

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN



LA INCIDENCIA DEL DESARROLLO DEL PROGRAMA AFRE DE EDUCACION FISICA EN LA AUTOESTIMA DE LOS ESCOLARES DEL CUARTO GRADO DE EDUCACION BASICA DEL CENTRO ESCOLAR “CANTON MILINGO” DEL MUNICIPIO DE CIUDAD DELGADO DEL DEPARTAMENTO DE SAN SALVADOR.

INFORME FINAL DE INVESTIGACION PRESENTADO POR:

Chávez Abel

Montano Guandique Fredy Omar

PARA OPTAR AL GRADO DE:

LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA EDUCACION ESPECIALIDAD EN EDUCACION FISICA DEPORTE Y RECREACION.

DOCENTE DIRECTOR:

M.D.U. Santos de Jesús Lucero Domínguez.

CIUDAD UNIVERSITARIA, 10 DE SEPTIEMBRE DE 2007

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

RECTORA

Doctora María Isabel Rodríguez

VICE-RECTOR ACADEMICO

Ingeniero Joaquín Orlando Machuca

VICE-RECTORA ADMINISTRATIVO

Doctora Carmen Rodríguez de Rivas

SECRETARIA GENERAL

Licenciada Alicia Margarita Rivas de Recinos

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

DECANA

Master. Ana María Glower de Alvarado

VICE DECANO

Máster. Carlos Ernesto Deras

SECRETARIA

Licenciada. Oralia Esther Román de Rivas

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACION

JEFE

MD. Fulvio Eduardo Granadino.

COORDINADOR GENERAL DEL PROCESO DE GRADUACION

MsDH. Rafael Girón Ascencio

DOCENTE DIRECTOR

MDU. Santos de Jesús Lucero Domínguez.

DEDICATORIA

Esta Investigación la dedico a Dios todopoderoso quien me ilumino para el logro de mis Metas, especialmente a mi Madre, Hermanos, Hijos, Esposa, Familiares, Amigos, Compañeros y Docentes por su apoyo y confianza, que me brindaron en todo momento, el cual me animo para Alcanzar el logro de mis Objetivos...

Abel Chávez

Dedico a Dios todo poderoso por haberme iluminado y confortado para poder alcanzar mi meta, a mis padres, hermanos, esposa e hijo por el apoyo moral, espiritual y material en los momentos mas difíciles en la realización de mi carrera, A los maestros que me guiaron en todo el proceso de mi aprendizaje, a mis amigos por su apoyo y amistad incondicional todos estos años.

Fredi Omar Montano Guandique.

INDICE

Pág.

INTRODUCCION.....	6
CAPITULO I	
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	
1.1. Situación problemática.....	7
1.2. Enunciado del problema.....	8
1.3. Justificación.....	8
1.4. Alcances y Delimitaciones.....	9
1.4.1. Alcances.	
1.4.2. Delimitaciones	
1.5. Objetivos.....	9
1.5.1. Generales	
1.5.2. Específicos	
1.6. Hipótesis de la Investigación.....	10
1.6.1. Generales	
1.6.2. Específicas	
1.7. Indicadores de trabajo.....	11
CAPÍTULO II	
MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes de la Investigación.....	15
2.2. Fundamentos Teóricos.....	15
2.2.1. La Personalidad.....	15
2.2.2. El Auto concepto.....	22
2.2.3. La Autoestima.....	23
2.2.4. Definición de Categorías de La Autoestima.....	31
2.2.5. Los Estudios de Motricidad y Personalidad.....	33
2.2.6. La Educación Física.....	34
2.3. Definición de términos básicos.....	35

CAPÍTULO III

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

3.1. Tipo de Investigación.....	37
3.2. Población.....	37
3.3. Estadístico, métodos, Técnicas e Instrumentos de Investigación.....	37
3.4. Metodología y Procedimientos.....	38

CAPÍTULO IV

ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS

4.1 Organización y Clasificación de los datos.....	40
4.2 Análisis e Interpretación de resultados de la Investigación.....	48
4.3. Resultados de la Investigación.....	52

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones.....	53
5.2 Recomendaciones.....	54
Bibliografía.....	55

CAPITULO VI

ANEXOS

I. Diagnóstico.....	56
II. Cuadro de relaciones.....	57
III. Programa de educación física AFRE	58
IV Instrumento de trabajo.....	65
V. Mapa de escenario.....	72
VI. Fotografías.....	73

INTRODUCCION

El propósito de esta Investigación fue el establecer la incidencia que tiene un adecuado Programa de Educación Física en la Autoestima de los y las estudiantes del cuarto grado de la Educación básica de un Centro Escolar Público de Ciudad Delgado de San Salvador. Por lo cual se diseñó un programa denominado AFRE (llamado así por el nombre de sus autores Abel y Fredy, quienes han seleccionado las actividades físicas, métodos y procedimientos de la educación física más adecuados para la promoción de la personalidad del educando.

El documento está dividido en seis partes, La primera se refiere, al Planteamiento de la Situación Problemática.

La segunda parte presenta el Marco Teórico de los componentes de la Autoestima en el orden siguiente: La Personalidad (los Rasgos Cardinales, Centrales y Secundarios), El Auto concepto (La Autoestima, como se forma, baja y buena Autoestima), y Educación Física.

La tercera parte representa la Metodología de la Investigación a través del tipo de Investigación, la Población, la Metodología y Procedimiento.

En la cuarta parte se presenta el Análisis e Interpretación de los Resultados obtenidos a través de una Prueba de entrada y una Prueba de salida sustentada en un Test Estandarizado de Autoestima.

La quinta parte se encuentra constituida por Conclusiones y Recomendaciones obtenidas de los Resultados de la Investigación y la Bibliografía de apoyo.

La sexta y última parte consta de Anexos que incluyen el Diagnóstico de la Realidad Nacional, cuadro de relaciones, Programa de Educación Física AFRE, Instrumento de Investigación, Mapa de Escenario y Fotografías.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA:

El Ministerio de Educación de El Salvador ha mantenido por más de una década interés en la Calidad de la Educación y en el Acceso a ésta, aunque los tiempos actuales le presentan nuevos retos que se esperan atender con los Programas estratégicos siguientes: 1- Megatec, 2- Conéctate, 3- Compite, 4- Edúcame, 5- Poder y, 6- Comprendo. Todos ellos responden a aspectos técnicos de la Educación, sin embargo hay que reconocer los señalamientos que a menudo hacen los estudiosos de la Personalidad de el Salvadoreño y la Salvadoreña quienes encuentran una enorme valladar en la Autoestima que generalmente presenta un nivel bajo, es decir hay baja Autoestima en el Salvadoreño y la Salvadoreña promedio.

Los efectos de una baja Autoestima son devastadores en la persona individual y por su puesto lo son en el colectivo por tratarse de un componente (Autoestima) de la Personalidad se advierte que los primeros 6 años de vida del individuo son vitales al respecto y que la familia básicamente es la responsable del asentamiento de la llamada base de la Personalidad. En un segundo momento cuando se trata del espacio de los 6 años a la pubertad la escuela básica pasa a ser un sistema capaz de incidir en la consolidación de la Personalidad de los niños y niñas que asisten a ella, dado que un promedio de 5 horas diarias por cinco días a la semana están en la escuela.

Un esfuerzo unificado de la escuela como sistema puede ser significativo para cambiar el curso de la historia que se repite en las generaciones de Salvadoreños / as, en lo que a baja Autoestima respecta, pudiendo promover la elevación de la mencionada. La Educación Física que se sirve en las escuelas básicas pudiera ser un buen baluarte en lo que se refiere a elevar la Autoestima del educando, más debe ser un objetivo prioritario

de este servicio y así realizar una selección adecuada de los medios a utilizar (Gimnasia, Deporte, Danza, etc.) y por su puesto de las técnicas y procedimientos a emplear.

Cabe la pregunta referida a que ¿Si se sirve un Programa de Educación Física con énfasis en la promoción de la Autoestima, es posible afectarla positivamente? Se vuelve necesario elaborar un programa de educación física para esta experimentación, que este caso se denomina AFRE por el nombre de sus autores Abel y Fredy.

(Ver anexo 3, pág. 59)

1.2 – ENUNCIADO DEL PROBLEMA:

¿En qué medida incide el desarrollo del Programa de Educación Física (AFRE), en la Autoestima de los estudiantes del Cuarto Grado del “Centro Escolar Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado del Departamento de San Salvador?.

1.2 –JUSTIFICACION

La Autoestima es un factor crítico de la Personalidad, de manera que si se logra establecer que hay una incidencia positiva de la Educación Física sobre la primera se puede recomendar al Ministerio de Educación, el fortalecimiento y orientación adecuada del servicio de la Educación Física en la escuela básica, ya que en la actualidad apenas se le da la Cobertura al 17% de este nivel del sector público y que este servicio se orienta básicamente al deporte y la competencia, aspectos excluyente que poco benefician lo afectivo emocional de la mayoría de educandos.

De otra manera se descubre otro recurso para el Psicólogo Escolar y para el maestro/a en general, finalmente se puede esperar la réplica de este estudio en otros Centros Escolares a fin de generalizar el aporte modesto que la Educación Física adecuada puede dar a la elevación de la Autoestima del educando salvadoreño/ a.

1.4 –ALCANCES Y DELIMITACIONES.

1.4.1. ALCANCES: Los logros de este estudio propician el respectivo beneficio a los alumnos y alumnas que conformaron el grupo experimental, además de constituirse en un conocimiento empírico base para recomendar al Ministerio de Educación y a los Centros Escolares de Básica, la implementación del servicio de la Educación Física.

1.4.2. DELIMITACIONES: Este estudio comprende la aplicación de un Programa de Educación Física por espacio de seis semanas(a razón de 2 horas por semana), a los estudiantes de cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado del Departamento de San Salvador, en el primer trimestre del año lectivo 2007.

1.5. OBJETIVOS.

1.5.1. GENERAL:

Establecer en qué medida el Programa de Educación Física AFRE, incide en el mejoramiento de la Autoestima de los/as estudiantes de cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado del Departamento de San Salvador.

1.5.2. ESPECIFICOS.

a.) Verificar en qué medida el desarrollo del Programa de Educación Física AFRE mejora la Imagen Corporal de los/as estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado.

b.) Evaluar en qué medida el desarrollo del Programa de Educación Física AFRE mejora la Autovaloración de los/as estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado.

c.) Determinar en qué medida el desarrollo del Programa de Educación Física AFRE mejora las Relaciones Interpersonales de los/as estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado.

1.6 – HIPOTESIS DE LA INVESTIGACION.

1.6.1. GENERAL:

Los/as estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado mejorarán su Autoestima después de recibir el Programa de Educación Física AFRE.

1.6.2. ESPECIFICAS:

- a) La Imagen Corporal de los/as estudiantes de cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado mejorará después de desarrollar el Programa de Educación Física AFRE.
- b) La Autovaloración de los/as estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado mejorara después de cumplir el Programa de Educación Física AFRE.
- c) Las Relaciones Interpersonales de los/as estudiantes de cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” Municipio de Ciudad Delgado mejorara después de recibir el Programa de Educación Física AFRE.

1.7. INDICADORES DE TRABAJO.

Las respuestas que los/ as estudiantes presentaron en el cuestionario de Pre- Test y en el de Post Test. Las manifestaciones diversas (nuevas) que los estudiantes expresaron durante el desarrollo del Programa referido a: Imagen Corporal Autovaloración y Relaciones Interpersonales.

OPERACIONALIZACION DE VARIABLES

HIPOTESIS	VARIABLES	INDICADORES	PREGUNTA
GENERAL Los estudiantes del Cuarto Grado del Centro Escolar Cantón Milingo del Municipio de Ciudad Delgado mejoraran su autoestima después de recibir el programa de Educación Física AFRE	VARIABLE INDEPENDIENTE “programa de educación física AFRE”	Tareas motoras atractivas Realizables Incluyentes variadas	¿En qué medida incide el desarrollo del programa de Educación Física (AFRE), en la auto estima de los estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar Cantón Milingo del Municipio de Ciudad Delgado del departamento de San Salvador?
	VARIABLE DEPENDIENTE “Autoestima”	Imagen corporal Autovaloraciones Relaciones Interpersonales	

CUADRO: I OPERALIZACION DE VARIABLES

HIPOTESIS	VARIABLES	INDICADORES	PREGUNTA
ESPECIFICA a) La imagen corporal de los/as estudiantes de cuarto grado del centro escolar Cantón Milingo del municipio de ciudad delgado mejorara después de desarrollar el programa de educación física AFRE	VARIABLE INDEPENDIENTE “programa de educación física AFRE”	Tareas motoras atractivas Realizables Incluyentes variadas	¿En qué medida el desarrollo el programa de educación física AFRE mejora la imagen corporal de los/as estudiantes del cuarto grado del centro escolar Cantón milingo del Municipio de Ciudad Delgado?
	VARIABLE DEPENDIENTE “Imagen Corporal”	<ul style="list-style-type: none"> • Cuido de su propio cuerpo • Aceptación de su propio cuerpo 	¿Me gusta mi cuerpo? ¿Estoy conforme con mi cuerpo? ¿Mi estatura me hace sentir mal? ¿Creo que mi cuerpo es feo? ¿Me gusta como soy? ¿Creo que soy bonito/a? ¿Vivo pensando que me gustaría cambiar mi cuerpo? ¿Cuándo ando sucio/a me dan ganas de bañarme?

CUADRO: II OPERALIZACION DE VARIABLES

HIPOTESIS	VARIABLES	INDICADORES	PREGUNTA
b) La Autovaloración de los/as estudiantes de cuarto grado del centro escolar Cantón Milingo del Municipio de Ciudad Delgado mejorara después de cumplir el programa de Educación Física AFRE	VARIABLE INDEPENDIENTE “programa de educación física AFRE”	Tareas motoras atractivas Realizables Incluyentes variadas	¿En qué medida el desarrollo el programa de educación física AFRE mejora la Autovaloración de los/as estudiantes del cuarto grado del centro escolar Cantón milingo del Municipio de Ciudad Delgado?
	VARIABLE DEPENDIENTE “ Autovaloración”	<ul style="list-style-type: none"> • Respeto hacia sí mismo • Ideas sobre si mismo • Sentimientos hacia sí mismo 	<p>¿Soy buena gente? ¿Soy listo/a? ¿Estoy decepcionado/a de mi mismo/a? ¿Me siento menos fuerte que mis amigos/as? ¿Soy miedoso/a? ¿Creo que soy un niño/a bueno/a? ¿Dejo que otras personas me insulten? ¿Me siento menos inteligente que mis amigos/as?</p>

CUADRO: III OPERALIZACION DE VARIABLES

HIPOTESIS	VARIABLES	INDICADORES	PREGUNTA
c) Las Relaciones Interpersonales de los/as estudiantes de cuarto grado del centro escolar Cantón Milingo del Municipio de Ciudad Delgado mejorara después de recibir el programa de Educación Física AFRE	VARIABLE INDEPENDIENTE “programa de educación física AFRE”	Tareas motoras atractivas Realizables Incluyentes variadas	¿En qué medida el desarrollo el programa de educación física AFRE mejora las Relaciones Interpersonales de los/as estudiantes del cuarto grado del centro escolar Cantón milingo del Municipio de Ciudad Delgado?
	VARIABLE DEPENDIENTE “Relaciones Interpersonales”	Relación con : <ul style="list-style-type: none"> • mi familia • con otras personas • percepción de los demás 	¿Mis amigos/as creen que soy listo/a? ¿Creo que hay muchas personas que me quieren? ¿Mis amigos/as confían en mí? ¿Soy una persona que le cae bien a los demás? ¿Vivo peleándome con los demás? ¿Creo que la mayoría de gente busca hacerme daño? ¿Me llevo bien con la mayoría de personas que conozco? ¿Me siento querido/a por otras personas?

CUADRO: IV OPERALIZACION DE VARIABLES

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACION

No se ha encontrado en los estudios realizados por los egresados de la Licenciatura en Educación Física Deporte y Recreación de La Universidad Evangélica tanto como de La Universidad De El Salvador, alguno que se refiera a la Autoestima y a la Educación Física.

2.2. FUNDAMENTOS TEORICOS.

Cuando se trata el tema de la Autoestima es inevitable adentrarse en el tema de Auto_ concepto y en el de Personalidad, que son los continentes a los que el primer tema corresponde de manera que se hará una revisión sobre los mencionados aspectos.

2.2.1. LA PERSONALIDAD.

Como alguien lo ha dicho a pesar de que la Personalidad del individuo es un aspecto muy particular de él o de ella, no es posible hacer una observación tan objetiva como se puede hacer acerca de sus ojos o de alguna parte de su cuerpo, es más cuando se observa que hay diferentes posiciones psicológicas desde donde se puede analizar este tópico se complican aún más las cosas; sin embargo hay desarrollos muy particulares de cada una de ellas que enriquece la discusión al respecto.

El concepto de Personalidad puede definirse como: El patrón de pensamientos, sentimientos y conducta que presenta un individuo (humano) y que persiste a lo largo de toda la vida, por ende a través de variadas situaciones¹

¹ www.monografias.com.lapersonalidad diferencia de los individuos

Las corrientes psicológicas que más tratan la Personalidad son: La Corriente Conductista, La Corriente Psicoanalítica y La Corriente Humanista.

A continuación un cuadro de referencias de distintas corrientes que se refieren a la Personalidad:

Corrientes	Psicoanálisis	Neopsicoanalítica	Humanista y Existencialista	
Autor Aspectos	Sigmund Freud	Carl Jung	Carl Rogers	Abraham Maslow
Estructura de la Personalidad	Ello Yo El súper Yo	Inconsciente personal con sus complejos. Inconsciente colectivo y sus arquetipos. Yo	Yo	Yo
Fuerza motivadora de la Personalidad	Libido impulso sexual	Psique (mente)	Yo	Yo
Significado de Yo	Es el ejecutor de la Personalidad	Es la mente consciente de un individuo, la parte que selecciona las perfecciones, pensamientos, sentimientos	El elemento importante de la experiencia, el constructo científico que ayuda a explorar lo que se observa	Imagen que se percibe de si mismo

Cuadro V: Cuadro Sinóptico de las Corrientes Psicológicas y la Personalidad.

La Corriente Psicoanalítica: Ha sido representada por Sigmund Freud quien a la manera de ver de algunos estudiosos es el más influyente teórico de la Personalidad. Según Freud el fundamento del comportamiento humano se encuentra en los que el denomino instintos o impulsos, los que se dividen en dos grupos: los referidos al Ello que son impulsos o deseos inconscientes que sin cesar buscan expresión y los instintos del Yo que Median entre las exigencias del ambiente, la conciencia y las necesidades instintivas.

Los instintos se refieren como: Los instintos de la vida ejemplo: hambre, auto preservación y el sexo y los instintos de la muerte como son aquellos asociados con la agresividad, la destrucción y la muerte, ya puede imaginarse el lector todas esas fuerzas, manifiestas en el comportamiento del individuo, con más o menos predominio de alguna o algunas de ellas, aspectos que caracterizan a cada sujeto con su Personalidad, debe suponerse pues una batalla campal al interior de la persona y el supuesto predominio de alguna de ellas.

Hay quienes al referirse a los planteamientos de Freud, le restan la posibilidad de generalización de sus datos, aduciendo que él, solo ha tratado a personas enfermas afectivas y emotivamente, por lo que sus ideas no responden al universo de personas que no adolecen de tales padecimientos.

La Corriente Conductista de la Psicología: Por su afiliación positiva ha tenido al menos en los años 40, 50, y 60 amplio reconocimiento y porque no decirlo gran acogida por su arraigo a medir y cuantificar cuanto fenómeno se proponga estudiar. La Personalidad entonces solo responde a un conjunto de respuestas relativas a un cuadro dado de estímulos (circunstancias), bastara recordar lo expresado por Watson “Denme un niño o dos y haré de ellos lo que desee, bandoleros o personas de bien.” Lo anterior solo presenta al ser humano como víctima pasiva de las circunstancias o de las experiencias previas, dicho de otra manera limita el comportamiento a determinadas causas. Al respecto se suele criticar al Conductismo por desarrollar una representación

atomizada de la conducta humana así pues este dice mucho sobre la conducta pero poco sobre la persona.

La Corriente Psicológica Humanista: Reconocida como la tercera fuerza, por la razón de cierta condición ecléctica, que retoma algunos aspectos de las otras dos corrientes pero que a su vez añade o genera planteamientos diferentes y novedosos acerca de la conducta del ser humano.

Entre los exponentes de este pensamiento se encuentran: Abraham Maslow y Carl Roger², el segundo al presentar su teoría de la Personalidad se fundamenta en dos constructos: el organismo y el sí mismo.

El organismo: sería el Centro de cualquier experiencia que incluya todo aquello que ocurre internamente en el organismo. Esta totalidad de experiencias constituye el campo fenoménico, que es el marco de referencia individual conocido solo por la persona. De hecho el modo como el individuo se comporta depende del campo fenoménico, es decir la realidad subjetiva y no de las condiciones estimulantes (realidad externa), este campo fenoménico sería entonces para Rogers la simbolización de parte de las experiencias de cada persona. Es posible, sin embargo que la experiencia no se represente de un modo correcto en dicho caso la persona se desempeñara inadecuadamente. Según la teoría de Rogers todas las personas tienden a confrontar sus experiencias simbólicas con el mundo objetivo, esta verificación de la realidad le proporciona al sujeto un conocimiento confiable del mundo el cual le permite conducirse adecuadamente en la sociedad, sin embargo en algunas ocasiones estas verificaciones pueden ser incorrectas, lo cual conlleva al individuo a tener un comportamiento carente de realismo.

El sí mismo: Por otra parte sería una parte del campo fenoménico que poco a poco se va diferenciando y que en definitiva representa lo que la persona es. Además del sí mismo como tal, existe un si mismo ideal que representa lo que la persona debería ser.

Podríamos decir entonces, en términos más simples, que el Yo o “si mismo” estaría constituido por un conjunto cambiante de percepciones que se refieren al propio

² Bárbara Engler Teoría de la personalidad 4º edición.

individuo como ejemplo de estas percepciones tendríamos: atributos, capacidades, valores, etc. Que el sujeto reconoce como descriptivos de su persona y que percibe como parte de su identidad. Mientras que el organismo sería la unidad Psicofísica total de la cual el Yo, formaría parte.

El organismo posee la tendencia innata a la actualización, la cual preside el ejercicio de todas las funciones, tanto Físicas como de la experiencia. Tiende constantemente a desarrollar las potencialidades del individuo para asegurar su conservación y enriquecimiento, teniendo en cuenta las posibilidades y los límites del ambiente. Por lo tanto, ya que el Yo o “sí mismo” es parte del organismo podemos concluir que también está sujeto a lo que es la tendencia actualizadora. La tendencia a la actualización del Yo actúa constantemente y tiende, también constantemente a la conservación y al enriquecimiento del Yo, es decir, se opone a todo lo que lo comprometa. Sin embargo, el éxito o la eficacia de esta acción no depende de la situación real u objetiva, si no de la situación de cómo el sujeto la percibe, y el sujeto percibe la situación en función de la noción que tiene de su Yo. Podríamos decir entonces que, de acuerdo a Rogers, el mundo es percibido a través del prisma del Yo, o sea, lo que se refiere al Yo tiene tendencia a ser percibido en relieve y es susceptible de ser modificado en función de los deseos del sujeto, mientras que lo que no tiene relación con el Yo, tiene tendencia a ser percibido de forma más vaga o a ser totalmente pasado por alto. De tal modo que en última instancia, es la noción que se tiene del Yo la que determina la eficacia o ineficacia de la tendencia actualizante.

Un ejemplo de lo anterior sería el caso de un sujeto invitado a participar de un festival de canto. Si él se percibe a sí mismo como una persona desafinada evitara presentarse a la competición, por muy talentoso que este, de hecho, sea y por muy ventajosa que sea la oportunidad. Esto se debe que para el sujeto la participación en el concurso en lugar de representar una ocasión de enriquecimiento, se presenta como un riesgo para la conservación de su yo, tal como él lo percibe. Supongamos luego que el mismo sujeto se percibe a sí mismo como poco resistente a los fracasos y al ridículo. En presencia de tal

concepción del yo, la tendencia actualizadora en lugar de incitar al sujeto a participar del festival le lleva, mas bien, a abstenerse, defendiendo la imagen que tiene de sí mismo.

A partir de lo anterior podemos observar que la eficacia de la tendencia a la actualización del Yo depende del carácter realista de la noción del Yo. La noción del Yo es realista cuando hay correspondencia o congruencia entre los atributos que el sujeto cree poseer y los que posee en realidad. Para comprobar el carácter realista de cualquier percepción que atañe a la noción del Yo, el individuo dispone de dos clases de criterios. El primero se refiere a la experiencia vivida del sujeto (a propósito del objeto en cuestión), mientras que el segundo consiste en el testimonio que da la conducta del sujeto y la de los demás respecto a él. En el caso de que la noción del Yo sea real, la actualización estará guiada de un modo adecuado y el individuo tendrá bastantes probabilidades de alcanzar los fines que se propone. En el caso contrario, es decir, cuando la noción del Yo lleva consigo lagunas y errores la tendencia a actualizarse no aparecerá clara, se propondrá fines difíciles de alcanzar, sino irrealizables que terminaran en frustraciones y fracasos, los cuales obstaculizan el buen rendimiento.

Un planteamiento muy particular es la teoría de los rasgos, los teóricos de los rasgos rechazan la idea sobre la existencia de unos cuantos tipos muy definidos de Personalidad. Señalan que la gente difiere en muchas características o rasgos, tales como, Dependencia, Ansiedad, Agresividad y Sociabilidad. Todos poseemos estos rasgos pero unos en mayor o menor grado que otros.

Desde luego es imposible observar los rasgos directamente, no podemos ver la Sociabilidad del mismo modo que vemos el cabello largo de una persona, pero si esa persona asiste constantemente a fiestas y diferentes actividades, podemos concluir que esa persona posee el rasgo de la Sociabilidad.

Los rasgos pueden clasificarse en Cardinales, Centrales y Secundarios.

Los Rasgos Cardinales: Son tan generales que influyen en todos los actos de una persona. Un ejemplo de ello podría ser una persona tan egoísta que prácticamente todos sus gestos lo revelan.

Los Rasgos Centrales: Son más comunes, y aunque no siempre, a menudo son observables en el comportamiento. Ejemplo: una persona agresiva tal vez no manifieste este rasgo en todas las situaciones.

Los Rasgos Secundarios: Son atributos que no constituyen una parte vital de la persona pero que intervienen en ciertas situaciones. Un ejemplo de ello puede ser, una persona sumisa que se moleste y pierda los estribos.

Al margen de las teorías de los rasgos puede observar que hay cinco componentes que en mayor o menor medida están presentes en la Personalidad estos son:

Extroversión: constituido por ser Locuaz, Atrevido, Bullicioso, Vigoroso, Espontáneo, Efusivo, Energético, Entusiasta, Aventurero, Comunicativo, Franco, Llamativo, Ruidoso, Dominante, Sociable.

Afabilidad vista en la persona como: Cálida, Amable, Cooperativa, Desprendida, Flexible, Justa, Cortes, Confiada, Indulgente, Servicial, Agradable, Afectuosa, Tierna, Bondadosa, Compasiva, Considerada, y Conforme.

Dependencia caracterizada por ser: Organizado, Dependiente, Escrupuloso, Responsable, Trabajador, Eficiente, Planeador, Capaz, Deliberado, Esmerado, Preciso, Practico, Concienzudo, Serio, Ahorrativo, y Confiable.

Estabilidad Emocional observada en un tipo como: Impasible, no Envidioso, Relajado, Objetivo, Tranquilo, Calmado, Sereno, Bondadoso, Estable, Satisfecho, Seguro, Imperturbable, Poco Exigente, Constante, Placido, y Pacifico.

Cultura ó Inteligencia observada en la persona así: Inteligente, Perceptiva, Curiosa, Imaginativa, Analítica, Reflexiva, Artística, Perspicaz, Sagaz, Ingeniosa, Refinada,

Creativa, Sofisticada, Bien Informada, Intelectual, Hábil, Versátil, Original, Profunda, y Culta.

Teorías de la Personalidad y su Consistencia: Todas las teorías de la Personalidad, en general, manifiestan que el comportamiento, es congruente a través del tiempo y de las situaciones. Según esta perspectiva, una persona agresiva tiende a ser agresiva en una amplia gama de situaciones y continuara siendo agresivo/a de un día a otro de un año a otro. Este comportamiento constantemente agresivo es una prueba de la existencia de un rasgo de la Personalidad subyacente de agresividad, o de una tendencia a ella.

No obstante algunos teóricos, se preguntan si en realidad al ser humano mantiene una conducta persistente y consiente.

¿Interviene la herencia en la adquisición de la Personalidad?

Un conocimiento cada vez mayor de investigaciones indica que sí³. Los estudios comparativos de gemelos idénticos que comparten el mismo material genético, indican que se parecen mucho más que los gemelos fraternos en características de la Personalidad como Emotividad, Sociabilidad, e Impulsividad. Por consiguiente se determina⁴ científicamente que la herencia influye genéticamente en la adquisición de una Personalidad determinada.

2.2.2. EL AUTO CONCEPTO.

Por lo antes expuesto en el tema de la Personalidad se advierte que un aspecto determinante en la conducta constante con que el individuo se manifiesta en el medio social, es el Auto concepto, y vaya que sí lo es puesto que este se refiere a un conjunto bastante amplio de representaciones mentales, que incluyen imágenes y juicios, por su puesto después de los conceptos relativos así mismo que tiene la persona. En estas representaciones mentales e ideas de uno mismo están comprendidos los diferentes aspectos como: Corporales, Psicológicos, Sociales y Morales.

³ [www..monografias.com.lapersonalidad](http://www.monografias.com.lapersonalidad) diferencia de los individuos

⁴ Carl Rogers, Teoría de la personalidad, Pág. 333.

Se encuentra en el Auto concepto juicios descriptivos y también juicios evaluativos sobre la valoración hacia sí mismo, aspectos que además conforman la Autoestima.

El Auto concepto puede referirse a la propia persona como un todo⁵, a la representación global que se tiene de sí mismo o también a aptitudes o características que tratan por ejemplo sobre la propia capacidad intelectual, a la habilidad en ciertas partes, o al éxito con personas de otro sexo, así entonces el Auto concepto en autoconocimiento y engloba operaciones y esquemas cognitivos: auto percepciones, juicios descriptivos y evaluativos y memoria autobiografía.

El Auto concepto⁶ igual que la Personalidad o como componente de ella se puede decir, que es consistente a través del tiempo y de las diferentes circunstancias por ello se relaciona tanto con el rendimiento deportivo, laboral y por su puesto en el aprendizaje.

2.2.3. AUTOESTIMA.

La Autoestima se encuentra asociada al Auto concepto desde que este se compone de juicios descriptivos y juicios evaluativos, así la Autoestima se puede considerar como que esta es el sentimiento valorativo de nuestro ser⁷, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, puede entonces verse la Autoestima como parte del componente valorativo del auto concepto, de lo anterior se establece que si consigue afectar positivamente a la Autoestima esto ayuda en parte al mejoramiento del auto_ concepto y esto se traslada a su vez en beneficio para la Personalidad.

Se dice que la Autoestima se puede abordar desde dos niveles que son: 1- El Energético, y 2- El Psicológico. Desde el punto de vista energético se entiende que Autoestima es la fuerza innata que impulsa al organismo hacia la vida, hacia la ejecución armónica de todas sus funciones y hacia su desarrollo, que le dota de organización y direccionalidad en todas sus funciones y procesos, ya sean estos cognitivos, emocionales o motores.

De aquí se desprende que:

⁵ Félix guillen García Introducción a la Psicología de la Actividad Física y el Deportes

⁶ José Lorenzo, psicología del deporte G. 1997

⁷ Luís Jorge G.1995. Autoestima. Desarrollo Humano Hasta el infinito desde PNL. Editorial Lumen

- Existe una fuerza primaria que nos impulsa hacia la vida.
- Esa fuerza posibilita la realización de las funciones orgánicas armónicamente.
- Esa fuerza nos permite desarrollarnos.
- Esa fuerza nos permite tener una organización, una estructura.

Esa fuerza es responsable de nuestros procesos de funcionamiento, y tiene que ver con nuestros pensamientos, nuestros estados emocionales y nuestros actos.

Autoestima desde un punto de vista Psicológico puede decirse que: Es la capacidad desarrollable de experimentar la existencia, conscientes de nuestro potencial y nuestras necesidades reales; de amarnos incondicionalmente y confiar en nosotros para lograr nuestros objetivos, independientemente de las limitaciones que podamos tener o de las circunstancias externas generadas por los distintos contextos en los que nos corresponda interactuar.

De aquí se desprende lo siguiente:

- La Autoestima es una disposición, un contenido, un recurso natural en el ser humano.
- La Autoestima es desarrollable.
- La Autoestima solo existe desarrollada con la experiencia de la vida.
- La Autoestima está relacionada con el hecho de estar consciente de nuestras potencialidades y necesidades.
- La Autoestima está relacionada con la confianza en uno mismo.
- Existen necesidades reales y otras que no lo son aunque a veces así lo pensamos.
- La Autoestima está relacionada con el amor incondicional hacia uno mismo.
- La Autoestima orienta la acción hacia el logro de los objetivos y el bienestar general.
- Podemos tener limitaciones y a pesar de ello tener Autoestima.
- Los eventos externos, las contingencias, no necesariamente deben afectar nuestra Autoestima, amenos no de manera estable o permanente.

¿Cómo se forma la Autoestima?

Desde el momento mismo en que somos concebidos, cuando el vínculo entre nuestros padres se consuma y las células sexuales masculinas y femeninas se funden para originarnos, ya comienza la carga de mensajes que recibimos, primero de manera energética y luego psicológica.

Debido a que los pensamientos y emociones son manifestaciones de energía y en el organismo se presentan en forma de reacciones eléctricas y químicas, cada vez que una mujer embarazada piensa o siente algo con respecto al niño en formación, su cerebro produce una serie de químicos que se esparcen por todo su cuerpo y que la criatura recibe y graba en su naciente sistema nervioso, sin tener la suficiente conciencia como para comprender y rechazar lo que recibe a través de un lenguaje químico intraorgánico.

El hecho de que alguno de los progenitores, por ejemplo: asuma como un problema la llegada del niño, es captado por este emocionalmente, y su efecto formara parte del archivo inconsciente del pequeño y tendrá repercusiones más adelante, cuando reaccione a diferentes formas y no logre comprender las causas generadoras de sus conflictos, igualmente cuando ya se haya producido el alumbramiento, todo estímulo externo influirá en el recién nacido y le ira creando una impresión emocional que influirá en sus comportamientos futuros. Los padres y otras figuras de autoridad, serán piezas claves para el desarrollo de la Autoestima del niño, quien dependiendo de los mensajes recibidos, reflejara como espejo lo que piensan de él y se asumirá como un ser Apto, Sano, Atractivo, Inteligente, Valioso, Capaz, Amado y Apoyado o, por el contrario, como alguien Enfermo, Feo, Ignorante, Desvalorizado, Indigno, Irrespetado, Odiado y Abandonado. La forma como nos tratan define la forma como nos trataremos, por que esa es la que consideramos como la más normal..

Con la llegada de la pubertad y la adolescencia, se da la bienvenida a la sexualidad y a la necesidad del joven de encontrarse a sí mismo. Se inicia la llamada “brecha generacional” y el tránsito hacia una mayor definición de la Personalidad. Esta etapa es crucial ya que en ella surgen con fuerza la competencia y el deseo de ser mejor que los demás. El joven experimenta una gran necesidad de aprobación por parte de su grupo

cercano y aprende a dirigirse hacia quienes lo aplauden y a huir de quienes lo critican. Desarrolla con tal de ser querido, conductas muy específicas que se generalizaran hacia la vida adulta.

El ingreso al mundo laboral complica el asunto de la formación y la manifestación de la Autoestima, ya que en este contexto se nos mide por qué hacemos y no por lo que somos, si produces te quedas y si no te vas. Esta es la medida cuando de dinero se trata.

Finalmente en la pareja y el matrimonio se expresa mucho de lo aprendido en los años precedentes, grabaciones, condicionamientos, tradiciones lo que fue vertido en el molde durante muchos años y que hemos llegado a creer que somos. En este tiempo formamos parte de una sociedad uniformada en la que muchos han renunciado a expresar su originalidad y tienen ideas fijas de las cosas, que casi siempre siguen aunque no les funcionen. La inconsciencia y falta de comprensión de lo que ocurre, induce a culpar, a resentir, a atacar a agredir a los demás, a quienes se ve “como malos que no nos comprenden”.

Para entonces ya hemos construido una imagen de nosotros (auto imagen), puesto que habremos aprendido una forma de funcionar, y llevamos como marca en la piel de ganado el sello de lo que creemos que podemos o no ser y tener.

¿Baja Autoestima?

Tenemos en el interior sentimientos no resueltos, aunque no siempre seamos conscientes de estos. Los sentimientos ocultos de dolor suelen convertirse en enojo, y con el tiempo volvemos el enojo contra nosotros mismos, dando así lugar a la depresión. Estos sentimientos pueden asumir muchas formas: odiarnos a nosotros mismos, ataques de ansiedad, repentinos cambios de humor, culpas, reacciones exageradas, hipersensibilidad, encontrar el lado negativo en situaciones positivas, o sentirse impotentes y autodestructivos.

Cuando una persona no logra ser auténtica se le originan los mayores sufrimientos, tales como, enfermedades psicológicas, la depresión, la neurosis, y ciertos rasgos que pueden

llegar o no ser patológicos pero crean una serie de insatisfacciones y situaciones de dolor, como ejemplo, timidez, vergüenza, temores, trastornos psicosomáticos.

La Autoestima es importante por que es nuestra manera de percibirnos y valorarnos como así también moldea nuestras vidas. Una persona que no tiene confianza en si misma, ni en sus propias posibilidades, puede que sea por experiencias que así se lo han hecho sentir o por mensajes de confirmación o desconfirmación que son transmitidos por personas importantes en la vida de esta, que la alientan o la denigran.

Otra de las causas por las cuales las personas llegan a desvalorizarse, es por la comparación con los demás, destacando de estos las virtudes en las que son superiores, por ejemplo: sienten que no llegan a los rendimientos que otros alcanzan; creen que su existencia no tiene una finalidad, un sentido y se sienten incapaces de otorgárselo; sus seres significativos los descalifican y la existencia se reduce a la de un ser casi sin ser. No llegan a comprender que todas las personas son diferente, únicas e irrepetibles, por lo que se consideran menos que los demás.

La persona va creciendo y formando su Personalidad dentro del ambiente familiar, que es el principal factor que influye en la formación de la misma, ya que le incorpora a esta los valores, reglas y costumbres que a veces suelen ser contra producente. Algunos de los aspectos ya mencionados son incorporados, a la familia, por medio del “modelo” que la sociedad nos presenta, y este es asimilado por los grupos sociales. Pero la Personalidad de cada uno, no solo se forma a través de la familia, sino también con lo que esta cree que los demás piensan de ella y con lo que piensa de sí misma, al salir de este ambiente y relacionarse con personas de otro grupo diferente.

La escuela juega un papel muy importante en el desarrollo de la Autoestima del educando y es fundamental que los maestros o docentes en quienes los padres confíen, sean capaces de transmitir valores claros. Es muy importante que se les enseñe a los niños el significado de esos valores. Los maestros deben conocer el ambiente y aceptarlo si quieren ayudar a los niños a que vean estos dentro del mismo. En todos los ambientes el niño tiene las mismas necesidades básicas de amor y seguridad, el derecho de ser una persona de valor y tener la oportunidad de triunfar.

Los educadores deben estar conscientes de los diferentes ritmos de desarrollo de cada niño para que el mismo se sienta cómodo con él propio y su capacidad de desarrollo.

También podemos decir que los maestros pueden favorecer u obstaculizar el proceso por el cual uno puede encontrarse a sí mismos. Es por esto que el educador tiene mucha responsabilidad en este tema tan importante o en esta cuestión que requiere del tiempo necesario para que uno se encuentre a sí mismo. También es necesario saber que la mente de cada niño está llena de imágenes. Estas imágenes son de tres dimensiones. En primer lugar, se relaciona con la imagen que tiene de sí mismo. Puede imaginarse así mismo como una persona que puede llegar a triunfar, por el contrario, el niño puede tener la impresión de ser una persona de poco valor, con escasa capacidad y pocas posibilidades de lograr éxitos en algún área de su actividad.

El segundo grupo de imágenes se vincula con la opinión que el niño tiene de sí mismo en relación con otras personas. Puede considerarse que sus valores, sus actitudes, su hogar, sus padres, el color de su piel o su religión son la causa de que se le mire con temor, desconfianza y disgusto, o que se le trate con interés. La imagen que cada niño tiene de sí mismo se forma a través del reflejo de las opiniones de los demás.

El tercer juego de imágenes se vincula con la imagen de sí mismo, tal como desearía que fuera. Si la distancia entre estas dos imágenes, como se ve realmente y la imagen idealizada, no es grande, se puede decir que se acepta a sí mismo como persona.

Por todo lo mencionado es muy importante que la escuela del niño ayude al mismo a descubrir y aprender a ser la persona que siempre quisieron ser, respetándole sus tiempos, sus conflictos y sus confusiones, pero básicamente la Autoestima es como punto de sustento.

Actitudes ó Posturas habituales que indican Autoestima baja.

Autocrítica dura y excesiva que la mantiene en un estado de insatisfacción consigo mismo.

Hipersensibilidad a la crítica, por la que se siente exageradamente atacado/o, herida/o; echa la culpa de los fracasos a los demás o a la situación; cultiva resentimientos tercos contra sus críticos.

Indecisión crónica, no por falta de información, si no por miedo exagerado a equivocarse.

Deseo permanente de complacer, por el que no se atreve a decir NO por miedo a desagradar y a perder la buena opinión del peticionario.

Perfeccionismo, autoexigencia esclavizadora de hacer “perfectamente” todo lo que intenta, que conduce a un desmoronamiento interior cuando las cosas no salen con la perfección exigida.

Culpabilidad neurótica, por la que se acusa y se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores y delitos y/o los lamenta indefinidamente, sin llegar nunca a perdonarse por completo.

Hostilidad flotante, irritabilidad a flor de piel, siempre a punto de estallar aún por cosas de poca importancia, propia del supercrítico a quien todo le sienta mal, todo le disgusta, todo le decepciona, nada le satisface.

Tendencia defensiva un negativo generalizado (todo lo ve negro: su vida, su futuro y, sobre todo, su sí mismo) y una inapetencia generalizada del gozo de vivir y de la vida misma.

Buena Autoestima

No se habla de una alta Autoestima, si no del narcisismo o de una buena Autoestima. El narcisismo es el amor excesivo hacia uno mismo o de algo hecho por uno mismo, por eso se dice que una persona es narcisista, cuando está enamorado de sí mismo, es decir de lo que piensa, de lo que hace, de cómo es, de cómo se viste, etc. Pero no del propio ser si no de la imagen del yo en relación al narcisismo, hay que tener en cuenta dos elementos, uno la imagen, que es como se ve exteriormente la persona y la otra es el amor, que es el amor excesivo de la persona, hacia sí mismo. La presentación del narcisismo en el niño son simplemente las palabras e imágenes que les transmitieron sus

padres por eso se dice que los padres tienden a atribuirle al niño toda la afección y se niegan o se olvidan todos sus supuestos defectos.

Alguien con una buena Autoestima no necesita competir, no se compara, no envidia, no se justifica por todo lo que hace, no actúa como si “pidiera perdón por existir”, no cree que está molestando o haciendo perder el tiempo a otros se da cuenta de que los demás tiene sus propios problemas en lugar de echarse la culpa “por ocasionar molestias”.

La Autoestima puede ser evaluada a través de los siguientes indicadores:

I- Imagen Corporal con sus componentes:

- 1- Cuido/ descuido de su propio cuerpo (uso de drogas / sexualidad/ aseo personal).
- 2- Aceptación/ rechazo de su propio cuerpo.
- 3- Salud.

II- Autovaloración y sus aspectos:

- 1-Respeto/ irrespeto hacia sí mismo.
- 2- Ideas sobre sí mismo.
- 3- Sentimientos hacia sí mismo.

III- Capacidades y Habilidades que comprende:

- 1- Autonomía/ independencia.
- 2- Tolerancia/ intolerancia a la frustración.
- 3- Capacidad / incapacidad de sobre vivir (uso de estrategias de supervivencia).

IV-Relaciones Interpersonales con:

- 1- La Familia.
- 2- Percepción de los demás (de los demás sobre mí y de mí sobre los demás).

V- Expectativas sobre el Futuro

- 1- Metas para el futuro.
- 2- Visión optimista/pesimista del futuro
- 3- resistencia/ capacidad para el cambio.

2.2.4 DEFINICION DE CATEGORIAS DE LA AUTOESTIMA.

Imagen Corporal:

La Imagen Corporal incluye sentimientos, actitudes y creencias acerca del propio cuerpo, la mayor preocupación con respecto a nuestro cuerpo viene después de los años de primaria Y durante la adolescencia en la que se presentan muchos cambios corporales, fluctuaciones hormonales y cambios morfológicos dramáticos, el cuerpo toma así un intenso significado.

Así es importante, en la Educación de la Autoestima, los valores corporales: para el, la persona con una alta Autoestima debe ponderar su cuerpo, aceptarlo con sus limitaciones y defectos, admirarlo y sentirse agraciada y feliz con él.

Autovaloración: La necesidad más profunda de las personas es sentir que valen, las personas con Autoestima alta consideran que valen, se ven como iguales a los demás, no pretenden ser perfectas, reconocen sus limitaciones y esperan crecer y mejorar.

La Autoestima es una experiencia íntima, es lo que el individuo piensa y siente sobre sí mismo, además, se refiere al auto respeto como al hecho de mantener y defender apropiadamente nuestros sentimientos, deseos y necesidades. Con una Autoestima alta creemos que nuestros pensamientos tienen valor.

Capacidades y Habilidades: Se refieren al sentimiento de que uno es competente para vivir, al ser competente incluye la confianza que uno le tiene a su mente, a sus sentimientos y comportamientos y como estos se relacionan con la realidad de la propia existencia.

La auto eficacia como la convicción de que somos capaces de pensar, juzgar, saber y corregir nuestros errores, es el confiar en nuestros procesos y habilidades mentales; es el sentido básico de confianza en los retos de la vida. Existen dos tipos de eficacia: la eficacia metafísica, es decir el tipo de eficacia que atañe la relación

básica de un hombre con la realidad, orientada a la realidad de sus procesos de pensamiento; y la eficacia particularizada, que se refiere a la efectividad del individuo en áreas específicas de su quehacer, resultando en conocimientos y habilidades particulares que este ha adquirido.⁸

El individuo con una Autoestima convenientemente desarrollada será capaz de usar las habilidades que posea para afrontar aquellas situaciones que las requieran y se verá capaz de ir haciéndose cargo de su propia vida; actuara independientemente, es decir, que elegirá y decidirá como emplear el tiempo, el dinero, sus ocupaciones, etc. Tolerara bien la frustración, es decir, sabrá encarar las frustraciones de distintas maneras, esperando, riéndose de sí mismo, etc. Y será capaz de hablar de lo que lo entristece.

Relaciones Interpersonales: Las relaciones sociales preveen un sentimiento de dependencia y valor a nuestras creencias, sentimientos y a nuestra propia valía, todos experimentamos, en gran medida, quienes somos, en el contexto de nuestras relaciones.

La Autoestima influye sobre el individuo en cómo se relaciona con los demás; el individuo con una Autoestima bien desarrollada mantendrá relaciones personales efectivas y satisfactorias, y tendrá confianza en las impresiones y en el efecto que produce sobre los demás (miembros de la familia, amigos e incluso personas con autoridad, profesores, jefes, párrocos, etc.)

Una buena Autoestima posibilita una relación saludable; el respeto y aprecio hacia uno mismo es la plataforma adecuada para relacionarse con el resto de las personas.

Expectativas hacia el futuro: Nuestra Autoestima depende, en gran medida, de lo que estamos deseosos de hacer, entre más alta es la Autoestima, nos hacemos más

⁸ Test de Autoestima Frey, Carlock(1989) y Branden(1995) Pág. 6

ambiciosos en lo que esperamos de la experiencia en la vida y buscamos metas demandantes.

Se habla de un yo ideal que se refiere a como nos gustaría ser y que incluye las aspiraciones y las metas, el individuo con una buena Autoestima, tiene claridad de objetivos y metas para el futuro, afrontará nuevos retos con entusiasmo, le interesan tareas desconocidas, cosas y actividades nuevas que aprender y que poner en práctica y se lanzara a ellas con confianza en sí mismo.

2.2.5 LOS ESTUDIOS DE MOTRICIDAD Y PERSONALIDAD.

Tradicionalmente la psicología ha estudiado de forma aislada tanto la esfera motriz como la Psicológica, así la primera está condicionada por lo biológico sin considerar la posible influencia de lo psíquico de la persona y viceversa, en la consideración de lo psicológico no ha habido ningún espacio para lo motriz como factor que puede ejercer una influencia considerable.

Un caso que se sale fuera de la norma lo constituyen tanto JEAN PIAGET como HENRY WALLON cuando establecen tremenda relación entre lo psíquico y lo motriz como un todo. En el caso de Wallon este supo advertir lo estrecha relación entre lo técnico postural (motricidad) y los procesos emocionales, en consecuencia en las representaciones mentales y aun de la Personalidad en su estructura unitaria y en otros de sus variados aspectos como: Esquema Corporal, Noción del Yo, etc.

A lo largo de su obra Henry Wallon procuro demostrar la reciprocidad entre funciones mentales y funciones motrices, intentando argumentar que la vida mental no deviene de relaciones establecidas estrictamente en la mente o de determinismo mecanicistas. Indudablemente su presentación permite que los componentes psicológico y motor colaboren en concluir la idea de la psicomotricidad.

2.2.6 LA EDUCACION FISICA

Cuando se analiza el aspecto tradicional de la Educación Física, invariablemente se va al encuentro de la gimnasia y el deporte, estos planteamientos se encuentran arraigados a la historia de la Educación Física mientras en el Centro de Europa la Educación Física empleaba como medio específico la gimnasia en su inserción a la escuela pública, en Inglaterra fue el deporte y actividades atléticas el medio preferido Después de una dura pelea entre los que preferían el deporte y los que preferían la gimnasia batalla ideológica desarrollada en los primeros cincuenta años del siglo XX se llegó prácticamente a una situación ecléctica en la que el deporte procura el desarrollo del movimiento de los educando y la gimnasia promueve el desarrollo del cuerpo.

Para los años sesenta (60) del siglo pasado se brindó reconocimiento a HENRY WALLON, JEAN LE BOULCH y otros que han asociado la motricidad: al desarrollo del intelecto y al desarrollo de la Personalidad, así nace una nueva corriente en Educación Física que dada esta nueva intencionalidad (intelecto y Personalidad) privilegia una nueva técnica y procedimiento que buscan cubrir el normal recorrido del desarrollo motor, con énfasis en estimular todo el sistema perceptivo.

En el caso de El Salvador se advierte que casi todo el siglo XX, se valoró más el deporte como medio de la Educación Física, no es sino hasta la década de los 90 en que se encuentran en los Programas de Educación Física del 1° al 6° grado del Ministerio de Educación la presencia de los contenidos de la corriente psicomotriz y en los Programas del tercer ciclo y bachillerato permanece el planteamiento de la Educación Físico Deportiva.

Sea cual sea la corriente que está planteada en los Programas, le corresponde al maestro de Educación Física en su defecto al de aula, orientar la Educación Física al desarrollo de las potencialidades del y la educando debiendo considerar las posibilidades de esta con la Personalidad.

Algún autor ha dado en llamar a la Educación Física como “La Moral en Acción”, en virtud en que todo acontece tan pronto en la actividad Física que la naturaleza valorativa

afectiva del educando queda al descubierto, lo que constituye una buena oportunidad para la orientación del docente, la oportunidad formativa del docente, obedece a la selección y manejo del contenido, multiplicándose en esta la posibilidad de abordar hasta los ejes transversales, y por supuesto afecta positivamente el área de La Personalidad, El Auto concepto y La Autoestima.

2.3.- DEFINICION DE TERMINOS BASICOS.

Afección: afecto. Inclinação, Apego, Alteración patológica, Enfermedad.

Afre: Nombre que recibe el Programa de Educación Física elaborado para los estudiantes que participaron en este estudio. Lo característico de este Programa es que considera actividades que son susceptibles de dominar por parte del estudiante.

Auto concepto: Autoimagen, o la compleja imagen mental que las personas tienen de sí mismas. Sin referirse a la propia persona como un todo, a la representación global que se tiene de sí mismo o también a aptitudes o características que tratan por ejemplo sobre la propia capacidad intelectual, a la habilidad en ciertas áreas, o al éxito con personas de otro sexo, así entonces el Auto concepto es auto conocimiento y engloba operaciones y esquemas cognitivos: auto percepciones, juicios descriptivos y evaluativos y memoria autobiografía.

Autoestima: Es la opinión emocional profunda que los individuos tienen de sí mismos, y que sobrepasa en sus causas la racionalización y la lógica de dicho individuo. La verdadera actitud u opinión emocional que éste tiene de sí.

Un sentido del valor de uno mismo; sentimiento positivo sobre uno mismo y las propias habilidades. Consideración positiva o negativa de uno mismo.

Una persona con buena Autoestima se siente respetada, valorada, y capaz de hacer las cosas con éxito y de manera independiente.

Determinismo: Doctrina metafísica que afirma que todo fenómeno está determinado de una manera necesaria por las circunstancias o condiciones en que se produce, y, por consiguiente, ninguno de los actos de nuestra voluntad es libre, sino necesariamente condicionado.

Motivación: Un deseo intrínseco y mental de lograr un propósito. Inspira a los demás a dar lo mejor de sí, que como bien lo señalaba Maslow serían necesidades a ser satisfechas.

Motricidad: Acción del sistema nervioso central que determina la contracción muscular.

Motricidad Fina: Movimientos que involucran el uso de los músculos pequeños del cuerpo, manos y muñecas, como por ejemplo, al alzar las piezas de un rompecabezas, cortar con tijeras o el uso de una cuchara para alimentarse.

Personalidad: Repertorio habitual de conductas Psicosociales que expresan en cada individuo la integración singular de su características, cognoscitivas, afectivas y cognitivas, que son reconocidas por él mismo y por los demás como una individualidad autónoma y constante.

Características psicológicas únicas que conducen a respuestas individuales relativamente coherentes y duraderas en su propio ambiente.

Psicomotricidad: La función que tiene el movimiento y sus relaciones con las funciones mentales para el desarrollo de la Personalidad y el aprendizaje.

CAPITULO III

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

3.1 TIPO DE INVESTIGACION

La naturaleza de este estudio es cuantitativa y se tipifica como cuasi-experimental, ya que se busca establecer la medida en que la experiencia vivida por el grupo experimental, incide en el nivel de la Autoestima de éstos. La calidad de cuasi-experimental se la confiere el hecho de que se tomo el grupo ya constituido de estudiantes del cuarto grado de un Centro Escolar y no se selecciono por un proceso Aleatorio su conformación.

3.2 POBLACION

Está constituida por 123 estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado del departamento de San Salvador.

MUESTRA

La muestra la compusieron 97 estudiantes a quienes se les aplico el test de autoestima antes del tratamiento (pre-test) y después de este (post-test)

3.3 ESTADISTICOS, METODOS, TECNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN.

Se aplico la “T” de student a las Medias Aritméticas obtenidas de Pre Test y del Post Test, a fin de corroborar la posible diferencia significativa.

El método a empleado es de naturaleza cuantitativa puesto que se obtuvieron valores numéricos a partir de las respuestas dadas al instrumento (cuestionario), la técnica está referida al conteo.

Se utilizo un test estandarizado de Autoestima elaborado por Gianini, J. Girón, C. Hasbún, A. y Santamaría, B. (ver Anexo IV pág.66)

3.4 METODOLOGIA Y PROCEDIMIENTO

La metodología consistió en la elección de un grupo ya conformado de estudiantes de cuarto grado de Educación básica, se selecciono por conveniencia el Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado, por la razón de que este no ha tenido profesor de Educación Física en los últimos tres años. Esto elimina la influencia del tratamiento en años anteriores.

Al grupo elegido se le aplico un test de Autoestima que tiene su correspondiente formato de respuestas, dos días después se inicio el Programa de Educación Física AFRE, denominado así por el nombre de sus autores: Abel y Fredy, quienes han seleccionado las actividades Físicas, Métodos y Procedimientos de la Educación Física más adecuados para la promoción de La Personalidad del educando. El Programa tiene una duración de seis semanas a razón de 2 horas por semana, un total de 12 horas clases. La decisión de seis semanas, se fundamenta en la consulta realizada a la Lic. Verónica de Colindres quien ofreció el criterio de experto, señalando que el tiempo mencionado es suficiente en este caso.

Terminando el Programa pasadas 48 horas se les presenta nuevamente el test de Autoestima, de esa manera se cuenta con dos grupos de datos correspondientes a pre test y a post test, con ellos se desarrollara el respectivo análisis y evaluación de hipótesis.

CARACTERISTICAS DE LOS TEST:

Estos constan de dos parte en la primera se registran los datos generales del sujeto: nombre, edad, grado, nombre de la institución, nombre del aplicador/a y la fecha.

En la segunda parte se presenta una lista de afirmaciones con las cuales se evalúa la autoestima de forma global y a partir de las diferentes áreas que la componen.

El cuestionario está compuesto por 40 ítems, 19 han sido redactados de forma positiva y 21 de forma negativa con el objetivo de evitar el fenómeno de aquiescencia. (Ver anexo IV, pág. 66)

CAPITULO IV

ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

Como se ha explicado antes en este estudio se aplico una prueba estandarizada, para evaluar la Autoestima de los estudiantes del cuarto grado de Educación Básica del Centro Escolar “Cantón Milingo” del municipio de Ciudad Delgado del departamento de San Salvador.

Los estudiantes del cuarto grado se encontraron organizados en tres secciones: cuarto grado “A” (44 estudiantes), cuarto grado “B” (40 estudiantes), y cuarto grado “C” (39 estudiantes), dando un total de 123 estudiantes niños y niñas de los cuales quedaron fuera 21 por inasistencia el día de aplicación del pre test

Como primera medida se les aplico el test de Autoestima en términos de pre-test en la fecha siguiente:

16 de febrero de 2007

Cuarto grado A	30 estudiantes	7:30 a.m.
Cuarto grado B	38 estudiantes	8:30 a.m.
Cuarto grado C	34 estudiantes	9:30 a.m.

A continuación se dio inicio a las seis semanas de aplicación del tratamiento (Programa AFRE de Educación Física) en el horario siguiente:

Hora	Miércoles	Viernes
7:30 – 8:15	4º grado A	4º grado A
8:15 – 9:15	4 grado B	4º grado B
9:15 – 10.00	4º grado C	4º grado C

Se iniciaron las clases del Programa de Educación Física AFRE el 21 de Febrero y se concluyeron el 28 de Marzo de 2007. Posteriormente se paso el post- test en la fecha 30 de Marzo de 2007 así:

Cuarto grado A	30 estudiantes	7:30 a.m.
Cuarto grado B	38 estudiantes	8:30 a.m.
Cuarto grado C	34 estudiantes	9:30 a.m.

4.1 ORGANIZACIÓN Y CLASIFICACIÓN DE LOS DATOS

Los datos referidos a los 102 niños y niñas se agruparon en las tablas presentadas a continuación en los tres aspectos en los que se centró el estudio: 1. Imagen Corporal, 2. Autovaloración, 3. Relaciones Interpersonales.

Datos de Imagen Corporal

a) Pre-test y sus respectiva Media Aritmética y Desviación Típica Estándar

X	F	FX	$X - \bar{X}$	$(X - \bar{X})^2$	$F(X - \bar{X})^2$
10	1	10	-5.0	25.0	25.0
11	2	22	-4.0	16.0	32.0
12	5	60	-3.0	9.0	45.0
13	5	65	-2.0	4.0	20.0
14	13	182	-1.0	1.0	13.0
15	25	375	0.0	0.0	0.0
16	51	816	1.0	1.0	51.0
Total	$\Sigma 102$	$\Sigma 1530$			$\Sigma 186.0$

Tabla I: Pre-test de Imagen Corporal, datos agrupados

- Media Aritmética

$$\bar{X} = \frac{\Sigma Fx}{N} = \frac{1530}{102} = 15.0$$

- Desviación Estándar

$$S = \frac{\sqrt{\Sigma F(x_1 - \bar{x})^2}}{N-1} = S = \sqrt{1.84} = 1.36$$

b) Pos-test y su respectiva Media Aritmética y Desviación Típica Estándar

X	F	FX	X - \bar{X}	(X - \bar{X}) ²	F(X - \bar{X}) ²
10	1	10	-5.51	30.36	30.36
11	0	0	-	-	-
12	1	12	-3.51	12.32	12.32
13	3	39	-2.51	6.30	18.90
14	5	70	-1.51	2.28	11.40
15	18	270	-0.51	0.26	4.68
16	69	1104	0.49	0.24	16.56
Total	$\Sigma 97$	$\Sigma 1505$			$\Sigma 94.22$

Tabla II: Pos-test de Imagen Corporal, datos agrupados

- Media Aritmética

$$\bar{X} = \frac{\Sigma Fx}{N} = \frac{1505}{97} = 15.51$$

- Desviación Estándar

$$S = \frac{\sqrt{\sum F(x - \bar{x})^2}}{N-1} = S = \sqrt{0.98} = 0.99$$

Datos de Autovaloración

a) Pre-test y su respectiva Media Aritmética y Desviación Típica Estándar

X	F	FX	X - \bar{X}	(X - \bar{X}) ²	F(X - \bar{X}) ²
9	1	9	-5.36	28.72	28.72
11	4	44	-3.36	11.28	45.15
12	10	120	-2.36	5.56	55.69
13	11	143	-1.36	1.85	20.34
14	17	238	-0.36	0.12	2.20
15	33	495	-0.64	0.41	13.52
16	26	416	1.64	2.69	69.93
Total	Σ 102	Σ 1465			Σ 235.55

Tabla III: Pre-test de Autovaloración, datos agrupados

- Media Aritmética

$$\bar{X} = \frac{\sum Fx}{N} = \frac{1465}{102} = 14.36$$

- Desviación Estándar

$$S = \frac{\sqrt{\sum F(x - \bar{x})^2}}{N-1} = S = \sqrt{2.33} = 1.53$$

b) Post-test y su respectiva Media Aritmética y Desviación Típica Estándar

X	F	FX	$X - \bar{X}$	$(X - \bar{X})^2$	$F(X - \bar{X})^2$
12	3	36	-3.22	10.37	31.11
13	2	26	-2.22	4.93	9.85
14	13	182	-1.22	1.49	19.35
15	31	465	-0.22	0.05	1.50
16	48	768	0.78	0.61	29.20
Total	$\Sigma 97$	$\Sigma 1477$			$\Sigma 91.01$

Tabla IV: Pos-test de Autovaloración, datos agrupados

- Media Aritmética

$$\bar{X} = \frac{\Sigma Fx}{N} = \frac{1477}{97} = 15.22$$

- Desviación Estándar

$$S = \frac{\sqrt{\Sigma F(x_1 - \bar{x})^2}}{N-1} = S = \sqrt{0.95} = 0.97$$

Datos de Relaciones Interpersonales

a) Pre-test y su respectiva Media Aritmética y Desviación Típica Estándar

X	F	FX	X - \bar{X}	(X - \bar{X}) ²	F(X - \bar{X}) ²
10	3	30	-4.61	21.25	63.75
11	0	-	-	-	-
12	6	72	-2.61	6.81	40.87
13	9	117	-1.61	2.59	23.33
14	23	322	-0.61	0.37	8.56
15	27	405	-0.39	0.15	4.11
16	34	544	1.39	1.93	65.69
Total	Σ 102	Σ 1490			Σ 206.31

Tabla V: Pre-test de Relaciones Interpersonales, datos agrupados

- Media Aritmética

$$\bar{X} = \frac{\Sigma Fx}{N} = \frac{1490}{102} = 14.61$$

- Desviación Estándar

$$S = \frac{\sqrt{\Sigma F(x_1 - \bar{x})}}{N-1} = S = \sqrt{2.04} = 1.43$$

b) Post-test y su respectiva Media Aritmética y Desviación Típica Estándar

X	F	FX	X - \bar{X}	(X - \bar{X}) ²	F(X - \bar{X}) ²
11	1	11	-4.07	16.56	16.56
12	3	36	-3.07	9.42	28.27
13	2	26	-2.07	4.28	8.57
14	14	196	-1.07	1.14	16.03
15	39	585	-0.07	0.0049	0.19
16	38	608	0.93	0.86	32.87
Total	$\Sigma 97$	$\Sigma 1462$			$\Sigma 102.49$

Tabla VI: Pos-test de Relaciones Interpersonales, datos agrupados

- Media Aritmética

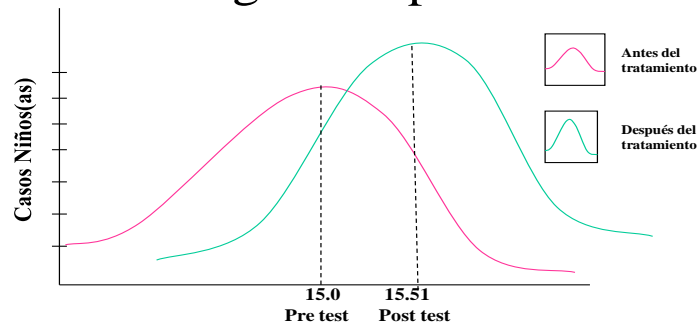
$$\bar{X} = \frac{\Sigma Fx}{N} = \frac{1462}{97} = 15.07$$

- Desviación Estándar

$$S = \sqrt{\frac{\Sigma F(x_1 - \bar{x})^2}{N-1}} = S = \sqrt{1.07} = 1.03$$

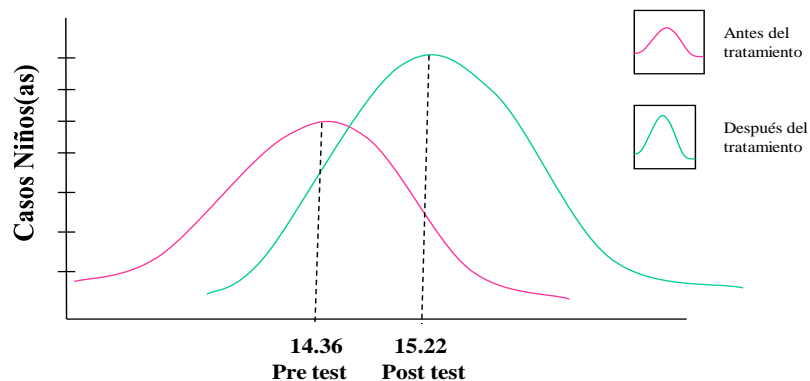
Valores presentados por pre-test y post- test (Medias Aritméticas) de los aspectos tratados en el estudio Imagen Corporal, Autovaloración y Relaciones Interpersonales.

Gráfico 1 Imagen Corporal



La grafica N° 1 demuestra la diferencia entre el Pre test con un valor de 15.0 y el Pos test 15.51 con respecto a la media y con la tendencia positiva hacia la derecha

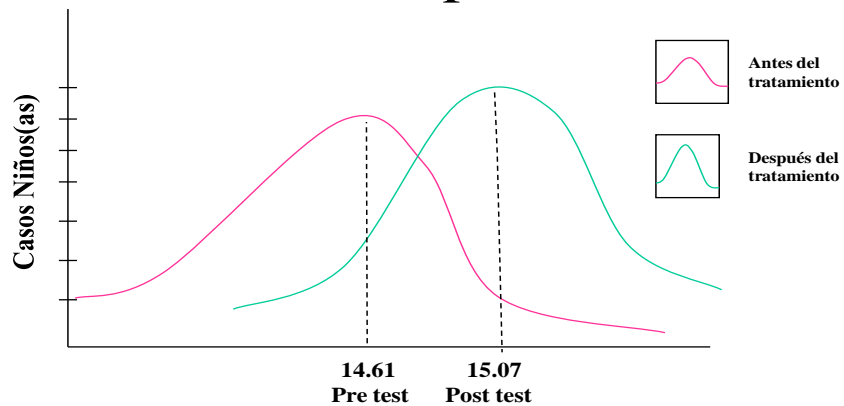
Gráfico 2 Autovaloración



La grafica N° 2 demuestra la diferencia entre el Pre test 14.36y el Pos test 15.22con respecto a la media manteniendo la tendencia hacia la derecha

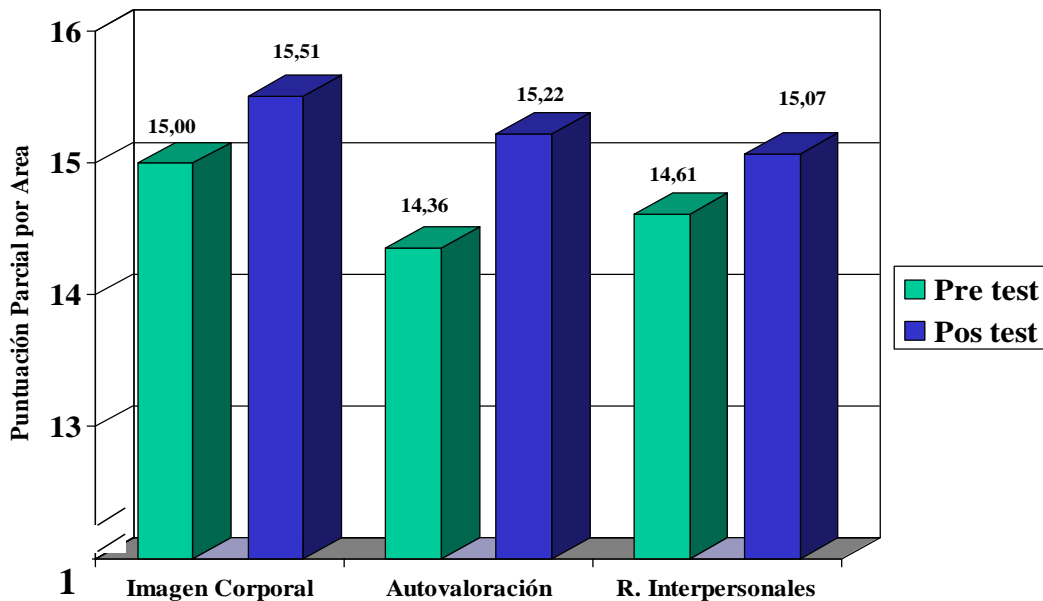
Gráfico 3

Relaciones Interpersonales



La grafica N° 3 demuestra la diferencia entre el Pre test con un valor de 14.61 y el Pos test 15.07 con respecto a la media y con la tendencia positiva hacia la derecha

Grafica N° 4



La grafica n° 4 demuestra el grado de diferencia que hay en las medias aritméticas de pre- test y post- test de los tres aspectos particulares de la investigación. Tomando en cuenta que el máximo de puntaje es 16

4.2 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

Para los efectos del siguiente Análisis e Interpretación de los datos se partirá de la hipótesis específica y se aplicara la “t” de Student a las Medias Aritméticas de su respectivo Pre- Test. Y Post – Test a fin de valorar si hay diferencia significativa entre ellas.

4.2.1 HIPÓTESIS ESPECÍFICA

a) La Imagen Corporal de los estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado mejorará después de desarrollar El Programa de Educación Física AFRE

Aplicación de la “t” de Student.

a) Procesamiento de la “t” calculada en Imagen Corporal

\bar{X}_1 = Media Aritmética de Pre – test

\bar{X}_2 = Media Aritmética de Post - test

S_1^2 = Desviación Estándar de Pre – test al cuadrado

S_2^2 = Desviación Estándar de Post – test al cuadrado

N_1 = Número de Casos en el Pre – test

N_2 = Número de Casos en el Post – test

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{N_1} + \frac{S_2^2}{N_2}}}$$

Datos del pre – test, post – test y sus respectivas Medias Aritméticas y Desviación Standard

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{N_1} + \frac{S_2^2}{N_2}}} = \frac{15.00 - 15.51}{\sqrt{\frac{1.36}{102} + \frac{0.99}{97}}} = \frac{0.51}{\sqrt{0.013 + 0.010}} = \frac{0.51}{\sqrt{0.023}} = \frac{0.51}{0.151} = t = 3.37$$

“t” = Calculada = 3.37

b) Procesando “t” de tabla de Imagen Corporal estableciendo los grados de libertad.

$$g l = (N_1 + N_2) - 2$$

$$g l = (102 + 97) - 2$$

$$g l = 199 - 2$$

$$g l = 197$$

Con 197 grado de libertad y a 0.05 de significación se obtiene el valor 1.645 correspondiente a la “t” de tabla.

Valorización: El valor “t” Obtenida (Calculada) es mayor que la “t” de tabla, por definición se rechaza la hipótesis nula a) La Imagen Corporal de los estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado no mejorará después de desarrollar el Programa de Educación Física AFRE y acepta la hipótesis de Investigación a)

HIPÓTESIS ESPECÍFICA.

b) La Autovaloración de los estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado mejorará después de cumplir el Programa de Educación Física AFRE.

Aplicación de la “T” de Student

a) Procesamiento de “t” obtenida (calculada) en autovaloración.

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{N_1} + \frac{S_2^2}{N_2}}} = \frac{14.36 - 15.22}{\sqrt{\frac{1.53}{102} + \frac{0.97}{97}}} = \frac{0.86}{\sqrt{0.015 + 0.01}} = \frac{0.86}{\sqrt{0.025}} = \frac{0.86}{0.158} = t = 5.44$$

t = Calculada 5.44

b) Procesando “t” de tabla

$$g l = (N_1 + N_2) - 2$$

$$g l = (102 + 97) - 2$$

$$g l = 199 - 2$$

$$g l = 197$$

Con 197 grado de libertad y a 0.05 de significación se obtiene el valor 1.645 correspondiente a la “t” de tabla.

Valorización: El valor “t” Obtenida (Calculada) es mayor que la “t” de tabla, por definición se rechaza la hipótesis nula b) La autovaloración de los estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado no mejorará después de cumplir el Programa de Educación Física AFRE y acepta la hipótesis de Investigación b)

HIPÓTESIS ESPECÍFICA.

c) Las Relaciones Interpersonales de los estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado mejorará después de recibir el Programa de Educación Física AFRE.

Aplicación de la “T” de Student

a) Procesamiento de “t” obtenida (calculada) en Relaciones Interpersonales.

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{N_1} + \frac{S_2^2}{N_2}}} = \frac{14.61 - 15.07}{\sqrt{\frac{1.43}{102} + \frac{1.03}{97}}} = \frac{0.46}{\sqrt{0.01 + 0.01}} = \frac{0.46}{\sqrt{0.02}} = \frac{0.46}{0.14} = t = 3.28$$

$$t = \text{Calculada} = 3.28$$

b) Procesando “t” de tabla

$$g l = (N_1 + N_2) - 2$$

$$g l = (102 + 97) - 2$$

$$g l = 199 - 2$$

$$g l = 197$$

Con 197 grado de libertad y a 0.05 de significación se obtiene el valor 1.645 correspondiente a la “t” de tabla.

Valorización: El valor “t” obtenida (Calculada) es mayor que la “t” de tabla, por definición se rechaza la hipótesis nula c) Las Relaciones Interpersonales de los estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado no mejorará después de cumplir El Programa de Educación Física AFRE y se acepta la hipótesis de Investigación c).

En el caso de las tres hipótesis específicas la valoración parte de que los valores de “t” calculada son mayores que los valores de “t” de tabla, por lo que se rechazan las correspondientes hipótesis nulas y se aceptan las hipótesis específicas.

Las hipótesis específicas se constituyen en aspectos constitutivos de la Autoestima de manera que al aceptarlas se está aceptando indirectamente las hipótesis generales que se

refiere a la mejora de la Autoestima de las y los niños del cuarto grado del Centro Escolar.

4.3 RESULTADOS DE LA INVESTIGACION

Las Hipótesis Especificas a), b), y c) no son más que aspectos parciales de la AUTOESTIMA así, La Autoestima se puede descomponer en sus aspectos componentes: 1. Imagen Corporal, 2. Autovaloración y 3. Relaciones Interpersonales. De esta manera el cuadro de Hipótesis planteado en la Investigación se puede ver gráficamente así:

<p><u>HIPÓTESIS GENERAL:</u> Los estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del municipio de Ciudad Delgado mejoraran su Autoestima después de recibir El Programa de Educación Física AFRE.</p>	<p><u>Hipótesis Especifica a):</u> La Imagen Corporal de los estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado mejorara después de desarrollar El Programa de Educación Física AFRE. (se acepta)</p>
	<p><u>Hipótesis Especifica b):</u> La Autovaloración de los estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado mejorara después de cumplir El Programa de Educación Física AFRE. (se acepta)</p>
	<p><u>Hipótesis Especifica c):</u> Las Relaciones Interpersonales de los estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del municipio de Ciudad Delgado mejorara después de recibir El Programa de Educación Física AFRE. (se acepto)</p>

En vista que las tres Hipótesis parciales se han aceptado se puede decir que se acepta la Hipótesis General. Es decir que este estudio establece que El Programa de Educación Física AFRE mejora La Autoestima de los estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del Municipio de Ciudad Delgado.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES.

1. La Educación Física, servida de seis semanas en adelante, de manera adecuada mejora la Imagen Corporal de los / las estudiantes del cuarto grado de la escuela básica pública.
2. Los/as estudiantes del cuarto grado de la escuela básica pública, mejoran su Autovaloración con una Educación Física debidamente orientada en un periodo mínimo de seis semanas.
3. Las Relaciones Interpersonales de los/las estudiantes del cuarto grado de la escuela básica mejora por medio de la Educación Física orientada de manera adecuada en un periodo mínimo de seis semanas.
4. Un Programa de Educación Física orientado adecuadamente durante seis semanas mejora significativamente la Autoestima de los/las estudiantes del cuarto grado de la escuela básica pública.
5. La Educación Física dirigida adecuadamente reduce el Ausentismo de los estudiantes del cuarto grado de la escuela básica pública.
6. Un Programa de Educación Física mejora y promueve cambios en el arreglo personal de los alumnos del cuarto grado de la escuela básica pública.

5.2 RECOMENDACIONES.

Se Recomienda A las autoridades del Centro Escolar Cantón Milingo de Ciudad Delgado:

1. Procurar el servicio de Educación Física.
2. Orientar el servicio de Educación Física como promoción de la Autovaloración de los y las estudiantes.
3. Orientar el servicio de la Educación Física como promotora de la adecuada Relaciones Interpersonales de los y las estudiantes.
4. Promover la Imagen Corporal de los y las estudiantes por medio de la Educación Física.
5. Al maestro de aula del Centro Escolar Cantón Milingo que sirve la Educación Física a sus alumnos/as informarse sobre la orientación adecuada de la Educación Física a fin de que desarrolle la Autoestima de sus alumnos.

BIBLIOGRAFIA

- González, L.J. Desarrollo Humano hasta el infinito. Editorial Lumen. S.L. S.F.
- Zapata, A. y. Aquino, F. Psicopedagogía de la Educación Motriz en la etapa del Aprendizaje. Editorial, S.L. S.F.
- Engler, b. Teoría de la Personalidad 4º edición México. 1996Editorial, Mc Graw Hill,
- Bonilla, G. Como hacer una Tesis de Graduación con Técnicas Estadísticas Editorial: UCA. S.L. S.F.
- Lincoln I, y Chao. Introducción a la estadística, México 2002 Editorial Continental.
- E-mail: editorial@lumen.com.ar
- MINED Manual de Intervención Psicosocial en situaciones de Desastres. S.L. S.F.
- MINED Guía Metodología de Educación Física 2 ciclo. Primera Edición. El Salvador, 2004 Editorial Maya, S.A DE C.V. S.F.
- MINED Programa de Educación Física de 4 grado. El Salvador 1999.
- González, J.L. Psicología del Deporte, MADRID 1997. Editorial Biblioteca Nueva.
- Papalia E Diana. Desarrollo Humano. 4Edición Santa fe de Bogotá Colombia 1994. Sally Wemdkes Olde
- Sampier Hernández, Roberto Fernández, Carlos Batista Pelar. Metodología de la Investigación. México D. F. S.F.

ANEXOS
ANEXO I - DIAGNOSTICO

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN



COORDINACION DE LOS PROCESOS DE GRADO

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN

TEMA: DIAGNOSTICO DE LA REALIDAD NACIONAL

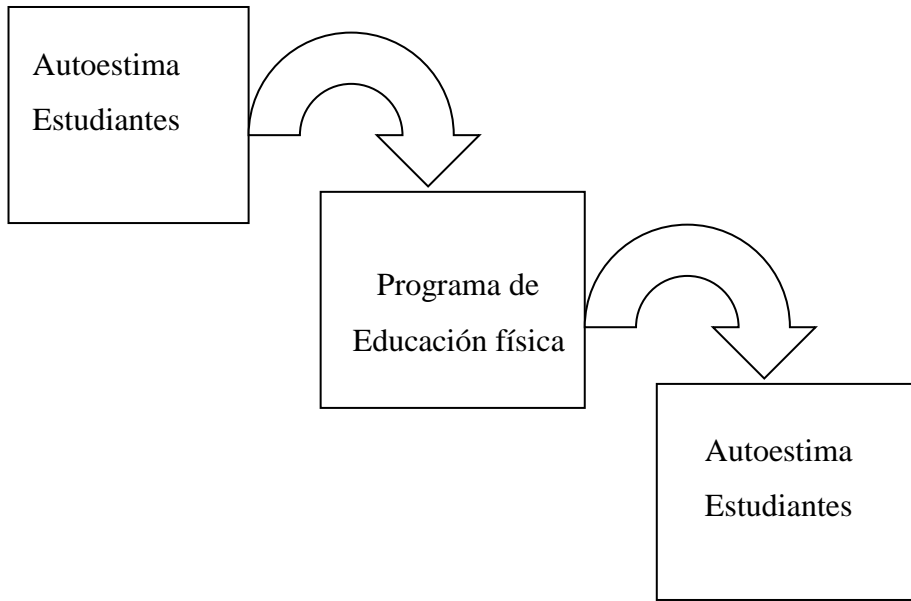
DIRECTOR DOCENTE: LIC. SANTOS DE JESUS LUCERO

ESTUDIANTES: ABEL CHÁVEZ

FREDY OMAR MONTANO GUANDIQUE

CIUDAD UNIVERSITARIA, OCTUBRE DE 2006

ANEXO II
CUADRO DE RELACIONES.



ANEXO III

PROGRAMA DE EDUCACION FISICA AFRE

El Programa de Educación Física denominado “AFRE” Cuenta con las siguientes características:

Se desarrolla en tres tipos de grupo de clases.

Primer Grupo: clases de Educación Física sin implemento deportivo.

Segundo Grupo: clases de Educación Física usando implemento deportivo Pelotas, aros.

Tercer Grupo: clases de Educación Física utilizando Cuerdas.

Realizando así el Programa en 12 sesiones de clases de 45 minutos cada, con una frecuencia de dos sesiones por semana, en un periodo de seis semanas a Los estudiantes del cuarto grado del Centro Escolar “Cantón Milingo” del municipio de Ciudad Delgado.

GUION DE CLASE

ASIGNATURA: EDUCACION FISICA.

GRADO: 4°

INSTITUCION: C. E. CANTON EL MILINGO

MATERIALES: SIN IMPLEMETOS.

Objetivo: desarrollar actividades para el mejoramiento de la Imagen Corporal, mejorando las relaciones interpersonales involucrando ejercicios sin implementos. Las actividades sin implemento representan para los jóvenes un desafío a su capacidad de ejecución y resolución. Donde haya mayor dificultad y riqueza que les permita vivenciar el aprovechamiento positivo de las tareas realizadas.

Parte inicial de la clase.

Saludo

Calentamiento:

Formar a los alumnos \as en círculo para realizar diferentes movimientos de estiramiento y lubricación.

- 1- Circunducción del cuello.
- 2- Estiramiento de los miembros superiores.
- 3- Flexión y extensión del tronco.
- 4- Estiramiento de los miembros inferiores.
- 5- Correr en el lugar.
- 6- Elevar las piernas.
- 7- Saltar en el lugar.

A continuación se presenta una clase típica de esta área:

Parte principal:

Juego: El cien pies.

Se forman varios equipos con igual números de jugadores, cada equipo debe sentarse en el suelo formando columnas.

El juego comienza cuando el profesor da la orden de salida. Los alumnos de cada equipo deben avanzar hacia la línea llegada uniformemente para ganar.

Simón dice:

Esta dinámica consta de un espacio 30x30 metros abiertos, el profesor da las indicaciones a los alumnos \ as de los movimientos que tienen que realizar. Ej. ¿Simón dice? Sentarse y todos los alumnos se sentaran.....

El túnel:

El profesor da indicaciones a sus alumnos \as que tienen que realizar un tránsito en el cual todos \ as tienen que abrir sus piernas a lo ancho de sus piernas para que el último compañero\ a pase por debajo de ellos \as cuando el profesor lo indique, gana el equipo que avanza más rápido por el túnel.

El cantarito:

El maestro dará indicaciones que formen grupos de tres dos de los tres enlazan las manos y forman un asiento el otro compañero\ a se sienta en ellos y jugar a ver quien llega primero al lugar indicado (20 metros).

Parte Final:

Preguntar sobre cómo se sintieron con la clase.

GUION DE CLASE

ASIGNATURA: EDUCACION FISICA.

GRADO: 4°

INSTITUCION: C. E. CANTON EL MILINGO

MATERIALES: AROS.

Objetivo: que los alumnos/ as puedan coordinar y desarrollar movimientos amplios, pendulares y redondos, favorecer las relaciones entre compañeros y el medio, proponiendo actividades perspectivas, motrices de espacio-tiempo y la elaboración de esquema corporal, tomando en cuenta necesidades e intereses espontáneos del niño \ niña.

Las actividades con aros son acciones coordinadas entre uno, dos o más compañeros permitiendo la búsqueda de soluciones creativas, la discusión y el compartir ideas para obtener resultados colectivos e individuales.

Parte inicial de la clase

Calentamiento

- 1- estirarse con el aro hacia arriba, luego derecho e izquierdo.
- 2- Con el aro sujetado verticalmente de los extremos y apoyado en el suelo extender y flexionar primero el pie derecho y luego el izquierdo y por ultimo con las dos piernas.
- 3- Rodar el aro y seguirlo hasta que se detenga.
- 4- Rodar el aro con una mano, empujarlo para que no se detenga.
- 5- Tomando con las manos y adentro, llevar el aro en cuclillas, lo mismo dando pequeños saltos hacia todos lados.

Parte principal de la clase.

Juego cada uno en su casa.

Todos los alumnos disponen de un aro para meterse dentro de él cuando indique el profesor, mientras tanto se desplazan por fuera de los mismos sin pisarlos.

El profesor ira quitando cada vez que de la señal un aro, quedando sin aro (casa) un niño así sucesivamente hasta que no quede más que un aro para dos niños \ as gana el niño que consiga meterse el 1º en el aro.

Girar el aro rítmicamente en un brazo, mientras se realizan distintos desplazamientos: correr, salticar, galopar cambiando de dirección, deteniéndose etc.

Igual que en el anterior, pero girando el aro continua y rítmicamente en ambos brazos.

Saltar como una cuerda, hacia delante y hacia atrás, o avanzado y retrocediendo.

Rodarlo alcanzarlo y saltarlo, también, esperarlo de frente y saltarlo.

ASIGNATURA: EDUCACION FISICA.

GRADO: 4°

INSTITUCION: C. E. CANTON EL MILINGO

MATERIALES: SALTA CUERDAS.

Objetivo: ejecutar movimientos predominantes que nos permitan ir aumentando el grado de dificultad al realizar los ejercicios con los salta cuerdas.

Las actividades con salta cuerdas exigen no solo la adecuación al balanceo, péndulo o círculo trazado por el elemento que es manipulado por el propio ejecutante, sino también un ajuste de los movimientos de este para resolver coordinada y rítmicamente toda la secuencia y desarrollar la coordinación fina, la plasticidad y elegancia expresiva en los movimientos realizados por los alumnos.

Parte inicial:

Calentamiento: estiramiento de las partes del cuerpo a trabajar (miembros inferiores y superiores).

Parte principal:

Juego las olas del mar:

Material una cuerda de 4 a 5 metros de largo.

Instrucciones: los niños formaran un círculo grande y dos niños sostendrán los extremos de la cuerda.

Desarrollo: a la voz del instructor los niños hacen girar la cuerda en olas grandes o pequeñas de acuerdo a la edad de los participantes. En filas tal como están en el círculo van saltando la cuerda, los que no puedan tendrán que reemplazar a los de la cuerda.

Hacer girar la cuerda y saltar varias veces en el mismo lugar.

Variantes:

Con pie juntos.

Con un pie

Intercambiando pies.

Hacer girar la cuerda y saltar varias veces en movimientos.

Hacer hacia atrás y saltarla: Librementemente, con salto intermedio y con salto directo.

Saltar hacia delante y luego hacia atrás, pero girándola en sentido contrario.

ANEXO IV
INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

TEST DE AUTOESTIMA

Nombre: _____ Edad: _____
Grado: _____ Nombre de la institución: _____
Nombre del aplicador/a: _____ Fecha: _____

INDICACIONES:

A continuación se presentan varias frases sobre tu forma de pensar, sentir y actuar en tu vida diaria.

Esto no es un examen, por lo que no hay respuestas buenas ni respuestas malas.

Lo que es importante es que trates de contestar con sinceridad.

Lo que vamos a hacer es lo siguiente:

Yo te voy a leer las frases una por una y tú me vas a contestar:

- "Sí", si crees que lo que te he dicho es verdad para ti.
- "No", si crees que lo que te he dicho *no* es cierto para ti.

Por ejemplo:

- "Me gusta jugar Fútbol"..... Si No

¿Entendiste bien lo que vamos a hacer?

Recuerda que no hay respuestas buenas ni respuestas malas.

Si no entiendes algo (una palabra o una frase) dímelo sin pena, que yo te explicaré con mucho gusto.

AFIRMACIONES	SI	NO
1. Soy capaz de trabajar		
2. Me gusta mi cuerpo		
3. Necesito que alguien más me proteja para sobrevivir		
4. Soy buena gente		
5. Me molesta aprender cosas nuevas		
6. Mis amigos (as) creen que soy listo (a)		
7. Puedo resolver muchos de mis problemas yo solo (a)		
8. Me enoja cuando las cosas me salen mal		
9. Puedo defenderme cuando alguien me hace daño		
10. Estoy conforme con mi cuerpo		
11. Me cuesta cambiar de opinión		
12. Creo que hay muchas personas que me quieren		
13. Soy listo (a)		
14. Mis amigos (as) confían en mi		
15. Estoy decepcionado (a) de mí mismo (a)		
16. Cuando sea mayor me va a costar tener un lugar donde vivir		
17. Soy una persona que le cae bien a los demás		
18. Vivo peleándome con los demás		
19. Cuando sea mayor me va ser difícil conseguir un trabajo		
20. Creo que la mayoría de gente busca hacerme daño		
21. Me es fácil terminar un trabajo (o tarea)		
22. Mi estatura me hace sentir mal		
23. Tengo miedo de no poder salir adelante		
24. Me siento menos fuerte que mis amigos (as)		
25. Creo que mi cuerpo es feo		
26. Me llevo bien con la mayoría de personas que conozco		
27. Soy miedoso (a)		
28. Me enoja cuando a mis amigos (as) les va mejor que a mi		
29. Creo que soy un (a) niño (a) bueno (a)		
30. Será difícil para mí mejorar mi vida		
31. Me siento querido (a) por otras personas		
32. Me gusta como soy		
33. Me peleo con los otros (as) cuando pierdo un juego		
34. Dejo que otras personas me insulten		
35. Creo que soy bonito (a)		
36. Vivo pensando que me gustaría cambiar mi cuerpo		
37. Me molesta corregir mis errores		
38. Me siento menos inteligente que mis amigos (as)		
39. Cuando ando sucio (a) me dan ganas de bañarme		
40. Sé que quiero ser, cuando sea grande		

DESCRIPCIÓN

El cuestionario, elaborado por Giannini, J.; Girón, C.; Hasbún, A. y Santamaría, B. (1996), consta de dos partes: en la primera se registran los datos generales de sujeto: nombre, edad, grado, nombre de la Institución, nombre del aplicador/a y la fecha. En la segunda parte, se presenta una lista de afirmaciones con las cuales se evalúa la autoestima de forma global y a partir de las diferentes áreas que la componen.

El cuestionario está compuesto por 40 ítems, 19 han sido redactados de forma positiva y 21 de forma negativa; con el objetivo de evitar el fenómeno de aquiescencia.

Cada una de las áreas que componen la autoestima es evaluada a través de 8 ítems, los cuales se encuentran entremezclados a partir de dichas áreas y a partir de la polaridad de los ítems, para evitar la formación de bloques.

- Los ítems que evalúan el área de Imagen Corporal son: 2, 10, 22, 25, 32, 35, 36 y 39.
- Los ítems que evalúan el área de Autovaloración son: 4, 13, 15, 24, 27, 29, 34 y 38.
- Los ítems que evalúan el área de Capacidades y Habilidades son: 1, 3, 7, 8, 9, 21, 28 y 33.
- Los ítems que evalúan el área de Relaciones Interpersonales son: 6, 12, 14, 17, 18, 20, 26 y 31.
- Los ítems que evalúan el área de Expectativas hacia el Futuro son: 5, 11, 16, 19, 23, 30, 37 y 40.

PUNTUACIÓN:

Debido al bajo nivel de escolaridad de los evaluados (as), la aplicación del cuestionario se hace de forma oral e individual, dicho nivel no les permite discriminar entre varias alternativas de respuesta, por lo que éstas son de carácter dicotómico ("Si", "No") y se puntúan según la polaridad del ítem, de la manera siguiente:

- Si el ítem es positivo, es decir, que al ser contestado afirmativamente refleja una autoestima alta, se asignan 2 puntos a la respuesta "SI" y 1 punto a la respuesta "NO".
- Si el ítem es negativo, es decir, que al ser contestado afirmativamente refleja una autoestima baja, se asignan 2 puntos a la respuesta "NO" y 1 punto a la respuesta "SI".

Esto se hace con el objetivo de obtener la puntuación parcial por área y la puntuación total del cuestionario.

Para ubicar a los sujetos en las categorías de autoestima global alta o baja se utilizó como valor crítico la media aritmética obtenida en la prueba piloto, es decir, 70.98. Esto se hizo de la siguiente manera:

- Si un sujeto obtiene una puntuación total superior a 70.98 éste se ubica dentro de la categoría de autoestima alta.
- Si un sujeto obtiene una puntuación total inferior a 70.98 éste se ubica dentro de la categoría de autoestima baja.

El mismo procedimiento se llevó a cabo para ubicar a los sujetos dentro de las categorías altas o bajas de las áreas que componen la autoestima, tomando como valor crítico la media aritmética obtenida en la prueba piloto por cada área:

- Imagen Corporal: 14.70.
- Autovaloración: 14.40.
- Capacidades y Habilidades: 13.30.
- Relaciones Interpersonales: 15.10.
- Expectativas hacia el Futuro: 13.46.

INTERPRETACIÓN:

AUTOESTIMA:

Evaluación del conjunto de pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias referidas a nosotros mismos, que hemos adquirido a lo largo de nuestra vida a partir de nuestras relaciones con los demás.

La autoestima influye en gran medida en nuestro comportamiento presente y en nuestras expectativas sobre el futuro.

La autoestima, así entendida, puede ser evaluada a partir de los siguientes INDICADORES:

I. Imagen Corporal:

1. Cuido/descuido de su propio cuerpo (uso de drogas/sexualidad/aseo personal).
2. Aceptación/rechazo de su propio cuerpo.
3. Salud.

II. Autovaloración:

1. Respeto/irrespeto hacia si mismo.
2. Ideas sobre sí mismo.
3. Sentimientos hacia si mismo.

III. Capacidades y Habilidades:

1. Autonomía/independencia.
2. Tolerancia/intolerancia a lo frustración.
3. capacidad/incapacidad de sobrevivir (uso de estrategias de supervivencia).

IV. Relaciones Interpersonales:

1. Familia.
2. Formas de relacionarse con otras personas.
3. Percepción de los demás (de los demás sobre mi y de mi sobre los demás)

V. Expectativas sobre el futuro:

1. Metas para el futuro.
2. Visión optimista/pesimista del futuro.
3. Resistencia/capacidad para el cambio.

DEFINICIÓN DE CATEGORÍAS DEL TEST DE AUTOESTIMA

A. Imagen Corporal:

Según Hutchinson (1983, citado por Frey y Carlock, 1989), la imagen corporal incluye sentimientos, actitudes y creencias acerca del propio cuerpo.

Jersild (1952, citado por Frey y Carlock, 1989), sostiene que la mayor preocupación con respecto a nuestro cuerpo viene después de los años de primaria y que durante la adolescencia en la que se presentan muchos cambios corporales, fluctuaciones hormonales y cambios morfológicos dramáticos, el cuerpo toma un intenso significado.

Alcántara (1990), se refiere a la importancia, en la educación de la autoestima, de los valores corporales: para él, la persona con una buena autoestima debe estimar su cuerpo, aceptarlo con sus limitaciones y defectos, admirarlo y sentirse agraciado y feliz con él.

B. Autovaloración:

Schuller (1982, citado por Frey y Carlock, 1989), sostiene que la necesidad más profunda de las personas es sentir que valen; Frey y Carlock (1989), mencionan que las personas con autoestima alta consideran que valen, se ven como iguales a los demás, no pretenden ser perfectas, reconocen sus limitaciones y esperan crecer y mejorar.

Para Branden (1995), la autoestima es una experiencia íntima, es lo que el individuo piensa y siente sobre sí mismo, además, se refiere al autorrespeto como al hecho de mantener y defender apropiadamente nuestros sentimientos, deseos y necesidades. Para él, con una autoestima alta creemos que nuestros pensamientos tienen valor.

C. Capacidades y Habilidades:

Frey y Carlock (1989), se refieren al sentimiento de que uno es competente para vivir, el ser competente incluye la confianza que uno le tiene a su mente, a sus sentimientos y comportamientos y cómo estos se relacionan con la realidad de la propia existencia.

Branden (1995), menciona la autoeficacia como la convicción de que somos capaces de pensar, juzgar, saber y corregir nuestros errores, es el confiar en nuestros procesos y habilidades mentales; es el sentido básico de confianza en los retos de la vida. Para él existen dos tipos de eficacia: la eficacia metafísica, es decir el tipo de eficacia que atañe la relación básica de un hombre con la realidad, orientada a la realidad de sus procesos de pensamiento; y la eficacia particularizada, que se refiere a la efectividad del individuo en áreas específicas de su quehacer, resultando en conocimientos y habilidades particulares que éste la adquirido.

Para Clark, Ciernes y Bean (1994), el individuo con una autoestima convenientemente desarrollada será capaz de usar las habilidades que posea para afrontar aquellas

situaciones que las requieran y se verá capaz de ir haciéndose cargo de su propia vida; actuará independientemente, es decir, que elegirá y decidirá cómo emplear el tiempo, el dinero, sus ocupaciones, etc.; tolerará bien la frustración, es decir, que sabrá encarar las frustraciones de distintas maneras, esperando, riéndose de sí mismo, etc. y será capaz de hablar de lo que le entristece.

D. Relaciones Interpersonales:

Para Frey y Carlock (1989), las relaciones sociales proveen un sentimiento de dependencia y valor a nuestras creencias, sentimientos y a nuestra propia valía.

Según Branden (1995), todos experimentamos, en gran medida, quiénes somos, en el contexto de nuestras relaciones.

Para Clark, Ciernes y Bean (1994), la autoestima influye sobre el individuo en como se relaciona con los demás; el individuo con una autoestima bien desarrollada mantendrá relaciones personales efectivas y satisfactorias, y tendrá confianza en las y impresiones y en el efecto que produce sobre los demás (miembros de la familia amigos, e incluso personas con autoridad; profesores, jefe, párrocos, etc.)

Alcántara (1990), sostiene que una buena autoestima posibilita una relación saludable; el respeto y aprecio hacia uno mismo es la plataforma adecuada relacionarse con el resto de las personas.

La importancia de la familia (específicamente de los padres) en el desarrollo de la autoestima, se expondrá más adelante.

E. Expectativas hacia el Futuro:

Para Branden (1995), nuestra autoestima depende, en gran medida, de lo que estamos deseosos de hacer; entre más alta es la autoestima, nos hacemos más ambiciosos en lo que esperamos de la experiencia en la vida y buscamos metas demandantes.

Frey y Carlock (1989), hablan de un yo ideal que se refiere a cómo nos gustaría ser y que incluye las aspiraciones y las metas.

Según Olark, Clemen y Bean (1994), el individuo con una buena autoestima tiene claridad de objetivos y metas para el futuro, afrontará nuevos retos con entusiasmo, le interesarán tareas desconocidas, cosas y actividades nuevas que aprender y que poner en práctica y se lanzará a ellas con confianza en sí mismo.

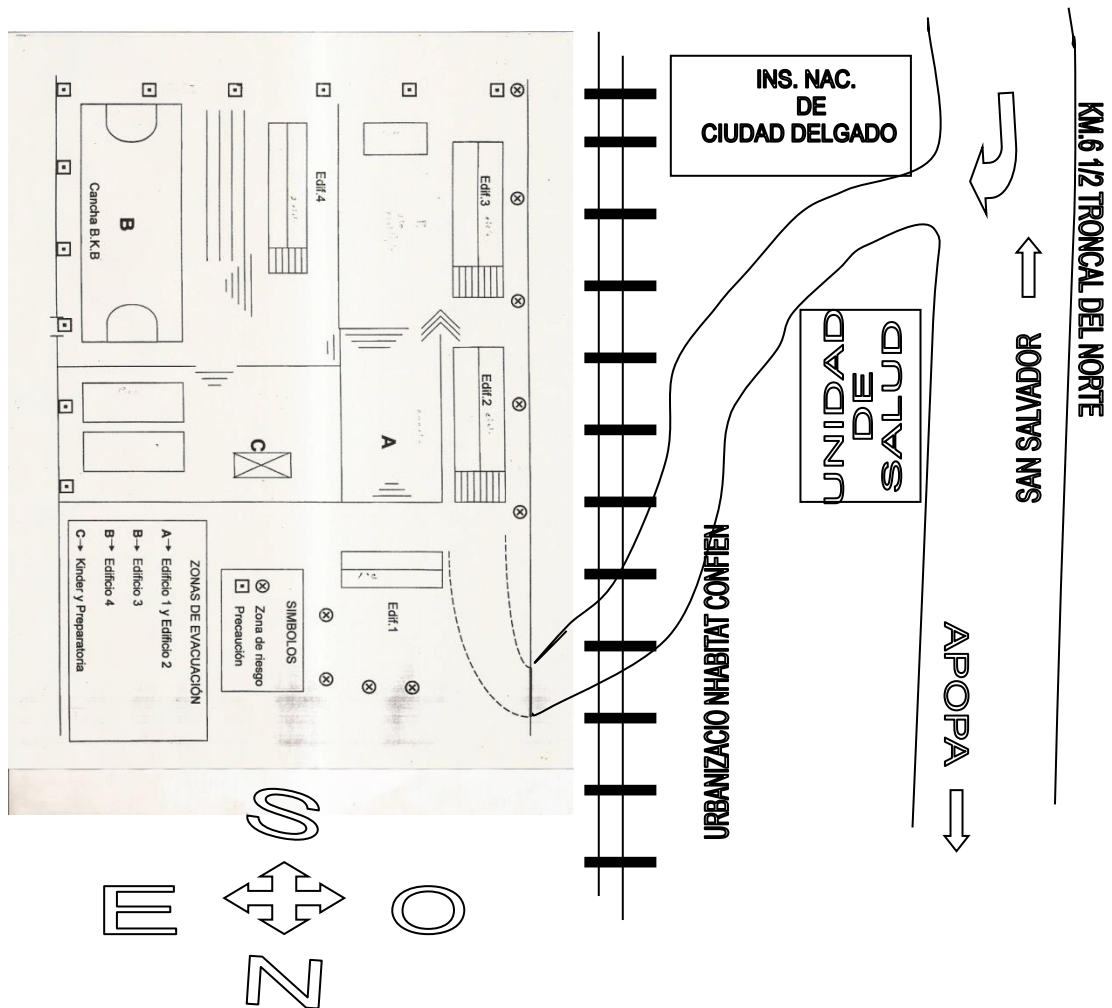
Para fuentes bibliográficas, remitirse al documento denominado:

Giannini, J.; Girón, C.; Hasbún, A. y Santamaría, B. (1996). Estudio sobre la autoestima de los niños de la calle. Tesis para optar por el grado de Licenciatura en Psicología. Universidad Centroamericana José Simeón Cañas, San Salvador.

ANEXO V

MAPA DE ESCENARIO.

Centro Escolar “Cantón Milingo” Km. 6/2 carretera Troncal del Norte, Urbanización Hábitat Confíen, código 11777. Jurisdicción de Ciudad Delgado. Departamento de San Salvador.



ANEXO VI

FOTOGRAFIAS



Alumnos Del Cuarto Grado "C" Del Centro Escolar Cantón Milingo Abril 2007



Desarrollo de la clase de Educación Física



Desarrollo de clase de Educación Física



Alumno/s realizando el Pre Test de Autoestima



Alumno/s realizando el Pos Test de Autoestima

