

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-
-PADEP/DEF-

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP/DEF EN EL
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA OFICIAL
RURAL MIXTA ALDEA SANTO DOMINGO NANCINTA, CHIQUIMULILLA
SANTA ROSA JORNADA MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

POR

WLADIMIR ALEXANDER CASTILLO CONTRERAS

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE:

PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA

EN EL GRADO DE:

PROFESORADO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

CONSEJO DIRECTIVO
Escuela de Ciencias Psicológicas
Universidad de San Carlos de Guatemala

Licenciado Abraham Cortez Mejía
DIRECTOR

M.A Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO

Licenciada Dora Judith López Avendaño
Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez
REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

Pablo Josue Mora Tello
Mario Estuardo Sitaví Semeyá
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES

M.A Juan Fernando Porres Arellano
REPRESENTANTE DE EGRESADOS



C.c. Control Académico
 Archivo
 Reg. 53-2016
 CODIPs. 2293-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
 Wladimir Alexander Castillo Contreras
 PADEP/DEF
 Escuela de Ciencias Psicológicas
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto QUINCUAGÉSIMO CUARTO (54º) del Acta CINCUENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (57-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 27 de septiembre 2016, que copiado literalmente dice:

“QUINCUAGÉSIMO CUARTO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla Santa Rosa jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Wladimir Alexander Castillo Contreras

CARNÉ: 201415519

Con base a lo anterior, El Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Sistematización, con fines de graduación profesional.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


 M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina
 SECRETARIO



/Sindy

PADEP/DEF No. 056-2016
28 de Julio de 2016

Señores
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano

Estimados Señores:

Me dirijo a ustedes para informarles que el **Licenciado Juan José Álvarez González** ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE SISTEMATIZACIÓN** titulado:

“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla Santa Rosa jornada matutina nivel primario”

Realizado por el estudiante:

Wladimir Alexander Castillo Contreras

CARNÉ: 201415519

Carrera: Profesorado de Educación Física

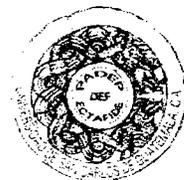
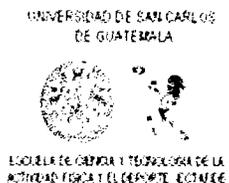
El cual fue aprobado el 26 de febrero del año en curso por el Consejo Directivo. Por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener **ORDEN DE IMPRESIÓN**.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General PADEP/DEF





Guatemala 28 abril 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulada **El rol del profesor de educación física del PADEP DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social, laboral**. Del estudiante Castillo Contreras, Wladimir Alexander, con número de carné 201415519 de la carrera del Profesorado de Educación Física, del Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física PADEP/DEF.

Sin otro particular y agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Lic. Juan José Álvarez González
Coordinador Sede de Santa Rosa
PADEP/DEF



Centro Universitario Metropolitano -CUM- Edificio "A"
9 Avenida 9-45, zona 11 Guatemala, C.A. Teléfono 24187530/40

C.c. Control Académico
Archivo
Reg. 056-2016
CODIPs. 827-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
Wladimir Alexander Castillo Contreras
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto QUINCUAGÉSIMO SEPTIMO (57º) del Acta CATORCE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (14-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 26 de febrero 2016, que copiado literalmente dice:

“QUINCUAGÉSIMO SEPTIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla Santa Rosa jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Wladimir Alexander Castillo Contreras

CARNÉ: 201415519

El Consejo Directivo considerando que el Proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física -PADEP/DEF-, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN.**

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/Sindy

Guatemala 01 abril 2016

Licenciado

Ronald Giovanni Morales Sánchez

Coordinador General.

PADEP/DEF

Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Director de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla, Santa Rosa, el estudiante Wladimir Alexander Castillo Contreras, Carne No. 201415519 desarrollo su Sistematización con el tema "El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la escuela Oficial Rural Mixta Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla, Santa Rosa, jornada matutina nivel primario". Durante todo el tiempo demostró puntualidad, responsabilidad y dedicación en las labores desempeñadas concluyendo satisfactoriamente su sistematización.

Sin más que agregar y en espera de sus buenos oficios.

Atentamente,



Lic. Carlos Eduardo García Rosales

Director



Rural Mixta Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla, Santa Rosa.

INDICE.

I Marco Conceptual.

- 1.1 Planteamiento del problema. 2
- 1.2 Justificación. 6

II Marco Metodológico.

- 2.1 Objetivos.
- 2.1.1 Generales.
- 2.1.2 Específicos. 7
- 2.2 Método.
- 2.2.1 Muestra.
- 2.2.2 Recolección de datos.
- 2.2.3 Análisis estadístico.
- 2.2.4 Instrumentos. 8

III MARCO TEORICO.

- 3.1 La Educación Física.
- 3.1.1 Análisis conceptual de Educación Física. 9
- 3.2 Historia de la Educación Física.
- 3.2.1 Prehistoria de la Educación Física.
- 3.2.2 La Educación Física en la Edad Antigua. 10
- 3.2.3 La Educación Física en Grecia. 11
- 3.2.4 La Educación Física en la Edad Media. 12

3.2.5 La Educación Física en el Renacimiento.	13
3.2.6 La Educación Física en el siglo XIX.	14
3.2.7 La Educación Física En el Siglo XX.	15
3.3 Objeto de estudio de la Educación Física.	16
3.4 Naturaleza de la Educación Física.	17
3.5 La Educación Física y Salud.	18
3.6 Misión de la Educación Física.	
3.7 Importancia de la Educación Física.	20
3.8 Retos de la Educación Física desde los diferentes ámbitos.	22
3.9 Asimilacionismo.	23
3.10 Nuevas tendencias en la Educación Física.	24
3.10.1 Conceptos de innovación y tendencias innovadoras.	25
3.10.2 Innovación en la Concepción del currículo.	28
3.10.3 Currículo Nacional Base de Educación Física de Guatemala.	29
3.10.4 Guías curriculares de educación Física de Guatemala.	30
3.10.5 Innovaciones provocadas por los temas transversales.	31
3.10.6 Innovaciones en el concepto de aprendizaje de la Educación Física.	32
3.10.7 Innovaciones en la continuidad de la práctica de Educación Física.	34
3.11 Rol del maestro de Educación Física ante los retos en su entorno.	
3.11.1 Rol docente en la Educación Física.	35
3.11.2 Características del profesor de Educación Física en su rol.	38
3.11.3 Capacidad pedagógica del profesor de Educación Física.	39
3.11.4 Actitud Profesional.	42

3.11.5 Rasgos de Personalidad.	43
3.11.6 Orientación Filosófica.	45
3.12 Perfil del profesor de Educación Física en su rol docente.	46
3.13 Tipos de roles en Educación Física.	
3.13.1 El reforzador.	48
3.13.2 El mediador.	
3.13.3 El Observador.	49
3.13.4 El seguidor.	51
3.13.5 El Guía.	52
3.13.6 El facilitador.	
3.14 El desarrollo integral de la persona a través de la Educ. Física.	
3.14.1 La Educación Física y su influencia en la formación integral.	53
3.14.2 Importancia de la Educación Física en la formación integral del hombre.	55
3.14.3 Importancia de la Educación Física en el desarrollo integral del estudiante.	59
3.14.4 Los valores en la Educación Física para el desarrollo integral del ser humano.	61
3.15 Bases teóricas de Educación Física en el desarrollo integral de los estudiantes el ámbito biológico, psicológico, social y laboral.	
3.15.1 Desarrollo integral del estudiante desde el ámbito biológico en la Educación Física.	71
3.15.2 Desarrollo integral del estudiante desde el ámbito psicológico en la Educación Física.	73

3.15.3 Desarrollo integral del estudiante desde el ámbito social en la Educación Física.	78
IV Marco Operativo.	
4.1 Diseño de la Investigación.	
4.1.1 Equipo de investigación.	80
4.1.2 Presupuesto.	80
4.1.3 Programación.	81
V Presentación de resultados.	
5.1 Análisis de datos.	82
5.2 Interpretación.	89
VI Conclusiones.	90
VII Recomendaciones.	91
VIII Bibliografía.	92
IX Anexos.	
9.1 Glosario.	94
9.2 Instrumento.	95
9.3 Programa de docencia.	98
9.4 Programa de extensión.	102

INTRODUCCIÓN.

En la actualidad en el ámbito educativo de Educación Física, es necesario la aplicación de diferentes métodos, técnicas y estrategias que hagan posible lograr los objetivos propuestos en las diferentes áreas de aprendizaje. Como parte del programa académico de formación docente para maestros de Educación Física PADEP/DEF se ha estructurado un informe de sistematización en base al rol docente del MEF (Maestro de Educación Física) en los diferentes ámbitos en el que se desenvuelve en la labor docente de tal forma que ha de ser un éxito para la transformación del docente en su trabajo como parte importante en el que hacer docente, ya que va enfocado a descubrir un aprendizaje nuevo en el niño o niña y principalmente a facilitarle los procesos de aprendizaje y lograr la participación activa dentro de la clase de Educación Física y posteriormente en el medio que le rodea.

Las experiencias de aprendizaje fueron desarrolladas en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla, Santa Rosa, con el fin de mejorar la educación de los niños y niñas compartiendo con ellos cada uno de los conocimientos, estrategias, métodos, herramientas y actividades aprendidas durante el trayecto de estudio del PADEP/DEF para lograr en ellos un aprendizaje constructivo y significativo.

La sistematización se conforma por una serie de temas que nos dan respuesta hacia dónde va enfocado el rol del docente del PADEP/DEF; con énfasis en aquellas casos que enfrenta el docente en su medio laboral y sobre todo como dar solución a determinada situación haciendo uso de diferentes medios del programa académico del PADEP/DEF.

I Marco Conceptual.

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Con el pasar de los años el rol del maestro de educación física ha evolucionado, en cuanto al desarrollo integral de los estudiantes, viéndolo desde un punto de vista biológico, psicológico, social y laboral. En ese sentido es preciso y lógico señalar que este proceso pedagógico depende en gran medida de las características generacionales del educando y de los requerimientos que demanda la sociedad para una buena formación de estudiantes.

Es oportuno comprender que el rol del profesor de educación física tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral de los estudiantes mediante las actividades físicas y recreativas y coadyuvar de esta manera a la formación y educación de un estudiante capaz de conducir activa y consciente al servicio de la construcción de la sociedad.

A través de la educación física y como aporte a la sociedad se puede ejercer una influencia considerable en la formación de valores en los estudiantes, situación que no se da en la actualidad en la población estudiantil; Esto viene a percutir en el desarrollo integral del estudiante, lo que no permite alcanzar los objetivos trazados para que se de ese desarrollo tanto deseado.

El desarrollo integral en los diferentes ámbitos en la actualidad se ve en una realidad diferente a muchas que se plantean; no se alcanza el desarrollo en todos los ámbitos en el estudiante, es por ello que se necesita primero establecer la causa del por qué no se da tal situación. El docente de Educación Física tiene la ardua labor de enfrentar cualquier reto que se le presente en su escuela, existe la necesidad de que el docente esté preparado para enfrentar cualquier situación y a la vez darle solución al problema.

En esencia la población estudiantil cuenta con diversos tipos de rasgos fisiológicos que distinguen a una persona de otra, en su mayoría de la cultura ladina y xinca. La investigación exige ver como una vía de gran importancia ayuda a simplificar un trabajo ordenado y sistematizado para identificar exactamente la población que forma parte de la presente investigación.

El rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde los diferentes ámbitos, su punto de partida se encuentra delimitado, porque este problema consiste en describir cuales son los efectos o causas que determinaran el desarrollo integral de los estudiantes en base al rol del profesor de educación física, utilizando como medio los diferentes ámbitos que darán respuesta a los beneficios u aportes que resultaran del desempeño docente.

Debido a las complejas fuerzas sociales que interactúan incidiendo en nuestra sociedad actual, cada día se van reduciendo las formas de expresión plena de un desarrollo físico, como consecuencia de ello el ser humano vive en una pérdida de personalidad, humanidad, falta de espacio que conlleva a la pérdida de capacidad de equilibrio entre los factores positivos y negativos inherentes a su propia naturaleza. Por ello el docente de Educación Física debe de justificar los medios para competir en igualdad de condiciones en todos los ámbitos aplicables a la labor docente en una competencia bien entendida. En la aldea Santo Domingo Nancinta lugar donde funge el establecimiento educativo, surgen situaciones que conllevan a la problemática relacionada al desarrollo integral del niño por situaciones psicológicas, sociales y biológicas que afectan al aprendizaje en un énfasis de desarrollo educativo, puesto que en la localidad se dan casos de los distintos ámbitos mencionados en niños que tienen determinado problema que afecta en su estudio,

impedimento que no permite una educación a un cien por ciento para alcanzar ese desarrollo integral; causas que afectan como desnutrición, desintegración familiar, estudiantes con necesidades especiales, falta de valores, desinterés para la clase de educación física, malos hábitos, problemas con estupefacientes y muchas mas causas que se le puedan presentar al docente de educación física, la pregunta aca es que se puede hacer para que un estudiante tenga un desarrollo eficiente en la clase de educación física, si le afecta una de las causas anteriores en su desempeño estudiantil.

La educación física en la actualidad es impartida generalmente a la población estudiantil guatemalteca, no importando raza, sexo, discapacidad o mejor dicho es generalizada para todas las personas que ejercen movimiento. A pesar de ser generalizada hay factores que limita hasta cierto punto el poder realizar la educación física, y para determinar estos factores es importante realizar un estudio en determinada población para poder saber que tipos de problemas afectan a la población con la cual se va a trabaja y para ello es necesario establecer las características generales de la población objeto de estudio; tal es el caso que en el establecimiento mencionado anteriormente cuenta con dos cuarenta y dos estudiantes de los cuales ciento cuarenta y cuatro son niños y noventa y ocho son niñas, todos comprendidos en las edades entre cuatro catorce años, todos pertenecientes a la pueblo ladino y xink"á, su situación socioeconómica varia en relación a estudiantes con recursos económico y otros con los que no cuentan con dichos recursos, la mayor parte de la población se encuentra en una clase baja y muy pocos estudiantes en la clase media. En cuanto a las condiciones de salud se encuentran estudiantes con problemas psicológicos y otro con impedimentos físicos, tal es el caso de un niño con una deformación en el pie derecho que le limita su movimiento normal.

La forma en la que se abordara el problema objeto de estudio para profundizar y esperar respuesta a la problemática se hará uso de instrumentos y técnicas de recolección de información que ayuden a cumplir con los objetivos deseados así poder llegar al fin esperado. Uno de los instrumentos a utilizar es la encuesta que se realizara a través de una muestra representativa colectivo mas amplio utilizando procedimientos estandarizados de interrogación con el fin de obtener respuesta cuantitativa, de una gran variedad de características objetivas y subjetivas de la población relacionada al rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes. Una entrevista que me permita realizar un cuestionamiento para obtener resultados de las respuestas de las personas entrevistadas, que me guiaran hacia dónde va la problemática y así poder darle solución. Entre las técnicas para el problema planteado se desarrollara a través de dos forma una técnica documental y la otra de campo, con el fin de recopilar información para enunciar las teorías que sustentan el estudio de los procesos, esto es la técnica documental y en cuanto a la de campo ayudara en la investigación a observar en contacto directo con el objeto de estudio y el acopio de testimonios que permitan confrontar la teoría con la practica en la búsqueda de la verdad objetiva.

Al plantear las preguntas en la investigación en cuanto al problema se puede orientar hacia que se quiere llegar por ejemplo explorar, describir o explorar dependiendo que resultado se quiere obtener, por ejemplo en problema planteado ¿Que opina sobre el desempeño docente del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes? ¿Qué causas limitan el desarrollo integral de los estudiantes? ¿Sabe cuál es el rol del profesor de educación física en el desarrollo integral de los estudiantes? ¿Por qué es importante el rol del profesor de educación

física en el desarrollo integral de los estudiantes, desde el ámbito psicológico, biológico, social y laboral?

En base a la problemática planteada es necesario que se describan las corrientes o paradigmas que den respaldo a la investigación. El paradigma constructivista en la investigación concibe el conocimiento como una construcción propia y un paradigma positivista haciendo uso de corrientes bibliográficas para el sustento de la investigación.

1.2 JUSTIFICACION.

Considerando la importancia del rol del profesor de educación física y el desarrollo integral del estudiante en la presente a nivel científico podemos descubrir la realidad o la verdad de la hipótesis planteada de la investigación, en lo académico los pasos a seguir de todo el trabajo y en lo social a interactuar con nuestro entorno y semejantes.

En el presente escrito se detallara lo fundamental de todo el proceso de selección y sus aportes fundamentales, tales como, contribuir al desarrollo psíquico intelectual, social y académico.

Al desarrollo del rol del maestro de educación física en todos los ámbitos, tributando y colaborando para obtener una respuesta positiva en el desarrollo del integral del estudiante.

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

La educación física tiene como objetivo contribuir al perfeccionamiento de nuestros niños, a través de las actividades físicas deportivas y recreativas coadyuvando a la formación y educación de un niño o joven capaz de conducirse al servicio de la sociedad. Para que se den buenos resultados en la clase de educación física es necesario detectar el problema que le afecta al estudiante, ya determinado el problema darle solución aplicando teorías que contribuyan a mejorar su rendimiento académico.

II Marco Metodológico.

2.1 OBJETIVOS.

2.1.1 Generales.

- Identificar los aportes y beneficios del desempeño del profesor de educación física del PADEP/DEF ante las causas que afectan un desarrollo integral de los estudiantes en su entorno educativo.

2.1.2 Específicos.

- Establecerá las etapas del proceso de investigación del rol del docente de educación física del PADEP/DEF.
- Determinará los aportes del desempeño docente del Maestro de Educación Física del PADEP/DEF.
- Identificará los factores relacionados con el desarrollo integral del niño.
- Desarrollará la teoría indispensable del rol del Maestro de Educación Física del PADEP/DEF.
- Detectará las causas que afectan el desarrollo integral de los estudiantes.
- Cuantificar las causas, relaciones, aportes y resultados subyacentes al rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes.
- Detectar la realidad del problema a investigar.
- Establecer un censo general de la población objeto de estudio.

- Descubrir la importancia del rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes.
- Describir los aportes y beneficios que genera la investigación relacionada al rol del profesor de educación física del PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes en los diferentes ámbitos.

2.2 Método.

2.2.1 Muestra.

La muestra se realizó en el centro educativo Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla, Santa Rosa, desarrollando una serie de preguntas cerradas planteando en las mismas diferentes temas.

2.2.2 Recolección de datos.

Se recolectaron diferentes tipos de datos en el centro educativo con estudiantes, docentes, director y padres de familia, con el objeto de conocer cuáles son las causas que afectan el desarrollo integral de los estudiantes en la clase de educación física.

2.2.3 Análisis estadístico.

Los planteamientos se dieron a través de una serie de graficas interpretando en la misma los resultados de la muestra.

2.2.4 Instrumentos.

El tipo de instrumento que se utilizo fue la encuesta dirigida a docentes estudiantes y padres de familia del centro educativo mencionando.

III MARCO TEORICO.

3.1 La Educación Física.

La educación física es la disciplina que abarca todo lo relacionado con el uso del cuerpo. Desde un punto de vista pedagógico, ayuda a la formación integral del ser humano. Esto es, que con su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior.¹

3.1.1 Análisis conceptual de Educación Física.

Son diversos los problemas epistemológicos que se identifican en torno del constructo de la Educación Física. Estos problemas surgen del análisis documental y las entrevistas en profundidad realizadas a varios docentes; son abordados desde dos perspectivas, la primera que incluye un acercamiento al problema epistemológico: analiza el debate de la Educación Física en su indeterminación semántica y el debate como ciencia o disciplina, así como también el sentido que tiene la Educación Física hoy en el contexto de la Educación. La segunda perspectiva analiza los principales problemas teórico conceptuales, estos son: que la Educación Física privilegia más el cuerpo biológico que el cuerpo simbólico; las concepciones de la motricidad y el movimiento corporal: ¿similares o distintos?; las desconexiones contextuales de la Educación Física y las prácticas corporales

Volver arriba ↑ Huizinga, Johan (1972). «Esencia y significación del juego como fenómeno cultural». Homo Ludens. Madrid: Alianza Editorial. pp. 43–44.

sin reflexión. Con ello procurar una mirada crítica y reflexiva como aporte a un campo del saber que está en construcción.

3.2 Historia de la Educación Física.

3.2.1 Prehistoria de la Educación Física.

El movimiento corporal es una necesidad instintiva y sufre las influencias de la selección natural, de la herencia, de las necesidades biológicas, de la evolución y de las leyes de la imitación, siempre creando y preparando para la vida. La Educación Física o mejor dicho la actividad física, en la Prehistoria proceden del ámbito vital más elemental, está fundamentada en la supervivencia, en la necesidad de adaptación. De ahí que la actividad física se manifestaba fundamentalmente en ejercicios utilitarios indispensables para la vida, cazaban y pescaban para poder comer. Las expresiones más características eran la marcha, la carrera, el salto, el lanzamiento, la lucha, la natación, el esquí y más tarde el canotaje, la equitación

Y las danzas. Existían además de luchas, actividades religiosas que derivarán en rituales y danzas que fueron los primeros vestigios de expresión corporal. El paso del nomadismo al sedentarismo provocó que se elevara el tiempo de ocio. La lucha por la supervivencia fue el objetivo fundamental de la educación y de toda la actividad de los seres humanos de las sociedades primitivas durante cientos de miles de años.

3.2.2 La Educación Física en la Edad Antigua.

La Edad Antigua abarca dos civilizaciones principales de gran repercusión de cara al futuro: Grecia y Roma. Pero también se

tiene conocimiento de otras importantes culturas como los hititas, los babilonios, los egipcios o China.

3.2.3 La Educación Física en Grecia.

La civilización griega debió recibir en alguna manera influencias desde Asiria (que tenía una importante Educación Física organizada), Mesopotamia e incluso desde Asia. La sociedad griega arcaica tenía por objeto la educación de la areté, que venía a ser la síntesis del valor físico y de la disciplina militar. Los valores físicos resultaban indisociables. La sociedad griega pone fin a una gimnasia militar, y los ejercicios físicos toman otra valoración. Eran los practicados en los Juegos Olímpicos. La importancia del ejercicio físico en Grecia puede apreciarse en dos formas fundamentales: Atenas y Esparta. En Atenas se inició una valoración estética hacia el cuerpo, existe un culto por la belleza acompañado de virtudes morales e intelectuales, es decir, se perseguía la combinación del hombre de acción con el hombre sabio, evolucionándose más tarde hacia un programa educativo más intelectualizado en detrimento del aspecto físico. El objetivo que perseguían los educadores atenienses era lograr la belleza corporal y mejorar la salud contribuyendo a lograr una formación humana más equilibrada.

En esta civilización también aparece la gimnástica médica, con medicina preventiva acompañada de régimen dietético. Por su parte la ciudad o polis de Esparta esperaba obtener de la educación a través de la actividad física, la formación de mejores guerreros y soldados que defendieran las posesiones del estado y le aportasen otras más. Se acentúa en esta sociedad el carácter militar de los ejercicios físicos. En estos

ejercicios se incluían algunos valores morales como la disciplina y el amor a la patria.

En cuanto a las manifestaciones atléticas, el mejor exponente son los Juegos Olímpicos. Se celebraban en la ciudad de Olimpia en honor a Zeus. Tenían carácter religioso y mientras duraba su celebración se vivía en tregua en las luchas de los pueblos. Pero no sólo tenían Juegos Olímpicos, sino que todas las ciudades tenían sus propios juegos. Juegos Píticos, de Delfos. Nemeos, de Nemea, de Delos, Ístmicos, de Corintio. Consistían en carreras pero pronto se añadió Pentatlón, lucha, boxeo, etc. Las mujeres no podían asistir ni siquiera de espectadores pero tenían sus propios juegos: los Juegos de Hero, aunque éstos tenían carácter ritual.²

3.2.4 La Educación Física en la Edad Media.

La Edad Media es una etapa de profundo oscurantismo. La entrada en esta época unida al espíritu cristiano no propicia la práctica del ejercicio físico. No obstante la actividad de la caza de los nobles y las luchas determinarán la necesidad de recurrir a la preparación física. A pesar de que tanto la gimnasia atlética como la gimnasia espectáculo desaparecieron con el cristianismo, las actividades físicas no desaparecieron por completo, eso sí centrada con casi exclusividad en las guerras y era la nobleza la que más acceso tenía a los juegos de caballería. Para el cristianismo los fines que persigue la educación están instalados en el alma y no en el cuerpo. El cuerpo es fuente de pecado y la formación que interesa es la del alma y la intelectual. La

²Robin Barrow, Greek and Roman Education (Macmillan Education: London, 1976).

actividad física quedará excluida de los programas educativos.³Sólo se practican algunas actividades que poco tienen que ver con la concepción educativa de la actividad física. Así se practican los torneos, las justas, los juegos de pelota y las luchas que se utilizaban como adiestramiento militar.

Para el pueblo estaban reservados los juegos populares como por ejemplo los deportes de pelota.

3.2.5 La Educación Física en el Renacimiento.

El Renacimiento supone el cambio más radical en la concepción del hombre y también con ello de la Educación Física. El hombre es el centro de atención y de ahí surge la idea Educación Física de. En el Renacimiento existen multitud de pedagogos y educadores que retoman la EF para adaptarla al campo educativo a imagen de lo que ya hicieron los griegos y romanos. Algunos de estos pedagogos caracterizados por copiar las estructuras educativas clásicas son:

- Ignacio de Loyola, recomienda en su orden el ejercicio físico.
- Luis Vives, que promulgaba la creación de gimnasios y defendía que la Educación Física servía para endurecer el cuerpo y tonificar el alma. La EF es el camino para mejorar el alma y la mente.
- Mercurialis, quien recopila en un atlas ilustrado los ejercicios de la antigüedad. *Ars Gymnástica*

³Dharampal, . (1983). *The beautiful tree: Indigenous Indian education in the eighteenth century.* New Delhi: Biblia Impex.

- Vittorino Da Feltre, iniciador de la práctica de la EF. En su casa Giocosa en Mantua 1423. Era una escuela cuyos objetivos eran tanto morales como intelectuales y físicos en los que se practicaba la gimnasia griega y juegos populares con una metodología recreativa y de ejercicio físico.

3.2.6 La Educación Física en el siglo XIX.

Señalaremos dos autores y las denominadas escuelas.

- Guts Muths, del que ya hemos hablado, dedica parte de su obra a estudiar la gimnasia pedagógica y establece una clasificación de ejercicios con criterio pedagógico.

- Pestalozzi, inicia la gimnasia analítica y establece una clasificación de capacidades a desarrollar: fuerza, resistencia, habilidades, coraje... Inspira a Amorós que será el principal exponente de la escuela francesa de este siglo. Busca la globalidad, una gimnasia analítica que en realidad se convierte en sintética tratando de aprender más formas y actitudes en cada movimiento,

siendo éste consciente y no mecánico.

- Escuelas europeas.

- Movimiento del Centro, con la aportación de Jahn la EF se convierte en otro elemento más a favor del Estado para ensalzar la raza y la patria. El maestro es fuente de sabiduría y autoridad y la EF debe ser violenta, sacrificada y disciplinada. Introduce aparatos para fomentar el riesgo como la barra fija, o el potro, espalderas... Su método el Turnen elimina la palabra gimnástica y se basa en la formación pedagógica y militar.

- Movimiento del Norte de Europa, Nachteggall inspira a P.H. Ling en un método en la que la EF higiénica y sanitaria tiene una finalidad correctiva. H. Ling, es el continuador de la obra de su padre creando las tablas de gimnasia para las clases, bajo los criterios de localización, progresión y corrección. Traslada la gimnasia militar a la escuela, en la que las repeticiones juegan un papel fundamental. En Suecia nos encontramos con la EF obligatoria en P y cuenta también gracias a H. Ling con el Instituto.
- Movimiento del Sur de Europa, Muths y Pestalozzi tuvieron gran influencia en Amorós quién propone la EF voluntaria en Primaria y obligatoria en las escuelas normales. En cualquier caso su enfoque era totalmente militarista y no educativo.
- Escuela Inglesa, Tomas Arnold introduce el deporte en las escuelas inglesas igualando el deporte a la Educación Física. Abogaba por el Self – government y la socialización del hombre. Su labor tiene una gran influencia en el ámbito físico – educativo en particular y educativo en general.

3.2.7 La Educación Física En el Siglo XX.

En este siglo las escuelas evolucionan hasta auténticos movimientos que aún hoy perviven:

Del movimiento del CENTRO (Alemania)

Tenemos la escisión en:

Gimnasia Moderna o corriente artístico – rítmico – pedagógica. Más artística que gimnástica con el baile, el teatro y las danzas como medio. Rudolf Bode Jalkanen, Medaww, India.

Gimnasia Natural Austriaca o rítmico – pedagógica. Es una corriente físico educativa y es más educativa que gimnástica. Gaulhofer.

- Del movimiento del NORTE (Suecia): En ella distinguimos dos corrientes fundamentales:
-Gimnasia Neosueca: mantiene sus raíces pero incluye el aspecto lúdico–recreativo con las novedades del ritmo, la globalización del movimiento, la relajación y los estiramientos.

Manifestación técnico – pedagógica.

Manifestación científica.

-Gimnasia Jazz, Gim Jazz: consiste en la interpretación de pasos y danzas según ritmos musicales.⁴

- Del movimiento del SUR (Francia) aparecen:

Manifestación científica. Marey, Demeny, Tissie, Lagrange.

Manifestación técnico – pedagógica o gimnasia Natural. Naturalista, con ejercicios físicos utilitarios y un desarrollo físico completo.

- Corriente de EEUU, la EF debe preocuparse por mejorar la condición física a través de la mejora de las capacidades físicas básicas Cureton.

3.3 Objeto de estudio de la Educación Física.

La educación física es una disciplina pedagógica que basa su intervención en el movimiento corporal, para estructurar primero y desarrollar después, de forma integral y armónica, las capacidades

⁴Henri-Irénée Marrou (1985). Historia de la educación en la Antigüedad. Ediciones AKAL.

físicas, afectivas y cognitivas de la persona, con la finalidad de mejorar la calidad de la participación humana en los distintos ámbitos de la vida, como son el familiar, el social y el productivo. Actualmente pues, la educación física es una necesidad individual pero también social. Radicando su objeto en la evolución de la misma.

3.4 Naturaleza de la Educación Física.

La connotación global del concepto “Educación Física” es muy amplia y escurridiza para definirla o delimitarla según los intereses socio-económicos, políticos y culturales del contexto donde se aplique o se defina; sin embargo cuando se aborda con una perspectiva tridimensional (biológico, psicológico y social) de las potencialidades y a la vez necesidades de desarrollo de las personas, como entes activos, dinámicos y transformadores de su realidad, no podemos desvincularla de la praxis educativa en general, esto quiere decir, que su finalidad, enfoque y objetivos deben articularse con los objetivos curriculares de la educación nacional.

La Educación Física como disciplina científico-pedagógica, se vale del movimiento corporal en todas sus manifestaciones para potencializar el desarrollo morfo funcional y brindar conocimientos, habilidades y destrezas psicomotoras, sociales y culturales, en donde se conjuga el sentir, el hacer, el pensar y el querer, con el movimiento corporal, funcionando de esta manera como un todo en la actividad; de esta forma se desarrolla lo que se conoce como conciencia corporal o corporeidad.

El cuerpo puede analizarse en dos perspectivas, en primer lugar como vehículo de ser corporal, y en segundo lugar como vehículo que está en el mundo y se relaciona con él y, consecuentemente,

como emisor y trasmisor de vivencias como pensamientos, emociones y acciones, de esta forma se sintetiza la realidad humana, donde el cuerpo (corporeidad) y el movimiento (motricidad) son los componentes vitales en la vida de las personas “Se nace con un cuerpo, que a través del movimiento se adapta, desarrolla y conforma como corporeidad. Esta conformación se determina mediante el movimiento, por la acción y por la percepción sensorial de los órganos de los sentidos. Este proceso se va desarrollando a lo largo de nuestra vida, desde que estamos en el vientre sentimos la necesidad de movernos, de manera que vamos cambiando y conociéndonos según la imagen corporal que se percibe de sí mismo y de nuestra imagen que nos hacemos al interpretar el mundo exterior a lo largo de la vida”. De ahí la importancia de la Educación Física como disciplina curricular, que aborda tópicos referidos a la comprensión y desarrollo de la corporeidad.

3.5 La Educación Física y Salud.

Al referirnos a esta asignatura tomamos en cuenta que se centra en actividad física de forma dirigida, la que resulta fundamental para el mantenimiento y el fomento de la salud. Contribuye a la prevención de enfermedades en cualquier edad, pero específicamente en el periodo escolar contribuye a anticiparnos al sobrepeso y la obesidad, situaciones que golpean duramente a nuestra infancia y en la que debemos accionar seriamente si deseamos una población, tanto infantil como adulta, saludable. No se debe dejar de mencionar el fortalecimiento del sistema óseo, el que se encuentra en evolución en estas edades, así como la mejora del tono muscular.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera la salud como "el estado de completo bienestar físico, mental, social y no la mera ausencia de enfermedad o invalidez".⁵

Atendiendo a esta definición tomaremos en cuenta que la escuela en tal sentido contribuye a la promoción de salud en su comunidad educativa, ello implica que tanto docentes como alumnos se impliquen en estilos de vida saludables. La escuela a través de diversas acciones proporciona medios para la mejora de la salud y el ejercer un control sobre ella, una de las vías es la educación Física, las relaciones que permite establecer con los otros, las que debe sustentarse sobre las bases de la solidaridad, la tolerancia, el diálogo, una actitud positiva ante las diversas situaciones que nos enfrentamos cotidianamente. El cumplimiento de un horario de vida, el que incluye el escolar, así como una adecuada alimentación son otras de las contribuciones de la escuela como promotora de salud lleva adelante.

La salud es un derecho humano fundamental y el logro del grado más alto posible de ella es un propósito social poderosamente importante, por lo que para alcanzar esta aspiración se requiere de la intervención de diversos sectores sociales y económicos, además del que se responsabiliza de la salud de la población a nivel gubernamental, es un requerimiento para la vida en el que se recalcarían, como concepto efectivo, los recursos sociales y personales además de las capacidades físicas.

Un buen programa de Educación Física escolar es de trascendental significación en la promoción de la actividad física, de la salud y del bienestar, numerosos factores pueden perjudicar la participación de los escolares en actividades físicas que afecten en sus estilos de

⁵<http://concepto.de/salud-segun-la-oms/>
«salud», *Diccionario de la lengua española* (23.ª edición), Madrid: Espasa, <http://dle.rae.es/?w=salud&o=h>

vida. Entre estos factores se encuentran la cultura, los valores, el conocimiento, las actitudes, las habilidades, los medios de comunicación, la vida social y la influencia del círculo de amigos y de la familia, entre otras.

3.6 Misión de la Educación Física.

El Programa de Educación Física se propone exponer a los estudiantes a una variedad de experiencias educativas secuenciales para que participen de diversas actividades físicas, se instruyan sobre el movimiento humano, aprendan a moverse eficientemente, promuevan el movimiento como parte de un estilo de vida saludable y orienten su desarrollo e integración personal. La clase de Educación Física se concibe como parte integral del currículo escolar ofreciéndose de forma sistemática en todos los niveles educativos. Las actividades provistas responderán a los intereses y a las necesidades de los estudiantes teniendo presente el desarrollo de éstas. Se estimulará en el estudiante la búsqueda de significado en las actividades de movimiento. El estudiante tendrá participación en la toma de decisiones sobre sus metas y será responsabilizado por la evaluación de su progreso, brindándole la oportunidad para reflexionar. Las actividades se llevarán a cabo en situaciones reales o cuas irreales donde pueden participar el estudiante solo o con otros compañeros. Se fomentará la solución de problemas como parte de las experiencias provistas y se estimulará el desarrollo de los distintos estilos de aprendizaje.

3.7 Importancia de la Educación Física.

Los tiempos de hoy en día llevan a muchas personas a Descuidar su Cuerpo, dejando de lado no solo las horas de descanso necesarias,

sino también teniendo una Mala Alimentación, que implica no solo no tener una Dieta Equilibrada sino a veces no alcanzar la cantidad de nutrientes necesaria para las exigencias básicas del organismo, lo que lleva muchas veces a pensar que comer bastante, es comer bien.

Y es allí cuando comienzan los Problemas de Sobrepeso, acompañado además del trabajo de oficina que lleva a una Vida Sedentaria, y empezamos a preocuparnos por nuestro cuerpo, por lo que una de las primeras opciones que pensamos es la de Hacer Ejercicio, aunque ello a veces puede ser perjudicial si se realiza sin los controles pertinentes y los conocimientos adecuados para la realización de las actividades.

Una de las ramas del conocimiento que se encarga de evitarnos esos dolores de cabeza es justa la Educación Física, que como su nombre lo indica, la principal premisa a la que apunta es la realización de una Formación Pedagógica de los cuidados de nuestro cuerpo, aplicados no solo a la Salud Física, sino también a los órdenes que debemos tener para llevar una Vida Saludable.

Lógicamente, uno de los puntos fundamentales es Evitar el Sedentarismo, fomentando a llevar una vida con una Actividad Física moderada, pero también está relacionada a las Actividades Deportivas como parte de una socialización, aprendiendo a acatar reglas, trabajar en equipo y plantearse distintos objetivos, siendo necesaria su aplicación en la Edad Escolar.⁶

Es por ello que desde pequeños en el colegio, en las horas de Educación Física, se nos enseña los valores de la Sana Competencia además de poder relacionarnos con distintos compañeros realizando Deportes de Grupo, permitiendo no solo un

⁶Guzman I, García C, et al. Prevalence of Cardiovascular Risk Factors in urban and rural population of Guatemala. *Circulation* Vol 125, No 19 May 15, 2012.

desarrollo de la adaptación sino también inculcando valores de tolerancia, respeto y compañerismo.

3.8 Retos de la Educación Física desde los diferentes ámbitos.

La escuela, como institución, ha sido estudiada desde diversas perspectivas. Una de ellas es la perspectiva social. En ese sentido, la escuela tiene encomendadas una serie de tareas sociales orientadas a los planos individual y social del individuo, tales como contribuir a su desarrollo personal, físico, intelectual, afectivo y social o relacional, intentando integrar a la persona en la comunidad como un miembro activo y participativo.

En los años finales del siglo XX, y en estos primeros del siglo XXI, el mundo se ha convertido en una «aldea global». Lo que ocurre en cualquier lugar del mundo repercute en las decisiones que se tomen en coordenadas extremas. Las tecnologías de la información y de la comunicación han permitido que lo que ocurra a unos cinco mil kilómetros de nosotros, lo conozcamos en cuestión de horas. Si Europa, Estados Unidos, Canadá... han sido lugares de inmigración, en los últimos años este suceso se ha visto «desbordado» (Gil Madrona, 2003).

Los fenómenos migratorios internacionales surgidos en los últimos tiempos han adquirido tal magnitud, que algunos autores han denominado este siglo «la era de las migraciones», siendo cada vez más reducidas las zonas del mundo que quedan al margen de las corrientes migratorias, que se producen unas veces como consecuencia del hambre y de la miseria, otras por los devastadores efectos de las guerras, y, a veces, por motivos de persecución política.

El respeto y el reconocimiento hacia el «diferente» son requisitos para una convivencia pacífica entre las diversas culturas, y son estos objetivos los que deben ser prioritarios en «la escuela», en una verdadera educación intercultural, donde los estudiantes aprenden a convivir a través del proceso de la socialización, al tiempo que van adquiriendo valores como la tolerancia, el respeto, etc., pero teniendo en cuenta que, del mismo modo que pueden adquirir estos valores, también pueden aprender la intolerancia, la intransigencia y el rechazo de lo diferente. De ahí que la escuela, al lado de la familia, constituya un espacio para formar a los futuros adultos en una convivencia intercultural⁷. La educación intercultural, por tanto, surge no sólo por razones pedagógicas, sino también por motivos sociales, ideológicos y culturales.

No obstante, es importante que diferenciamos las líneas que estas políticas pueden seguir. Desde diversos referentes se suelen clasificar en tres categorías:

3.9 Asimilacionismo:

Implica la pérdida de su cultura para los grupos minoritarios. La identidad de origen no es tenida en cuenta, e, incluso, supone un obstáculo para el proceso de

Integración escolar y para la incorporación a las estructuras sociolaborales y políticas en el territorio de acogida. Lejos de estas inadecuadas medidas, se sitúan las recomendaciones que Botton, Puigvert y Taleb (2004) resumen en un ni imponer, ni obligar.

- Segregacionismo: es un proceso de desarrollo paralelo, en el que cada grupo étnico-cultural posee sus propias instituciones laborales,

⁷teóricos (Rosa-les, 1994; Siguán, 1998; Arnáiz y Martínez Abellán, 2002),

sanitarias, culturales y educativas, pero en el que el contacto con otros grupos intenta ser prácticamente nulo.

Interaccionismo: pretende un desarrollo diferenciado de los diversos grupos culturales, pero manteniendo una permanente relación de comunicación entre ellos. Se trata de facilitar, por medio de las instituciones políticas y escolares, la mejor intervención posible desde una política que fomente una igualdad de oportunidades, y de una socialización por medio de prácticas deportivas, en contraposición a políticas en las que la competitividad y la victoria –o el récord–, generen e incrementen las desigualdades, posturas que ejemplificarían las políticas derivadas del asimilacionismo o del segregacionismo.

En esta línea, y desde las referencias de Gutiérrez Sanmartín (1995), se subraya que, a través de las actividades físico-deportivas, se pueden alcanzar, entre otros, los siguientes valores multiculturales: respeto a los demás, cooperación, relación social, trabajo en equipo, pertenencia a grupo, convivencia, responsabilidad social, justicia, amistad, etcétera.

3.10 Nuevas tendencias en la Educación Física.

En el innegable carácter científico de la enseñanza de la EF, y dentro de la perspectiva estática (Kerlinger, 1975) de esta ciencia que podríamos llamar "Didáctica de la EF", es decir, el propio cuerpo de conocimientos de la misma, se encuentra, en un importante porcentaje, el currículo desarrollado en las diferentes etapas educativas. Sin embargo, es quizás más importante la forma en que se desarrollan esos conocimientos, es decir, cómo, dónde y por quiénes se genera el nuevo conocimiento que hace avanzar a la Didáctica de la EF, o sea, la *perspectiva dinámica*. Es aquí donde

centramos el objeto de estudio de este artículo que presentamos. Además de las investigaciones más teóricas, generales, externas o básicas en el campo de conocimientos de la Didáctica, hay una porción muy importante de construcción de conocimientos en la EF actual que se desarrolla por el propio profesorado en ejercicio, a través de la innovación, y en los propios centros educativos. En ellos vamos a centrar nuestro estudio y conclusiones, intentando mostrar las líneas más importantes que se desarrollan en la actualidad.

Por tanto podemos concluir en este primer análisis al tema central, que la perspectiva estática de la ciencia de la Didáctica de la EF, se ve conformada por conocimientos generados en los centros educativos y que el motor de esta parte estructural de la Didáctica, es decir, la perspectiva dinámica de la misma, es el profesorado, que desarrolla y avanza en el conocimiento aplicado a través de la innovación en el currículo de EF.

3.10.1 Conceptos de innovación y tendencias innovadoras.

En primer lugar vamos a realizar una justificación de los contenidos de este artículo, definiendo el asunto principal, es decir, las innovaciones en EF y las tendencias innovadoras, producto determinante del profesorado en activo para el avance del conocimiento curricular en nuestro Área.

Entendemos por *innovación* en Educación Física los cambios planificados en la intervención didáctica del profesor de EF, en los materiales que utiliza o en su contexto, con el fin de mejorar la calidad educativa y la profesionalización. De esta forma, sólo entenderemos como innovaciones aquellas

mejoras controladas y planificadas, y no a los cambios espontáneos sin convicción o garantías de éxito.⁸

Las líneas, corrientes, enfoques o *tendencias innovadoras*, por tanto, son aquellos grupos de innovaciones que produce el profesorado de EF en torno a núcleos comunes (ya sean en la forma de actuar, en los materiales que utiliza, en los objetivos propuestos, etc.), y que cumplen una serie de condiciones:

Deben ser innovaciones que se estén desarrollando en la actualidad, con vigencia.

O bien, tendencias de la Educación Física anteriores que han desembocado en nuevas formas de actuar o en alternativas que sí son consideradas como innovaciones actualmente.

Innovaciones que por su importancia, son materia de publicaciones en libros, revistas y motivo de ponencias y comunicaciones en congresos de Educación Física.

Innovaciones, temas y problemas que están presentes en colegios e institutos y son motivo de preocupación para el profesorado.

Estudios de apoyo para la confección de la clasificación de las tendencias innovadoras. Tal y como hemos comentado en el resumen del artículo, nuestra clasificación está basada en dos procesos para recoger datos en torno a las innovaciones del profesorado de EF en los centros:

Un primer estudio basado en el sondeo de los temas trabajados por los profesores en la Comunidad Andaluza, donde se preguntaba, entre otras categorías, la de *innovación-investigación* que llevaban a cabo los profesores encuestados

⁸Palacios, Luis; Martínez, Cristina (2008). «Educación física y salud en la Educación Básica». INDEXA 1 (3): 43.

en sus aulas de EF. El total de la muestra encuestada fue de 157 docentes en ejercicio, estratificados porcentualmente por provincias. El desarrollo de esta investigación se puede observar en Viciano, J. (1998).

Estudio de revisión de las publicaciones en bases de datos, actas de jornadas de experiencias profesionales y revistas más usuales para los profesionales de la enseñanza de la EF. En ellas pretendimos recoger la difusión de los trabajos que los docentes habían realizado recientemente, para completar el desarrollo de la clasificación inicialmente confeccionada por el primer estudio.

El procedimiento para la confección de las tendencias innovadoras tuvo un proceso parecido al que realizamos para confeccionar las categorías de un análisis de contenido de textos, es decir:

Análisis cualitativo de las respuestas de los profesores en el cuestionario del primer estudio, y revisión de temas publicados en actas, jornadas, CEPs y bases de datos. Categorización por temas. Confección de una primera lista de innovaciones.

Agrupación de las innovaciones por núcleos comunes (intervención, objetivos, etc).

Ampliación de la lista de innovaciones por la incorporación de nuevos temas trabajados en EF y reestructuración de las primeras tendencias. Esto se debió a que la toma de datos no fue transversal en el tiempo, sino que se fue configurando la lista de tendencias a medida que aún se tomaban datos.

Revisión y confección última de la clasificación de tendencias innovadoras en Educación Física.

Clasificación de las tendencias innovadoras en la Educación Física.

En nuestra clasificación de tendencias innovadoras mostraremos tanto las tendencias que pertenecen o han sido originadas por el modelo de innovación "*de arriba a abajo*", o sea, aquellas que responden a cambios originados por la Administración educativa que se adapta a la sociedad cambiante, son por tanto originadas por reformas, como las tendencias provocadas "*de abajo a arriba*", es decir, innovaciones más locales o más particulares y también más numerosas, generadas por profesores concretos o grupos de profesores y que generalmente intentan resolver problemas del aula.

Nos comenta Fullan (1982), que "el cambio en educación depende de lo que los profesores hagan y piensen, es tan simple y tan complejo como esto", resaltando quizás una mayor importancia a las innovaciones generadas de abajo a arriba, así como a las reformas generales originadas por la "costumbre" o el uso extendido de los motivos de dichas reformas.

Veamos ahora la clasificación de las tendencias de innovación del profesorado de Educación Física, agrupadas según la unión de varias innovaciones en torno a núcleos generales:

3.10.2 Innovación en la Concepción del currículo.

La descentralización del currículo, provocada por la LOGSE, hace que ésta sea en sí misma una concepción innovadora, que además favorece las innovaciones en los centros y en las programaciones de aula del profesorado de EF, segundo y tercer nivel de concreción, respectivamente.

Por otro lado, y dentro de las innovaciones que la Reforma de la enseñanza ha introducido en todas las áreas, la figura del *profesor investigador* ha originado un docente en EF inquieto por configurar el currículo, expandiendo la EF como ciencia aplicada y dando lugar a numerosos congresos mundiales donde la enseñanza ha cobrado gran auge y protagonismo entre la gestión y el entrenamiento, además de jornadas de experiencias profesionales con gran protagonismo del profesorado y sus innovaciones, etc.

3.10.3 Currículo Nacional Base de Educación Física de Guatemala.

En el proceso educativo, el área de Educación Física se orienta a estimular el desarrollo de las y los estudiantes. Gira alrededor de los procesos de formación integral, tomando como centro del proceso educativo los estudiantes. Es importante tener presente que la Educación Física juega un papel preponderante en la teoría de las multinteligencias que ha venido impulsando Howard Gardner en las últimas décadas. Una de esas inteligencias se relaciona con la Motricidad o Inteligencia Kinestésica.

Según Gardner, la inteligencia debe ser concebida como la capacidad de descubrir, sopesar y relacionar hechos con el fin de solucionar problemas. Con respecto a este planteamiento, cobra vida el siguiente enunciado: “No hay posibilidad de tener un cerebro inteligente sin un cuerpo en movimiento”.

Cada ser humano posee y define estructuras mentales que guían su conducta hacia la mejor utilización del tiempo en beneficio de su salud física y mental. Es importante mencionar el desarrollo de la intra-inteligencia, la cual posibilita la

comprensión de su cuerpo en forma significativa, el reconocimiento de sus limitantes y potencialidades. En otras palabras, permite conocerse a sí mismo (a), identificar las emociones que genera ya sean positivas o destructivas y la forma de canalizarlas. Todo esto tiene que ver con las ondas cerebrales y con el movimiento y con el desarrollo de la inteligencia espacial que permite percibir visual, espacialmente lo que nos rodea. También desarrolla la inteligencia Inter - personal. Se puede afirmar que es una de las áreas que orienta con mayor responsabilidad el desarrollo de actitudes para el trabajo en equipo, evitando que se haga énfasis en las diferencias personales, culturales o sociales.

3.10.4 Guías curriculares de educación Física de Guatemala.

Regionalización de meso ciclos y micro ciclos nivel pre-primario, primario y medio.

En la actualidad por medio de la Dirección General de Educación Física se regionalizo las guías con el objeto de cubrir la clase de educación física de acuerdo a las necesidades de cada región. En Guatemala se trabaja por regiones ya que es un país multilingüe, multiétnico y pluricultural por lo que en cada región se necesita una adaptación de cada necesidad del país, es por ello que surge esta innovación y necesidad de trabajar en base de esta forma.

Surge una reforma educativa que forma parte importante de este proceso de adaptación. Un ejemplo claro lo tenemos en la región del occidente; se comunican por medio de su idioma natal y se viste en base a sus cultura. Al momento de la clase de educación física se les imparte en su idioma y en su vestimenta.

Dentro del contexto educativo del movimiento, la Educación Física facilita la participación libre y espontánea de niños, niñas y jóvenes. Propicia el uso del esquema corporal, orienta el desarrollo de las capacidades y habilidades motoras con el propósito de mejorar y aumentar la efectividad del movimiento que le es útil en su vida y que involucra habilidades que el cuerpo tiene que dominar para resolver problemas de orden motor como: manipular objetos, evadir objetos, saltar objetos, subir y bajar gradas, o, simplemente, para adaptarse a situaciones que se le presentan en el contexto escolar y social en el que se desenvuelve diariamente.

Por medio de la Educación Física se desarrolla el hábito del ejercicio como principal objeto de aprendizaje, la habilidad para ejecutar sus formas y combinaciones que dan origen a las manifestaciones más generalizadas de la ejercitación como la Gimnasia, el Deporte y la Recreación. Se logra, de esta manera propiciar “la práctica de la Educación Física para toda la vida “, el buen uso de su tiempo de ocio, la participación positiva como ente Psico-bio-social lo cual repercutirá positivamente, también, en el desarrollo integral en su comunidad y sociedad a mediano plazo.

3.10.5 Innovaciones provocadas por los temas transversales.

En la EF. Quizás, como parte de la Reforma anteriormente mencionada, surgen las áreas o temas transversales, que en sí ya son innovadores, pero que en EF, han supuesto una avalancha de estudios y preocupaciones de los docentes en sus aulas, destacando las siguientes:

La salud desde el punto de vista de prevención de enfermedades cardiovasculares y desde el punto de vista psíquico y de bienestar psicológico de la persona. (Sánchez Bañuelos, F. 1997).

La Educación Física en el medio natural.

El papel del profesor de EF en estas dos grandes dimensiones de la innovación en EF es la de ser responsable de asegurar la salud o de educar para ello y la de concienciar a través de la EF a los alumnos de la importancia de la conservación del medio natural y de su aprovechamiento para la realización de actividades físicas (en una doble vertiente: el medio natural, ríos, montañas, playas, etc. y el medio urbano como espacio para realizar actividad física en parques, circuitos, etc.).

Estas dos vertientes de los temas transversales son las que más inciden en la Educación Física (de hecho incluso aparecen como tales contenidos en ciertas etapas educativas, directa o indirectamente se hacen referencias a ellas en Primaria, Secundaria y Bachillerato). Sin embargo, la educación para la igualdad entre sexos hemos preferido aislarla en nuestra clasificación con la denominación de "coeducación en EF", puesto que posee algunos matices que a veces, la separan de la significación propia de este tema transversal.

3.10.6 Innovaciones en el concepto de aprendizaje de la Educación Física.

La significatividad y el constructivismo. Existen numerosas experiencias de los profesores de Educación Física donde el principal objetivo es hacer que los alumnos aprendan individualmente de forma constructiva los conceptos y

procedimientos como una manera innovadora de acercar los contenidos y su aplicación a la vida al contexto real del alumnado.

En esta tendencia innovadora incluimos la utilización de los recursos de su barrio y de su contexto próximo para realizar actividad física, las unidades didácticas que tienen como fin el aprendizaje conceptual significativo de cualquier contenido a través de procedimientos (control de las pulsaciones en el ejercicio para trabajar la resistencia), la comparación del trabajo de clase con la actividad física que se observa en la televisión o cómo aplicar los contenidos de clase a la vida (ejercicios para realizar en la playa, en el campo, en los parques urbanos, ver partidos reales y analizarlos según lo visto en clase, ...).

Innovación en la concepción de la EF.

Innovación en la concepción de la EF: vivencial, experiencial y motivacional, frente al rendimiento, aprendizaje motor y conceptual.

Ha existido una acción pendular de la EF en cuanto a estos polos de su concepción, de manera que la disyuntiva proceso-producto, se ha materializado en el producto en un principio, en el proceso seguidamente y posteriormente en concepciones intermedias con predominio del producto o proceso respectivamente. Entendemos que las tendencias actuales de este dilema tradicional ha tomado determinadas directrices:

Sólo se pueden aprender ciertas cosas, ya que los límites actuales de la EF (tiempo, distribución de prácticas, etc, así lo exigen).

Se dedica más tiempo por el profesorado a lo que más interesa cada año, materializando esto en unidades didácticas de aprendizaje, desechando o reservando otros aprendizajes importantes para otros años, ciclos o etapas.

El resto de contenidos se imparte con objetivos vivenciales, recreativos o motivacionales, a través de unidades didácticas de experiencias. Destacamos aquí la importancia de la motivación como fuente importante de experiencias del profesorado.

La planificación horizontal es, por tanto, lo fundamental en este dilema proceso-producto, y la variabilidad en priorizar unos contenidos u otros depende del profesorado, sus preferencias, su formación, sus especialidades, en definitiva, sus decisiones proactivas.⁹

3.10.7 Innovaciones en la continuidad de la práctica de Educación Física.

Relacionada con la tendencia de significatividad del aprendizaje en EF, por cuanto trata de inculcar al alumno la utilidad del entorno para la continuidad de la práctica física, esta tendencia que tratamos ahora nace como complemento de la EF lectiva y de la necesidad de utilizar una franja horaria extralectiva que continúe con la labor educativa que no podemos ejercer en la EF dentro del aula. Los programas de actividad física extraescolar son un ejemplo de esta corriente, que tiene como fines principales:

Ampliar el desarrollo de contenidos propios de la EF escolar.

Crear hábitos de práctica física.

Básica CAGIGAL, J. M.; (1979): Cultura intelectual y cultura física. Buenos Aires, Kapeluz. MEC (1989): Diseño curricular base. Madrid, Ministerio de Educación y Ciencia.

Promocionar el deporte y enlazar con el deporte competitivo.

Cubrir una demanda del alumnado en general para realizar actividad física y deportiva.

Ya el MEC realizó hace unos años el "plan de apertura de centros en horarios extralectivos" para dar la oferta que hemos comentado y realizó una colección de libros monográficos para el tratamiento del deporte en este tipo de actividades. Actualmente se habla de la gestión privada de los centros educativos para ofrecer a los alumnos esta oferta de actividades físico-deportivas.

3.11 Rol del maestro de Educación Física ante los retos en su entorno.

3.11.1 Rol docente en la Educación Física.

El rol del profesor/a de Educación física ha de ir evolucionando y adaptándose a los cambios que se producen en la sociedad, a los intereses y necesidades de nuestros estudiantes, a las nuevas tendencias por donde discurre la enseñanza, a los contenidos del área de Educación Física¹⁰...

Una escuela moderna requiere de profesionales modernos y dinámicos, porque todo lo que nos rodea está en constante movimiento. El que se conforma con lo que es y con lo que hace, está condenado al fracaso, a la frustración y a la insatisfacción personal.

Si mantenemos el rol del profesor/a de "gimnasia" poco habremos evolucionado. Los elementos gimnásticos han pasado de ser del contenido exclusivo de nuestras

¹⁰CHEHAYBAR Y KURI, Edith (Coord.). *Hacia el futuro de la formación docente en la educación superior*. Colección Educación Superior Contemporánea Serie Mayor. Editorial UNAM. México, 1999.

enseñanzas a un elemento en vías de desaparición. El abanico de posibilidades se ha ido abriendo en la medida que se han ido incorporando nuevos contenidos a nuestra área: educación para la salud, deportes, juegos, expresión corporal, juegos y deportes alternativos, psicomotricidad, las actividades en la naturaleza,...

Esta variedad de contenidos exige de un profesorado activo, investigativo, innovador, diseñador, desinhibido, animador...

El docente debe ser una persona activa, dinamizador de todas las actividades que se realicen en el centro educativo, no sólo de las relacionadas con la actividad física y la salud. Ha de investigar sobre los aspectos que rodean a la función educadora, estar al día de las nuevas corrientes y tendencias de la educación en general y de la Educación física en particular.

Igualmente ha de ser capaz de diseñar sus programaciones, unidades didácticas y sesiones desde una vertiente investigativa: planeando, comprobando y rediseñando. Incorporando nuevos métodos, probando nuevas secuencias de aprendizaje, utilizando nuevas estrategias didácticas.

Por otra parte algunos contenidos, como ejemplo los relacionados con la expresión corporal, exigen de una persona desinhibida, de un animador capaz de captar la atención de sus estudiantes, que conecte con sus intereses y necesidades, que plantee sesiones variadas y amenas. En definitiva, que logre que los niños estén ávidos porque “toque” Educación física. Sin duda, nuestra área es la única del currículo que puede conseguir este efecto.

También debemos ser innovadores, no sólo en cuanto a la utilización métodos y recursos propios del área, hemos de conocer y usar las nuevas tecnologías de la información y de la comunicación. En línea con lo que marcan las competencias básicas, los estudiantes de hoy y futuro adulto, debe adquirir competencia digital, nuestra área como las demás del currículo deben orientarse a la consecución de este fin.

Al igual que debemos irnos desmarcando de la etiqueta de profesor/a de “gimnasia”, también hay que ir desterrando el de “coach” o entrenador/a, esa no es nuestra función. Nuestra labor es eminentemente educadora, nuestra área es un instrumento más para educar a nuestras alumnas. Por tanto nuestro perfil se debe ir enriqueciendo con otros calificativos: orientador, formador, tutor...

No podemos convertirnos en un simple transmisor de conocimientos o saberes, nuestra área es eminentemente procedimental, a través de la actividad del alumna y de las situaciones didácticas que planifiquemos, el estudiante debe explorar, descubrir, experimentar y poner en práctica una gran cantidad de actitudes, valores y normas. Pocas materias curriculares pueden lograrlo.

Como educadores debemos orientar y tutorar a nuestros alumnas, para ello es preciso: reconducir sus comportamientos, extender sus intereses, satisfacer sus necesidades, ampliar sus perspectivas sobre el mundo que le rodea, calmar sus iras, mitigar sus miedos, mejorar su autoestima, favorecer la relación y la comunicación con los demás, proporcionarle autonomía, responder sus dudas, ayudar a resolver sus problemas... Es decir, poner en funcionamiento nuestra función educadora y formadora.

Tras todo lo dicho, no cabe duda, nuestra labor es difícil y complicada. La labor del profesorado de Educación física no sólo exige de un profesional muy preparado, sino de alguien “genéticamente” predispuesto, con un determinado carácter innato, de alguien que disfrute con lo que hace y haga disfrutar a los demás. Eso no es fácil. Desgraciadamente la realidad de muchos patios y gimnasios así lo demuestra. Las sesiones se han de pasar rápidas tanto para el profesor/a como para los alumnos, si se hacen eternas, esto no es lo nuestro. El concurso de traslados te permitirá cambiar a otra cosa, de ese modo todos saldrán ganando.

El perfil que os presento es ideal, ya me gustaría poseerlo, intento acercarme a él día a día, porque mientras lo intento seguro que iré mejorando.

3.11.2 Características del profesor de Educación Física en su rol.

Según Ibarra (2006) el rol del docente ha tenido múltiples cambios y su función está determinada por lo que la sociedad requiere en la actualidad. El docente pasó de ser el protagonista que entrega conocimientos, a ser el mediador, que facilita el aprendizaje a través de herramientas, en donde el alumno es partícipe en la construcción de estos conocimientos. Aguirre de Vergara (2011) señala que se necesita tener una formación académica, que le permita estar preparado para dirigir a sus alumnos, mediante conocimientos actuales y claros; tener una formación valórica la cual le permita al docente tener una comunicación cercana, dar una formación íntegra y valórica, teniendo una relación efectiva y cognoscitiva, así como también tener la capacidad de dominio de grupo y la mejor disposición en las clases.

El docente también juega un papel socializador, facilitando las instancias de convivencia y relaciones en diferentes situaciones y contextos, ya que involucra y promueve el trabajo en equipo, la participación y cooperación entre los estudiantes (Ministerio de Educación, 2011).

Según Contreras (2000) el profesor de EF debe poseer diferentes características para ser un docente integral: capacidades pedagógicas, psicomorales, profesionales, físico y morales, las que se detallan a continuación.

3.11.3 Capacidad pedagógica del profesor de Educación Física.

Las capacidad pedagógica del profesor se puede observar de la forma en cómo el profesor entrega una enseñanza con amabilidad. Utiliza las estrategias de enseñanza y estilos de enseñanza correctas en los momentos adecuados, lo que hace que una clase resulte con normalidad e incluso tenga puntos altos (Delgado y Sicilia, 2002). De la misma forma, De León (2006, p. 76) menciona que “todos aquellos supuestos, procedimientos y actividades que la persona que ocupa el papel de educador, aplica para inducir el aprendizaje en los sujetos” son importantes, dado que una mala elección de estrategias la clase puede terminar en un fracaso. La amabilidad al momento de enseñar es fundamental, sobre todo con los cursos más pequeños ya que los alumnos ven al profesor como un modelo a seguir.

Sáenz-López (1997) señala una serie de pautas orientadas en la educación que guían a los maestros/as durante el proceso de enseñanza-aprendizaje tales como: Evolucionar de lo simple a lo complejo; Aprender jugando; lograr aprendizajes

significativos; Individualización; Adecuación de materiales y normas; Actitud de paciencia y clima favorable; Informaciones breves y mucha práctica; Fomento del conocimiento de resultados internos, entre otros

Además de las pautas orientadas en la educación que guían la actuación de los maestros, el profesor cuenta con otras herramientas, que no aparecen de forma explícita en el diseño de la sesión, pero se tienen en cuenta con el fin de facilitar el control, la motivación y la participación del grupo. Algunos ejemplos de recursos didácticos son: ocuparse del lenguaje verbal o no verbal, gestual, visual y auditivo utilizando todos los medios de información para facilitar el aprendizaje y la relación entre estudiante-profesor. Tener una planificación de las actividades, es decir en cómo se enlaza cada actividad, de lo simple a lo complejo, del trabajo individual a grupal y que éstas tengan relación al contenido que se está enseñando.

El profesor debe incentivar a los alumnos, involucrándose y participando junto a ellos, dando ejemplos, actividades que sean dinámicas y de interés de los estudiantes, ocupar diferentes materiales tanto tradicionales como no tradicionales.

Según Gutiérrez et al. (2007), analizando las actitudes de los estudiantes hacia la Educación Física y sus profesores de EF, encuentran que los estudiantes valoran más a los profesores que dominan su materia, explican claramente lo que los estudiantes han de aprender y les ayudan cuando se presentan dificultades, a la vez que manifiestan el deseo de disfrutar de mayor libertad en la elección de las actividades a practicar, también que les gustaría que sus profesores de EF se preocupasen más por lo que ellos sienten, y tuvieran mayor control sobre los estudiantes en clase.

Según las finalidades y funciones de la evaluación es frecuente encontrarse con la heteroevaluación, sin embargo su importancia hace necesario que ésta se aplique desde la triple dimensión de contenidos (conceptuales, procedimentales y actitudinales) y su adecuada relación con los objetivos y nivel de aprendizaje requerido (Cuellar, 1999).

Toda evaluación debe contener un propósito, una técnica, cuestiones planteadas, aplicación, respuesta o conducta de los alumnos, corrección, calificación y consecuencias derivadas de la misma, los que están conectados y condicionados unos a otros, considerando la evaluación como un sistema.

López Pastor (2004) en Chaparro & Pérez (2010), señala que la evaluación debe ser integral, continua, formativa y cooperativa, entendiéndose por cooperativa aquella evaluación en la que se amplía el sujeto evaluador, en cuanto procura que participen de ella, todas las personas que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por lo tanto, el estudiante también debe participar en el control y valoración de su propio aprendizaje. Para que esto se cumpla, es necesario que los estudiantes conozcan a priori los criterios con los que se les va a evaluar, a fin de que puedan detectar sus errores y diferencias de aprendizaje. Esta característica de la cooperatividad en la evaluación se evidencia en la práctica a través de la Autoevaluación y la Coevaluación. Este tipo de evaluaciones son útiles, porque ayudan al estudiante a revisar sus propias actividades y a desarrollarse como personas, estimulando la capacidad de la autocrítica.

Es necesario para todo docente conocer hasta que momento la cercanía, creatividad e imaginación son necesarias y

buenas, conocer algunos límites de la profesión y tener una guía de cómo se pueden enfrentar algunas situaciones, es ahí donde el Marco de la Buena Enseñanza (MINEDUC, 2008), puede ser útil y necesario. Este instrumento es una ayuda y va enfocado para todos los docentes, experimentados (a ser más efectivos) o profesores jóvenes recién impartiendo en las salas de clases (como guía). Permite el perfeccionamiento individual por medio del esfuerzo del docente y mejoramiento de la enseñanza a través de un análisis flexible de desempeño profesional, permitiendo saber y asumir que faltas o fortalezas tiene cada profesor. Y más que nada mirarse a sí mismos, evaluar su desempeño y potenciar su desarrollo profesional, para mejorar la calidad de la educación.

3.11.4 Actitud Profesional.

Según Salmerón (2011) la sociedad en la que se encuentran nuevas tecnologías, de comunicaciones, determina que el profesor de EF debe ser un profesional flexible sin prejuicios, con espíritu innovador, comprometido, responsable, con tolerancia frente a los cambios y toma de decisiones, adaptándose al medio y motivador haciendo un clima agradable para los alumnos. Debe conocer el contexto en el cual se desarrolla, analizarlo y luego comunicarse con los estudiantes, fomentando la convivencia, la participación, colaboración y reflexión, estando activamente en el proceso de socialización, evitando las desigualdades entre los estudiantes.

Es completamente necesario para el docente poseer una buena capacidad técnica y de aplicación, ya que estos dos puntos al momento de un ejercicio o la clase en sí facilitan la

explicación y motivan a estudiantes los a realizar el ejercicio, con la demostración cualquier contenido complejo se simplifica para los alumnos, dejando así mucho más claro los objetivos que se quieren mostrar.

Un punto no menor al respecto de la concepción profesional, es la vocación que posee el docente, ya que ésta va de la mano con la actitud y ganas que se ejerce en las clases y la creatividad al momento de crear nuevos ejercicios.

Las actitudes profesionales vienen determinadas por el comportamiento del profesor, si este presenta actitudes positivas o negativas van a influir en el interés y respuesta de los estudiantes en la clase de EF. Por lo tanto el profesor que entrega actitudes positivas (justas, comprensivas, no autoritarias), es valorado y aceptado por el grupo de alumnos, así como también el que entrega más actitudes valóricas (bondadoso y agradable) (Aicinema, 1991). Los estudiantes destacan a los profesores que son especialistas en el área, mostrando mayor satisfacción hacia el profesor (Contreras, 2000).

La buena enseñanza se consigue cuando los docentes se involucran como personas en la tarea, con todas sus capacidades y sus valores. De otra manera, no lograrían la interrelación empática con sus estudiantes, que hace insustituible la tarea docente (MINEDUC, 2008, p.8).

3.11.5 Rasgos de Personalidad.

Los rasgos de personalidad son todas aquellas acciones, valores, tendencias las cuales definen a las personas, algunas de una manera más trascendental que otras, pero siempre con

el mismo significado de aportar a la personalidad de los sujetos e incluso no sólo de individuos, sino también grupos sociales, etarios y culturales. ¹¹existen diferentes tipos de clasificación de los rasgos personalidad estos son: los rasgos comunes, rasgos centrales, rasgos secundarios y rasgos fuentes.

Rasgos comunes: Son aquellos los cuales definen a una cultura, cualidades que dentro de un país o grupo se repiten generalmente, por ejemplo en Estados Unidos la competitividad es un rasgo muy frecuente, en cambio en el norte de Arizona encontrar este rasgo es difícil.

Rasgos centrales: Se entiende por éstos, aquellos que definen la personalidad, rasgos que nombrando cinco o seis de ellos pueden definir a una persona, por ejemplo: ser sociable, dominante, honesto, alegre, inteligente y optimista.

Rasgos Secundarios: Se definen a estos rasgos como aquellos que no tienen completa incidencia en la personalidad del individuo, pero sí aportan a ella, son tendencias o gustos por algunas cosas o situaciones determinadas, por ejemplo: Preferencias alimenticias, opiniones políticas, gusto musical.

Rasgos fuentes: También llamados de origen, son con los cuales se nace y que generalmente no pueden ser cambiados, dan tendencias en el actuar de las personas, como ejemplo una persona imaginativa generalmente tiende a ser innovadora, creativa, originales e ingeniosas, en otras palabras ser imaginativo aglomera el resto de los rasgos. Según Clonninger (2003) los rasgos son componentes que los al unirlos forman el comportamiento de la persona.

¹¹Allport (1961, citado por Coon, 2005)

El componente físico es importante en cuanto a la visión que tienen los alumnos (Contreras, 2000), es vital que el profesor tenga presencia, ganas y aptitudes físicas para realizar el trabajo, ya que esas actitudes motivan el desempeño dentro de la clase en los alumnos, siendo también de suma relevancia para la profesión una actitud de juventud frente a las clases y los alumnos.

3.11.6 Orientación Filosófica.

Se señala que las características morales deben ser parte importante del docente, ya que la enseñanza debe ser integral para los alumnos, es decir la ética profesional debe estar siempre presente en la enseñanza y en el hacer del profesor. Cañas-Quirós (1998) mencionan de la ética como la fuerza que mueve al hombre en el cumplimiento de sus deberes, esto es, ayuda en el quehacer del día a día, en la intensidad de cómo se debe realizar la clase y considerar todos los pro y contra para realizar el trabajo de una mejor manera y más profesional. “La ética significa crecimiento, vitalidad, justamente lo contrario de la desertización” Hernández (2006, pág. VI).

En cuanto a los parámetros psicomorales, es necesario tener una visión de la significancia del sentido de la justicia y dignidad, es decir la imparcialidad del profesor hacia los alumnos, ya que no pueden existir preferencias dentro de un grupo curso por las características o condiciones físicas del alumno o por su comportamiento dentro de la clase, es decir el desarrollar capacidades en todos, a pesar de sus diferencias, que garantice calidad en el aprendizaje (Salmerón, 2011). También no es menor el carácter que debe poseer el docente

de EF, ya que al ser una asignatura con más libertades es necesario el orden y la disciplina en el aula (Contreras, 2000).

3.12 Perfil del profesor de Educación Física en su rol docente.

El perfil es un elemento central en todo diseño, es la integración de conductas finales del egresado en educación, en esta oportunidad del especialista en educación física.

Dicha conducta comprende dos áreas: la de Sensibilización, representada por los logros de actitudes requeridas para su desenvolvimiento en el orden individual, social y profesional y de la formación, referida al dominio de funciones, roles o áreas de incumbencia para la actividad profesional.¹²

Considerando, que la educación en GUATEMALA está cambiando en los distintos niveles y modalidades, el perfil del docente de Educación Física en lo particular y de acuerdo al contexto debe ser:

Creativo: Facultad de producir a partir de sus recursos afectivos y cognitivos.

Innovador: Que transforma. Introduce novedades .

Observador: Que examina con atención, que investiga.

Colaborador: que trabaja con otros en una obra en común.

Comunicativo: Que transmite a los demás sus pensamientos, sentimiento y opiniones.

Auténtico: persona acreditada como cierta o positiva.

Crítica: Que juzga.

Honesto: Que actúa con rectitud.

Objetivo: Desapasionado, imparcial, capaz de analizar un hecho sin influencias externas e internas.

Responsable: Que responde a los actos que ejecuta.

¹²<http://es.slideshare.net/ramuto/funciones-del-profesor-de-educacion-fsica>

Sensible: Que siente y percibe los problemas.

Analítico: Que separa y percibe las partes de un todo.

Preciso: Capaz de ser conciso.

Lógico: Que actúa siguiendo un razonamiento.

Eficaz: Que produce el efecto deseado.

Sistemático: Que actúa con métodos.

Ordenado: que actúa siguiendo un método.

Previsivo: Que utiliza cálculos anticipado con prudencia y precaución.

Perseverante: Que se mantiene constante en su propósito.

Tenaz: Que insiste y es persistente.

Audaz: Firme decidido.

Emprendedor: Que toma iniciativas y las lleva a cabo.

Líder: Persona carismática, que guía y convence.

Persuasivo: Que tiene la habilidad de inducir a los demás a creer o hacer algo. Que convence.

Dinámico: Que se mueve y emprende acciones de acuerdo al contexto.

Participativo: Se documenta, interviene en tareas, trata con un colectivo en busca de soluciones a los problemas del ámbito educativo y comunitario. Y otros como diestro, ético, humano, sensible, investigador, facilitador, mediador, administrador, promotor, evaluador, reflexivo, práctico.

Para finalizar, se importante resaltar que algunos docentes en educación física estamos desempeñando funciones que van desde el aula y más allá de ella; todo con la intencionalidad de hacer valer nuestro justo valor profesional.

3.13 Tipos de roles en Educación Física.

3.13.1 El reforzador.

Procedimiento mediante el cual la aplicación de un estímulo (llamado reforzador) hace que aumente la probabilidad de que una conducta se repita en el futuro. El reforzador, al igual que los estímulos aversivos, se define en función de su efecto sobre la conducta, no por sus características inherentes. Es decir, aunque un estímulo pueda ser considerado en general como reforzador no lo será en los casos en que no haga más probable una conducta. Por ejemplo, la comida suele ser considerada como reforzador, pero para una persona que padece anorexia se considera un estímulo aversivo.

La definición de reforzador se ha considerado a veces como circular: el reforzador es lo que refuerza la conducta; si la conducta es reforzada por un estímulo es que éste resulta reforzador.

Reforzamiento positivo. Tiene lugar cuando una respuesta va seguida de una recompensa o cualquier otro evento positivo, y aumenta la probabilidad de que ésta vuelva a ocurrir. Es un refuerzo positivo dar un caramelo a un niño por haber concluido sus obligaciones; la conducta de hacer sus obligaciones aumenta porque el niño recibe algo que le agrada (un caramelo).

Reforzamiento negativo. Tiene lugar cuando una respuesta va seguida de la terminación de la incomodidad o de la eliminación de un evento desagradable. Al igual que un reforzador positivo, el reforzamiento negativo también incrementa la respuesta. Un niño acabará de comerse la sopa (conducta) con la promesa de que no tendrá que comerse el

pescado que tanto le disgusta (la retirada del pescado como refuerzo negativo).

Es importante no confundir los términos de positivo o negativo en el sentido de bueno o malo; se habla de refuerzo positivo siempre que se reciba algo por la conducta, y se habla de refuerzo negativo siempre que se elimine un estímulo aversivo para aumentar la frecuencia de la conducta.

Un concepto opuesto al de reforzador es el de castigo, ambos provenientes del paradigma del condicionamiento instrumental.

3.13.2 El mediador.

El mediador es un facilitador de la comunicación y de la buena negociación. El mediador no es Juez ni abogado de parte ni psicólogo. El poder de decisión siempre está en manos de las partes. El mediador ayuda a las personas a identificar las cuestiones en las que discrepan, a descubrir las necesidades ocultas, a generar posibles soluciones y a tomar decisiones bien informadas.

3.13.3 El Observador.

La tarea del observador en el trabajo con grupos, consiste en el registro de datos que permitan el planteamiento de hipótesis acerca del desarrollo del proceso de interacción de un grupo, en relación con sus objetivos, con las modalidades de abordaje de la tarea, con los obstáculos que se presentan en ella, con la resolución o no de esas dificultades, etc.

La función de observación, implica tanto la recolección de información como el análisis e interpretación de esos datos;

esa lectura, desde un marco conceptual, referencial y operativo, facilita el seguimiento del proceso y ayuda a seleccionar y jerarquizar algunos datos en desmedro de otros. Esta función no es exclusiva del observador, sino que es realizada, también, por el coordinador del grupo, permitiendo al equipo la formulación de hipótesis y la toma de decisiones para el mejor desenvolvimiento del grupo.

Es muy importante en el cumplimiento de esta función, el desarrollo de la autoconciencia, la adquisición o el aumento de la tolerancia a la frustración y de la tolerancia a la espera. Cuando se observa hay que aprender a controlar la ansiedad. Esta, muchas veces se presenta, como ganas de gritar o salir corriendo. Van a tener que aprender a tolerar ese tiempo de espera hasta salir del grupo y encontrarse con el coordinador para hablar de lo que sintieron. En esos momentos si pueden escribir lo que les pasa y de alguna manera descargar las ansiedades.

La tolerancia a la frustración va a jugar un papel importante durante este proceso porque, al principio, va a haber indicios que parecen poco importantes en relación a la expectativa frente al rol. Primero tendrán que aprender a mirar, saber cómo identificar a los integrantes, aprender los nombres, cada uno con su tiempo; cómo van a registrar, a abreviar. Esto es un aprendizaje imprescindible. Otro aprendizaje necesario es ir sabiendo que no se comprende o entiende al grupo desde la primera reunión. Esto puede ser tranquilizante pero también frustrante.

El Observador, al ocupar un rol desde el silencio, es decir, sin la exigencia de participación verbal, puede ir leyendo la dinámica grupal desde una distancia que le permitirá, a

posteriori, realizar una devolución de los emergentes. Para hilvanar hipótesis que ayuden a la comprensión del proceso grupal, van a tener que darse tiempo. Desde este punto de vista, su rol es específico y se transforma en un co-pensador del coordinador, lo que enriquecerá permanentemente la tarea.

3.13.4 El seguidor.

El rol de seguidor es tan importante como el de líder, según un estudio realizado en peces del género *Gasterosteus* por investigadores de la Universidad de Cambridge en Reino Unido que se publica en la revista 'Current Biology'. Los resultados muestran que el liderazgo podría depender de la personalidad pero que la personalidad del líder no es lo único que importa.

Los investigadores emparejaron peces de forma aleatoria según varios grados de 'intrepidez' y mostraron que cada miembro de estas parejas adoptaba el papel de líder o seguidor. Descubrieron además que la conducta de cada miembro de la pareja está muy influenciada por su compañero.

Según explica Andrea Manica, autora de la investigación, "nuestro estudio muestra que el proceso por el que surgen los líderes y seguidores es una dinámica. Los individuos no nacen simplemente líderes o seguidores, sino que su rol en la pareja es el resultado de una retroalimentación social en la que cada uno tiene un papel".

Los investigadores estudiaron las conductas de peces individuales para establecer su voluntad de dejar el refugio de algunas algas para entrar en aguas de más riesgo en busca de comida, lo que indica lo intrépido o tímidos que tienden a

ser. Estos peces fueron emparejados de forma aleatoria entre sí para ver si surgía un líder natural en la pareja.

Cuando se emparejaron, tanto el más intrépido como el más tímido los dos peces realizaron más incursiones juntos para conseguir comida y permanecieron fuera periodos de tiempo más largos. La mayoría del tiempo, estas incursiones fueron iniciadas por cualquiera de los dos peces con independencia de cuál había mostrado ser más intrépido.

Los descubrimientos muestran que el liderazgo surge de las diferencias individuales en la forma en la que el pez responde a los movimientos de su pareja, un fenómeno al que se refieren como retroalimentación social.

"Si un individuo tímido se empareja con uno intrépido, éste inspira al tímido a convertirse en un seguidor muy entregado. A la inversa, un individuo muy tímido parece hacer que aparezca el liderazgo del acompañante más intrépido, que se vuelve un líder más fuerte que si se hubiera emparejado con un acompañante más tímido", explica Manica.

3.13.5 El Guía.

Las funciones del profesor de EF guía son múltiples, se derivan de las tareas generales de la educación comunista de la nueva generación y están relacionadas con las condiciones de vida y actividad del centro donde labora, así como con las características del grupo de alumnos que atienden.

Se resume las principales direcciones de trabajo del profesor guía como se expresa a continuación.

- Conocimiento individual de los estudiantes.

- Organización y educación del colectivo estudiantil.
- Atención a la formación moral.
- Elevación de la calidad del aprovechamiento docente del grupo.
- Coordinación de las influencias educativas del colectivo de profesores que trabajan con el grupo.
- Atención a las actividades del trabajo educativo extra docente y extraescolar.
- Trabajo conjunto con las organizaciones estudiantiles.

3.13.6 El facilitador.

La actuación del docente en el hecho educativo consiste en lograr que los alumnos aprendan, comprendan y entiendan los contenidos programados, logrando un desarrollo integral. Por lo tanto se convierte en un facilitador de actividades, donde los estudiantes relacionen experiencias significativas, asociadas a sus necesidades, Intereses y potencialidades.

Hoy en día la educación esta basada en el constructivismo, siendo este el camino mas idóneo para lograr un aprendizaje de calidad. En el paradigma constructivista el rol del docente es moderador, coordinador, facilitador, mediador y requiere un clima afectivo, armónico de mutua confianza para desarrollar su trabajo.

3.14 El desarrollo integral de la persona a través de la Educ. Física.

3.14.1 La Educación Física y su influencia en la formación integral.

La Educación Física constituye una asignatura que integra acciones principalmente de carácter físico. Se imparte en los centros educacionales desde edades tempranas y cumple con

objetivos precisos en cada una de las etapas o períodos de enseñanza que tributan a la educación de los alumnos para enfrentar la vida.

Como forma de educación, *“supone modificar en determinado sentido al sujeto, es obrar de una manera predeterminada sobre el ser vivo, a fin de llevarlo a una meta previamente fijada”* (Pila, 1988: 11).

Su propia esencia plantea llevar a cabo un conjunto de acciones que tributan al desarrollo del ser humano, condicionando las bases para enfrentar la vida en diferentes esferas.

Como asignatura, *“La Educación Física es un proceso pedagógico dirigido al mejoramiento del desarrollo físico y a proporcionar el alcance de un adecuado nivel de preparación física, así como a ofrecer conocimientos específicos sobre los contenidos que abarca; en su desarrollo se cumplen las múltiples y complejas tareas de la cultura física”*. (Colectivo de autores, 1979: 9 y 10).

Su organización y planificación en los diferentes niveles de enseñanza está sujeta a las características de los alumnos hacia los cuales está dirigida, siempre tributando a un desarrollo íntegro de éstos. En este sentido es preciso y lógico señalar que su expresión como actividad propia de un proceso pedagógico depende en gran medida de las características generacionales de los educandos y de los requerimientos que demanda la sociedad para la formación de los ciudadanos.

Con el de cursar de los años la Educación Física ha evolucionado considerablemente, principalmente en cuanto a métodos, procedimientos, concepciones, estructura

organizativa entre otros aspectos. Todo este proceso de evolución ha sido consecuencia de los aportes científicos que han tenido lugar en esta esfera. Sin embargo, su esencia lógicamente sigue siendo la misma (contribuir a la preparación del hombre para enfrentar la vida), lo que ha permitido que adquiriera cada vez más importancia dentro de los planes de estudio en los diferentes niveles de enseñanza.

3.14.2 Importancia de la Educación Física en la formación integral del hombre.

La Educación Física como asignatura integrante de los programas educacionales, constituye un eslabón importante en la integración de las acciones que ayudan a la formación de individuos capaces para enfrentarse con éxito a los requerimientos de la sociedad. Es por ello que su cumplimiento resulta necesario e imprescindible en el proceso de formación de los educandos.

La propia dinámica de la sociedad, impone al hombre una preparación constante para enfrentar la vida en consecuencia con los cambios que en ella van sucediendo. En este sentido la Educación Física adquiere una importancia relevante, pues desde un perfil práctico contribuye al desarrollo de los sujetos tanto desde el punto de vista físico como psicológico.

Es oportuno comprender que “la Educación Física tiene como finalidad contribuir al perfeccionamiento de nuestros niños, adolescentes y jóvenes, mediante las actividades físicas, deportivas y recreativas, y coadyuvar, de esta manera, a la formación y educación de un joven capaz de conducirse activa

y consiente al servicio de la construcción de la sociedad".¹³(Colectivo de autores, 1979: 23).

Tal vez una de las ventajas más importantes de la Educación Física consiste en la vía que supone para lograr el cumplimiento de los objetivos que se propone, pues se vale para ello principalmente de actividades físico-recreativas que ofrecen una variante amena y motivante para quienes la realizan.

En cuanto a la forma en que los estudiantes se apropian de los conocimientos, hábitos y habilidades en la Educación Física también radica una de sus peculiaridades de gran importancia, pues por las propias características de la asignatura es común el aprendizaje a través de la información propioceptiva derivada de las ejecuciones, lo que constituye una variante productiva en el cumplimiento de los objetivos a alcanzar, garantizando así una mayor solidez en lo que se aprende.

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

“El perfeccionamiento de las potencialidades físicas y espirituales que se realiza en el proceso de la Educación Física cumple una función higiénica, educacional, instructiva y

¹³<http://www.importancia.org/educacion-fisica.php>

puede estar supeditado a las tareas que se llevan a cabo para lograr la maestría profesional o la efectividad en los aspectos concretos de la preparación especial y el trabajo”. (Dzhamgarov y Puni, 1979: 23).

Del mismo modo que la Educación Física tributa al perfeccionamiento de las capacidades y habilidades físicas, la propia actividad que esto implica contribuye al desarrollo de la psiquis del practicante. En este sentido es acertado reconocer el papel de esta asignatura en el desarrollo psicológico de la personalidad, no sólo enfocándose éste en la esfera cognoscitiva, sino también desde el punto de vista afectivo.

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

A partir de los múltiples beneficios que ofrece la práctica de ejercicios físicos para el hombre, la Educación Física debe dotar a los alumnos de los conocimientos necesarios para que puedan incorporar la ejercitación de sus cuerpos como un hábito de vida, lo que tributa al desarrollo personal garantizando una mayor calidad de vida en todos los sentidos.

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

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

En esencia, se puede concluir que la Educación Física tributa considerablemente al desarrollo integral del hombre para la vida, resumiéndose dentro de sus aportes fundamentales los siguientes:

Contribuye al desarrollo de las capacidades motoras básicas.

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

Desarrolla habilidades básicas para la práctica del deporte de rendimiento.

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

Tributa al desarrollo de las capacidades coordinativas.

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

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

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

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

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

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

Contribuye a la formación de la personalidad de los alumnos.

Desarrolla las cualidades de la voluntad en los alumnos.

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

Favorece las capacidades intelectuales de los alumnos.

3.14.3 Importancia de la Educación Física en el desarrollo integral del estudiante.

El deporte, la educación física y la recreación es una vía esencial en la formación integral del niño con su aplicación en las escuelas y centros de entretenimientos se logra fortalecer en el campo a individuos sanos tanto física como mentalmente. Es un elemento importante en la ocupación del tiempo libre alejando al niño o niña de las actividades ociosas contribuyendo a una vida sana.

La Educación Física se considera como área obligatoria según lineamientos del Ministerio de Educación para la educación

básica primaria y preescolar. Se ha constituido como disciplina fundamental para la educación y formación integral del ser humano, especialmente si es implementada en edad temprana, por cuanto posibilita en el niño desarrollar destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su diario vivir y como proceso para su proyecto de vida.¹⁴

A través de esta, el niño expresa su espontaneidad, fomenta su creatividad y sobretodo permite conocer, respetar y valorarse a sí mismo y a los demás. Por ello, es indispensable la variedad y vivencia de las diferentes actividades en el juego, lúdica, recreación y deporte para implementarlas continuamente, sea en clase o mediante proyectos lúdico-pedagógicos.

Por lo general, las instituciones educativas desconocen la importancia que la Educación Física representa para la básica primaria y preescolar, porque ella, como otras disciplinas del conocimiento, a través del movimiento, contribuyen también con el proceso de formación integral del ser humano para beneficio personal, social y conservación de su propia cultura. Si la Educación Física se estructura como proceso pedagógico y permanente se pueden cimentar bases sólidas que le permitirán la integración y socialización que garanticen continuidad para el desarrollo y especialización deportiva en su vida futura.

La importancia de la enseñanza de la Educación Física contribuye en la formación integral de los estudiantes. Es la base para que el niño despierte su motricidad e inteligencia en la adquisición de experiencias para el desarrollo del

¹⁴Sánchez Bañuelos, Fernando (1997) *Didáctica de la Educación Física y el Deporte*, Madrid, Gymnos.

conocimiento; con la educación física se logra mejorar las relaciones interpersonales y de grupo"; "porque es fundamental el ejercicio físico bien orientado que ayude a alcanzar un desarrollo armonioso.

3.14.4 Los valores en la Educación Física para el desarrollo integral del ser humano.

Para algunos autores, Los valores son principios que ordenan los juicios sobre la vida moral, y las acciones que se derivan de ellos, para otros Los valores se constituyen en principios normativos que regulan el comportamiento de la persona en cualquier momento, situación o circunstancia de su vida.

Se conoce también, que los valores pueden cambiar de una época a otra, que lo que es aceptado en una cultura puede no serlo en otra. Desde un análisis psicológico Los valores pueden ser todos los motivos que se constituyen y configuran en el proceso de socialización del individuo (González Rey, F. 1990), esto significa que todos los aspectos que están en la base de las relaciones humanas, potencialmente pueden constituirse en valores.

De ahí lo importante de tener en cuenta, que para la formación de valores, el proceso de SOCIALIZACIÓN juega un papel fundamental. Este proceso se presenta con características bien definidas en cada período del desarrollo humano, y en esencia podemos hablar de 3 etapas fundamentales en que transcurre este proceso de socialización. Las características de cada una de estas etapas, por las que transita todo individuo, tiene una gran importancia en el proceso instructivo-educativo, por lo cual, todo Profesor de Educación Física y/o

Entrenador Deportivo, no puede dejar de tener en cuenta las características físicas, psíquicas y sociales de la etapa en que se encuentran sus educandos, a la hora de concebir, planificar y ejecutar la clase o la sesión de entrenamiento.

En este sentido, siempre será válido repetir la responsabilidad que tiene todo educador, de estar constantemente actualizando los conocimientos sobre las características del desarrollo evolutivo que se manifiesta en los educandos a los cuales debe instruir y educar adecuadamente. Por las características y objetivos de este trabajo, contemplaremos sólo algunos aspectos fundamentales del comportamiento del proceso de socialización que se manifiesta en cada una de las etapas por la que transita cada individuo.

La primera etapa la podemos considerar desde que el niño nace y comienza a relacionarse con el pequeño mundo que le rodea, hasta que concluye la primera etapa escolar. Este niño en sus primeros años de vida y primera etapa escolar, es muy dependiente del medio que le rodea, especialmente de aquellas personas que le son muy significativas como los padres, otros familiares allegados y los educadores vinculados directamente con él.

Es aquí precisamente donde comienza su proceso de SOCIALIZACIÓN, mediante el cual va adquiriendo conceptos sobre si mismo y sobre el mundo que le rodea; produciéndose en esta interacción la absorción de los significados y valores de ese mundo externo al cual pertenece. Surgen para él los conceptos de lo bueno y de lo malo, lo correcto y lo incorrecto, lo permitido y lo prohibido etc.; y con ello, todas las aprobaciones, castigos, deberes, derechos, demandas y obligaciones que ese mundo le impone.

Hay una tendencia natural del niño pequeño a imitar a las personas muy significativas para él, unido a una necesidad muy grande de ser aceptado, de ser valorado y querido, lo cual lo lleva a desconocer como parte de sí mismo todo aquello que es rechazado por la valoración externa, o sea, las personas muy significativas para él. Es lo que Piaget denomina el proceso de aceptación de valores que el niño asume como válidos por el solo hecho que proviene de una autoridad legítima para él.

De esta primera a la segunda etapa, que puede extenderse hasta finales de la adolescencia, hay un largo camino donde, sentimientos, tendencias, deseos, necesidades, emociones y acciones son reprimidos, para más tarde proyectarse hacia objetos y sujetos del mundo exterior. Es un proceso generalmente permeado de conflictos, negaciones, represiones y proyecciones que pueden llevar al niño y al adolescente en ocasiones, a identificarse con una imagen reducida o negativa de sí mismo. Esta segunda etapa puede a veces ser convulsa, y pudiera llamarse de transición en el desarrollo de los valores. Ya el niño y el adolescente no aceptan de buena gana lo que dicen los mayores, comienzan a buscar por ellos mismos donde está la verdad, es la etapa de las dudas, del constante planteamiento de dilemas; que algunos autores llaman etapa de clarificación de los valores y Piaget la denomina identificación de valores.

En síntesis, es el proceso donde los estudiantes y adolescentes sienten la necesidad de incorporar su propia

decisión ante los criterios valórales que los acompañaran en lo adelante.

Sin embargo, es una etapa muy importante para la acción educativa, la cual requiere de formas que sean aceptadas por el niño y el adolescente. No se puede olvidar que existe en ellos la necesidad de encontrarse a sí mismos, pero todavía con mucha incertidumbre y sus actitudes o formas de conducta son aun moldeables, o sea, no hay una total reafirmación de su personalidad.

Juega aquí un importante papel la orientación y dirección que debe seguir el proceso de desarrollo integral del niño y del adolescente, donde lo fundamental es que se sientan aceptados y valorados por lo que son y no por lo que quisiéramos que fueran. “A lo largo de este proceso de crecimiento se van trascendiendo las fronteras que separan el mundo del ser de aquel del no ser, y con ello, se expande la conciencia dándole la capacidad de elegir responsablemente y por ende, de ser libre”. (González Garza, 1988).

De aquí la importancia que adquiere que la jerarquía valoral más próxima al niño y al adolescente (generalmente padres y maestros) sean una jerarquía flexible, en el sentido que, en la medida en que la conciencia se va abriendo al mundo exterior, puede suceder que valores adquiridos inconscientemente o por imposición cobren sentido para su existencia y otros, son desechados por carecer de significado para ellos. En este desarrollo de la conciencia es que se va formando la personalidad con una escala valoral que lo distingue.

La tercera etapa es conocida por la mayoría de los autores como propia de la moral autónoma. El individuo llega a la convicción como forma de conducta estable.

Lo que tiene fuerza en todo el proceso de identificación y adquisición de los valores como conducta estable, según González Garza, radica en que los valores cuando son aprendidos, más no aprehendidos, son como datos que se acumulan y no llegan a tener un significado propio para el individuo, al carecer de los elementos que le dé sentido a la acción que realiza.

Los valores no se afianzan como parte de la personalidad por el sólo hecho de que se den a conocer o se impongan mediante un poder externo. Para que los valores lleguen a constituirse en convicciones que oriente de forma consciente la conducta del individuo, tiene que producirse en cada etapa de su vida un constante reencuentro y reevaluación de su escala valoral personal. Es la constante necesidad del encuentro con el otro (pues el hombre es ante todo un ser social) que le propicie la armonía, la unión, la búsqueda del bien común, que le lleve al compromiso con la comunidad a la cual pertenece y da sentido a su existencia.

“Toda acción humana se encuentra motivada por valores que en forma consciente o inconsciente se transmiten, por esta razón es tan importante facilitar el proceso valoral o evaluativo.... Educar es contribuir a la formación del hombre en su integridad, y este proceso no puede llevarse a cabo sin conciencia, conciencia de sí, de las propias experiencias y valores, de los actos que los manifiestan, de la existencia de otros seres que al igual que uno mismo, son dignos, libres y responsables –aunque sea tan sólo en potencia-. Conciencia

del ser y del quehacer en el mundo, en todos aquellos papeles, situaciones y momentos que nos toca vivir”. (González Garza, 1988).

No es objeto de este trabajo abordar los criterios que puedan existir en relación a la influencia de las actividades físico-deportivas en el desarrollo de valores en niños y adolescentes. No obstante, si se puede plantear que la mayoría de las personas reconocen que las actividades físico-deportivas presentan una gran potencialidad instructiva-educativa, pero al igual que las demás esferas que contribuyen al desarrollo integral del hombre, la actividad físico-deportiva debe desarrollarse a partir de una sólida base educativa; pero esto no se logra ni por resolución ni por la simple práctica de las actividad en sí misma. Llamando la atención en ese sentido es que se habla de procesodocente-educativo, o sea, que lo instructivo no puede estar separado de lo educativo.

Esto se repite constantemente, pero en la realidad práctica es generalmente lo instructivo lo que prevalece en las clases de Educación Física y sesiones de Entrenamiento Deportivo. Los objetivos, contenidos, métodos y medios están dirigidos a garantizar lo instructivo.

Esto es una vieja discusión, donde ha prevalecido el criterio de establecer los objetivos educativos sólo a nivel de Planes de Estudios y Programas, no siendo necesario a nivel de la clase, donde el profesor debe lograr el trabajo educativo mediante la propia instrucción.

Esto tiene su lógica hasta cierto nivel y para determinados valores. Cuando hablamos de nivel estamos llamando la atención sobre el hecho de que para que una actitud llegue a convertirse en un valor, tiene que interiorizarse hasta

convertirse en convicción para el individuo, de manera que regule su comportamiento ante cualquier alternativa que la vida le imponga.

La complejidad del análisis radica en la propia característica de los valores que se pretendan desarrollar a través de la actividad física y el deporte. Es lógico pensar que la propia actividad físico-deportiva exige una educación que conlleva para su propia práctica y resultados, el desarrollo de determinados valores como pueden ser: voluntad, perseverancia, disciplina, valentía, valores estéticos según la actividad etc.

Por esta razón, la práctica de actividades físico-deportivas por sí misma no garantiza el desarrollo a un nivel de convicción de estos valores en los estudiantes-atletas, si no está implícito en la actividad la intención y además la valoración del efecto educativo producido en el alumno.

Muchos profesores y entrenadores priorizan sólo la atención a los aspectos técnico-tácticos de la actividad que desarrollan. Algunos piensan siguiendo la idea anterior, que pueden resolver la formación educativa en valores del alumno con la propia actividad instructiva; y otros, lo consideran una pérdida de tiempo que conspira con el resultado que tienen que lograr. Los que piensan así, aquellos que no han vivido experiencias educativas con sus alumnos, no saben la extraordinaria potencialidad que están dejando escapar; pues todo lo que en ese sentido se haga con los niños y jóvenes va a repercutir en su vida, no sólo como atleta, sino como ciudadanos conscientemente comprometidos con los mejores valores de la sociedad en que viven.

Lo cierto es, como expresa Gutiérrez Sanmartín (1989), que cada acontecimiento deportivo, ya sea individual o colectivo trasmite o comunica determinados valores, pero a veces también sus opuestos, los contravalores.

Variados pueden ser los intereses que desde un punto de vista individual o colectivo mueven a los diferentes grupos etarios a realizar actividades físico-deportivas-recreativas, y todos pueden ser válidos, siempre y cuando las actitudes que manifiesten durante su práctica estén en correspondencia con las normas y valores universalmente reconocidas. Aquí juega un papel importante la labor de profesores y entrenadores, siempre que estén conscientes de la responsabilidad que como tales asumen en el desarrollo de valores en los educandos que instruyen y educan.

“Facilitar el proceso de aprendizaje significativo y con éste el desarrollo integral, abarcando todas las dimensiones humanas, así como promover la afirmación de la vida en todas sus formas, ha de pretender como meta central la educación. Para ello, una sana transmisión de los valores que fomente y promueva la clarificación de los mismos es indispensable”.¹⁵

Ahora bien, ¿cómo abordar en la actividad físico-deportiva el desarrollo de los valores? ¿Cuáles pueden ser las vías más propicias para lograr la acción educativa que deseamos?

En este sentido hay que decir que en todas las épocas cada sociedad ha utilizado métodos para hacer que los individuos adopten los valores significativos de su cultura.

Ana María Gonzáles Garza lo resume en cuatro grupos principales:

¹⁵(González Garza, 1988).

a. El grupo de los “Métodos Impositivos”, muy usados en el sistema educativo conservador, donde una autoridad impone, obliga, sanciona, dirige e impide la libertad de elegir

b. El grupo donde caen los “Métodos Moralistas”, representados por el viejo refrán de “Haz lo que yo digo, no lo que yo hago”. Aquí los valores se transmiten mediante sermones, consejos, reglas pre -establecidas, buscando que el individuo viva de acuerdo con los valores que le son incorporados de esta manera.

c. El grupo donde están los “Métodos Laissez Faire o Dejar Hacer”. Aquí la autoridad no se involucra ni se compromete, dejando al individuo en total libertad. Es el método que pretende que el propio individuo llegue a descubrir los valores, si selecciona bien o mal, es su problema.

d. El grupo de los “Métodos que proclaman el Humanismo”, que se asientan en el ofrecimiento no impositivo de los valores, a partir de compartir la propia experiencia, pero respetando la experiencia del otro, y sobre todo viviendo comprometido y en franca congruencia con los valores que defiende.

La intención de todos los grupos de métodos antes mencionados ha sido y es la misma, aunque no todos llevan implícito o consiguen la acción educativa. Los valores no se dan en el vacío, ni resultan de la imposición, se hace necesario la interacción humana con amor y respeto, así como la relación interpersonal responsable y comprometida para que el proceso valorativo pueda desarrollarse.

Una larga experiencia en el campo de la Educación Física y el Deporte me permite expresar que para lograr el trabajo

educativo en este sentido de los valores, se tienen que dar algunas premisas fundamentales; en primer lugar el profesor o entrenador debe conocer con profundidad los mecanismos que tienen que ver con este aspecto de la personalidad de sus educandos, sólo así es que podrá estar totalmente convencido que el trabajo educativo no puede dejarse a la espontaneidad, pues como ya se expuso no se logra con buenas clases o sesiones de entrenamiento desde un punto de vista únicamente instructivo; el trabajo educativo hay que concebirlo, desarrollarlo y evaluarlo a partir de objetivos definidos al respecto

Vías para el desarrollo de Valores mediante la Educación Física y el Deporte.

La primera condición es crear desde el principio un ambiente de seguridad, de comunicación y de respeto entre todos los miembros del grupo clase o de entrenamiento. Es necesario un espacio de tiempo que permita el intercambio y la reflexión.

El ambiente debe ser abierto para el diálogo, donde en vez de la crítica constante lo que prime sea el esfuerzo de cada uno por tratar de comprender la posición o el razonamiento del otro.

En la sociedad actual el espacio para el diálogo va siendo cada vez menos utilizado, incluso en el seno familiar, sin embargo, cuando es bien conducido hace mucho bien a las partes que intervienen, al compartir necesidades, motivaciones, reflexiones, errores etc., pero siempre respetando la capacidad que tiene el otro para valorar lo que nosotros decimos.¹⁶

¹⁶Edgar Morín: *Los siete pilares de la educación*

Es importante tener en cuenta que los valores están estrechamente ligados a la comunicación, pero esta comunicación difiere de la que se usa en la instrucción o para dar orientación; esta tiene que ser una comunicación dialógica real, dentro de un ambiente propicio para la reflexión.

Para este espacio de tiempo (que en la medida que vaya despertando interés puede ubicarse fuera de la clase o del entrenamiento), debe irse estableciendo algunas normas de conducta que garanticen el buen funcionamiento social del grupo, pero no deben ser impuestas, sino que deben ir surgiendo como lógica consecuencia de este tipo de actividad. Gutiérrez Sanmartín recomienda las siguientes reglas básicas:

- La participación en las discusiones es voluntaria.
- Sólo una persona puede hablar cada vez. Los demás deben escuchar al que participa.
- Los estudiantes y deportistas pueden comentar las manifestaciones de los otros, pero no criticarlos mediante juicios peyorativos.

3.15 Bases teóricas de Educación Física en el desarrollo integral de los estudiantes el ámbito biológico, psicológico, social y laboral.

3.15.1 Desarrollo integral del estudiante desde el ámbito biológico en la Educación Física.

Desde qué enfoque debe orientarse una Educación Física que prioriza entre sus objetivos “*la promoción de la salud*”, es una

cuestión a debatir. Idealmente desde la Educación Física deberían generarse propuestas que brinden a los alumnos experiencias de aprendizaje, que promuevan la incorporación de prácticas relacionadas con el movimiento, el cuerpo y la interacción con los demás; para que éstas puedan ser sostenidas más allá de la etapa escolar. Ante lo expuesto, surgen inevitablemente algunos interrogantes: ¿Resultan efectivas las estrategias educativas para alcanzar este propósito? ¿Existen investigaciones que aporten conclusiones en este sentido? ¿Cuál es la información disponible sobre el déficit de estas prácticas en niños y adolescentes?

Investigar sobre cuánto contribuye, o no, la Educación Física en la escuela a promover prácticas corporales que incidan positivamente sobre la salud, entendiendo que el concepto de salud no se limita exclusivamente a reducir los factores de riesgo cardiovasculares o a incrementar el nivel de aptitud física; permitiría elaborar propuestas de intervención más acertadas que contemplen las particularidades de cada contexto, evitando la aplicación de planes y programas generalizados, que se gestan muy lejos de la realidad sobre la cual se instrumentan, y que por lo tanto, no logran concretar sus propósitos. La promoción de la salud como un objetivo prioritario de la Educación Física, se configura probablemente como el principal argumento para justificar la inversión en diversos planes, programas y proyectos, debido a que proporcionan resultados que pueden exhibirse. Sin embargo al parecer, las propuestas generadas tanto en el ámbito escolar como extraescolar (principalmente en los clubes deportivos), no resultarían suficientes para alcanzar este objetivo. De no ser así, no se comprendería por qué surge la necesidad de invertir en políticas de salud tendientes a disminuir el

sedentarismo y sus consecuencias en la población. Otra cuestión a considerar sería, ¿por qué los planes, programas y proyectos orientados a promocionar la salud a través del deporte, destacan el rendimiento y el resultado que se exhiben en competencias organizadas? Este tipo de intervenciones políticas, al parecer están destinadas a aquellos con mayor aptitud física, mayor experiencia motora, y mayores posibilidades de participar en una propuesta de práctica deportiva. Esto suele manifestarse por ejemplo, en el hecho de que los integrantes de un equipo representativo de una escuela, a su vez son integrantes de equipos pertenecientes a clubes deportivos. También se evidencia en el desinterés que este tipo de propuestas produce en quienes se consideran con pocas posibilidades de lograr el éxito.

3.15.2 Desarrollo integral del estudiante desde el ámbito psicológico en la Educación Física.

-Efecto del ejercicio físico sobre el bienestar psicológico.

Las distintas ideas expuestas hasta aquí sugieren una relación positiva entre el ejercicio físico y el bienestar psicológico. Se han propuesto varias hipótesis, tanto psicológicas como fisiológicas, para explicar cómo funcionan los ejercicios físicos sobre el bienestar (Weinberg & Gould, 1996):

-Hipótesis de la distracción.

Consiste en que es la *distracción* de eventos estresantes, más que la propia actividad, lo que explica la mejora de sensaciones relacionadas con el ejercicio físico.¹⁷

¹⁷El respaldo a la hipótesis de la distracción procede de los estudios de Bahrke y Morgan (1978).

-Hipótesis de las endorfinas.

La *hipótesis de las endorfinas* es la explicación de base fisiológica más popular sobre las ventajas derivadas del ejercicio físico. No todos los estudios la respaldan, pero el peso de la evidencia parece defendible. El cerebro, la hipófisis y otros tejidos producen diversas endorfinas que pueden reducir la sensación de dolor y producir un estado de euforia. Parece probable que la mejora en el bienestar que sigue al ejercicio físico se deba a una combinación de mecanismos psicológicos y fisiológicos.

-Beneficios psicológicos del ejercicio físico en población clínica y no clínica

Durante las últimas décadas, los investigadores han ido descubriendo cómo practicar ejercicio puede mejorar nuestras funciones cognitivas, e independientemente de la edad o la condición física, los estudios han demostrado que dedicar un tiempo para el ejercicio también produce muchos beneficios para nuestro bienestar mental. “Ejercitarse regularmente es bueno para el humor, la memoria o el aprendizaje”, explica el psiquiatra John Ratey de la Escuela de Medicina de Harvard, autor del libro *“La Ciencia Nueva y Revolucionaria del Ejercicio y el Cerebro”*.¹⁸

Si acostumbras a practicar ejercicio a diario o si eres de los que te cuesta ponerte el chándal, presta atención a las siguientes líneas. A continuación, desde *Psicología y Mente*, os presentamos los 10 beneficios psicológicos de practicar ejercicio.

¹⁸Adaptado por Weinberg & Gould, (1996) de Taylor, Sallis y Needle (1985).

a) Produce químicos de la felicidad

Correr unos cuantos kilómetros puede ser duro, ¡pero merece la pena! El ejercicio favorece la liberación de endorfinas, unas sustancias químicas que producen sensación de felicidad y euforia. Los estudios han demostrado que incluso pueden aliviar síntomas de una depresión. Por este motivo, los psicólogos recomiendan que las personas que sufren depresión o ansiedad mejoren su calidad de vida incluyendo el ejercicio en sus vidas. Si no eres una de esas personas que practica actividad física a diario, con practicar ejercicio 3 días a la semana durante media hora puedes mejorar tu humor instantáneamente.

b) Reduce el estrés

Después de un duro día de trabajo, no hay nada mejor que ir a desconectar jugando al pádel, pisando el gimnasio o corriendo por la playa. Uno de los beneficios psicológicos de la práctica de actividad física es que reduce el estrés.

Además, el ejercicio también incrementa la producción de norepinefrina (noradrenalina), un químico que

puede moderar la respuesta del cerebro al estrés. Así que ponte la ropa de deporte y a sudar un poquito, que el ejercicio mejora la habilidad de nuestro cuerpo a la hora de tratar con la tensión que el estrés produce después de tanta oficina y tantas preocupaciones del día a día.

c) Mejora la autoestima

Verte mejor físicamente te hará sentir bien. El ejercicio continuo mejorará la imagen de ti mismo y mejorará tu autoestima. Independientemente del peso, la edad o el sexo, el ejercicio físico puede elevar la percepción positiva del

atractivo de uno mismo, y en consecuencia, hacer que te valores más.

d) Mejora tus relaciones sociales

A medida que la percepción de ti mismo y tu salud emocional mejoran, tus relaciones sociales también pueden mejorar. Debido a tu aumento de autoconfianza tendrás más posibilidades de llegar a los demás, y si participas en clases dirigidas o realizas deporte en grupo, es de esperar que conozcas gente nueva.

e) Alivia la ansiedad

Los neurotransmisores liberados durante y después de practicar ejercicio pueden ayudar a la gente que sufre ansiedad a calmarse. Un paseo en bicicleta o algún ejercicio aeróbico de media o alta intensidad, pueden reducir los síntomas que la ansiedad produce. El deporte y el ejercicio, por tanto, no solo sirven para quemar grasa o ganar músculo.

f) Previene el deterioro cognitivo

A medida que nos hacemos mayores se incrementa el riesgo de sufrir enfermedades degenerativas como el Alzheimer, especialmente a partir de los 45 años. Realizando actividad física principalmente entre los 25 y los 45 años se consigue aumentar las sustancias químicas del cerebro que previenen la degeneración de las neuronas del hipocampo. Además, practicar ejercicio físico de forma regular y adaptando la exigencia para mayores, está asociado con un menor riesgo de mortalidad. Principalmente, como consecuencia de un efecto protector cardiovascular, la actividad física disminuye el

riesgo de sufrir un infarto cerebral y mejora la función cognitiva reduciendo el riesgo de padecer demencia y Alzheimer.

g) Mejora tu memoria

Practicar ejercicio regularmente mejora tu memoria y la habilidad de aprender cosas nuevas, pues incrementa la producción de células del hipocampo que son responsables de la memoria y el aprendizaje. La investigación en este campo relaciona positivamente el desarrollo cerebral de los niños con la condición física de los mismos. Esto no solamente sucede en el caso de los menores, los mayores también pueden mejorar su memoria entrenando. Un estudio de Winter y Breitenstein (2007), demostró que realizar *sprints* mejora la adquisición y retención del vocabulario en los adultos.

h) Aumenta tu capacidad cerebral

Al hacer ejercicio tu cerebro produce más neuronas y más conexiones entre ellas, fenómeno que se conoce como neurogénesis. Por lo tanto, tu cerebro ganará forma y aumentará su capacidad de aprendizaje. En una investigación de Vaynman, Ying y Gomez-Pinilla, se demostró que un entrenamiento intenso aumenta los niveles de una proteína conocida como BDNF (Brain Derived Neurotrophic Factor) que se encuentra en el cerebro, y que se cree que influye positivamente en la toma de decisiones, en el pensamiento y el aprendizaje. Para profundizar en este tema, te recomendamos que leas el artículo "5 trucos para mejorar tu inteligencia", del psicólogo Bertrand Regader.

i) Te ayuda a ser más productivo.

Una investigación de Schwarz y Hasson (2011) concluyó que los trabajadores que practican ejercicio o deporte

regularmente son más productivos y tienen más energía que sus compañeros sedentarios. Además, si acudimos a practicar deporte al mediodía, en la pausa de la comida, o antes de ir a trabajar, la actividad nos ayudará a mantenernos más activos a lo largo de la jornada, evitando momentos de bajón o de falta de atención en el trabajo.

j) Ayuda a controlar la adicción

El cerebro libera dopamina (el neurotransmisor de la recompensa) en respuesta a un estímulo placentero como el sexo, las drogas o los alimentos. Desafortunadamente, hay gente que se vuelve adicta y dependiente a las sustancias que producen su liberación en grandes cantidades. La práctica de ejercicio puede ayudar en la recuperación del adicto, pues las sesiones cortas de ejercicio tienen un efecto positivo en los adictos al alcohol o las drogas al postergar el “carving” (al menos a corto plazo). El abuso de alcohol, además, impide la normalidad en la vida del adicto. Una consecuencia negativa del consumo excesivo de esta sustancia es que interrumpe los ritmos circadianos, y como resultado, los alcohólicos tienen dificultades para dormir o permanecer dormidos si no consumen alcohol. Practicar ejercicio puede ayudar a reiniciar el reloj biológico y ayuda a conciliar el sueño.

3.15.3 Desarrollo integral del estudiante desde el ámbito social en la Educación Física.

En general, todos reconocen la importancia de la actividad física en el desarrollo integral del individuo, ya sea a nivel físico, psíquico o sociológico. Pero, si nos trasladamos a contextos "marginales" o a grupos "difíciles", es este último

aspecto el que se debería cuestionar. El considerar la actividad física como un excelente canal de comunicación social, que permite y/o facilita la interrelación entre los sujetos, ha llegado a ser una idea muy manida. Mis observaciones realizadas en los establecimientos penitenciarios de mujeres y hombres de Barcelona, en grupos de deshabituación a la droga, o grupos que reuniesen a individuos con algún tipo de deficiencia física o psíquica o, simplemente, a sujetos considerados de trato "difícil", me han hecho plantear una serie de cuestiones al respecto, entre las cuales podría citar: Potenciando el hábito físico, ¿estamos creando una necesidad de compartir con los temas vivencias y experiencias? ¿La formación de grupos deportivos contribuye a la creación de canales de comunicación que faciliten la socialización de los sujetos? Al intentar contestarlas me he ido cuestionando la verdadera repercusión de la actividad física en los distintos ambientes sociales y en los programas de integración, inserción y reinserción.¹⁹

¹⁹Amorós, P. y Ayerbe, P. (Eds.). (2000). *Intervención educativa en inadaptación social*. Madrid: Síntesis

IV Marco Operativo.

4.1 Diseño de la Investigación.

4.1.1 Equipo de investigación

4.1.2 Wladimir Alexander Castillo Contreras maestro de educación física de
La Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Santo Domingo Nancinta,
Chiquimulilla, Santa Rosa.

4.2.2 Carlos Estuardo García Rosales director de la Escuela Oficial Rural Mixta
Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla, Santa Rosa.

4.1.2 Presupuesto.

Rubro	Cantidad	Total
Utilización de internet	10 horas.	Q60.00
Fotocopias e impresiones	120	Q50.00
Fotocopias de la sistematización	180	Q60.00
Encuadernación	3	Q320.00
Renma de hojas carta	1	Q30.00

Transporte	9	Q250.00
Viáticos	7	Q200.00
Alimentación.	16	Q300.00
Libros	3	Q270.00
Subtotal		Q1470.00

4.1.3 Programación.

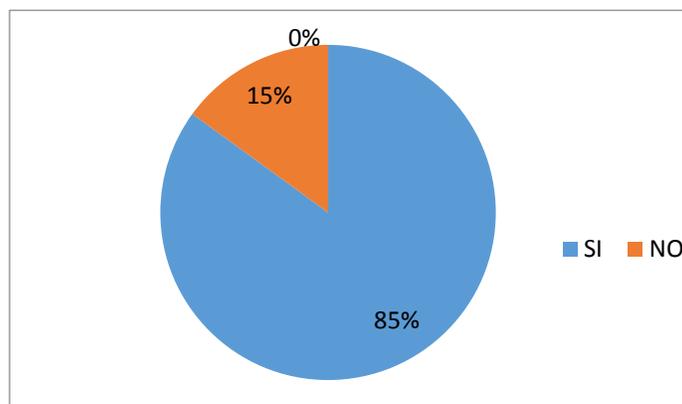
Actividades	Meses											
	Enero				Febrero				Marzo			
	SEMANAS											
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Fase I												
Recolección de Información		■										
Redacción y Revisión			■									
Mecanografía y Presentación			■	■	■							
Diagnostico Situacional Sistematización					■							
Elaboración del Marco Teórico						■						
Fase II												
Diseño de la Prueba							■					
Administración del Proyecto								■				
Elaboración de Instrumentos								■				
Recolección de Datos								■				

V Presentación de resultados.

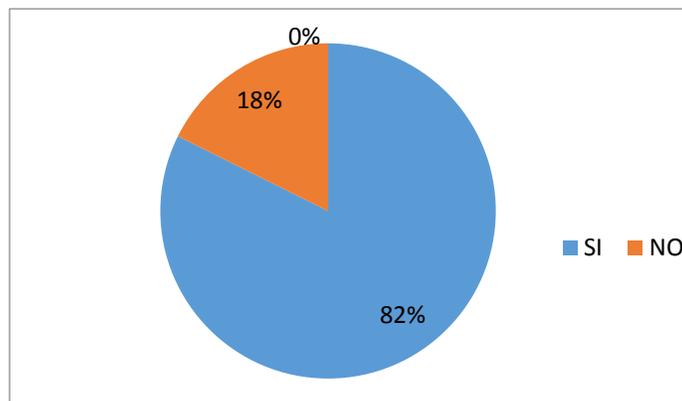
5.1 Análisis de datos.

ENCUESTA DIRIGIDA A PADRES DE FAMILIA.

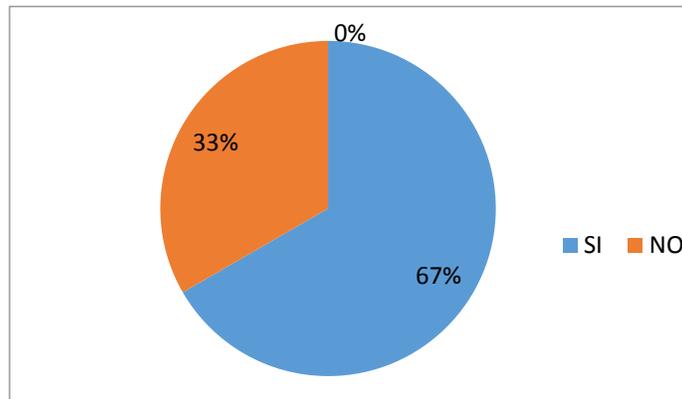
1-¿Sabe usted que es la Educación Física?



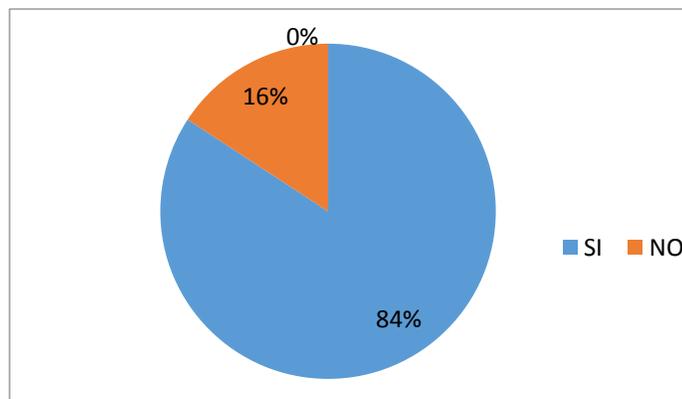
2- Sabe usted sobre el desempeño de su hijo en la clase de Educación Física.



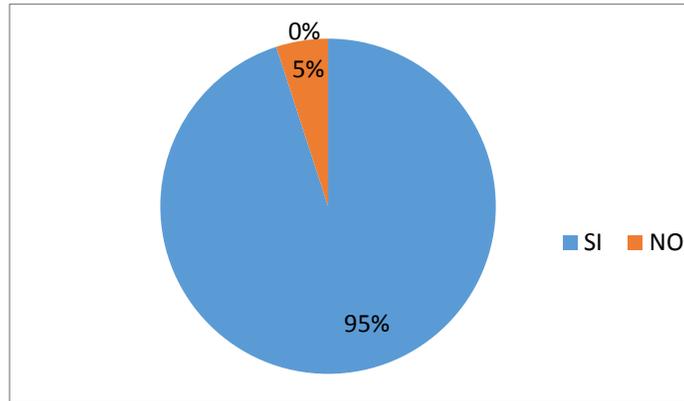
3- ¿Conoce alguna causa que le impida a su hijo un desarrollo integral en la clase de Educación Física?



4- ¿Considera usted que el docente de Educación Física tiene la capacidad para resolver problemas en su entorno?

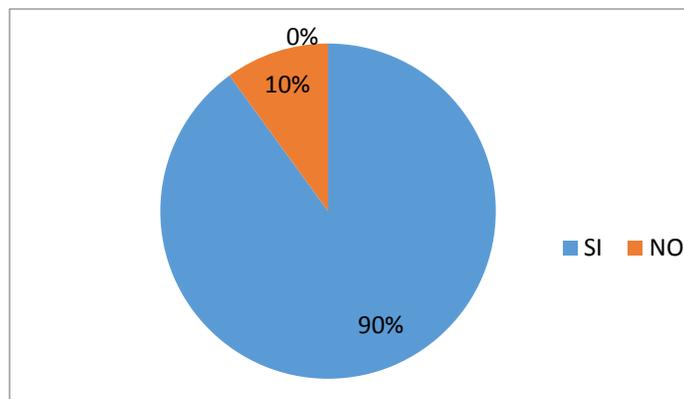


5- ¿Considera usted que el docente de Educación Física puede impartir su clase a niños con necesidades especiales?

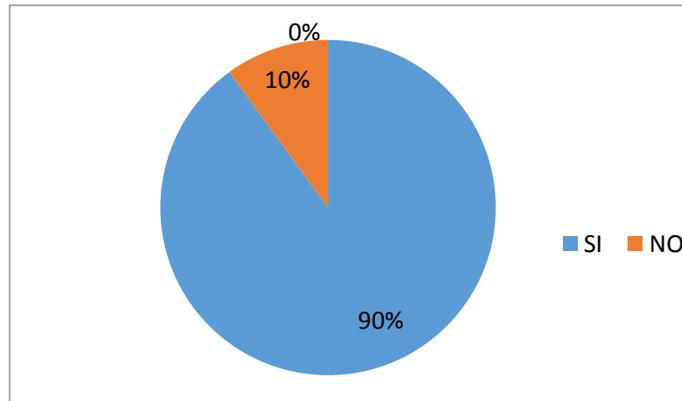


Encuesta dirigida a Estudiantes del Centro Educativo.

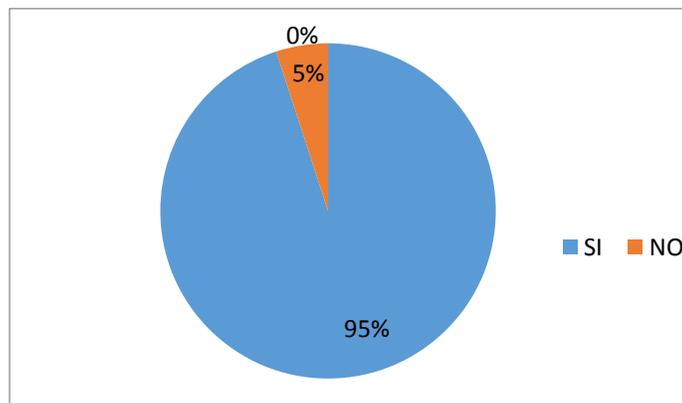
1) ¿Considera que el docente de Educación Física tiene la capacidad para resolver situaciones que se le presentan en su entorno?



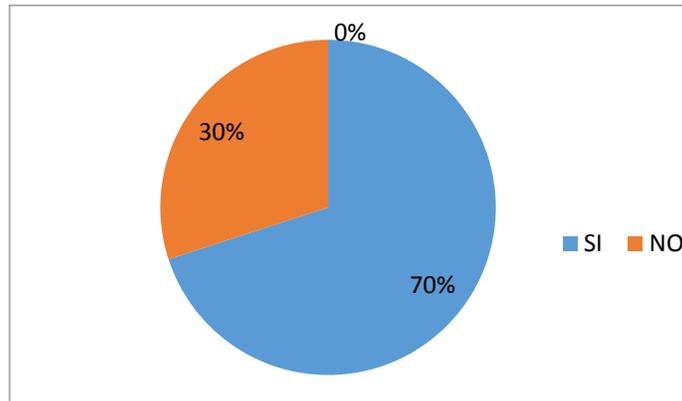
2) ¿Cree que el docente de Educación Física tiene la capacidad para dar la clase de Educación Física a niños con necesidades especiales?



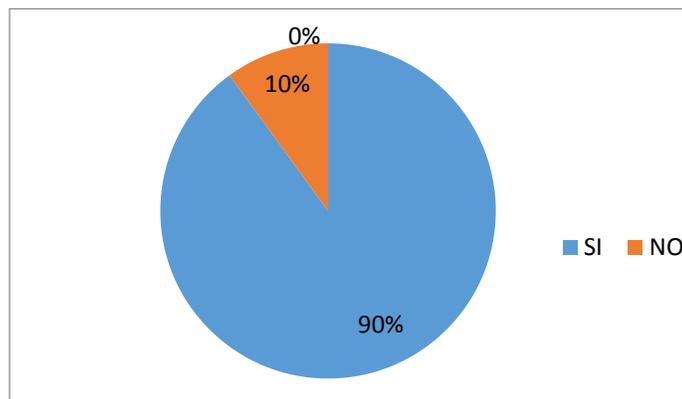
3) ¿Considera que el docente de Educación Física puede dar el tema de los valores a través de su clase?



4) ¿Sabe cuál es el rol del docente de Educación física en su ámbito laboral?

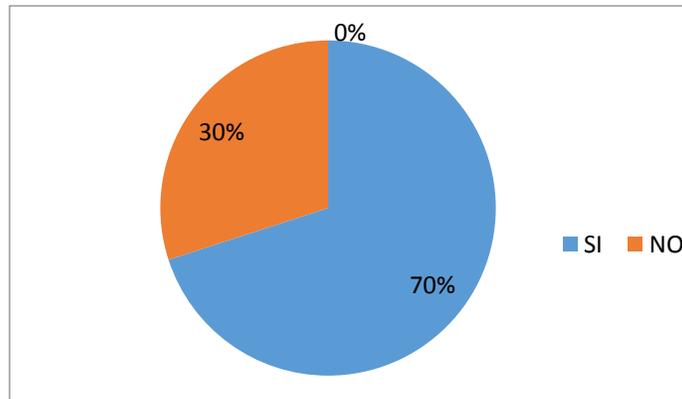


5) ¿Cree que el docente de Educación Física tiene la capacidad para resolver cualquier situación que se le presente en su ámbito laboral?

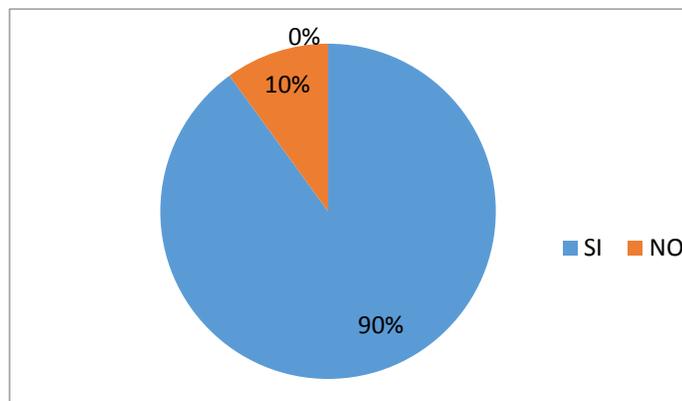


Encuesta dirigida a Docentes del centro educativo.

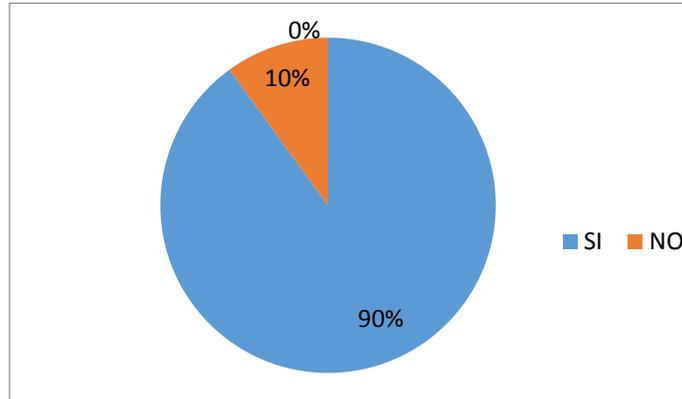
1) ¿Tiene conocimiento sobre cuál es el rol del maestro de Educación Física en el centro educativo?



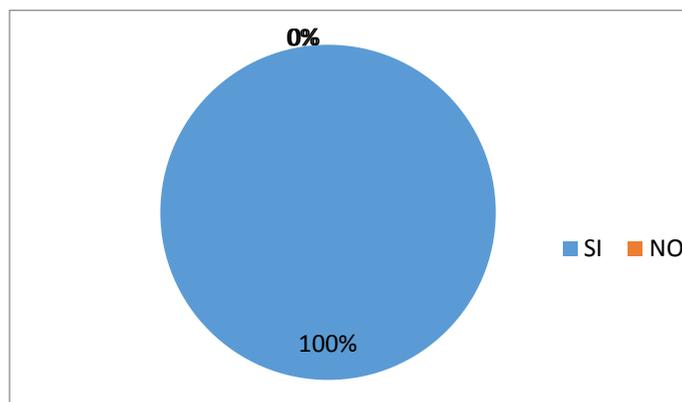
2) ¿Cree que existen prejuicios sobre grupos diferentes socioculturalmente?



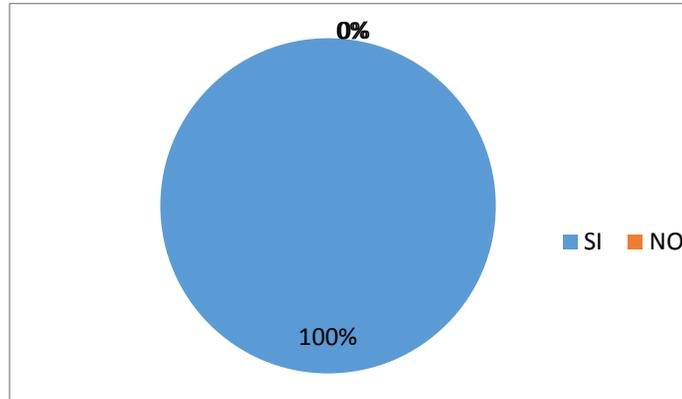
3) ¿Conoce a su grupo y sus características que lo distinguen?



4) ¿Considera que el docente de educación física es autodidacta, mediador en la resolución de conflictos y veraz ante cualquier situación que se le presente para dar solución a cualquier problema que se encuentre en su ámbito laboral?



5) ¿Considera que la práctica de valores se puede dar en la clase de Educación Física?



5.2 Interpretación.

Las preguntas planteadas en la encuesta muestra las principales causas que afectan el desarrollo integral del estudiante en la clase de educación física; mas sin embargo los principales problemas que han afectado algunos estudiantes son la ausencia de la práctica de valores, niños con problemas de desnutrición, estudiantes que necesitan una educación especial; en conclusión según la muestra, el docente de educación física tiene la capacidad de resolver y ayudar en cualquier situación que se le presente en su labor docente.

VI Conclusiones.

Durante el proceso de estudio del PADEP/DEF se aprendieron actividades y estrategias para desarrollarlas con los estudiantes en la clase de Educación Física con el fin de lograr un aprendizaje significativo y constructivista.

El Programa Académico de Profesionalización docente PADEP/DEF tiene como fin preparar más al maestro para que se le brinde una asesoría pedagógica de calidad.

El docente debe de utilizar herramientas de aprendizaje y realizar actividades lúdicas y dinámicas para mejorar la calidad educativa en el aula con los estudiantes.

Los retos a que se enfrenta el docente de Educación Física deben anteposeerse ante aquellas situaciones que afectan al desarrollo integral del estudiante.

Las nuevas tendencias en la Educación Física vienen a innovar en el que hacer docente es por ello importante actualizarse para desarrollarse en el medio.

VII Recomendaciones.

A los Directores que deben compartir con los niños(as) y docentes todo lo aprendido en el Programa Académico de Profesionalización Docente PADEP/DEF utilizando una metodología activa, estrategias y actividades que faciliten el aprendizaje del niño en el establecimiento.

A los Docentes es importante que realicen en su clase innovaciones en el aprendizaje de Educación Física y elabore una planificación con los niños y niñas de todas las actividades que realice, con ello se logrará un aprendizaje significativo y constructivista.

A los padres de familia compartir y apoyar a sus hijos en las actividades aprendidas en el PADEP/DEF fomentando la participación activa del niño y niña haciendo uso de las estrategias adecuadas para la construcción de su aprendizaje, creando un ambiente agradable y motivador.

Que los docentes integren al estudiante a un ambiente motivador y le dé seguimiento a las estrategias de aprendizaje comprendidas en el PADEP/DEF para una mejor comprensión de los contenidos.

Llevar a la práctica toda la teoría que se impartió durante los trimestres del programa de la profesionalización docente PADEP/DEF con el objeto de hacer de la clase de Educación Física una clase más motivadora.

VIII BIBLIOGRAFÍA.

Libros

Herrera, A. (2009) El constructivismo en el aula. Editorial, Alianza Sevilla, P.2 y 6.

Corpas, F. (2004) Educación Física en la enseñanza Primaria. Editorial ALJIBE.
Málaga España, P. 10 y 28.

Andreu, M. (1990) Actividades Lúdicas en la Enseñanza del juego lúdico. Editorial
IES la Morería, Mislata, Valencia España, P. 122 y 123.

Sánchez, G. (2008) Las estrategias de aprendizaje a través del componente lúdico.
Editorial suplementos Marco EIE, España, P. 4 y 5.

Migoya, P. (2010) Libro Reciclaje Creativo. Editorial Gustavo Gili, España, P. 3 y 1.

Rodríguez, M. (2008) La Teoría del Aprendizaje Significativo. Editorial Octaedro,
Barcelona, P.4 y 1.

Volver arriba ↑ Huizinga, Johan (1972). «Esencia y significación del juego como fenómeno cultural». Homo Ludens. Madrid: Alianza Editorial. pp. 43–44.

Robin Barrow, Greek and Roman Education (Macmillan Education: London, 1976).

Dharampal, . (1983). The beautiful tree: Indigenous Indian education in the eighteenth century. New Delhi: Biblia Impex.

Henri-Irénée Marrou (1985). Historia de la educación en la Antigüedad. Ediciones AKAL.

<http://concepto.de/salud-segun-la-oms/>

«salud», Diccionario de la lengua española (23.^a edición), Madrid: Espasa, <http://dle.rae.es/?w=salud&o=h>

Guzman I, García C, et al. Prevalence of Cardiovascular Risk Factors in urban and rural population of Guatemala. *Circulation* Vol 125, No 19 May 15, 2012.

teóricos (Rosa-les, 1994; Siguán, 1998; Arnáiz y Martínez Abellán, 2002),

Palacios, Luis; Martínez, Cristina (2008). «Educación física y salud en la Educación Básica». *INDEXA* 1 (3): 43

Básica CAGIGAL, J. M.; (1979): *Cultura intelectual y cultura física*. Buenos Aires, Kapeluz. MEC(1989): *Diseño curricular base*. Madrid, Ministerio de Educación y Ciencia.

CHEHAYBAR Y KURI, Edith (Coord.). *Hacia el futuro de la formación docente en la educación superior*. Colección Educación Superior Contemporánea Serie Mayor. Editorial UNAM. México, 1999.

<http://es.slideshare.net/ramuto/funciones-del-profesor-de-educacion-fsica>

<http://www.importancia.org/educacion-fisica.php>

Sánchez Bañuelos, Fernando (1997) *Didáctica de la Educación Física y el Deporte*, Madrid, Gymnos.

Edgar Morín: *Los siete pilares de la educación*

El respaldo a la hipótesis de la distracción procede de los estudios de Bahrke y Morgan (1978).

Adaptado por Weinberg & Gould, (1996) de Taylor, Sallis y Needle (1985).

IX Anexos.

9.1 Glosario.

Asimilacionismo.

Proceso por el que una persona o grupo se incorpora a otra cultura adoptando su lengua, valores, normas y señas de identidad al tiempo que va abandonando su propio badaje cultural.

Coadyuvar.

Contribuir o ayudar a la consecución de una cosa.

Contexto.

Perteneciente, relativo o dependiente del contexto.

Dinámica.

Es la rama de la física que describe la evolución en el tiempo de un sistema físico en relación con los motivos o causas que provocan los cambios de estado físico o estado de movimiento.

Innovación.

Acción de innovar.

Sedentarismo.

Tipo de vida cotidiano que incluye poco ejercicio, suele aumentar el régimen de problema de salud especialmente el aumento de peso.

Segregacionismo.

Ideología que propugna la separación de las personas por motivo de raza, religión o cultura.

9.2 Instrumento.



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

Programa Académico de Desarrollo

Profesional Docente de Educación Física.

Cuilapa, Santa Rosa.

Encuesta Dirigida a Padres de familia.

Tema: El rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en la Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla, Santa Rosa. Jornada matutina del nivel educativo primario, ante los retos presentados en su entorno.

Encuestad .

INSTRUCCIONES: En estas preguntas debes marcar con una línea la alternativa que tú consideres satisfactoria.

1) ¿Sabe usted que es la Educación Física?

Si N0

2) ¿Sabe usted sobre el desempeño de su hijo en la clase de Educación Física?

Si N0

3) ¿Conoce alguna causa que le impida a su hijo un desarrollo integral en la clase de Educación Física?

Si N0

4) ¿Considera usted que el docente de Educación Física tiene la capacidad para resolver problemas en su entorno?

Si N0

5) ¿Considera usted que el docente de Educación Física puede impartir su clase a niños con necesidades educativas especiales?

Si N0



Cuilapa, Santa Rosa.

Encuesta Dirigida a Docentes del centro educativo.

Tema: El rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en la Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla, Santa Rosa. Jornada matutina del nivel educativo primario, ante los retos presentados en su entorno.

Encuestado No.

INSTRUCCIONES: En estas preguntas debes marcar con una línea la alternativa que tú consideres satisfactoria.

1) ¿Tiene conocimiento sobre cuál es el rol del maestro de Educación Física en el centro educativo?

Si No

2) ¿Cree que existen prejuicios sobre grupos diferentes socioculturalmente?

Si No

3) ¿Conoce a su grupo y sus características que lo distinguen?

Si No

4) ¿Considera que el docente de educación física es autodidacta, mediador en la resolución de conflictos y veraz ante cualquier situación que se le presente para dar solución a cualquier problema que se encuentre en su ámbito laboral?

Si No

5) ¿Considera que la práctica de valores se puede dar en la clase de Educación Física?

Si No



Encuesta Dirigida a Estudiantes del centro educativo.

Tema: El rol del profesor de educación física de PADEP/DEF en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en la Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla, Santa Rosa. Jornada matutina del nivel educativo primario, ante los retos presentados en su entorno.

Encuestado No.

INSTRUCCIONES: En estas preguntas debes marcar con una línea la alternativa que tú consideres satisfactoria.

1) ¿Considera que el docente de Educación Física tiene la capacidad para resolver situaciones que se le presentan en su entorno?

Si No

2) ¿Cree que el docente de Educación Física tiene la capacidad para dar la clase de Educación Física a niños con necesidades especiales?

Si No

3) ¿Considera que el docente de Educación Física puede dar el tema de los valores a través de su clase?

Si No

4) ¿Sabe cuál es el rol del docente de Educación física en su ámbito laboral?

Si No

5) ¿Cree que el docente de Educación Física tiene la capacidad para resolver cualquier situación que se le presente en su ámbito laboral?

Si No

9.3 Programa de docencia.

Universidad de San Carlos de Guatemala

Programa Académico de Profesional

Docente de Educación física. PADEP/DEF

Cuilapa, Santa Rosa.



Taller sobre la Educación Física de Calidad y sus cambios en la actualidad.

Lugar de la realización de la propuesta de Actividad Física: Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla, Santa Rosa.

Nombre del estudiante: Wladimir Alexander Castillo Contreras.

Procedimiento específico: taller motivacional para padres de familia para que apoyen a sus hijos en el rendimiento escolar en la especialidad de Educación Física.

Planificación y desarrollo de trabajo de campo: La observación, la entrevista y la encuesta en la comunidad educativa de Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla, Santa Rosa.

Ubicación geográfica: Aldea Santo Domingo Nancinta, Chiquimulilla, Santa Rosa.

Número y edad de los participantes: Cuarenta padres de familia comprendidos entre las edades de veinte y cuarenta y cinco años.

Importancia del tema generador:

La Educación Física de Calidad y sus cambios en la actualidad.

La educación física es una parte del proceso educativo de toda persona centrado en el movimiento corporal con el fin de lograr un afianzamiento en las capacidades físicas, cognitivas y afectivas del individuo especialmente en los años de juventud.

Complementando un aislamiento al sedentarismo, que afecta en la actualidad en el desarrollo físico de la persona.

Tipo de Actividad a desarrollar:

- Solicitar en la institución la autorización para realizar el taller.

- Dar una explicación con afiches, carteles trifoliarios acerca de la Educación Física de Calidad y sus cambios en la actualidad.

- Distribuir hojas de trabajo para que señalen cuales son las causas que afectan en la actualidad el desarrollo de la Educación Física en la población estudiantil.

- Organizar a las personas de la comunidad para realizar un trabajo práctico sobre la actividad física y sus beneficios en la actualidad explicándoles el trabajo a realizar.

Objetivos de la Actividad:

- Despertar el interés de los miembros de la comunidad de participar asistiendo en el taller sobre La Educación Física de Calidad y sus cambios en la actualidad.
- Crear conciencia en la comunidad sobre una Educación Física de Calidad y sus cambios en la actualidad.
- Que las personas de la comunidad adquieran conocimientos respecto a la Educación Física para que puedan conocer que beneficios les traerá la actividad física.
- Concientizar a las personas sobre los cambios que han surgido en la actualidad sobre la Educación Física.

Competencia a desarrollar:

Proporcionar a los participantes un conjunto de conocimientos y técnicas de aprendizaje para analizar los obstáculos que impidan el desarrollo sobre la importancia de la Educación Física de Calidad y sus cambios en la actualidad.

Guía de desarrollo de la actividad:

- Lugar apropiado para el desarrollo de la actividad.
- Introducción al tema del taller a impartir.
- Desarrollo de los contenidos a impartir en el taller.
- Actividad practica en el taller concientizando la importancia de la actividad física.

Tiempo de la actividad:

Introducción diez minutos, desarrollo de los contenidos 30 minutos y actividad práctica del taller 40 minutos.

Estrategias a desarrollar:

- Tener bien definido mi objetivo.
- Discusiones de casos.
- Fomentar la participación activa y permitir la resolución de problemas.
- Resumir la información y pedirle el feedback al grupo al final del taller.

Justificación de la actividad desde su aprendizaje:

La elaboración de este taller sobre la Educación Física de Calidad y sus cambios en la actualidad se centra principalmente en hacer conciencia a la comunidad educativa sobre la importancia que radica en la realización de la actividad física en base a sus nuevas tendencias, evitando así; caer en el sedentarismo que afecta hoy en día a la población estudiantil.

Alcance de la actividad:

Desarrollar el taller concientizando a los participantes para que se integren y conozcan sobre una educación física de calidad y sus cambios en la actualidad.

9.4 Programa de extensión.

Cronograma:

No.	Actividad	Fecha	Hora	Responsable.
1	Elaboración del Plan de Actividad	27/02/2016	08:00	Wladimir Alexander Castillo Contreras.
2	Solicitud a la autoridad competente del Establecimiento Educativo para el desarrollo del taller.	29/02/2016	08:009	Wladimir Alexander Castillo Contreras.
3	Convocatoria a Padres de Familia y Maestros involucrados en la actividad.	01/03/2016	08:00	Wladimir Alexander Castillo Contreras.
4	Contratación de Mobiliario y Sonido.	01/03/2016	10:00	Wladimir Alexander Castillo Contreras.
5	Preparación del espacio adecuado para la realización de la actividad.	03/02/2016	11:00	Wladimir Alexander Castillo Contreras.
6	Preparación del	03/03/2016	12:00	Wladimir Alexander

	material para impartir la clase de educación física.			Castillo Contreras.
7	Colocación de mobiliario y sonido.	04/04/2016	07:30	Wladimir Alexander Castillo Contreras.
8	Desarrollo de la parte teórica del taller	04/04/2016	08:00	Wladimir Alexander Castillo Contreras.
9	Desarrollo de la parte práctica del taller.	04/04/2016	08:30	Wladimir Alexander Castillo Contreras.

Materiales a Utilizar:

- Hojas
- Lapiceros
- Lápiz
- Borrador
- Computadora
- Impresora
- Cartuchos de Tinta

- Folder
- Fastenes
- Equipo de Sonido
- Mobiliario
- Hulas
- Conos
- Pelotas de Papel
- Cuerdas
- Palos de Escoba
- Gorgorito
- Cronometro
- Cajas de Cartón
- Otros.