burnout en profesores de educación física que laboran en nivel primaria. Esto puede ser útil para investigaciones venideras conforme al agotamiento laboral o que las instituciones pertinentes puedan brindar apoyo a los maestros E.F. que presenten este tipo de síndrome si es que la prevalencia existe. La importancia de esta investigación es lograr identificar si los maestros de la ciudad de Hermosillo, Sonora presentan el síndrome, tanto los que laboran en el sistema federal y estatal.

## MARCO TEÓRICO

### Perfil profesional

Antes de abordar el perfil profesional es pertinente tomar en cuenta el significado del constructo perfil. Seguramente alguna vez nos hemos encontrado con la palabra “perfil” escrita en algún lugar, más ahora con el uso de las nuevas tecnologías, que comúnmente utilizamos para llenar datos cuando se nos piden referencias hacia nuestra persona no solo en estas situaciones, puesto que, en la vida cotidiana es utilizada subjetivamente al conocer a personas nuevas, en donde empezamos a describir nuestros gustos y ella los suyos, también la persona opuesta es capaz de hacer un “perfil” con solo ver nuestras acciones. ¿Pero eso es en realidad la descripción o definición correcta de perfil?

En el mundo de la empresa, los departamentos de recursos humanos intentan contratar a las personas más idóneas, para lo cual establecen el perfil del candidato. Se trata de definir con brevedad y precisión qué características debe tener un aspirante para ocupar un puesto de trabajo determinado.

Ahora, la definición se va simplificando, donde la palabra va tomando un rumbo más centrado a lo que estamos buscando que es una serie de características como vemos a continuación:

1.- Según la Real Academia Española, (2017), el constructo perfil nos indica que es, un conjunto de rasgos peculiares que caracterizan a alguien o algo.

2.-Por otra parte, el diccionario Larousse (2017), dice que el perfil es un conjunto de cualidades y rasgos psicológicos que caracterizan a una persona

Tomando en cuenta lo anterior y teniendo una visión más clara de lo que es un “perfil” podemos decir que son parámetros e indicadores de desempeño



tanto de cuestión de conocimientos generales, conocimientos técnicos, actitudes y aptitudes, entre otras habilidades que definen a una persona para un campo laboral específico.

Actualmente sabemos que para desempeñar un puesto laboral tenemos que cumplir con requisitos específicos, y así ser un buen prospecto en cualquier profesión. El personal del departamento de recursos humanos tiene como tarea entrevistar a las personas que se presenten por dicho puesto para poder ver, analizar, y así poder crear un perfil basado en las respuestas obtenidas de la persona.

Tenemos que tomar en cuenta que para poder ocupar un puesto en cualquier trabajo profesional se necesita una vasta experiencia o características similares al puesto que se ofrece. Porque tenemos que tomar muy en cuenta, que hay muchos candidatos que podrían presentarse para cualquier puesto de trabajo u oferta laboral que se encuentren sin tener ningún conocimiento alguno sobre el trabajo que se pide.

En algunas ocasiones ciertos candidatos pueden ser personas motivadas con ganas de trabajar y lograr aprender, también es bueno analizar si la persona es apta para el trabajo en el que se solicita, porque no sabemos si ésta será capaz al ser capacitado para realizar el trabajo y lo ejecutará correctamente. Si su experiencia fue en alguna área similar tal vez no tenga mayores complicaciones al hacer su labor, pero si al contrario no tiene ni idea en que área se encuentra puede ser contra productivo para al que lo solicita ya que puede generar gastos y retrasos innecesarios.

Así que entendemos por perfil profesional el conjunto de competencias técnicas (conocimientos), metodológicas (habilidades), de relación (participativas) y personales (cualidades y actitudes) que permiten al trabajador social a acceder a una organización concreta.

Por lo tanto, es la descripción objetiva para encarar responsablemente las funciones y tareas de una determinada profesión o trabajo.

### **Perfil del profesor de educación física**

Para educar en y para el siglo XXI, representa un desafío mayor para los sistemas educacionales nacionales.

La Reforma Integral de la Educación Básica (RIEB) presenta áreas de oportunidad que es importante identificar y aprovechar, para dar sentido a los esfuerzos acumulados y encauzar positivamente el ánimo de cambio y de mejora continua con el que convergen en la educación las maestras y los maestros. Con el propósito de consolidar una ruta propia y pertinente para reformar la Educación Básica de nuestro país, durante la presente administración federal se ha desarrollado una política pública orientada a elevar la calidad educativa, que favorece la articulación en el diseño y desarrollo del currículo para la formación de los docentes. SEP. (2011).

Así pues, las acciones de los docentes son muy importantes puesto que estos son los que generan un ambiente propicio para el aprendizaje, planteando situaciones didácticas y buscan motivos para despertar el interés de los alumnos e involucrarlos en actividades que les permitan avanzar en el desarrollo de sus competencias; para esto la SEP necesita un perfil del docente óptimo que cumpla con varios parámetros importantes para las competencias pertinentes que exige dicha institución.

Por lo tanto, los rasgos deseables del nuevo maestro deben de cumplir con un plan de estudio para la formación inicial de profesores de educación física, a la que corresponde el grado académico de licenciatura.

La elaboración del plan constituye una acción más del Programa para la Transformación y el Fortalecimiento Académicos de las Escuelas Normales,

desarrollado por la SEP en coordinación con las autoridades educativas de las entidades federativas y que entró en operación desde agosto de 1996” SEP. (2012)

Todos y cada uno de los rasgos deseables del nuevo maestro están estrechamente relacionados, en los que se promueven articuladamente y no corresponderán de manera exclusiva a una asignatura o actividad específica, algunos como el conocimiento de los contenidos de enseñanza, se identifican primordialmente con espacios delimitados en el plan de estudios con base en las anteriores consideraciones, al término de sus estudios deberá contar con los conocimientos, competencias, habilidades, actitudes y valores que se establecen.

Según la SEP. (2012) Los rasgos importantes que debe dar énfasis en los docentes son:

Habilidades intelectuales específicas:

Posee una alta capacidad de comprensión del material escrito y tiene el hábito de la lectura; en particular, valora críticamente lo que lee, lo relaciona con la realidad y con su práctica profesional.

Expresa sus ideas con claridad, sencillez y corrección en forma oral y escrita; en especial, ha desarrollado las capacidades de describir, narrar, explicar y argumentar, adaptándose al desarrollo y características culturales de niños y adolescentes.

Conocimiento de los contenidos de enseñanza:

Posee conocimientos pedagógicos y disciplinarios comunes del campo profesional para ejercer como educador físico en los distintos niveles de la educación básica.

Conoce las finalidades de la educación básica, así como los propósitos y contenidos particulares de la educación preescolar, primaria y secundaria; y tiene claridad sobre cómo la educación física contribuye al logro de dichas finalidades.

#### Competencias didácticas:

Sabe diseñar, organizar y poner en práctica estrategias y actividades didácticas para promover el desarrollo de las habilidades y competencias motrices de sus alumnos.

Reconoce en los alumnos las diferencias cognitivas y los estilos de aprendizaje individuales que influyen en la integración de la corporeidad y en los procesos de aprendizaje motor y aplica estrategias didácticas para estimular dichos procesos; en particular, identifica las necesidades especiales que con respecto al desarrollo motriz pueden presentar algunos de sus alumnos, las atiende a través de estrategias adecuadas y materiales específicos, sabe dónde obtener orientación y apoyo a su labor o, de ser el caso, posee información sobre las instituciones especializadas para canalizar al alumno, según sus necesidades.

#### Identidad profesional y ética:

Asume, como principios de su acción y de sus relaciones con sus alumnos, familiares y colegas, los valores que la humanidad ha creado y consagrado a lo largo de la historia: respeto y aprecio a la dignidad humana, libertad, justicia, igualdad, solidaridad, tolerancia, honestidad y apego a la legalidad.

Reconoce, a partir de un análisis realista, el significado que su trabajo tiene para los niños y los adolescentes, las familias de éstos y la sociedad.

Tiene información suficiente sobre la orientación filosófica, los principios legales y la organización del sistema educativo mexicano; en particular asume y promueve el carácter nacional, democrático, gratuito y laico de la educación pública.

Capacidad de percepción y respuesta a las condiciones sociales de sus alumnos y del entorno de la escuela:

Aprecia y respeta la diversidad regional, social, cultural y étnica del país, como una característica valiosa de nuestra nación y como recurso de enseñanza para lograr los propósitos de la educación básica y en especial de la educación física. Comprende que dicha diversidad está presente en las situaciones en que realiza su trabajo profesional.

Ubica las diferencias individuales y culturales de los alumnos como un componente de la diversidad en el aula. Comprende que la integración de la corporeidad, el aprendizaje motor y la edificación de la competencia motriz se desarrollan de manera diferenciada en cada alumno, debido a factores físicos, familiares, sociales y culturales, y que la escuela y el maestro deben contribuir al logro de los propósitos de la educación básica.

Nos podemos dar cuenta que es un proceso en el cual se tiene que llevar a cabo antes de convertirse en Licenciado en Educación Física (LEF) como describe la SEP y el RIEB al ser un método de estudio de competencias donde los maestros reconocerán en el plan de estudios que se puede dar mejoras de sus prácticas.

Por ello, reconocer y compartir los fundamentos y la visión es avanzar en una valiosa transformación de la Educación Básica de nuestro país.

La RIEB, en particular el Plan de estudios 2011, representa un avance significativo en el propósito de contar con escuelas mejor preparadas para

atender las necesidades específicas de aprendizaje de cada estudiante. SEP. (2011)

### **Perfil académico**

La formación y desarrollo profesional de los maestros debe de completarse por un historial académico notorio para su quehacer profesional, puesto que, es indispensable fortalecer la condición profesional de los docentes en servicio y construir una formación inicial que garantice el buen desempeño de quienes se incorporan al magisterio.

Según la UNESCO (2015) los maestros que cuentan con conocimientos disciplinares y pedagógicos adecuados, las habilidades para aprender por sí mismos, y las actitudes y valores para comprender las múltiples necesidades y contextos de sus estudiantes, hacen una enorme diferencia en el éxito del aprendizaje de los niños y jóvenes.

El nuevo modelo educativo SEP (2017) nos indica si el docente tiene un vasto conocimiento adquirido y con el fin de profesionalizar el magisterio y construir un nuevo sistema basado en sus méritos, se crea el Servicio Profesional Docente (SPD) que define los mecanismos para el ingreso, la promoción, el reconocimiento y la permanencia de los maestros.

El SPD contribuye a “hacer de la enseñanza una profesión respetada y una elección de carrera más atractiva” para seleccionar a los mejores docentes, pero también para motivar y acompañar a quienes están en servicio para la mejora continua de su práctica, para que se sientan satisfechos de un trabajo que se orienta a la mejora de los aprendizajes de los estudiantes. Bruns, y Luque. (2015)

La formación inicial debe alinearse al planteamiento pedagógico del Modelo Educativo. Los tres componentes que estructuran el currículo de la educación

básica los campos formativos, el desarrollo personal, social y la autonomía curricular representan grandes cambios, esto se puede ver reflejado en el trabajo conjunto entre las escuelas normales y las universidades que beneficia a las escuelas de educación básica y los planteles de educación media superior, pues es en ellas donde se refleja la diversidad e interdisciplinariedad de muchos profesionales de la educación con procesos y trayectorias complementarias.

Después de tener entendido la importancia de un perfil académico podemos decir que para el LEF el egresado, es un profesional que tiene como responsabilidad promover la enseñanza y práctica de la educación física, del deporte y de la recreación.

Está preparado para diseñar y aplicar los principios, métodos y técnicas necesarias para la enseñanza sistemática y metodología de la actividad física, que desarrollan en los planes y programa de los diferentes niveles educativos.

Es capaz de desarrollar competencias básicas, profesionales y específicas, que le permiten interactuar con grupos multidisciplinarios, al participar en el desarrollo integral del individuo, en la promoción de la salud, prevención de enfermedades y en su rehabilitación física; contribuyendo en la calidad de vida del individuo, grupos y colectividades. Identificándose con los campos de educación y salud, este profesional puede desempeñarse en instituciones públicas y privadas de los sectores: educativos, deportivos, salud, asistencial, productivo y en todos los espacios donde se desarrolle la actividad profesional de promover y enseñar para la práctica de la actividad física, reconociendo, así como objetivo de estudio: el hombre en movimiento.

### **Desempeño profesional**

La Ley General del Servicio Profesional Docente establece la necesidad de asegurar un desempeño docente que fortalezca la calidad y equidad de la

educación básica y media superior. Plantea la creación de un sistema que integre diferentes mecanismos, estrategias y oportunidades para el desarrollo profesional docente, y defina los procesos de evaluación de carácter obligatorio para que el personal docente, técnico docente, directivo y de supervisión, por sus propios méritos, pueda ingresar, permanecer en el servicio educativo o lograr promociones y reconocimientos.

Según la nueva reforma SEP (2017-2018), el servicio profesional docente tiene los siguientes propósitos:

- Mejorar, en un marco de inclusión y diversidad, la calidad de la educación y el cumplimiento de sus fines para el desarrollo integral de los educandos y el progreso del país.
- Mejorar la práctica profesional mediante la evaluación en las escuelas, el intercambio de experiencias y los apoyos que sean necesarios.
- Asegurar, con base en la evaluación, la idoneidad de los conocimientos y las capacidades del personal docente y del personal con funciones de dirección y de supervisión.
- Estimular el reconocimiento a la labor docente mediante opciones de desarrollo profesional.
- Asegurar un nivel suficiente de desempeño en quienes realizan funciones de docencia, de dirección y de supervisión.
- Otorgar los apoyos necesarios para que el personal del Servicio Profesional Docente pueda, prioritariamente, desarrollar sus fortalezas y superar sus debilidades.
- Garantizar la formación, capacitación y actualización continua a través de políticas, programas y acciones específicas.



- Desarrollar un programa de estímulos e incentivos que favorezca el desempeño eficiente del servicio educativo y contribuya al reconocimiento escolar y social de la dignidad magisterial.

El perfil del maestro contiene los siguientes parámetros e indicadores de desempeño, que señala la Ley como anterior fue descrito, de los cuales deberán de obtener las siguientes funciones como:

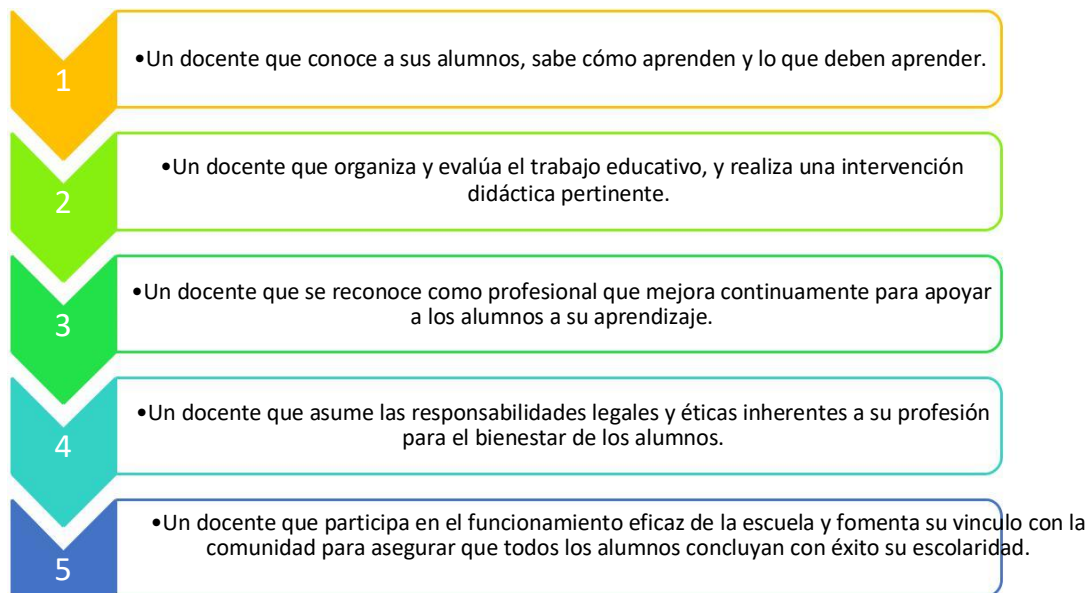
a) Las funciones de docencia, dirección y supervisión, respectivamente, incluyendo, en el caso de la función docente la planeación, el dominio de los contenidos, el ambiente en el aula, las prácticas didácticas, la evaluación del alumnado y el logro de sus aprendizajes, la colaboración en la escuela y el diálogo con los padres de familia o tutores.

b) Las características del desempeño del personal del Servicio Profesional Docente en contextos sociales y culturales diversos, para lograr resultados adecuados de aprendizaje y desarrollo de todos en un marco de inclusión.

c) La observancia de los calendarios y el debido aprovechamiento del tiempo escolar.

d) Los niveles de competencia en cada una de las dimensiones que los integran. (SEP-2011)

El perfil que se presenta a continuación expresa las características, cualidades y aptitudes deseables que el personal docente y técnico docente requiere tener para un desempeño profesional eficaz; además de ser una guía que permita a los maestros orientar su formación para desempeñar un determinado puesto o función en el sistema de educación básica.



**Figura 1. Dimensiones del Perfil**

**Fuente: Elaboración Propia**

### **Imagen del profesor de educación física.**

La mejora continua de la calidad docente requiere de una revisión periódica Pérez López. (2013).

La educación física en México a lo largo de su enseñanza se ha visto comprometida por diferentes estereotipos a lo largo del tiempo, también en cuanto a la labor profesional del docente, siempre ha estado en el foco de todas las miradas, llevando frecuentemente estereotipos añadidos. López y González (2006).

Pero referente a la imagen del docente de E.F. son escasas las investigaciones realizadas, encontrando dos estudios a destacar. El primero es el de González, que además de reflexionar sobre la imagen que se da de la EF en series de televisión, dibujos animados y anuncios también analiza la imagen del profesorado de E.F. definiéndola como negativa, retrógrada, injusta, descontextualizada y alejada de la realidad actual González. (2006).

Para el autor mencionado anteriormente nos indica que la imagen que se da del profesional de E.F. en la televisión responde al estereotipo de una persona joven, con cuerpo atlético que lleva ropa ajustada y ceñida como complemento indispensable para la ejecución de sus clases y considerados símbolos de la

asignatura, el profesorado lleva incluido en su pack de vestuario, silbato y cronómetro.

El otro estudio Pérez, Rivera y Trigueros (2014), analiza los estereotipos sociales asignados al docente de E.F. a partir de tres series españolas (“Teen series”), recreadas en contextos escolares, en horario de máxima audiencia televisiva. Según estos autores, el aspecto físico del profesorado de E.F. se presenta como: “un docente (hombre o mujer) entre los 25 y 40 años, que destaca por su atractivo físico. Que se rigen en “modelos corporales” para sus alumnos y alumnas, causando su admiración” Pérez. (2014). Por lo que, según esa imagen de la realidad, la vida útil de un docente de E.F. no superaría los 45-50 años, siendo una corta carrera profesional. Además, se puede comprobar también en estas series la masculinización de esta profesión, ya que de los cinco docentes de E.F. que aparecen en las series analizadas, una es mujer y cuatro son hombres”. Moya-Mata y Ros. (2015).

Tomando en cuenta lo dicho por González Arévalo y Pérez sobre los dos tipos de maestros señalados podemos darnos cuenta que tienen algo en común que es la imagen al ser atractivos de cuerpo ejemplar. Mas sin embargo estos son descritos únicamente en series o textos.

### **Educación física**

La educación física es la encargada de desarrollar el cuerpo por medio del movimiento y forma parte de la educación integral del ser humano, fomenta buenos hábitos, mejora capacidades y actitudes, promueve la buena relación que debe existir entre compañeros al participar en juegos, actividades físicas y deportes; y por todo ello se dice que tiene un fin motriz social. En efecto la educación física te permite, por medio de actividades recreativas, convivir por más tiempo con tus amigos, familiares y con la comunidad que te rodea. (Ministerio de Educación Física Colombia, 2000)

Así pues, la educación física es sobre todo educación, cual peculiaridad reside en que se opera a través del movimiento, por tanto, no es educación de lo físico sino por medio de la motricidad. En este sentido el movimiento hay que entenderlo no como una movilización mecánica de los segmentos corporales, sino como la expresión de percepción y sentimientos, de tal manera que el movimiento consciente y voluntario es un aspecto significativo de la conducta humana. SEP (2003)

Nixon & Jewllet (1980) la única diferencia entre la educación física y otras formas de educación es que la educación física tiene que ver principalmente con situaciones de aprendizaje y respuestas de los estudiantes que se caracterizan por movimientos abiertos/públicos, tales como deportes acuáticos, baile y ejercicios.

El efecto, de la educación física es ante todo educación por lo que la teoría de la educación física debe tener muchos elementos comunes con la teoría de la educación en general, pero a la vez la educación física es la única ciencia que se interesa directamente por el movimiento del cuerpo. Ahora bien, aunque el movimiento del cuerpo revista una gran importancia para la educación física, la teoría que le sirve a base es algo más que la de los movimientos del cuerpo dado su vocación educativa. (SEP, 2003).

Por lo tanto la educación física pretende la adquisición progresiva de conocimientos, habilidades y destrezas que permitan obtener la salud física y mental, como uno de los propósitos de la educación integral del ser humano. El movimiento es la base para conocer el mundo y conocerse así mismo. Rlisdorf, (1967).

Según Lumpkin, (1986) el propósito de la educación física es “optimizar la calidad de vida a través de un compromiso a largo plazo mediante la

anticipación de un programa de ejercicio personal divertido pueda satisfacer una diversidad de necesidades en un mundo cambiante”

### **Beneficios de la Educación Física**

La educación física tiene un puesto alto en muchos países porque saben la buena contribución que ofrece al pueblo y al individuo. El niño de escuela elemental desarrolla coordinación, lateralidad, balance, ritmo, imagen de cuerpo y orientación de espacio. Esta disciplina provee aptitud física y destrezas motoras, aptitud social, cultural, competencia recreativa y competencia intelectual. Además, a través de la educación física se desarrolla y mejora el bienestar general y la aptitud física de sus participantes. A continuación, un resumen de los beneficios que provee esta asignatura (2011).

- Ayuda que el estudiante descubra el mundo y sus capacidades.
- Promueve el valor y práctica del movimiento humano.
- Fomenta el bienestar holístico y el disfrute de la vida.
- Prepara al alumno para el trabajo y el descanso.
- Las tareas cotidianas se convierten en actividades creadoras y de control.

### **Metas y objetivos de la educación física**

Según AAHPERD, (1990) son las siguientes, se observa que aunque esta referencia es antigua, es aplicable a la época actual.

- Destrezas para ejecutar una variedad de actividades físicas.
- Aptitud física.
- Participación en actividades físicas regulares.
- Conoce los beneficios e implicaciones de involucrarse en actividades físicas.

Valora la actividad física y su contribución a un estilo de vida físicamente activo.

Mejorar en cada individuo los beneficios físicos, mentales y sociales derivados de las actividades físicas.

Desarrollar destrezas de estilos de vida y actitudes saludables.

Crear un ambiente que estimule experiencias de movimientos particulares, resultando en respuestas deseables que contribuyen al desarrollo óptimo de las potencialidades del individuo en todas las fases de su vida.

Provee un cambio de ritmo de la vida cotidiana. Se refresca el individuo permite mantener un equilibrio de sus dimensiones físicas, mentales, emocionales, sociales y espirituales. Contribuye a una vida satisfactoria, disfrutable y abundante.

### **Historia de la educación Física**

Desde sus más remotos orígenes, el hombre ha practicado la E.F. y el deporte para diferentes fines. En la historia de la civilización (Zierer, 1971) se detectan vínculos claros entre el ejercicio físico y las ocupaciones humanas, tales como la caza y la pesca, la lucha o la guerra (Rose, 1925) que servían para asegurar la existencia y la continuidad de la especie.

Antiguamente la educación física consistía en ejercicios físicos para aumentar la agilidad, flexibilidad y la resistencia. Prehistóricamente, los motivos que movían al hombre a practicar el ejercicio físico, midiendo sus fuerzas con los demás, eran la búsqueda de la seguridad, de la subsistencia y de la potencia. La supervivencia del grupo dependía de que sus miembros poseyeran agilidad, fuerza, velocidad y energía. Pedro Borrero, (2012)

Los griegos consideraban al cuerpo como un templo; que encerraba el cerebro y el alma, y la gimnasia era un medio para mantener la salud y la funcionalidad del cuerpo, el fin supremo de la educación física era crear hombres de acción. A diferencia de Grecia, Esparta buscaba en el ejercicio físico, la combinación del hombre de acción y el hombre sabio; lo que evolucionaría en un programa educativo más intelectualizado denominado Palestra.

Para Kirchner (1972) este concepto de unidad y de equilibrio implica un desarrollo armónico de los aspectos mentales, físicos y espirituales de la persona humana. Según Arnold (1968) durante este periodo de la historia humana: Un cierto equilibrio entre el espíritu y el cuerpo ha producido genios y una cultura raramente igualada en las generaciones que han seguido.

Los juegos infantiles, tuvieron también gran importancia. Así, los niños griegos jugaban con la pelota, la soga, la lanza y a “ser reyes”, lo que puede considerarse como la utilización por primera vez de juegos de imitación o de roles. Álvaro García. (2010).

Fueron de gran valor las aportaciones de Hipócrates, Galeno y sus predecesores en este campo. Muchos filósofos antiguos fueron atletas y atribuyeron gran importancia a la educación física: Pitágoras debió ser campeón olímpico en pugilato y entrenador; Platón participó como luchador en los Juegos Ístmicos; Aristóteles transmitió las listas de los campeones olímpicos, y Milón, el glorioso atleta pesado de la antigüedad, escribió un libro sobre la Naturaleza, probablemente de talante filosófico.

Pero las prácticas físicas más importantes y que más han trascendido de la cultura helénica fueron las que se realizaban fuera de la escuela: los juegos competitivos y los agones. A estas actividades llegaron a acceder personas de

todos los estamentos y debido a sus cotas de sofisticación tomaron como un carácter profesional de élite. Destacaremos los diversos e importantes juegos regionales helénicos los más importantes, celebrados en Olimpia cada cuatro años, en honor a Zeus, desde el año 884 a.C. hasta el 394 d.C., en la luna llena siguiente al solsticio de verano, conocidos como Juegos Olímpicos.

### **Escuela alemana**

En el momento que Francia vence a Prusia el filósofo Fichte establecerá que se necesita una nueva educación basada en el esfuerzo físico para poder resurgir el país. En la obra titulada la nacionalidad alemana, y escrita por Friedrich Ludwing Jahn, (1809) se pretende inculcar el ejercicio físico al pueblo alemán, siempre y cuando este ejercicio sea libre. Este autor persigue dar un contenido deportivo a los ejercicios físicos, la forma que tiene de incitar es un tanto curiosa.

Al finalizar la Guerra de 1914-1918, Alemania sufre otro declive por lo tanto el gobierno vuelve a incitar a la población la práctica de los juegos y los deportes. Con la aparición del Reich este impone sus reglas a los deportes.

La gimnasia evolucionó y se difundió por el mundo a partir de la obra de Guts Muths (1759-1839) y otros humanistas. Luchaba porque la gimnasia se combinase con la pedagogía, y abogaba por que los ejercicios corporales formaran parte de la educación integral del niño, para lo cual luchaba incansablemente por el establecimiento de la gimnasia en la escuela.

Creada por Pier Henrich Ling (1776-1839), médico, militar y profesor de esgrima. La gimnasia según sus métodos no solamente servía para fortalecer el cuerpo y corregir algunos defectos físicos, sino que también contribuía a la educación integral del niño, preparaba al soldado y ayudaba a desarrollar el sentido estético. Su método tiende a buscar la salud corporal a través de la



Gimnasia que, se configura fundamentalmente, con ejercicios analíticos, localizados alrededor de un núcleo articular y cuyas características esenciales son su artificialidad y excesiva construcción, determinación de las fases de ejecución en posición de partida, desarrollo y fin, estatismo, orden y utilización de voces de mando.

Ha sido patrocinadora de grandes guías en materia de educación física. Las ideas de Guts Muths sobre gimnasia fueron tomadas en Francia por Francisco Amorós y Ondeano, Marqués de Sotelo (1770-1848), coronel del ejército español, exilado en París (1814) por razones de orden político. Fue director del Gimnasio Normal Militar.

Su gimnasia conoció en la época un rápido éxito, aunque su carácter militar y exigencias acrobáticas y de riesgo, merecieron severas críticas. La gimnasia ambrosiana dominó totalmente el panorama militar y civil de Francia, por medio de la obra de su creador y la de sus continuadores D'Argy y Napoleón Lalsné (1810-1896).

Las clases de la alta sociedad podían practicar deportes en Francia y eran muy escasos los existentes, gracias al deporte, la juventud francesa transforma su pensamiento basado en el pesimismo para pasar a ser una mentalidad marcada por la acción.

Se realizaban competiciones atléticas entre ambos clubes y alrededor del año 1890 los dos añaden una nueva modalidad deportiva, el rugby. El fútbol ya había sido introducido por unos ingleses en 1841, fundándose la primera entidad futbolística: The White Rovers y un año después (1842) se crea el Standard Athletic Club.

## **Programa de educación física de primaria 2011**

A continuación, se describe el actual enfoque del programa de educación física a nivel primaria, emitido por la Secretaría de Educación Pública en el 2011:

El enfoque actual de la educación física, se implementó en el 2011, y se le conoce con el nombre de global de la motricidad. Este enfoque tal y como lo señala, considera a la motricidad como la suma de actuaciones inteligentes, creadas y desarrolladas con base en sus necesidades de movimiento, seguridad y descubrimiento, mismas que son demostradas de manera particular en la sesión y expresadas en las acciones de la vida cotidiana de cada alumno. Todas estas actitudes se desarrollarán a través de los siguientes ámbitos de intervención: la Competencia motriz, Promoción de la salud y la Ludo-Socio Motricidad.

Para el actual enfoque, se consideran los siguientes propósitos generales de la educación física en la educación primaria:

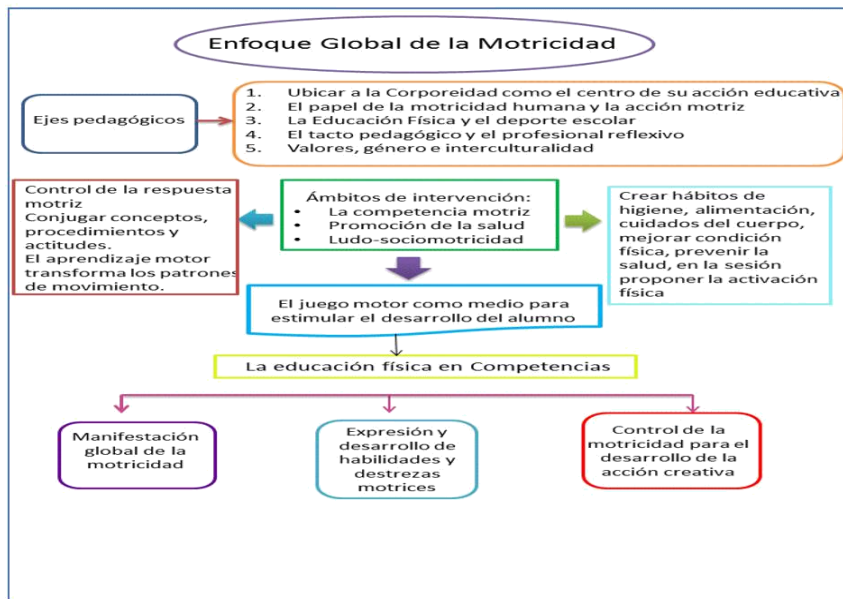
- a. Desarrollen el conocimiento de sí mismo, su capacidad comunicativa, de relación, habilidades y destrezas motrices mediante diversas manifestaciones que favorezcan su corporeidad y el sentido cooperativo.
- b. Reflexionen sobre los cambios que implica la actividad motriz, incorporando nuevos conocimientos y habilidades, de manera que puedan adaptarse a las demandas de su entorno ante las diversas situaciones manifestaciones imprevistas que ocurren en el quehacer cotidiano.
- c. Desarrollen habilidades y destrezas al participar en juegos motores proponiendo normas, reglas y nuevas formas para la convivencia en el juego, la iniciación deportiva y el deporte escolar, destacando la

importancia del trabajo colaborativo, así como el reconocimiento a la interculturalidad.

- d. Reflexionen acerca de las acciones cotidianas que se vinculan con su entorno sociocultural y contribuyen a sus relaciones socio motrices.
- e. Cuiden su salud a partir de la toma informada de decisiones sobre medidas de higiene, el fomento de hábitos y el reconocimiento de los posibles riesgos al realizar acciones motrices para prevenir accidentes en su vida diaria.

Para lo cual, el programa propone los siguientes Ejes Pedagógicos, que también se observan en la figura 2:

- a. Ubicar a la Corporeidad como el centro de su acción educativa.
- b. El papel de la motricidad humana y la acción motriz.
- c. La Educación Física y el deporte escolar.
- d. El tacto pedagógico y el profesional reflexivo.
- e. Valores, género e interculturalidad.



**Figura 2. Enfoque Global de la Motricidad.**

**Fuente: Hoyos 2015.**

En la última década, además de los propósitos pedagógicos de la educación física, también se consideran los propósitos que van dirigidos hacia la salud, ya que en las instituciones educativas de todos los niveles, implementan programas de actividades físicas y deportivas, con el objetivo de contrarrestar los malos hábitos alimenticios y el sedentarismo, que grandes males están causando a la sociedad actual, como el sobrepeso y la obesidad, lo que está generando enfermedades crónico degenerativas en edades más productivas de los individuos.

El ámbito de intervención educativa.

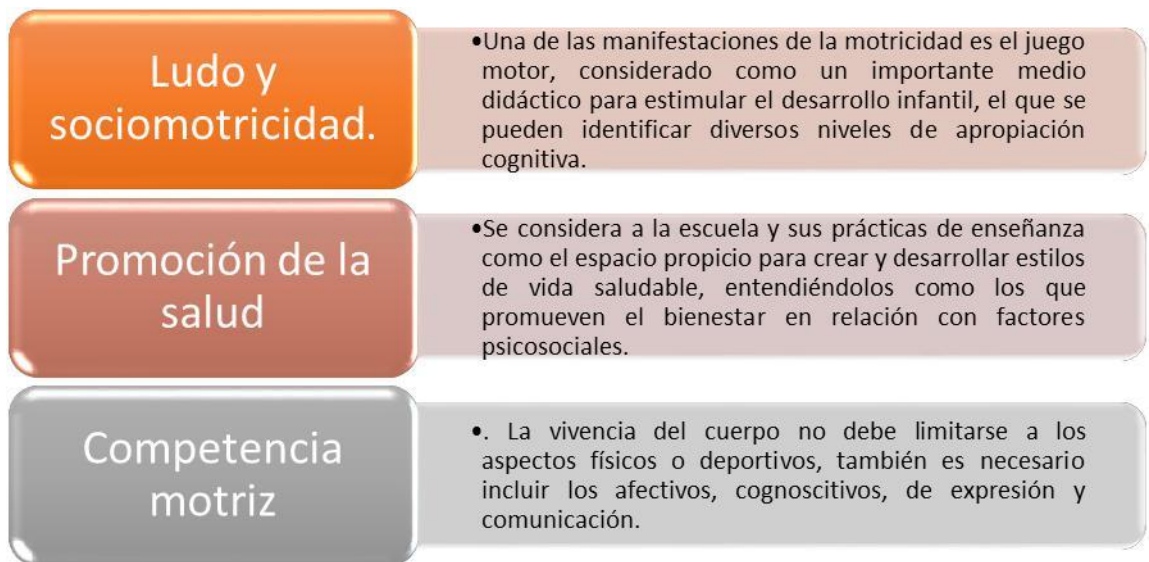
El planteamiento curricular de la asignatura en la educación básica define los ámbitos como una forma de delimitar la actuación del docente y, al mismo tiempo, brindarle los elementos básicos requeridos para entender su quehacer, desde las condiciones reales de la escuela y del trabajo educativo, lo que implica;

Identificar los alcances del trabajo de la asignatura en el contexto escolar.

Dar sentido e intencionalidad a la actividad que se desarrollan en las sesiones.

Sustentar pedagógicamente lo que circunscribe la actuación del docente.

Así la asignatura tiene tres ámbitos:



**Figura 3. Ámbitos de intervención educativa**

**Fuente: Elaboración propia**

En cuanto a las competencias de la asignatura se planea que el docente diseñe secuencias de trabajo que retomen el principio de incertidumbre que permite que los alumnos propongan, distingan, expliquen, comparen y colaboren para la acción de sus acciones motrices el desarrollo motor no tiene una cronología ni una línea del tiempo a las que todos los alumnos se deban

ajustar así que todas las competencias que la educación física promover tiene un carácter abierto.

Las competencias en la asignatura suponen una dimensión progresiva del aprendizaje motor y del manejo de sus propósitos, aprendizajes esperados, contenidos y de los elementos que la integran.

La primera competencia es la manifestación global de la corporeidad; se busca formar un alumno competente en todas las actividades cotidianas dentro y fuera de la escuela; es decir, lograr una forma para la vida. La manifestación global de la corporeidad fomenta:

- Conocer el cuerpo
- Sentir el cuerpo
- Desarrollo del cuerpo
- Cuidar el cuerpo

Aceptar el cuerpo

Expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices:

Esta competencia enfatiza la expresión como forma de comunicación e interacción en el ser humano, el propósito central es que el alumno establezca relaciones comunicativas mediante las diversas posibilidades de la expresión motriz. La corporeidad cobra sentido por medio de la expresión en sus formas de manifestarse ya sea escrita, oral o corporalmente fomentar esta competencia en el alumno implica hacerlo consiente de su forma particular de expresarse ante los demás. El desarrollo de las habilidades y destrezas motrices se logra a partir de la puesta en práctica de los patrones prácticos de movimiento locomoción manipulación y estabilidad.

En esta clasificación se incluyen todos aquellos cuya combinación, producto de la práctica variable, permite el enriquecimiento de la base motriz del alumno

en otro sentido, las habilidades motrices básicas nos llevan a las completas y estas a su vez, a la incisas deportiva y al deporte escolar.

Finalmente, la tercera competencia es control de la motricidad para el desarrollo de la acción creativa le propósito central de esta competencia es que el alumno sea capaz de controlar su cuerpo, con el fin de que produzca respuestas motrices adecuadas para las distintas situaciones que se le presentan, tanto en la vida escolar como en los diversos contextos donde convive. Este implica a rodearse de una serie de elementos relacionados con el esquema corporal la imagen corporal y la conciencia corporal. El control que ejercen los niños sobre sus cuerpos y movimientos se manifiesta en los mecanismos de dicción mediante estados de reposo o movimiento.

Los procesos de índole perceptivo y el registro de las más diversas sensaciones causa una mayor conciencia y profundidad. El equilibrio, la tensión muscular, la respiración, relajación y la coordinación resultan determinantes para el desarrollo y valoración de la imagen corporal, y la adquisición de nuevo aprendizajes motrices, también implica el reconocimiento en control del ajuste postural, perceptivo y motriz, mejorando así la coordinación motriz general. Por lo tanto, la imagen corporal, el esquema corporal y la conciencia corporal les permiten a los alumnos identificar sus posibilidades motrices y mejorar el conocimiento de sí mismo.

#### **Actividades para el fomento de estilo de vida saludable:**

Se sugieran una serie de acciones complementarias que posibiliten un mejor aprovechamiento del tiempo libre.

Que mediante el consejo técnico escolar el docente proponga alternativas de acciones que beneficien la salud de los alumnos al abordar problemas detectados en periodos anteriores.

Deben difundirse actividades de promoción de la salud y cuidado del ambiente.

Establecer el trabajo colegiado entre los docentes en general y con especialistas para impulsar proyectos locales o regionales en beneficios de la salud.

Es necesario que durante del ciclo escolar realicen actividades que permitan vincular lo que se hace en la comunidad en general y con la educación física.

Actividades de promoción y cuidado de la salud.

Actividades para el disfrute del tiempo libre.

Actividades deportivas escolares y extraescolares.

Actividades pedagógicas con padres de familia y otros miembros de la comunidad escolar.

## **Organización de los aprendizajes**

Los contenidos para cada grado se presentan en cinco bloques, cada uno debe considerar las aplicaciones de una evaluación inicial, con el fin de determinar las experiencias previas de los alumnos respecto a la competencia en desarrollo y, de esta manera, diagnosticar las habilidades del grupo y determinar las posibles dificultades y fortalezas que se podrían presentar en la implementación del siguiente.

El docente debe de organizar los bloques de contenido por secuencias de trabajo que agrupen diferentes estrategias didácticas para favorecer el desarrollo de las competencias aquí se puede ver la distribución a lo largo de los 6 bloques de la educación primaria en cada uno se incluye el nombre del bloque las competencias que trabaja y el nombre la aventura incluida en el libro del alumno. Ver figura 4.



E.E.S PEDAGÓGICOS	ÁMBITOS DE INTERVENCIÓN	COMPETENCIAS	BLOQUES DE CONTENIDOS					
			1º GRADO	2º GRADO	3º GRADO	4º GRADO	5º GRADO	6º GRADO
<b>LA CORPORALIDAD COMO EL CENTRO DE LA ACCIÓN EDUCATIVA</b> EL PAPEL DE LA MOTRICIDAD Y LA ACCIÓN MOTRIZ LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE EN LA ESCUELA EL TACTO PEDAGÓGICO Y EL PROFESIONAL REFERENTE VALORES, GÉNERO E INTERCULTURALIDAD	<b>LUDICIDAD Y SOCIO MOTRICIDAD</b> PROMOCIÓN DE LA SALUD <b>COMPETENCIA MOTRIZ</b>	<b>MANIFESTACIÓN GLOBAL DE LA CORPORALIDAD</b> <b>EXPRESIÓN Y DESARROLLO DE HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES</b> <b>CONTROL DE LA MOTRICIDAD PARA EL DESARROLLO DE LA ACCIÓN CREATIVA</b>	Bloque I	Bloque I	Bloque I	Bloque I	Bloque I	Bloque I
			Este soy yo	Nos reconocemos y comunicamos	Mi cuerpo en el espacio; combinando acciones	No hacen falta alas, saltando	La acción produce emoción	La imaginación es el camino de la creación
			Bloque II	Bloque II	Bloque II	Bloque II	Bloque II	Bloque II
			Convivimos y nos diferenciamos	Ahora sí, ¡juguemos a los retos!	Laboratorio de ritmos; descubriendo mi cuerpo	Pensemos antes de actuar	Juego y ritmo en armonía	Los juegos cambian, nosotros también
			Bloque III	Bloque III	Bloque III	Bloque III	Bloque III	Bloque III
			Lo que puedo hacer con mi cuerpo en mi entorno	¡Desafiando prueba!	1, 2, 3 probando, probando	Educando al cuerpo para mover la vida	Más rápido que una bala	No soy un robot, tengo ritmo y corazón
			Bloque IV	Bloque IV	Bloque IV	Bloque IV	Bloque IV	Bloque IV
			¡Puedes hacer lo que yo hago!	Explorando mi postura	Juego, pienso y decido en colectivo	Cooperar y compartir	Me comunico a través del cuerpo	En donde hay alegría hay creación
			Bloque V	Bloque V	Bloque V	Bloque V	Bloque V	Bloque V
			De mis movimientos básicos al juego	Mi desempeño cambia día con día	Detectives del cuerpo	Los juegos de antes son diamantes	Dame un punto de apoyo y moveré al mundo	Compartimos aventuras

**Figura 4. Mapa curricular del programa de educación física**

**Fuente: SEP (2011)**

### **Importancia de la educación física en la educación integral**

Desde el momento en que la educación física pasa a formar parte del sistema educativo se abren una serie de factores que se consideran relevantes para los alumnos y para la sociedad. Esto nos indica que la E.F. cumple con una labor social, utilitaria, ideológica y cultural. No obstante, la gran diversidad de corrientes y fuentes de origen ha provocado en muchas ocasiones que no existan objetivos y funciones claras. Se ha permitido que las ideologías de los profesionales de la E.F. marquen la pauta en las programaciones educativas. Dencil Escudero, (2009)

La propia dinámica de la sociedad impone al hombre una preparación constante para enfrentar la vida en consecuencia con los cambios que en ella

van sucediendo. En este sentido la educación física adquiere una importancia relevante, pues desde un perfil práctico contribuye al desarrollo de los sujetos tanto desde el punto de vista físico como psicológico.

Como forma de educación, “supone modificar en determinado sentido al sujeto, es obrar de una manera predeterminada sobre el ser vivo, a fin de llevarlo a una meta previamente fijada” Pila, (1988)

Es oportuno comprender que “la educación física tiene como finalidad contribuir al perfeccionamiento de nuestros niños, adolescentes y jóvenes, mediante las actividades físicas, deportivas y recreativas, y coadyuvar, de esta manera, a la formación y educación de un joven capaz de conducirse activa y conscientemente al servicio de la construcción de la sociedad”. Colectivo de autores, (1979).

A través de la educación física y como aporte muy importante de la misma, se puede ejercer una influencia considerable en la formación de valores en los alumnos. Como proceso pedagógico, esta asignatura responde a los intereses de la sociedad, lo que se proyecta en la intención formativa y desarrolladora que en ella se lleva a cabo.

Siguiendo a Blázquez (2001), podemos entender que la educación física tiene cuatro tipos de intencionalidades:

1. Desarrollo y enriquecimiento de los recursos requeridos en las diversas situaciones motrices.
2. Fundamentación de la cultura deportiva.
3. Preparar para la autogestión de la vida física y deportiva.
4. Favorecer estrategias para aprender nuevas conductas motrices.

En este sentido, Parlebas (2001) y Lagardera y Lavega (2003) nos determinan que el diseño de las situaciones motrices con una lógica interna apropiada, potenciarán los efectos perseguidos en cada caso. No se pretende que únicamente los alumnos sepan botar un balón de baloncesto, sacar al voleibol o desarrollar capacidades físicas. La E.F. debe tender a una educación motriz que integre aprendizajes valiosos para la vida cotidiana. Por lo tanto, se busca un desarrollo de la conducta en toda su expresión social, afectiva, cognitiva y motriz. En palabras de Parlebas (2001) la E.F. tiende a un desarrollo de una motricidad inteligente ya que la inteligencia, en buena medida, viene determinada por las experiencias motrices del niño.

El hombre desde el punto de vista genético viene dotado para poseer capacidades físicas que le permiten llevar a cabo los diferentes movimientos en dependencia de los requerimientos imperantes en su medio, la Educación Física propicia que estas capacidades se vayan desarrollando de forma que cada sujeto pueda realizar de la manera más exitosa posible las acciones tendientes a satisfacer su amplia gama de necesidades, lo que condiciona en alguna medida una mayor calidad de vida.

“El perfeccionamiento de las potencialidades físicas y espirituales que se realiza en el proceso de la educación física cumple una función higiénica, educacional, instructiva y puede estar supeditado a las tareas que se llevan a cabo para lograr la maestría profesional o la efectividad en los aspectos concretos de la preparación especial y el trabajo”. Dzhamgarov y Puni, (1979).

Del mismo modo que la educación física tributa al perfeccionamiento de las capacidades y habilidades físicas, la propia actividad que esto implica contribuye al desarrollo de la psiquis del practicante. En este sentido es acertado reconocer el papel de esta asignatura en el desarrollo psicológico de

la personalidad, no sólo enfocándose éste en la esfera cognoscitiva, sino también desde el punto de vista afectivo.

Resulta un reto para todo profesor de educación física, no sólo encaminar las acciones de las clases al desarrollo propiamente dicho de los educandos desde el punto de vista físico y psicológico, sino también a crear en ellos la toma de conciencia sobre la necesidad de incorporar la práctica de ejercicios físicos como parte del estilo de vida en una sociedad que se hace cada vez más exigente.

La vida contemporánea exige ver a la educación física como una vía de gran importancia para asegurar el progreso humano en todos los sentidos y como dijera Ashmasin y Ruiz en su libro “Teoría y Metodología de la Educación Física”, como una asignatura que constituye un proceso de dirección del aprendizaje que educa en cada instante y del cual depende la salud del hombre.

En esencia, según Dencil Escudero (2009) se puede concluir que la E.F. tributa considerablemente al desarrollo integral del hombre para la vida, resumiéndose dentro de sus aportes fundamentales los siguientes:

Contribuye al desarrollo de las capacidades motoras básicas.

Contribuye al desarrollo de habilidades que resultan básicas para realizar diferentes actividades propias de la vida en la sociedad.

Desarrolla habilidades básicas para la práctica del deporte de rendimiento.

Tributa a una mayor calidad de vida al reportar beneficios en los diferentes sistemas del organismo (cardiorrespiratorio, osteomuscular, endocrino, entre otros).

Tributa al desarrollo de las capacidades coordinativas.

Constituye una vía de gran importancia para la formación de valores en los educandos.

Fomenta hábitos relacionados a la práctica sistemática de ejercicios físicos que resultan importantes para garantizar una mayor calidad de vida.

Constituye una vía de experimentación del placer derivado de la práctica del ejercicio físico.

Tributa a un mayor conocimiento del alumno respecto a su propio cuerpo.

Logra incrementar la interacción social a partir del rescate y conocimiento de juegos tradicionales, bailes y otras actividades que enmarcan el acervo cultural de los pueblos.

Desarrolla hábitos higiénicos en los educandos (Alimenticios, estéticos, entre otros).

Contribuye a la formación de la personalidad de los alumnos.

Desarrolla las cualidades de la voluntad en los alumnos.

Educa en el alumno el espíritu de competencia, fomentando los principios básicos que rigen la actividad competitiva (educa el espíritu de lucha, el respeto a los contrarios, a los propios compañeros, a los árbitros o jueces y al propio reglamento de la competencia).

Favorece las capacidades intelectuales de los alumnos

## **Definición conceptual y operacional del termino síndrome de burnout**

El burnout es un trastorno emocional de creación reciente que está vinculado con el ámbito laboral y el estrés causado por el trabajo y el estilo de vida del empleado. Puede tener consecuencias muy graves tanto físico y psicológico.

Las tres dimensiones claves del síndrome son agotamiento emocional, despersonalización y autoestima profesional. Estas dimensiones son una afirmación más amplia del modelo multidimensional que ha sido predominante en el campo del burnout (Maslach, 1993)

En los años setenta (Freuderberger, 1974) se refirió al burnout como condición de los profesionales de la salud, definida como una combinación de cansancio emocional crónico, fatiga física, pérdida de interés por la actividad laboral, baja realización personal y deshumanización en el cuidado y atención a los pacientes. En este mismo año aparece Cherniss quien lo conceptualiza como un proceso y propone 3 momentos, uno asociado a un desequilibrio entre la carga laboral y las posibilidades del sujeto de responder de forma óptima a esta, segundo momento que habla de la presencia de una respuesta emocional negativa fuerte y un último momento que propone un cambio conductual y actitudinal en el que se sumerge el sujeto.

Por otro lado, Maslach en 1976 definió el síndrome como un estado de estrés crónico producido por el contacto de los profesionales de la salud con los pacientes, que lleva a la extenuación del profesionalismo y a un distanciamiento emocional con sus pacientes, junto con dudas acerca de la capacidad para realizar efectivamente su labor.

Para 1978 se extendió el estudio del burnout hacia otras profesiones. Aunque no existe una definición unánimemente aceptada sobre esta versión del

síndrome (Garden, 1987), a lo largo de los años se ha establecido un consenso en el sentido de que se trata de una respuesta al estrés laboral caracterizado por actividades y sentimientos negativos hacia el trabajo y hacia el propio rol profesional, así como por una vivencia de encontrarse emocionalmente agotado (Maslach & Jackson, 1981).

### **Características del síndrome**

El síndrome es una forma inadecuada de afrontar un estrés emocional crónico y la disminución del desempeño (Maslach y Jackson 1981)

Uno de las profesiones más vulnerables a padecer el síndrome de burnout son aquellas que tienen interacciones con otras personas, en las que el burnout se desarrolla como respuesta a estrés constante y sobre carga laboral.

El síndrome es muy frecuente en profesionistas médicos, enfermeras, psicólogos, psiquiatras, trabajadoras sociales, terapeutas familiares, personal administrativo, docentes educativos, deportistas de élite, tele operadores entre muchas.

En el año 1981 Maslach y Jackson proponen las siguientes dimensiones del síndrome de burnout las cuales se han categorizado en tres grupos los síntomas de burnout, donde se desarrollan de forma progresiva, estos son:

**Agotamiento emocional:** un desgaste profesional que lleva a la persona a un agotamiento psíquico y fisiológico. Aparece una pérdida de energía, fatiga a nivel física y psíquica. El agotamiento emocional se produce al tener que realizar unas funciones laborales diariamente y permanentemente con personas que haya que atender como objetos de trabajo.

**Despersonalización:** se manifiesta en actitudes negativas en relación con los usuarios / clientes, se da un incremento de la irritabilidad y perdida de

motivación. Por el endurecimiento de las relaciones pues llega a la deshumanización en el trato.

Realización Personal: representa el componente de auto evolución del burnout. Se refiere a los sentimientos de incompetencia y carencia de logros y productividad en el trabajo, así como por una falta de apoyo social y de oportunidades para desarrollarse profesionalmente.

Uno de los síntomas principal es un fuerte sentimiento de impotencia, ya que desde el momento de levantarse ya se siente cansado. El trabajo no tiene fin y, a pesar de que se hace todo para cumplir con los compromisos. El trabajo no se termina. La persona que lo padece se vuelve anhedonia, es decir que lo que anteriormente era motivo de alegría ahora no lo es, en otras palabras, pierde la capacidad de disfrutar. A diferencia de lo que ocurría al principio, el trabajo ya no produce incentivos para la persona afectada con burnout. Visto por otras personas, aparenta sensibilidad depresión e insatisfacción.

Fue posteriormente, en 1982, cuando la psicóloga Maslach realizó los primeros estudios de campo y desarrolló el MBI un cuestionario compuesto de 22 ítems, basado en las respuestas de los trabajadores ante diferentes situaciones en su vida cotidiana laboral, que pretende objetivar y valorar las tres características básicas del síndrome: el agotamiento emocional, sensación de cansancio con manifestaciones tanto psíquicas (ansiedad, angustia, disfunciones sexuales, fatiga crónica...) como físicas (colon irritable, dispepsias, cefaleas, mialgias...); la despersonalización, trastornos conductuales de aislamiento, insensibilidad, deshumanización, negativismo, distanciamiento hacia los compañeros e incluso cinismo hacia los pacientes, y la baja realización personal, que consiste en sentimientos de insatisfacción por los logros profesionales alcanzados y deseo de abandono.

Son pocos los estudios que se han realizado en nuestro país sobre este síndrome entre docentes, particularmente en los de actividad física. El objetivo



de nuestro trabajo es determinar la prevalencia del síndrome de burnout en profesores de educación física que laboran en educación básica y la posible asociación con alguna variable sociodemográfica (sexo, edad y antigüedad en la docencia).

### **Antecedentes**

Hermes Vilorio, Maritza Paredes y Luis Paredes (2001), realizaron un estudio del síndrome de burnout en profesores de educación física, en este trabajo se realizó con una muestra de profesores de educación física de la ciudad de Mérida (Venezuela). Para su evaluación se utilizó el MBI (Maslach y Jackson, 1981a). Los resultados arrojaron la presencia del síndrome en este colectivo en los siguientes porcentajes: nivel bajo de burnout (41,4%), nivel medio (48,6%) y nivel alto (10%). Se estudió el efecto de algunas variables sobre las tres dimensiones del burnout. Las variables sociológicas y profesionales relacionadas con estas subescalas fueron: edad, grado académico, las horas de ocio y si el cónyuge trabaja o no. Otras variables como: estado civil, tener o no hijos, género, horas de sueño o descanso, no se encontraron relacionadas con el grado de Burnout. En cuanto a factores del perfil docente como los años de docencia, dependencia del lugar de trabajo, categoría profesional, horas de clase a la semana, número de alumnos, asistencia a congresos y el nivel educativo, tampoco muestran relación con el grado de burnout.

## MARCO METODOLÓGICO

En este capítulo se exponen los materiales, métodos y procedimientos utilizados en este estudio. Se expone la metodología, la población de estudio, y el proceso de selección de la muestra, así como los análisis efectuados para las variables que intervienen. Se presenta la información del instrumento utilizado y sus cualidades psicométricas.

### **Objetivo General**

Identificar la prevalencia del síndrome de burnout en profesores de educación física que laboran nivel primaria.

### **Objetivos específicos:**

1. Determinar la prevalencia del síndrome de burnout y de sus tres componentes: agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal, en profesores de educación física a nivel primaria.
2. Identificar la relación entre el síndrome de burnout con el sexo, la edad, la antigüedad en el trabajo, el máximo grado de estudio y el subsistema al cual pertenece.

### **Preguntas de investigación**

1. ¿Con qué frecuencia se manifiesta la presencia del síndrome de burnout en profesores de educación física a nivel primaria?
2. ¿Existe una relación entre el síndrome de burnout y la antigüedad del docente?
3. ¿En qué sexo se presenta mayor prevalencia del síndrome de burnout?

4. ¿La edad será una variable que está relacionada con el síndrome de burnout?
5. ¿El grado de estudio de un profesor estará relacionada con el síndrome de burnout?
6. ¿Se presenta mayor prevalencia del síndrome de burnout en el subsistema estatal comparado con el federal?

### **Diseño metodológico.**

Se realizó una investigación no experimental, transversal de alcance descriptivo correlacional, la recolección de datos se realizó en un periodo de cuatro semanas durante los meses de mayo y junio 2017. A continuación, se describe los alcances de los diferentes tipos de investigación según Hernández (2008).

### **Descriptiva.**

La investigación descriptiva busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice; describe tendencias de un grupo o población.

### **Correlacional.**

Estos diseños describen relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables, asociándolas mediante un patrón predecible para un grupo o población.

## Población y muestra

La población de estudio fue la totalidad de profesores de Educación Física a nivel primaria de los subsistemas federal y estatal de la ciudad de Hermosillo, Sonora, la cual está constituida de la siguiente forma. Consultar Tabla 1.

**Tabla 1. Supervisores y profesores de educación física de los subsistemas Estatal y Federal a nivel primaria de Hermosillo**

### Supervisiones y profesores de educación física

Supervisiones Federal	Núm. Profesores	Supervisiones Estatal	Núm. Profesores
10	12	09D	15
11	14	08E	25
12	10	17M	29
13	7	15O	27
14	9	14P	30
26	8	21Z	15
27	9	01L	20
28	11		
21	9		
33	17		
34	14		
35	15		
Total: 12	135	Total: 7	161

Se tomó una muestra no aleatoria de 124 profesores, de los distintos subsistemas como se muestra en la siguiente tabla. Ver tabla 2.

**Tabla 2. Número de profesores encuestados de cada supervisión y subsistema**

**Supervisiones y profesores encuestados de educación física**

Supervisiones Federales	Núm. Profesores	Supervisiones Estatales	Núm. Profesores
10	5	09D	13
11	10	08E	2
12	8	17M	19
13	11	15O	
14	10	14P	
26	6	21Z	
27	11	01L	
28	9		
21	8		
33	4		
34	8		
35	0		
Total: 12	90	7	34

**Criterios de inclusión**

En el estudio se incluyeron los profesores que cumplían con los siguientes criterios:

- Ser docente de educación Física con un grupo de estudiantes asignado
- Haber desempeñado la labor docente ininterrumpidamente durante el curso escolar
- Estar presente en el momento de la recogida de información
- Aceptar participar en el estudio, después de informársele sobre el mismo

Se excluyeron de la muestra los docentes que no cumplieron los criterios de inclusión, además, el personal directivo y administrativo, los asesores técnico pedagógicos, o profesor de estudiantes asignado por ausencia del maestro.

## **Procedimiento.**

Para la recolección de datos y aplicación de la encuesta, primeramente, contactamos con supervisores de zona de educaciones físicas tanto federales como estatales, de los cuales en estos últimos no tuvimos el apoyo necesario, dados los tiempos en que ellos estaban terminadas sus actividades escolares.

Agendamos citas con los supervisores para asistir a sus reuniones técnicas de trabajo con los profesores que conforman las distintas supervisiones y en dicho espacio o momento aplicamos la encuesta. Previamente a la aplicación de esta explicamos lo motivos profesionales y académicos de nuestra parte y solicitamos la colaboración y el consentimiento de cada uno de los profesores. Cabe mencionar que la totalidad de los profesores accedieron de forma amable a contestar la encuesta.

## **Instrumento de medición**

Para cumplir con los objetivos de esta investigación, se utilizó el Inventario de burnout de Maslach (MBI), adaptación de la versión española de Seisdedos (1997) del Maslach Burnout Inventory (Maslach y Jackson, 1981; 1986). La versión, específica para docentes (MBI-Ed) o Educator Survey (ES) (Maslach, Jackson y Schwab, 1986) solo cambia el término de cliente por alumno (anexo).

Esta prueba se caracteriza por explorar los tres factores básicos del burnout, según el modelo teórico desarrollado por la autora: agotamiento emocional (AE), despersonalización (D) y realización personal (RP), los cuales son evaluados en su intensidad y frecuencia. Resulta un instrumento útil para el estudio del estrés laboral en profesiones donde el objeto de trabajo es otro sujeto.

El MBI, es el instrumento más utilizado en todo el mundo. Tiene una alta consistencia interna y una fiabilidad cercana al 90%. Este consta de 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y hacia los sujetos que atienden (alumnos) y su función es medir el desgaste profesional. El cuestionario en su versión original ofrece al sujeto siete opciones de respuestas tipo Likert, las cuales expresan la frecuencia de ocurrencia de cada síntoma (1: nunca hasta 7: todos los días). Se realiza en 10 a 15 minutos y mide los tres aspectos del síndrome: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal los cuales contemplan los siguientes ítems.

Agotamiento Emocional: 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16,20

Despersonalización: 5, 10, 11, 15, 22

Realización Personal: 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19,21

Para este trabajo, se utilizó el instrumento modificado por Seisdedos (1997), el cual abrevia a cinco las opciones de respuesta:

1: Nunca.

2: Algunas veces al año.

3: Algunas veces al mes.

4: Algunas veces a la semana.

5: Diariamente.

La calificación e interpretación se realiza según cada componente de forma independiente, utilizando la puntuación numérica y en su distribución por tertiles se establecen tres categorías: alto, medio y bajo. Tradicionalmente para interpretar los resultados se respeta la decisión autoral de emplear una

clasificación de tres intervalos para cada componente del síndrome. Para este trabajo, los puntos de corte para cada escala se representan de la siguiente forma. Ver Tabla 3.

**Tabla 3. Categorización de las puntuaciones del MBI (Malaca y Jackson, 1981) para el nivel correspondiente**

Sub escala del MBI	Rango del Burnout		
	Bajo	Medio	Alto
Agotamiento emocional	≤ 21	22 - 33	≥ 34
Despersonalización	≤ 11	dic-19	≥ 20
Realización personal	≤ 18	19 - 29	≥ 30

Fuente: Elaboración Propia

Para la escala AE la puntuación mínima es 9 y la máxima 45. Para la despersonalización, la mínima es 5 y máxima 25, y la última tiene un valor mínimo de 8 puntos y máximo 40.

Para obtener el puntaje de cada escala del MBI, se suman los valores asignados a cada ítem. Al cuestionario se le agregaron las siguientes variables demográficas: sexo, edad, antigüedad en la docencia, máximo estudio realizado y el subsistema al cual pertenece.

### **Operacionalización de las variables**

Agotamiento emocional (AE): Componente del síndrome de burnout, que se identifica por una disminución de los recursos afectivos individuales para afrontar las demandas de la tarea que debe desempeñar, lo que se expresa en cansancio, fatiga, sensación de incapacidad para trabajar, de estar



exhausto para movilizar recursos personales y poder establecer relaciones interpersonales con los alumnos y otras personas. Los ítems que identifican el agotamiento emocional del profesor son 9 y se muestran en la siguiente tabla. Ver Tabla 4.

**Tabla 4. Ítems que identifican el agotamiento emocional (AE)**

ITEMS

1. Me siento emocionalmente defraudado en mi trabajo
2. Cuando termino mi jornada de trabajo me siento agotado
3. Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento agotado
6. Tratar con estudiantes todo el día es realmente tenso para mí
8. Siento que mi trabajo me está desgastando
13. Me siento frustrado por el trabajo
14. Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo
16. Trabajar directamente con alumnos, me produce mucho estrés
20. Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades

Despersonalización (D): Componente del síndrome de burnout que consiste en una abstracción y eliminación de los componentes afectivos en las relaciones interpersonales, lo que se expresa en distancia afectiva o frialdad en el trato interpersonal hacia el que recibe el servicio, indiferencia, insensibilidad, distanciamiento, actitudes cínicas e inculpables hacia los mismos, ausencia de implicación personal e incapacidad para ser empático, identificar sus necesidades emocionales y afectivas y comprender los problemas que presentan. Se componen de cinco ítems. Ver tabla 5.

## **Tabla 5. Ítems que identifican una despersonalización de los profesores**

### ITEMS

- 5. Siento que estoy tratando a algunos de mis alumnos como si fuesen objetos y no personas.
- 10. Siento que me he hecho más duro con la gente.
- 11. Me preocupa que este trabajo me está endureciendo emocionalmente.
- 15. Me es indiferente, realmente, lo que les sucede a los estudiantes que atiendo.
- 22. Siento que mis alumnos me echan la culpa de algunos de sus problemas.

Realización personal (RP): Consiste en una percepción de eficacia profesional ante el afrontamiento de los problemas de los alumnos, el manejo de los conflictos, mantenimiento de la capacidad empática, sensación de energía, satisfacción personal y gratificación. Como componente del síndrome de burnout se considera su ausencia o disminución. Se determina por ocho ítems del Inventario de burnout de Maslach, redactados en un sentido positivo. Ver tabla 6.

## **Tabla 6. Ítems que identifican la realización personal del profesor**

### ITEMS

- 1. Puedo entender fácilmente cómo se sienten los alumnos
- 7. Trato eficazmente los problemas de los alumnos
- 9. Siento que estoy influyendo positivamente en las vidas de otras personas a través de mi trabajo
- 12. Me siento muy enérgico en mi trabajo
- 17. Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable en mi trabajo
- 18. Me siento estimulado después de haber trabajado íntimamente con quienes tengo que atender
- 19. Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo
- 21. Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada

Edad: Se describe en años. Esta es una variable numérica continua, pero se categorizó en tres grupos:

Grupo 1: < 30

Grupo 2: ≥ 30 hasta 40 años

Grupo 3: > 40 años

Antigüedad: Tiempo en la labor docente desempeñado en el momento de la evaluación. La variable es numérica continua, pero se categorizó en los siguientes tres grupos:

Grupo 1: ≥ 1 año y ≤ 10 años

Grupo 2: > 10 años y ≤ 20 años

Grupo 3: > 20 años

Sexo: Masculino o femenino.

Estudios realizados. Estudios máximos realizados al momento del estudio

### **Análisis estadístico**

El procesamiento estadístico de la información obtenida se realizó con el empleo del software SPSS v. 22. Para explorar las características psicométricas del instrumento utilizado se calculó el coeficiente  $\alpha$  de Cronbach para toda la escala y para cada factor. Se obtuvieron las estadísticas descriptivas: medidas de tendencia central (media, mediana, moda, máximo, mínimo y desviación típica) para las variables numéricas. Para la correlación entre el puntaje de cada una de las escalas y las variables edad y antigüedad en el trabajo se utilizó el coeficiente de correlación  $r$  de Spearman. Para la asociación entre variables categóricas se utilizó la prueba de la Chi-cuadrada. Se estableció con un nivel de significación de  $p \leq 0.05$ .

## Descripción de la muestra

En la tabla 7, se muestran las medidas de resumen para las variables numéricas.

**Tabla 7. Medias descriptivas para la edad y antigüedad de los docentes encuestados**

Variabes	Edad del docente	Antigüedad en la docencia
Media	39.52	15.65
Mediana	40	17
Moda	40	1
Desviación típica	8.73	8.93
Mínimo	22	1
Máximo	65	45

Fuente: Elaboración propia

La edad promedio de los maestros fue de 39.52 años con una desviación típica de 8.73. La edad menor fue de 22 años y la mayor de 65. La edad muestra una distribución bimodal con los valores de 40 y 42 años.

En cuanto al sexo, el 66.9% (n=83) en los docentes son hombres y 33.1% (n=41) mujeres. En la tabla 8, se presenta la distribución porcentual del máximo grado de estudio y el subsistema al cual pertenece cada profesor.

**Tabla 8. Distribución porcentual del máximo grado de estudio del profesor encuestado y el subsistema al cual pertenece**

Máximo grado de estudio		
Licenciatura	70	56.50%
Maestría	38	30.60%
Doctorado	16	12.90%
Subsistema		
Estatal	34	27.40%
Federal	90	72.60%

Fuente: Elaboración propia

## **RESULTADOS Y ANÁLISIS**

### **Características psicométricas del MBI en la muestra de estudio**

El instrumento para medir el síndrome de burnout en la población de profesores de educación física del nivel básico reporta una consistencia interna,  $\alpha = 0.60$ . Según George y Mallery (1995) un valor de Alfa de 0.60 a 0.70 reporta una escala débil, sin embargo, para este instrumento, la recomendación es reportar e interpretar de manera independiente cada subescala del MBI. Para el caso de la escala AE, reporta un  $\alpha = 0.75$ , la escala D un  $\alpha = 0.46$  y por último, la escala de RP un  $\alpha = 0.70$ . Como se puede observar, la escala de agotamiento emocional fue la que reportó mejor consistencia, seguida de la escala de realización personal, sin embargo, la escala de despersonalización fue la menos consistente. Si los comparamos con los coeficientes de los autores (Maslach y Jackson, 1981, 1986),  $\alpha_1 = .90$ ,  $\alpha_2 = .79$  y  $\alpha_3 = .71$ , se aprecia que, para la muestra de profesores de Educación

física, los valores son más bajos y con mucha diferencia para las escalas de AE y D, pero casi igual para la de RP.

### **Prevalencia del síndrome de burnout en profesores de educación física que laboran en educación básica.**

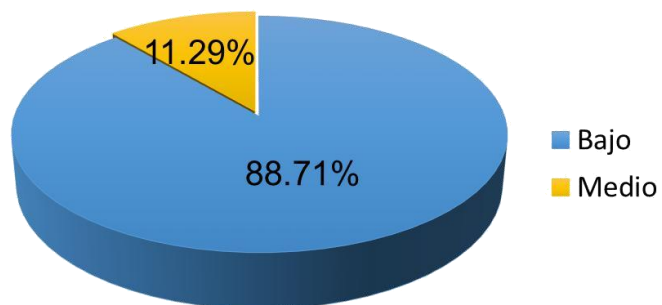
Se encontró que el 78.23 % (N= 97) de profesores de educación física presentan un agotamiento emocional medio y casi un 22% reporta un nivel bajo (Ver figura 5).

En cuanto a la despersonalización, un elevado porcentaje (88.71%) de los profesores reportan un nivel bajo y sólo el 11.29% está en un nivel medio (ver figura 6). En cuanto al nivel de realización personal, se observa de la figura 7, que el 81.45% de los profesores reporta un alto nivel para afrontar los problemas de los alumnos y el manejo de los conflictos, sin embargo, existe un 15.32% que presenta una insatisfacción profesional.



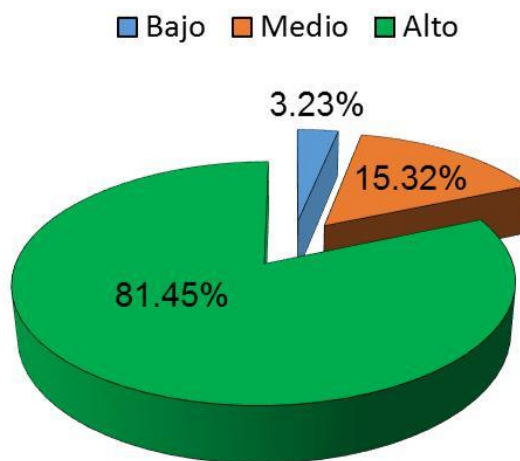
**Figura 5. Distribución porcentual de los profesores de educación física según valores de la escala de agotamiento emocional**

### Nivel de despersonalización



*Figura 6. Distribución porcentual de los profesores de educación física según valores de la escala del nivel de despersonalización*

### Nivel de realización personal



*Figura 7. Distribución porcentual de los profesores de educación física según valores de la escala del nivel de realización personal*

## **Relación entre el grado del síndrome de burnout y la antigüedad en el trabajo**

No se encontró relación entre los años de antigüedad en el trabajo y el nivel de agotamiento emocional ( $P = 0.803$ ), ni con el nivel de despersonalización ( $P = 0.733$ ), Ver tabla 10. Se observa en la tabla 10, que el 25% de los profesores con más de 20 años de antigüedad reporta un nivel medio de agotamiento emocional y, curiosamente, un porcentaje un poco mayor (26.8%) de los que tienen una antigüedad de uno a 10 años también. El más bajo porcentaje de profesores con agotamiento emocional medio se presentó entre los profesores con antigüedad mayor a 10 años hasta 20 años. En la tabla 11, se observa la relación de los años de antigüedad en el trabajo con el nivel de despersonalización. No hay mucha diferencia entre los porcentajes del nivel de despersonalización medio en los profesores con antigüedad mayor a 10 años (13.75%) con respecto a los que tienen más de 20 (12.5%). De aquí que, no importa los años de antigüedad que tenga el profesor en el trabajo, los niveles de agotamiento emocional y despersonalización se presentan en los mismos rangos.

Sin embargo, sí se presenta una relación negativa baja entre el nivel de realización personal y los años de antigüedad en el trabajo ( $r_s = -0.257$ ,  $P = 0.004$ ). Se puede observar de la tabla 10, que la mayoría de los profesores con menor antigüedad (92.7%) reportan un nivel alto de realización personal. Conforme aumentan los años de antigüedad, el porcentaje de profesores que reportan un alto nivel de realización personal disminuye. Ver Tabla 12



**Tabla 9. Relación entre el nivel de agotamiento emocional y antigüedad en el trabajo**

Rango de antigüedad	Nivel de Agotamiento Emocional		
	Bajo	Medio	Total
1 a 10	30 73.20%	11 26.80%	41 100.00%
> 10 a 20	43 84.30%	8 15.70%	51 100.00%
>20	24 75.00%	8 25.00%	32 100.00%
Total	97 78.20%	27 21.80%	124 100.00%

Fuente: Elaboración Propia

**Tabla 10. Relación entre el nivel de despersonalización y antigüedad en el trabajo**

Rango de antigüedad	Nivel de Despersonalización		
	Bajo	Medio	Total
1 a 10	38 92.70%	3 7.30%	41 100.00%
> 10 a 20	44 86.30%	7 13.70%	51 100.00%
>20	28 87.50%	4 12.50%	32 100.00%
Total	110 88.70%	14 11.30%	124 100.00%

Fuente: Elaboración Propia

**Tabla 11. Relación entre el nivel de realización personal y antigüedad en el trabajo**

Rango de antigüedad	Realización personal			
	Bajo	Medio	Alto	Total
1 a 10	1 2.40%	2 4.90%	38 92.70%	41 100.00%
> 10 a 20	2 3.90%	10 19.60%	39 76.50%	51 100.00%
>20	1 3.10%	7 21.90%	21 75.00%	32 100.00%
Total	4 3.20%	19 15.30%	101 81.50%	124 100.00%

Fuente: Elaboración Propia

### Relación entre el grado del síndrome de burnout y sexo

No se encontró relación entre el nivel de agotamiento emocional y sexo ( $\chi^2 = 0.795$ ,  $P=0.373$ ). Es decir, no existen diferencias significativas en la proporción de profesores con un nivel de agotamiento medio con respecto a la proporción de profesoras. Se puede observar de la tabla 13, que el 24.1% de los profesores reportan un nivel de agotamiento medio, mientras que en las mujeres este porcentaje es un poco más bajo (17.1%).

**Tabla 12. Relación entre el nivel de agotamiento emocional y sexo**

Sexo del docente	Nivel de Agotamiento Emocional		
	Bajo	Medio	Total
Hombre	63 75.90%	20 24.10%	83 100.00%
Mujer	34 82.90%	7 17.10%	41 100.00%
Total	97 78.20%	27 21.80%	124 100.00%

Fuente: Elaboración Propia

Con respecto al nivel de despersonalización, este reporta diferencias significativas por sexo ( $\chi^2 = 4.791$ ,  $P=0.029$ ). Se observa en la tabla 14, que es mayor el porcentaje de hombres (15.7%) que reportan un nivel medio de despersonalización con respecto a las mujeres (2.4%).

**Tabla 13. Relación entre el nivel de despersonalización y sex**

Sexo del docente	Nivel de Despersonalización		
	Bajo	Medio	Total
Hombre	70 84.30%	13 15.70%	83 100.00%
Mujer	40 97.60%	1 2.40%	41 100.00%
Total	110 88.70%	14 11.30%	124 100.00%

Fuente: Elaboración Propia

En la tabla 15, se muestran la relación entre la escala de realización personal y sexo. Se observa mayor porcentaje de mujeres (90.2%) con un nivel de realización personal alto en comparación a los hombres (77.1%). El nivel de realización personal bajo se presenta con mayor incidencia en los hombres que en las mujeres, sin embargo, estas diferencias encontradas no son significativas ( $\chi^2 = 3.261, P = 0.196$ ).

**Tabla 14. Relación entre el nivel de realización personal y sexo**

Sexo del docente	Realización Personal			
	Bajo	Medio	Alto	Total
Hombre	3 3.60%	16 19.30%	64 77.10%	83 100.00%
Mujer	1 2.40%	3 7.30%	37 90.20%	41 100.00%
Total	4 88.70%	19 11.30%	101 81.50%	124 100.00%

Fuente: Elaboración Propia

### **Relación entre el grado del síndrome de burnout y la edad**

Aunque no se encontró relación entre la edad y las escalas de agotamiento emocional ( $P = 0.337$ ), curiosamente se observa que, en los profesores de menor edad, es mayor la incidencia de agotamiento emocional (33.3%) y el nivel de agotamiento bajo se reporta con mayor frecuencia (81%) en los profesores mayores de 40 años. Ver tabla 16.

**Tabla 15. Relación entre el nivel de agotamiento emocional y edad**

Rango de edad	Nivel de Agotamiento Emocional		
	Bajo	Medio	Total
Menores de 30 años	12	6	18
	66.70%	33.30%	100.00%
De 30 a 40 años	38	10	48
	79.20%	20.80%	100.00%
Mayores de 40	47	11	58
	81.00%	19.00%	100.00%
Total	97	27	124
	78.20%	21.80%	100.00%

Fuente: Elaboración Propia

De manera semejante, no se encontró relación con la escala de despersonalización, y la edad ( $P=.866$ ). Se observa de la tabla 17, el mayor porcentaje de personas con un nivel medio de despersonalización se encuentra entre los de 30 a 40 años (12.5%) y con muy poca diferencia los mayores de 40 años (12.1%).

**Tabla 16. Relación entre el nivel de despersonalización y edad**

Rango de edad	Nivel de Despersonalización		
	Bajo	Medio	Total
Menores de 30 años	17	1	18
	94.40%	5.60%	100.00%
De 30 a 40 años	42	6	48
	87.50%	12.50%	100.00%
Mayores de 40	51	7	58
	87.90%	12.10%	100.00%
Total	110	14	124
	88.70%	11.30%	100.00%

Fuente: Elaboración Propia

**Tabla 17. Relación entre el nivel de realización personal y edad**

Rango de edad	Realización Personal			
	Bajo	Medio	Alto	Total
Menores de 30 años	0	1	17	18
	0.00%	5.60%	94.40%	100.00%
De 30 a 40 años	3	5	40	48
	6.30%	10.40%	83.30%	100.00%
Mayores de 40	1	13	44	124
	1.70%	22.40%	75.90%	100.00%
Total	4	19	101	124
	3.20%	15.30%	81.50%	100.00%

Fuente: Elaboración Propia

### **Relación entre el grado del síndrome de burnout y el grado de estudio del docente**

No se encontró relación entre el grado de estudio y las escalas del síndrome de burnout. Sin embargo, se destaca el hecho que el mayor porcentaje de profesores con un nivel medio de agotamiento emocional se encuentra entre los que tienen menos grado de estudio (25.7%). El 84.2% de los profesores con maestría se reportan con un nivel bajo de agotamiento emocional (ver tabla 19).

**Tabla 18. Relación entre el nivel de agotamiento emocional y máximo grado de estudio**

Máximo grado de estudio	Nivel de Agotamiento emocional		
	Bajo	Medio	Total
Licenciatura	52 74.30%	18 25.70%	70 100.00%
Maestría	32 84.20%	6 15.80%	38 100.00%
Doctorado	13 81.30%	3 18.80%	16 100.00%
Total	97 78.20%	27 21.80%	124 100.00%

Fuente: Elaboración propia

Para la escala de Despersonalización, el nivel medio se encontró con mayor porcentaje en los que tienen licenciatura y de nuevo los profesores con maestría son los que en su mayoría reportan un nivel bajo de despersonalización. Ver tabla 20.

**Tabla 19. Relación entre el nivel de despersonalización y máximo grado de estudio**

Máximo grado de estudio	Nivel de Despersonalización		
	Bajo	Medio	Total
Licenciatura	59 84.30%	11 15.70%	70 100.00%
Maestría	36 94.70%	2 5.30%	38 100.00%
Doctorado	15 93.80%	1 6.30%	16 100.00%
Total	110 88.70%	14 11.30%	124 100.00%

Fuente: Elaboración Propia

En cuanto a la escala de realización personal, son los profesores con maestría los que en su mayoría reportan un nivel alto (86.80%), le sigue los de doctorado con poca diferencia (81.30%). Ver tabla 21.

**Tabla 20. Relación entre el nivel de realización personal y máximo grado de estudio**

Máximo grado de estudio	Realización Personal			
	Bajo	Medio	Alto	Total
Licenciatura	2 2.90%	13 18.60%	55 78.60%	70 100.00%
Maestría	2 5.30%	3 7.90%	33 86.80%	38 100.00%
Doctorado	0 0.00%	3 18.80%	13 81.30%	16 100.00%
Total	4 3.20%	19 15.30%	101 81.50%	124 100.00%

Fuente: Elaboración Propia

### **Relación entre el grado del síndrome de burnout y el subsistema al cual pertenece.**

No se encontró relación con el síndrome de burnout y el sistema al cual pertenece el profesor. Sin embargo, se destaca el hecho que existe mayor incidencia de agotamiento emocional (24.40%) y despersonalización (12.20%), así como baja realización personal (3.30%) entre los profesores que trabajan en el subsistema federal. Ver tabla 22, 23 y 24.

**Tabla 21. Relación entre el nivel de agotamiento emocional y subsistema donde trabaja**

Subsistema donde trabaja	Nivel de Agotamiento Emocional		
	Bajo	Medio	Total
Estatad	29	5	34
	85.30%	14.70%	100.00%
Federal	68	22	90
	75.60%	24.40%	100.00%
Total	97	27	124
	78.20%	21.80%	100.00%

Fuente: Elaboración Propia

**Tabla 22. Relación entre el nivel de despersonalización y subsistema donde trabaja**

Subsistema donde trabaja	Nivel de Despersonalización		
	Bajo	Medio	Total
Estatad	31	3	34
	91.20%	8.80%	100.00%
Federal	79	11	90
	87.80%	12.20%	100.00%
Total	110	14	124
	88.70%	11.30%	100.00%

Fuente: Elaboración Propia

**Tabla 23. Relación entre el nivel de realización personal y subsistema donde trabaja**

Subsistema donde trabaja	Realización Personal			Total
	Bajo	Medio	Alto	
Estatad	1	4	29	34
	2.90%	11.80%	85.30%	100.00%
Federal	3	15	72	90
	3.30%	16.70%	80.00%	100.00%
Total	4	19	101	124
	3.20%	15.30%	81.50%	100.00%

Fuente: Elaboración Propia

## CONCLUSIONES

1. La muestra de profesores de Educación Física de la ciudad de Hermosillo arroja una presencia del síndrome de burnout bajo. Para el caso particular de la escala de agotamiento emocional (media = 16.99), la mayoría de los profesores reporta niveles bajo, así como para la escala de despersonalización (media = 7.74). En la escala de realización personal, la mayoría presenta niveles altos (media = 33.46).
2. El agotamiento emocional ni la despersonalización de los profesores no se ve afectado por la antigüedad en el trabajo, pero si la realización personal, ya que en los profesores con mayor antigüedad es más bajo el porcentaje que reporta niveles alto en esta escala.
3. El sexo no afecta al nivel de agotamiento emocional ni a la realización profesional del profesor, pero si se relaciona con el nivel de despersonalización, siendo los hombres los menos afectivos en las relaciones interpersonales en comparación a las mujeres.
4. La edad no se relaciona con la escala de agotamiento emocional ni con la despersonalización, pero si afecta a la realización personal de forma inversa, ya que los profesores más jóvenes son los que reportan en su mayoría niveles altos de realización personal.
5. El máximo grado de estudio no se relaciona con el síndrome de burnout ni el subsistema donde trabaja el profesor, sin embargo, se destaca que, en esta muestra, en el nivel federal se encuentran mayor porcentaje de profesores con el síndrome de burnout.



## REFERENCIAS

AAHPERD, (1990) Conceptos básicos de educación física, Edgar Lopategui  
Corsino (2001) <http://www.saludmed.com/EdFisica/EdFi-Cpt.html>

Álvaro, G. (2010) Educación física en la historia del mundo contemporáneo  
<http://www.efdeportes.com/efd148/la-educacion-fisica-en-la-historia.htm>

Arnold, L.(1968) Historia de la educación física, 1992 , Sainz varona  
<http://bicentenariotalagante.cl/archivos/wp-content/uploads/2015/06/historia-de-la-educacion-fisica-segundo-medio.pdf>

Colectivo de autores, (1979). Educación Física y Didáctica  
[http://ocw.um.es/gat/contenidos/jvgjimenez/Educacion\\_Fisica\\_Primeria\\_I\\_y\\_II/material\\_clase/contribuciones\\_de\\_la\\_ef\\_a\\_la\\_educacion\\_integral.html](http://ocw.um.es/gat/contenidos/jvgjimenez/Educacion_Fisica_Primeria_I_y_II/material_clase/contribuciones_de_la_ef_a_la_educacion_integral.html)

Definición de perfil"- Definicion.mx: <https://definicion.mx/perfil/>

Dencil, E. (2009) La Educación Física y su influencia en la formación integral del hombre para la vida <http://www.efdeportes.com/efd131/la-educacion-fisica-y-la-formacion-integral-del-hombre.htm>

Dzhamgarov y Puni, (1979) La Educación Física y su influencia en la formación integral del hombre para la vida <http://www.efdeportes.com/efd131/la-educacion-fisica-y-la-formacion-integral-del-hombre.htm>

Edgar, L. (2001) Conceptos básicos de educación física  
<http://www.saludmed.com/EdFisica/EdFi-Cpt.html>

Bruns, Bárbara y Luque, Javier, Profesores excelentes. Cómo mejorar el aprendizaje en América Latina, Washington D.C., Banco Mundial, 2015. SEP. (2017). “modelo educativo”.

Formación integral del hombre para la vida  
<http://www.efdeportes.com/efd131/la-educacion-fisica-y-la-formacion-integral-del-hombre.htm>

Freudenberger, H, J. (1974) Validación del cuestionario Maslach burnout inventory- student survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano, CES Psicología, 9, 1-15 <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=423545768002>

Garden, A. M (1987). Despersonalización: ¿Avalid dimensión of burnout? Human Relatiopns, 40, 545-560

González A, C. (2006). La educación física en la televisión: “Cuéntame cómo pasó”. Tándem: Didáctica de la Educación Física. Nº 21: 28-35. La imagen del docente de educación física en los libros de texto 639

Hermes, V, Maritza, P. & Luis, P. (2003) Burnout en profesores de educación física, Revista de Psicología del Deporte 12(2), 133-146. Recuperado de: <http://www.rpd-online.com/article/view/167>

Hernández, R. Fernández-Collado, C. Baptista, P. (2008) Metodología de la investigación. Ed. McGraw-Hill. México.

Kirchner, G. (1972) Historia de la educación física, 1992, Sainz varona  
<http://bicentenariotalagante.cl/archivos/wp-content/uploads/2015/06/historia-de-la-educacion-fisica-segundo-medio.pdf>

La educación física (2014) <https://www.clubensayos.com/Temas-Variados/La-Educaci%C3%B3n-F%C3%ADsica/2203014.html>

Lagardera y Lavega (2003) Educacion Fisica y Didactica  
[http://ocw.um.es/gat/contenidos/jvgjimenez/Educacion\\_Fisica\\_Primeria\\_I\\_y\\_II/material\\_clase/contribuciones\\_de\\_la\\_ef\\_a\\_la\\_educacin\\_integral.html](http://ocw.um.es/gat/contenidos/jvgjimenez/Educacion_Fisica_Primeria_I_y_II/material_clase/contribuciones_de_la_ef_a_la_educacin_integral.html)

Larousse Gran Diccionario: perfil. (n.d.) Gran Diccionario de la Lengua Española. (2016). Retrieved April 12 2017 Por  
<http://es.thefreedictionary.com/pe>

López Reíllo, Paloma y González García, D. 2006. Las creencias del profesorado acerca del alumnado de diversa procedencia cultural. En Actas del congreso Internacional de Educación Intercultural: "Formación del Profesorado en la Práctica". UNED. Madrid (España).

Lumpkin (1986) La educación física <https://www.clubensayos.com/Temas-Variados/La-Educaci%C3%B3n-F%C3%ADsica/2203014.html>

Maslach (1976) 1 Enero- Junio 2016 Validación del cuestionario maslach burnout inventory- student survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano, CES Psicología, 9, 1-15  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=423545768002>

Maslach & Jackson, (1981). 1 enero- junio 2016 Validación del cuestionario maslach burnout inventory- student survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano, CES Psicología, 9, 1-15  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=423545768002>

Maslach (1993) Comprendiendo el burnout <http://www.vitoria-gasteiz.org/wb021/http/contenidosEstaticos/adjuntos/es/16/40/51640.pdf>

Maslach Burnout Inventory (2.a Ed.). Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1986.

Nixon & Jewlett (1980) Conceptos Básicos de Educación Física, Edgar Lopategui Corsino (2001)<http://www.saludmed.com/EdFisica/EdFi-Cpt.html>

Parlebas (2001) Educación Física y Didáctica [http://ocw.um.es/gat/contenidos/jvgjimenez/Educacion\\_Fisica\\_Primaria\\_I\\_y\\_II/material\\_clase/contribuciones\\_de\\_la\\_ef\\_a\\_la\\_educacion\\_integral.html](http://ocw.um.es/gat/contenidos/jvgjimenez/Educacion_Fisica_Primaria_I_y_II/material_clase/contribuciones_de_la_ef_a_la_educacion_integral.html)

Pedro, B. (2012) <http://bicentenariotalagante.cl/archivos/wpcontent/uploads/2015/06/historia-de-la-educacion-fisica-segundo-medio.pdf>

Pérez-López, I. (2013). La educación física en las series de tele-visión españolas: ¿ficción o realidad? Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deportivo. 13. Nº 50: 199-

Pila, (1988) La Educación Física y su influencia en la

Real Academia Española, 2017.

Rose, (1925) Historia de la educación física, 1992 , Sainz varona  
<http://bicentenariotalagante.cl/archivos/wp-content/uploads/2015/06/historia-de-la-educacion-fisica-segundo-medio.pdf>

Secretaria de educación pública Ministerio de educación física Colombia  
Educación física parte 1 2000 Republica de Colombia  
[http://www.colombiaaprende.edu.co/html/mediateca/1607/articles-83644\\_archivo.pdf](http://www.colombiaaprende.edu.co/html/mediateca/1607/articles-83644_archivo.pdf)

SEP (2011) Programa de educación física 2011

SEP 2003 Antología de educación física. México  
[http://www.centrodemaestros.mx/documentos/ANTOLOGIA\\_EDU\\_FISICA.pdf](http://www.centrodemaestros.mx/documentos/ANTOLOGIA_EDU_FISICA.pdf)

SEP. (2011). Programa de estudio 2011 guía para el maestro. Libro 2011.  
México.

SEP. (2012) plan de estudio- “Lic. de educación física”. México. véase  
<http://www.dgespe.sep.gob.mx/planes/lef>

SEP. (2012). Plan de estudio-“perfil del egresado 2012” jun “Lic. de educación física”. México. [http://www.dgespe.sep.gob.mx/planes/lef/perfil\\_egreso](http://www.dgespe.sep.gob.mx/planes/lef/perfil_egreso)

SEP. (2017). evaluación del desempeño. Docentes y técnicos docentes. Ciclo escolar 2017-2018.

Zierer, (1971) Historia de la educación física, 1992 , Sainz varona  
<http://bicentenariotalagante.cl/archivos/wp-content/uploads/2015/06/historia-de-la-educacion-fisica-segundo-medio.pdf>

## ANEXO

### Encuesta

El objetivo de esta encuesta es conocer las condiciones de trabajo y su nivel de satisfacción.

A continuación, encontrará una serie de enunciados acerca de su trabajo y de sus sentimientos en él. Le pedimos su colaboración respondiendo a ellos como lo siente. No existen respuestas mejores o peores, la respuesta correcta es aquella que expresa verídicamente su propia existencia. Los resultados de este cuestionario son estrictamente confidenciales y confidenciales.

### Datos Personales

Sexo: H ( ) M ( ) Edad: \_\_\_\_\_ Antigüedad en la docencia: \_\_\_\_\_ Años

Máximo estudio realizado: Licenciatura ( ) Maestría ( ) Doctorado ( )

Nivel educativo: Preescolar ( ) Primaria ( ) Secundaria ( ) Educación Especial ( )

A cada una de las frases debe responder expresando la frecuencia con que tiene ese sentimiento de la siguiente forma:

- (1) Nunca (2) Algunas veces al año (3) Algunas veces al mes  
(4) Algunas veces a la semana (5) Diariamente

	ITEMS	1	2	3	4	5
1	Me siento emocionalmente defraudado en mi trabajo					
2	Cuando termino mi jornada de trabajo me siento agotado					
3	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento agotado					
4	Puedo entender fácilmente cómo se sienten los alumnos					
5	Siento que trato a algunos de mis alumnos como si fuesen objetos y no personas					
6	Tratar con estudiantes todo el día es realmente tenso para mí					
7	Trato eficazmente los problemas de los alumnos					
8	Siento que mi trabajo me está desgastando					
9	Siento que estoy influyendo positivamente en las vidas de otras personas a través de mi trabajo					
10	Siento que me he hecho más duro con la gente					
11	Me preocupa que este trabajo me está endureciendo emocionalmente					
12	Me siento muy enérgico en mi trabajo					
13	Me siento frustrado por el trabajo					
14	Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo					
15	Me es indiferente, realmente, lo que le sucede a los estudiantes que atiendo					
16	Trabajar directamente con alumnos, me produce mucho estrés					



17	Me es fácil crear una atmósfera relajada con los alumnos					
18	Me siento estimulado(a) después de trabajar directamente con los estudiantes					
19	Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo					
20	Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades					
21	Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada					
22	Siento que mis alumnos me echan la culpa de algunos de sus problemas					