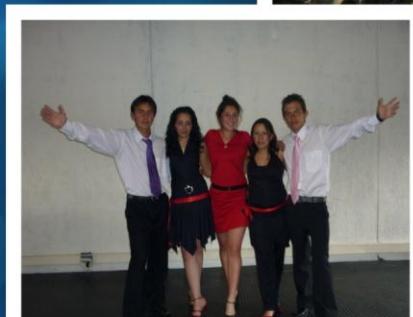


# Sistematizando ando...

CICLO DE PROFUNDIZACIÓN I



Proyecto Curricular de Licenciatura en Educación Física (PC-LEF-2000)  
Revista de sistematización. Estudiantes Licenciatura en Educación Física  
VII Semestre Jornada Mañana  
Bogotá, D.C. (Colombia) Segundo Semestre del 2012



# Sistematizando

2  
Edición

CICLO DE PROFUNDIZACIÓN I

# Sistematizando ando...<sup>2</sup>

Edición

## CICLO DE PROFUNDIZACIÓN I

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL  
FACULTAD DE EDUCACION FISICA  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA  
REVISTA DE SISTEMATIZACION

VII SEMESTRE JORNADA MAÑANA

### COORDINADORA DE SEMESTRE

Sonia López Domínguez

### PROFESORES

Luz Mireya Sarmiento Cruz  
Martha Aleida Arenas Molina  
Luis Carlos Pérez Ferro  
Sonia López Domínguez

### EDICION

Sebastián Pulido Carvajal  
Andrés Felipe Carvajal

### REVISION

Rosa Yineth Sáenz Moreno

### AUTORES

Sebastián Pulido Carvajal  
Cesar Augusto Del río Gómez  
Ana María Carranza Martínez  
Carla Marina Rincón Ruiz  
Jorge Luis Alfonso Charry  
Fabio Alberto Pava Perico  
Ana María Guidet Moreno  
Iván Darío Antolínez Rincón  
Oswaldo Velázquez Guerrero  
Raphael David Rivas Pacheco  
Edwin Ancizar Valencia Barrera  
Jennifer Barón Benavides  
Freddy Giovanny Acosta Herrera  
Luz Adriana Nova Vergel  
Diana Constanza Farfán Melo

Vanessa Lissette Caravallo Cuenca  
Enrique Muñoz Pinto  
Yojhan Reinaldo Parra Galeano  
Eric Alexander Sánchez Serrato  
Nicolás Hernández Guana  
Rosa Yineth Sáenz Moreno  
Jose Gregorio Guerra Bolaño  
Diego Mauricio Martínez Ramírez  
William Ricardo Puentes Jaimes  
Antony Jefferson Robayo Méndez  
Natalia Sánchez Vanegas  
Luis Fabián Soler Niño  
Alex Alberto Velasquez Segura  
Diana Rocío Malagón Mora  
Angie Andrea Montenegro Pardo

Las ideas expresadas en los artículos aquí presentados no  
representan la filosofía de la Universidad Pedagógica Nacional.

Los artículos son responsabilidad de sus autores.

El material puede ser reproducido citando la fuente.

2012

## **EDITORIAL**

El proyecto PCLEF ubica las prácticas pedagógicas desde un modelo epistemológico crítico, es decir que orienta sus acciones hacia la transformación social, desde esta mirada la comprensión reflexionada de la acción, genera un estrecho vínculo entre la teoría y la práctica mediada por la investigación. Talantes que se concretan al involucrarse en situaciones reales; del diario vivir que permiten fundar relaciones entre la teoría, el saber pedagógico y el quehacer del maestro.

De esta manera la práctica pedagógica se visualiza en dos momentos: el primero, referido a la construcción del pensamiento del maestro, centrado en el desarrollo de las estructuras de pensamiento a través de competencias, y en la comprensión del sentido de ser maestro con compromiso ético y social. Propósito que orienta la práctica educativa en el primer ciclo del currículo denominado ciclo de fundamentación comprendido entre el primer y cuarto semestre.

El segundo momento, y el que concentra nuestro interés, es la **intervención pedagógica directa**, el cual se centra en el actuar intencional del maestro en una realidad educativa, articulando contextos, sujetos y objetos de intervención implementados y ejecutados con sentido crítico y con conciencia ética de las diferentes modalidades educativas formal, no formal e informal, con diferentes poblaciones niños, adolescentes, adulto mayor, discapacitados, población vulnerable entre otras, y en diferentes contextos, rurales, urbanos. Unidades que establecen una relación compleja, dinámica, cambiante que hacen que la práctica pedagógica se convierta en un proceso de permanente construcción de saber producto de la reflexión del actuar del maestro. Este segundo momento dentro del currículo corresponde al ciclo de profundización comprendido entre quinto y décimo semestre. Aquí la intervención pedagógica se centra en la capacidad de toma de decisión para el desempeño profesional, y la capacidad de flexibilidad y adaptación del saber del maestro para reconocer los problemas, las necesidades y las oportunidades, en diferentes contextos, poblaciones, modalidades educativas, dándole un sentido y un significado a sus propias prácticas pedagógicas.

Precisando aun más, el ciclo de profundización comprende dos niveles, el primero que corresponde a los semestres V, VI y VII, el cual nos atañe y aproxima al ejercicio de sistematización de los docentes en formación de séptimo semestre, segundo periodo del año 2012 que nos convoca. El fruto del ejercicio se centra en la práctica pedagógica que invita a identificar un problema, una necesidad y una oportunidad en las modalidades de educación formal, no formal e informal, teniendo como referentes la Educación Física como disciplina académica, los actores y las instituciones.

La intervención del ciclo se entiende como un proceso de aproximación entre la observación sistemática y la observación participativa, caracterizada por la reflexión del estudiante acompañada por un maestro, sobre el deber ser de la Educación Física con un educador dinamizador y transformador de las prácticas educativas.

Se espera que los estudiantes al culminar este ciclo hayan identificado un problema, una necesidad y una oportunidad en un contexto educativo particular, además de tener los elementos para construir y fundamentar una perspectiva pedagógica, didáctica y disciplinar que le permita en el nivel dos de profundización elaborar su proyecto curricular particular denominada PCP.

Bien, para finalizar quiero resaltar el esfuerzo y dedicación de los estudiantes de séptimo semestre que recorrieron este camino con nosotros para hacer de este sueño una realidad, que se concreta y visibiliza a través de este producto que si bien no es el final, vale la pena decir, es un gran esfuerzo por construirnos como maestros reflexivos. Y, quedaría en deuda si no menciono a los maestros que acompañaron este proceso Sonia López, Luz Mireya Sarmiento, Luis Carlos Pérez, a ustedes, gracias por su dedicación.

**Martha Aleida Arenas Molina**  
Docente Sistematización Séptimo Semestre



## **REVISTA SISTEMATIZANDO... ANDO**

Desde la perspectiva de los estudiantes, el proceso de sistematización ha sido una oportunidad para reflexionar acerca de la realidad de los maestros de educación física en diferentes contextos y realidades, teniendo la valiosa experiencia de realizar prácticas docentes de intervención directa; conociendo la perspectiva educativa desde la mirada esperanzadora y consciente del maestro de educación física.

El hecho de intervenir directamente sobre diferentes contextos y particulares poblaciones, nos dio la oportunidad de replantear muchas cosas que se escapan a la formación teórica y las vivencias dentro de la universidad. De esta experiencia surgieron distintos cuestionamientos acerca del aporte de la educación física al mejoramiento de la calidad de vida y por supuesto al aporte que ésta hace al desarrollo del potencial humano.

Por ello, los artículos presentados a continuación son el producto escrito, luego de un provechoso proceso de sistematización que pretende generar propuestas innovadoras ante las necesidades que los estudiantes observamos en los diferentes contextos, con el objetivo de fundamentar la propuesta de intervención sobre la cual se planteará en el segundo ciclo de profundización con la construcción del proyecto curricular particular, PCP.

Finalmente, agradecemos al grupo de maestros que acompañaron este proceso; quienes desde la dinámica de tutorías en el espacio de taller de confrontación aportaron significativamente a que esta revista y las prácticas docentes que sustentan ésta fueran posibles.

**Sebastián Pulido Carvajal**

Estudiante de pregrado Licenciatura en Educación Física

## CONTENIDO

Artículos estudiantes

<b>LA RECREACIÓN COMO ENTORNO LÚDICO PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA BÁSICA PRIMARIA</b>	
Vanessa Lissette Caravallo Cuenca y Rosa Yineth Sáenz Moreno.....	7
<b>EL JUEGO: UNA OPCIÓN EN UN MUNDO DE POSIBILIDADES.</b>	
Ana María Carranza Martínez y Carla Marina Rincón Ruiz.....	21
<b>JUEGOS DE COOPERACIÓN. MEDIO DE DESARROLLO DEL POTENCIAL HUMANO EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA.</b>	
Sebastián Pulido Carvajal y Cesar Augusto Del rio Gómez.....	29
<b>MOTIVACIÓN ESCOLAR PARA EL DESARROLLO HUMANO</b>	
Ana María Guidet Moreno y Natalia Sánchez Vanegas.....	47
<b>EDUCACIÓN FÍSICA E INTERNET ¿EL BINOMIO HACIA LA CONSTRUCCIÓN DE UN NUEVO HOMBRE?</b>	
Alex Alberto Velásquez Segura y Erick Alexander Sánchez Serrato.....	57
<b>GENERACIÓN DE NUEVAS EXPERIENCIAS CORPORALES DESDE LA CALSE DE EDUCACION FISICA</b>	
Oswaldo Velásquez Guerrero y Raphael David Rivas Pacheco.....	67
<b>INTERPRETACIONES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
Luz Adriana Nova Vergel.....	78
<b>EDUCACION FISICA Y DISCAPACIDAD</b>	
Nicolás Hernández Guana y Jorge Luis Alfonso Charry.....	88
<b>FOMENTO DE VALORES DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
Jennifer Barón Benavides y Fabio Alberto Pava Perico.....	95
<b>INTELIGENCIA MOTRIZ Un enfoque de aproximación a la intervención de la Educación Física, desde la Praxiología Motriz.</b>	
Diana Constanza Farfán Melo y Fredy Giovanny Acosta Herrera.....	105
<b>LA DROGADICCIÓN EN LA ESCUELA</b>	
Edwin Ancizar Valencia Barrera e Iván Darío Antolinez Rincón.....	116
<b>RECICLAJUEGO, UNA NUEVA PROPUESTA EN EDUCACIÓN FÍSICA CON SENTIDO SOCIAL</b>	
Yojhan Reinaldo Parra Galeano y Enrique Muñoz Pinto.....	129
<b>EL OCIO COMO PROPUESTA PEDAGÓGICA PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
William Ricardo Puentes Jaimes y Diego Mauricio Martínez Ramírez.....	138
<b>EL SEDENTARISMO EN LA EMPRESA</b>	
José Gregorio Guerra Bolaño.....	148
<b>SITUACIÓN DE LA EVALUACIÓN EN LA EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
Anthony Jefferson Robayo Méndez y Luis Fabián Soler Niño.....	154
<b>EDUCACIÓN FÍSICA CONSTRUYENDO SOCIEDAD</b>	
Angie Andrea Montenegro Pardo y Diana Rocío Malagón Mora.....	163
<b>LO QUE HAY ENTRE EL COMIENZO Y LA LLEGADA REFLEXIONES SOBRE EL EDUCAR</b>	
Profesora Luz Mireya Sarmiento Cruz.....	172

# LA RECREACIÓN COMO ENTORNO LÚDICO PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA BÁSICA PRIMARIA



Vanessa Lissette Caravallo Cuenca

Rosa Yineth Sáenz Moreno

Estudiantes de pregrado licenciatura en Educación física

Universidad Pedagógica Nacional

## Resumen

El presente artículo expone los resultados de un trabajo de práctica pedagógica en el colegio San Carlos de varones, de la ciudad de Bogotá D.C., en donde se desarrolló un plan de trabajo (prácticas pedagógicas), alrededor de la Educación Física, con los estudiantes de básica primaria y transición, cuyo objetivo era comprobar que a través de actividades de recreación, durante el tiempo de recreo de los niños, es posible

despertar el interés en los procesos de formación físico-deportivas. Así mismo se constató que la acción didáctica realizada, con apoyo en el juego, fomentó en los niños las competencias básicas de la motricidad, la expresividad y los valores sociales del respeto por el otro y el trabajo en equipo.

## Palabras clave

Práctica educativa

Recreación

Educación física

Plan de clase

Herramientas pedagógicas

## Abstract

This article presents the results of a job of teaching practice in the school San Carlos of Males, of the city of Bogotá D.C., where be developed a plan to work around physical education, with students from the elementary school level and found that through recreational activities during recess time for children, can spark interest in the processes of physical and sports training. Also it was found that the didactic action performed with support in the game, fostered in children basic skills of motility, expressiveness and social values of respect for others and teamwork.

## Keywords

Educational practice

Recreation

Physical education

Lesson plans

Teaching tools

## Introducción

La recreación juega un papel importante en la educación de las sociedades y es pieza esencial en la formación integral de los estudiantes del ciclo de la básica primaria. En Colombia este criterio es asumido en el artículo 67 de la Constitución Política, en donde se concibe como un elemento significativo en el mejoramiento de aspectos culturales, científicos, tecnológicos y para la protección del ambiente. Cabe resaltar además que en el contexto educativo la recreación es abordada, principalmente, como una herramienta que facilita el aprendizaje; tarea que se viene implementando desde la experiencia en la formación escolar.

Así mismo, el Ministerio de Educación Nacional de Colombia, entidad que regula, promueve y establece las políticas educativas y los contenidos académicos, en sus Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, la Recreación y el Deporte (2010) define a la Educación Física como una “disciplina privilegiada para la formación integral de los individuos, donde la toma como una área

fundamental en la básica secundaria y media, en donde no solamente le corresponde el desarrollo motriz, sino también el cuidado de sí mismo, la relación con los otros y con el entorno, de tal manera que en virtud de su práctica se amplíe la conciencia de la acción humana". Por tanto se reconoce a la educación física, la recreación y los deportes como una práctica social del cultivo de la persona como totalidad, en todas sus dimensiones, a saber: cognitiva, comunicativa, ética, estética, corporal, lúdica y espiritual.

Por consiguiente, en este artículo, la recreación será vista como una herramienta pedagógica de la Educación Física, específicamente para los primeros pasos de los estudiantes en la etapa de básica primaria, donde se analizarán las incidencias que tiene en un ámbito escolar el manejo de la Educación Física como experiencia recreativa. Lo anterior acogiéndonos a lo planteado por el Ministerio de Educación Nacional, en los lineamientos curriculares para la Educación Física, la Recreación y el Deporte (2000): "La recreación como

experiencia lúdica es un proceso particular de múltiples interrelaciones con las dimensiones del desarrollo humano. La recreación no es una experiencia exclusiva de la dimensión corporal, pero encuentra en ésta el espacio privilegiado para su desenvolvimiento, dado su carácter vivencial, emocional y desinteresado. Ello significa que la experiencia lúdica no se reduce a un acto espontáneo, sino que implica una orientación pedagógica que no puede confundirse con esquematismos o abusos de uso del juego hasta hacer perder su sensibilidad y su sentido".

La base para el análisis del acto recreativo que aquí se presenta son las prácticas educativas que realizadas en el Colegio San Carlos, de la ciudad de Bogotá D.C., por parte de los estudiantes de séptimo semestre de la Licenciatura en Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional, durante el año 2012. Dicha experiencia educativa tuvo cuatro características fundamentales; una, sus actividades se desarrollaron durante el tiempo de descanso de los estudiantes, es decir, un espacio establecido

institucionalmente como no académico, pero que le posibilitó a la Educación Física la posibilidad de trabajar en un lugar diferente a lo que se reconoce como clase y que se desarrolla en un espacio predeterminado que garantice el logro de lo propuesto por el maestro de Educación Física (coliseo, el salón de clases o la cancha de fútbol).

Como segunda característica, la práctica fue realizada con niños que pertenecen a transición y primaria, la tercera característica se refiere a las propuestas de clase que se realizaron, estos eran claros y fáciles de entender, lo que garantizó la atención y el aporte integralmente al desarrollo corporal de los niños, y la cuarta característica, se logró motivar a los estudiantes a realizar otras prácticas diferentes a la práctica del fútbol, lo que para el colegio se ha convertido en una constante preocupación, ya que los niños solo realizan esta actividad lúdica en las horas del descanso.

En este sentido, la práctica educativa que se realizó en el colegio San Carlos,

tiene una connotación innovadora e implicó un gran reto, puesto que dentro de la expectativa como futuros licenciados de Educación Física, el horario del descanso escolar, no sería propiamente el sitio de desarrollo común de una clase. Sin embargo, cabe aclarar que el sitio o el espacio donde se desarrolla la acción educativa, no es principalmente lo que determina si un aprendizaje es bueno o malo; de allí que el análisis de esta experiencia mostrará los sucesos presentados durante la práctica bajo estas condiciones, resaltando sus aspectos positivos y negativos, replanteando el imaginario que se tiene del Educador Físico y su quehacer.

Para consolidar el marco teórico en el análisis de esta experiencia, conviene revisar algunos conceptos que son pertinentes para el desarrollo de este estudio, los cuales se han desarrollado a lo largo de la formación como Licenciados en Educación Física, en el área de formación teórico pedagógica; ámbito académico donde se conocen, discuten y establecen todas las

características de la pedagogía y donde a su vez el estudiante desarrolla las competencias que le permiten orientar su quehacer educativo.

### Prácticas educativas

Para el programa de Licenciatura en Educación Física de la Universidad Pedagógica, la práctica educativa hace parte fundamental de la propuesta curricular, logrando que tanto en el ciclo de fundamentación como de profundización sea la forma de interactuar con estudiantes en su contexto real; lo cual le permitirá al profesional en formación, trabajar los puntos de partida del saber disciplinar, así como las dimensiones humanas y socioculturales de la acción educativa. En dicho marco, se le brinda sentido a las competencias pedagógicas, comunicativas, organizacionales e investigativas de la licenciatura, lo que posibilita que se fortalezca el saber recreativo específico, ámbito que incorpora las herramientas necesarias para la intervención profesional en campos laborales específicos.



### Herramientas pedagógicas

Son los elementos que orientan el desarrollo de las temáticas educativas, las cuales deben generar la participación y motivación de los alumnos, en los procesos de enseñanza-aprendizaje. En este contexto, las herramientas pedagógicas, en el área de la recreación, confirman que “la actuación humana en el mundo, mediada por lo corporal, implica ser competente en lo motriz, en procesos de adaptación y transformación; en lo expresivo, en procesos de autocontrol y comunicación; y en lo axiológico, para el cuidado y la preservación de las condiciones vitales del individuo, en concordancia con el entorno social y natural”, tal como lo confirman las orientaciones pedagógicas para la

educación física, la recreación y el deporte (2010).

### Plan de clase

El plan de clase es un elemento didáctico fundamental del profesor que le permite tener una organización y jerarquización de los contenidos a desarrollar en cada una de sus clases, como también interrelacionar los recursos a utilizar, ajustado todo a un cronograma. Su estructura se apoya en los siguientes elementos: un objetivo general; los objetivos específicos que describen las habilidades que desarrollarán los estudiantes para lograr la meta; la unidad temática que corresponde al tema de la clase o concepto de estudio; las actividades, en donde se plasman las diferentes fases, los recursos, donde se especifican los materiales que se necesitan para lograr desarrollar las dinámicas; y por último, las estrategias de evaluación que permiten verificar el logro de los objetivos. A continuación, en la tabla 1 se puede observar el plan de clase aplicado en la práctica analizada.

TABLA 1: Plan de clase colegio San Carlos

COLEGIO SAN CARLOS		Docente: Vanesa Caravillo Rosa Sáenz
Área: Educación Física y deporte	Asignatura: Educación Física	
<b>OBJETIVO GENERAL</b>		
Maneja habilidades motrices básicas, dirigidas hacia al pre deportivo en baloncesto		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>		
Realiza desplazamientos flexibles y controlados sobre superficies terrenos diversos		
Trabaja en equipo cumpliendo los objetivos de la tarea motriz propuesta		
Ejecuta desplazamientos superando obstáculos imaginarios y físicos.		
<b>GUÍA DE ACTIVIDADES A DESARROLLAR</b>		
UNIDAD TEMÁTICA		RECURSOS
Pre deportivo baloncesto	Se empezara a realizar un juego que tiene como objetivo pasar el obstáculo de la mitad que son un par de mallas que harán desplazamientos en una linea central de forma lateral, que se moverán del punto A al B, así sucesivamente hasta que quede dos ganadores.	Soga 2 arcos Zona césped
Pre deportivo baloncesto	Se ubicara un lazo a mas o menos 1,30 cm y se formaran dos equipos, donde la orden seria que cada uno el lazo por medio de la cabecera de dejar la otra cabecera en el suelo en el área del corredor entre ambas tareas, manteniendo el lazo en el suelo, esta actividad se realizará con diferentes tipos de pasos y lanzamientos al igual que diferentes alturas.	Aros Plásticos Balones de caucho
Pre deportivo baloncesto	En esta etapa se tendrán varias pruebas donde se organizarán en dos equipos generando así una competencia entre ambos, se dividirán en dos equipos de 4 personas cada uno, tendrán que simular el doble ritmo y lanza al aro, el que primero hace 8 puntos es el ganador. Luego se colocaran los plásticos en linea recta a cada uno de los equipos los cuales tienen que saltar sobre los plásticos y hacer un salto de altura, el que más altura haga el primero hace los 8 puntos. Luego los mismos plásticos se acomodaran en forma de zigzag y tendrán que realizar el recorrido paseando con ambas manos el balón de forma continua cumpliendo con la altura establecida en la etapa anterior.	Balón de caucho
Estrategia de evaluación	Aquí se realizará una actividad donde el niño realizará piroflexión con una mano (derecha), con ambas manos, alto, bajo o medio, luego se empezaran a realizar estiramientos leves, esto se evaluará en el transcurso de la clase por medio de la Heteroevaluación. Esta se dará a través de la observación del desempeño de las tareas motoras propuestas y la participación en juegos y actividades, pero también se realizará por sistema de puntos.	

Nota: ejemplo de un plan de clase, pre-deportivo de baloncesto

### El Recreo

En el contexto escolar el recreo (descanso) consiste en un tiempo programado, que le permite a los niños tener un espacio de esparcimiento, como una forma de hacer un contraste con la rigurosidad de las clases y mitigar el estrés que estas puedan generar. En este sentido, institucionalmente el recreo se “concibe como un tiempo de descanso que permite a los niños liberarse de las tareas más o menos estructuradas que se realizan dentro del aula y recuperar energías para retomar con nuevo entusiasmo y motivación las tareas escolares” (Clavijo, 2005, P. 256).

## **Tendencia deportivista**

Se entiende como tendencia deportivista aquel proceso educativo, en el área de la Educación Física que se orienta únicamente hacia las disciplinas deportivas; por consiguiente los contenidos son guiados hacia la reglamentación, las técnicas y los aspectos organizativos de un deporte específico.

## **Contextualización de la institución educativa**

El colegio San Carlos, ubicado en la ciudad de Bogotá D.C., se encuentra dirigido y auspiciado por la comunidad de Benedictinos de Tibatí; este establecimiento mantiene la tradición de ser para varones y su propuesta educativa se basa en “formar una comunidad de alumnos, profesores, padres de familia, administradores y directivos, fundada en la dignidad y libertad de cada persona y en los valores morales y religiosos del Evangelio de Jesucristo”, según se expresa en su Proyecto Educativo Institucional.

Los directivos del colegio procuran aceptar alumnos y vincular profesores teniendo en cuenta sus capacidades y esfuerzos personales, porque consideran que la presencia de personas de diversos temperamentos, estratos sociales y económicos diversos, y con experiencias previas distintas, promueve la comprensión mutua. Los programas de estudio son elaborados para “formar personas integrales con una visión de caridad y justicia cristiana y para fomentar la formación humana y humanística de ciudadanos que puedan asumir responsabilidades y a la vez ejercer un liderazgo con creatividad, diligencia y fidelidad”.

El modelo pedagógico que se puede evidenciar en la institución es tradicionalista, en lo que concierne a su estructura en los salones de clase, al rol que juega el maestro y el desempeño del estudiante; como política institucional se emplea el idioma inglés como lengua principal. Así mismo, las alternativas que tienen los niños para su formación son de alta calidad; la comunidad educativa es unida y muestra un constante respeto por

el otro, de allí que en Bogotá D.C. sea un colegio que se destaca, no solo por su excelencia académica sino por la formación en valores que imparte a sus estudiantes.

### Análisis de los factores de la práctica

Durante el año 2012 la práctica educativa se desarrolló en un contexto no convencional para una comunidad educativa, el espacio seleccionado fue el recreo, aquel momento esperado por cada uno de los estudiantes, donde el sonido de un timbre o campana brinda una libertad absoluta, donde las reglas y normas son impuestas por las dinámicas de juego, donde se descansa de esa severidad del aula de clase, donde se comparte libremente con los demás y donde se despliega en muchas ocasiones la felicidad de un niño.

Ahora bien, las prácticas que se han realizado no han sido una tarea fácil, por lo que anteriormente se anotó; en este sentido la experiencia ha sido única, permitiendo que como practicantes los saberes sean dimensionados en otro nivel; es decir, se debió desarrollar una clase no

caracterizada por tener como vértice un tema específico, si no por mediar con temáticas que le proporcionan al niño ese interés por participar en las actividades que se están realizando. Por consiguiente la clase debió establecer algunas variables, donde el plan B o alternativo, siempre debió estar presente, y donde se tuvo que motivar a los niños que no querían estar presentes en la actividades. De igual forma no se restringió la participación, por lo que los niños no estuvieron obligados a estar con un único equipo de práctica y donde las actividades debían ser siempre interesantes.

Por tanto, en este panorama y como futuros licenciados, al ser revisadas estas situaciones, se evidenció la importancia de la práctica, pues no solo se tuvo que tener en cuenta todo lo aprendido en cada semestre, sino que permitió desarrollar el ingenio, la vocación y la apreciación de si realmente el quehacer está produciendo un efecto significativo y está proporcionando esa integridad formativa de la que tanto se habla en el entorno de la educación. Así pues, lo que queda claro es que antes de hacer una práctica se

deben tener unos saberes previos muy consolidados, para afrontar cada una de las situaciones que se presentan y que en ocasiones requieren de toda la paciencia y control del practicante, para no afectar de forma negativa la actividad como docente, ni proceder contra la integridad de un estudiante.

Por otro lado el trabajo con los niños que recién ingresan al colegio es una dinámica de mucho cuidado porque durante esta etapa los infantes son, como llamaba Aristóteles, tabulas razas, mentes que hasta hace poco se están formando en un contexto escolar; son personas que se separan de la estrecha protección familiar, donde piensan de forma individual, donde la comunicación con el otro es limitada, donde las acciones didácticas diseñadas deben ser atractivas para que generen en ellos expectativas. Pero más que eso, como practicantes, el trato especial con los niños es y debe ser especial, donde se debe tener en cuenta el contexto y hacer hincapié en la propuesta educativa; donde las actividades tiene que estar pensadas para que se diviertan y donde se debe estar pendiente de cada uno de ellos, pero

a la vez manejar cierto nivel de exigencia, para no recaer en un proteccionismo nocivo.



Cabe señalar que los planes de clase están mediados por el juego, de tal forma que las actividades sean recreativas, pero en donde a la vez se trabaje la formación corporal, en las dimensiones humanas y en las habilidades. De allí que la explicación de cada una de las actividades sea clara y precisa, cuidando que el espacio no se vea como una clase, sino como en una opción de recreo, de allí la importancia de ser muy riguroso con los detalles y de buscar actividades para que el tema de clase sea llamativo y contar con una cantidad mínima de niños para desarrollar los contenidos sugeridos.

El diseño de las actividades, además, tienen que estar centradas en la idea de trabajar clases donde el fútbol no esté presente, pues el espacio de las prácticas nace de romper con esa tendencia deportivista hacia el fútbol. Queda claro que por una influencia de nuestra cultura nuestras prácticas corporales están mediadas por el jugar futbol, al punto que ciertos recursos escolares como el parque infantil se estén dejando atrás, presentándose también un rechazo social hacia algunos niños por no saberlo jugar y donde esta práctica, a la vez, está limitando otros aprendizajes propios de la edad.

### **Incidencias de la práctica**

Todo lo anterior ha permitido observar que la práctica de la Educación Física que se realizó en el colegio San Carlos, se utilizó a la recreación como medio y que como resultado ha mostrado un constante cambio en las conductas de los niños. Es evidente que a propósito de esta actividad el colegio cuenta hoy con alternativas de recreación, en donde la expectativa del día martes ha cambiado, por lo que las

actividades programadas son esperadas por los niños y profesores de curso con entusiasmo. Ello ha conducido a que la convocatoria de la hora del recreo ha crecido y en donde los retos se han transformado, ya no solo en captar la atención, sino en tener los recursos físicos necesarios para el desarrollo de las actividades planeadas.

Es posible detectar además que las habilidades físicas de los niños mejoraron notablemente, pues durante el primer semestre del año 2012 se trabajaron nociones témporo-espaciales, entendiéndose como “aquellos procesos cerebrales más complejos que los que intervienen en el control del cuerpo y se basan en todos los aspectos psicomotrices que se han estado desarrollando. Este proceso constituye con una estructuración paulatina que va desde el movimiento hasta la representación mental y la abstracción” (Díaz, 2006, P. 89).

Desde otro ángulo, las primeras clasificaciones complejas acerca de las nociones espaciales aparecen en Piaget

(1948), el cual fundamenta y expone que la adquisición del espacio se da en tres etapas. Primera, el “espacio topológico”, el cual transcurre desde el nacimiento hasta los tres años y en principio se limita al campo visual y las posibilidades motrices del niño. Al conquistar la habilidad motriz básica de la marcha el espacio se amplía, se desenvuelve en él y capta distancias y direcciones en relación con su propio cuerpo, a partir de sensaciones cinéticas, visuales y táctiles, distinguiéndose las siguientes posibilidades para el espacio topológico: vecindad, relación de cercanía entre los objetos. Separación, relación entre un grupo de objetos que se hallan dispersos. Orden, relación que guardan un grupo de objetos respecto a un sistema de referencia. Envolvimiento, relación en que un sujeto u objeto rodea a otro. Continuidad, relación en la que aparecen una sucesión constante de elementos.

La segunda etapa según Piaget es el “espacio euclíadiano”, el cual se da entre los tres y siete años, donde se va consolidando el esquema corporal favoreciendo las relaciones espaciales y

adquiriendo las nociones de tamaño: grande, pequeño, mediano; dirección: a, hasta, desde, aquí; situación: dentro, fuera, encima, debajo, y orientación: derecha, izquierda, arriba, abajo, delante, detrás. Y la tercera etapa se refiere al “espacio proyectivo o racional”, el cual se presenta transcurridos los siete primeros años de vida, en donde el espacio se concibe como un esquema general del pensamiento, fundamentándose en la representación mental de la derecha e izquierda. Se da en aquellos casos en los que existe una necesidad de situar a los objetos en relación a otros, por lo tanto se adquiere el concepto de perspectiva, en el que permaneciendo los objetos o sujetos inamovibles, respecto a un sistema de referencia, cambiará la relación entre los objetos. (Fernández, Mercado y Sánchez, 2003, P.1), es de resaltar que todas estas actividades fueron guiadas hacia este tema y que fueron organizadas siempre para realizarlas por medio del juego.

### Clase de noción Témporo-espaciales

Estas prácticas mostraron una evolución en los niños, a partir justamente

del interés por la participación en las actividades. Al inicio de estas prácticas se observó que los niños tenían debilidades en lo relativo al manejo de su cuerpo, el espacio, el trabajar con otros y una serie de factores que hacen intuir que las nociones témporo-espaciales no estaban desarrolladas suficientemente. Fue así que con el trascurso de estos trabajos las habilidades, el control y las nociones fueron mejorando significativamente, logrando para el segundo semestre del 2012 trabajar actividades pre-deportivas, para que conocieran otras prácticas diferentes al fútbol, sin perder de vista que siempre se trabajo desde el juego, donde se fomentaron primero las habilidades de correr, saltar, pasar entre otros, nociones que le permitirán desarrollar más adelante un deporte.

Claramente estas prácticas desarrollaron en los niños un aprendizaje importante, tanto para su vida diaria, como para sus espacios de recreación. Por consiguiente, es importante que se contemple la idea de trabajar la Educación Física en los primeros años del colegio, es decir, desde la primaria, no

solo porque se desarrolla la parte física y deportiva de los niños, sino que desde temprana edad se les puede hacer hincapié en los procesos del desarrollo motor, de tal manera que les permita desarrollarse en distintas dimensiones humanas, para convertirlos en seres humanos integrales.

Por esta razón y debido a la experiencia que se obtuvo en el colegio San Carlos, se hace un llamado importante para que las autoridades educativas conozcan la importancia de la Educación Física en los primeros años escolares. Es posible entonces justificar las fortalezas y grandes ventajas que esta área del saber trae para el futuro formativo y motriz de un niño, convirtiendo así a la educación primaria en una oportunidad para que no sea tan traumático ese cambio que implica el paso de la casa al colegio.

## Referencias

Constitución Política de Colombia.  
Acompañada de extractos de las sentencias de la corte constitucional. Artículos 44,52 y

67. Fundación Universitaria Jorge Tadeo Lozano Bogotá D. C. (2001). Tercer Mundo Editores pp. 72,82 y 94. Disponible en: <http://books.google.com.co>
- Clavijo G. R. (2005). Educador de educación especial de la Generalitat valenciana: Temario específico. (1<sup>a</sup> Edición). Atención, vigilancia y cuidado del educador en los periodos de recreo y comedor. España. Editorial Mad, S. L. pp. 256. Disponible en: <http://books.google.com.co>
- Díaz B. N. Fantasía en Movimiento. Juegos y Actividades para el Desarrollo Psicomotor. Organización espacio-Temporal. Limusa Noriega Editores. pp. 89 y 90. Disponible en: Disponible en: <http://books.google.com.co>
- Ministerio de Educación Nacional Doc. Nº15 Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, la Recreación y el Deporte Bogotá.
- (2010). pp. 11-15. Obtenido el 8 de octubre de 2012.
- Disponible en: <http://www.mineducacion.gov.co>
- Universidad Pedagógica Nacional. Facultad de Educación Física. Proyecto Curricular licenciatura en Educación Física PCLEF. Proyecto y estructura curricular. Obtenido el 8 de octubre de 2012.
- Disponible en: <http://www.pedagogica.edu.co/facultades/edufisica/vercontenido.php?id=514>
- Fernández C.J., Mercado D.F., y Sánchez H.M. Teoría y Práctica Psicomotora de la Orientación y Localización Espacial. Universidad de Málaga España. Revista Digital. Buenos Aires. (2003). Obtenido el 12 de octubre del 2012. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd59/espac.htm>

Colegio San Carlos. Bogotá D.C.  
Propuesta educativa. Objetivo  
educativo. Obtenido 8 de octubre

de 2012. Disponible en:  
[http://colegiosancarlos.phipages.com/colegio/propuesta\\_educativa](http://colegiosancarlos.phipages.com/colegio/propuesta_educativa).



## EL JUEGO: UNA OPCIÓN EN UN MUNDO DE POSIBILIDADES.



Ana María Carranza Martínez

Carla Marina Rincón Ruiz

Estudiantes de pregrado Licenciatura en Educación Física

Universidad Pedagógica Nacional

### Resumen

De acuerdo con las temáticas tratadas y las experiencias vividas durante el primer nivel del ciclo profundización desde las áreas propuestas por el Proyecto Curricular de la Licenciatura en Educación Física, de la Universidad Pedagógica Nacional, se presenta a continuación una sistematización realizada durante los semestres V, VI y VII. Esta sistematización se hará tomando como pretexto *el juego y la experiencia*

*corporal como herramienta educativa para el desarrollo humano.*

Acorde con las prácticas pedagógicas que se realizaron durante estos últimos semestres se ha podido observar y analizar que el empleo del juego dentro de las planeaciones ha sido una herramienta eficaz para trabajar con los estudiantes aspectos propios de la Educación Física y a su vez, factores que contribuyen con el desarrollo social: el

trabajo en grupo, la cooperación, el respeto, la tolerancia, entre otros, alcanzando así un desarrollo armónico de las dimensiones del individuo. Dado que este es un asunto que hace parte del desarrollo humano, durante los semestres V, VI y VII cursados en la Licenciatura se ha venido trabajando sobre la Educación Física como disciplina académica pedagógica y las incidencias e implicaciones que tiene en los procesos de desarrollo humano, lo que nos facilita pautas para la construcción de diferentes perspectivas que permitan o generen una conciencia crítica y reflexiva frente a las múltiples posibilidades que tiene el docente en pro de la formación integral de las personas .

Dentro de los objetivos de este trabajo de sistematización se encuentran el analizar los procesos de formación del educador físico como promotor del desarrollo humano dentro de la sociedad a través de sus herramientas educativas. En este caso, el juego es la mediación de enseñanza que utilizamos como proceso de enseñanza y que aporta en gran medida

a la construcción de un ideal de Educación Física, que involucra todos los aspectos y/o contextos para la formación integral del estudiante. A su vez, se pretende reconocer las posibilidades que tiene el educador físico, para ser un agente de mejoramiento en el desarrollo humano a través del juego y lo que este implica en la formación del Ser Humano.

Motivadas por esto nos atrevemos a proponer el siguiente interrogante: ¿Cómo el juego y la experiencia corporal contribuyen con el desarrollo social del niño?

#### **Abstract**

In accordance with the thematic ones treated and the experiences lived during the first level of the cycle deepening from the areas proposed by the Curricular Project of the Degree in Physical Education, of the National Pedagogic University, a systematizing carried out during the semesters V, VI and VII is presented next. This systematizing will be made taking like pretext the game and the corporal experience as educational tool for the human development.

Chord with the pedagogic practices that were carried out during these last semesters has been able to observe and to analyze that the employment of the game inside the plannings has been an effective tool to work with the students aspects characteristic of the Physical Education and in turn, factors that contribute with the social development: the work in group, the cooperation, the respect, the tolerance, among other, reaching this way a harmonic development of the individual's dimensions. Since this it is a matter that makes part of the human development, during the semesters V, VI and VII studied in the Degree one has come working on the Physical Education as pedagogic academic discipline and the incidences and implications that he/she has in the processes of human development, what facilitates us rules for the construction of different perspectives that you/they allow or generate a critical and reflexive conscience in front of the multiple possibilities that he/she has the educational one in pro of the integral formation of people.

Inside the objectives of this systematizing work they are analyzing the processes of the physical educator's formation as promoter of the human development inside the society through their educational tools. In this case, the game is the teaching mediation that we use like teaching process and that it contributes in great measure to the construction of an ideal of Physical Education that involves all the aspects and/or contexts for the student's integral formation. In turn, it is sought to recognize the possibilities that he/she has the physical educator, to be an agent of improvement in the human development through the game and that that this it implies in the Human being's formation.

Motivated for this reason we dare to propose the following query: How do the game and the corporal experience contribute with the boy's social development?

#### **Palabras Claves**

Juego

Experiencia Corporal

Desarrollo Social

## El juego

Bien, para hablar de juego se hace necesario revisar algunas definiciones de diferentes autores para tener claridad frente a este tema. Por citar algunos de ellos encontramos a Huizinga (1938), quien afirma que el juego es: “*una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, al mismo tiempo, aceptadas libremente*”. Siguiendo la misma línea, Cagigal (1996), puntualiza el juego como una “*Acción libre, espontánea, desinteresada e intrascendente que se efectúa en una limitación temporal y espacial de la vida habitual, conforme a determinadas reglas, establecidas o improvisadas y cuyo elemento informativo es la tensión*”.

Y Froebel (), dice “*el más puro y espiritual producto de la infancia, el juego engendra alegría, libertad, contento, armonía, paz; del juego emanan las fuentes de todo lo bueno*”.

Retomando lo escrito por estos tres autores, se puede decir que el juego es una de las actividades que se da en todos

los seres humanos, que se ha ido transfiriendo de generación en generación y que ha estado presente en diferentes etapas de la vida del Ser Humano, pues en algún momento se ha practicado determinado juego ya sea para divertirse, para compartir con el otro o para aprender algo. Sin lugar a duda éste juega un papel importante en el desarrollo de cada individuo, pues se presenta como una herramienta útil que permite adquirir y desarrollar capacidades y habilidades intelectuales, motoras, y afectivas favoreciendo la maduración y el aprendizaje de forma agradable, y sin ningún tipo de presión. Podría pensarse que el juego es una actividad necesaria para los seres humanos teniendo suma importancia en el ámbito social, pues posibilita que el sujeto descubra y conozca la realidad que lo rodea, expresando y comunicando a los otros sus sentimientos, pensamientos y deseos.



Para que el conocimiento sea aprendido en muchas ocasiones es necesario interiorizarlo, asimilarlo, llevarlo a la práctica y evidenciarlo, con los aprendizajes que posibilita el cuerpo. El juego permite tener una conciencia corporal, en medio de “acciones espontáneas que nos proporcionan máxima sugestión y las que casi siempre nos permite reconocer las cosas y al mismo tiempo aprender de las experiencias” (Günther Rebel, pág. 23), en medio del juego el individuo actúa según sus emociones primarias, sus instintos, él se muestra tal y como es y esto permite tener una observación del individuo más certera, comprendiendo su cuerpo y sus necesidades según los

límites y dinámicas planteadas en este juego.

Desde la Educación Física, el juego como un recurso lúdico, se pueden evidenciar diferentes modalidades del mismo, encontramos juegos predeportivos que se encarga de un acercamiento práctico y táctico a un deporte específico, juegos rítmicos en los cual el movimiento está determinado por el tiempo y por un factor de ritmo, juegos de fortalecimiento en donde se tiene en cuenta favorecer el desarrollo articular y muscular, juegos sensoriales que tiene como fin desarrollar el campo sensoperceptivo, etc.

Tomar el juego como una herramienta educativa, es pensar en alternativas que permiten que se den procesos de enseñanza – aprendizaje más activos, llamativos y atractivos para el estudiante, pues siendo el juego una actividad natural que proporciona placer y satisfacción también se convierte en una ruta para que se generen diversos aprendizajes y a su vez contribuya a los procesos de desarrollo social de cada sujeto que sea

participe y que le serán útiles más adelante en diferentes situaciones de la vida cotidiana.



### De la experiencia corporal

Al hablar de las experiencias corporales que quedan en el niño, la mejor manera de hacerlo es desde los encuentros que se realizaron con los niños de transición del colegio San Carlos. Las expectativas de trabajo eran muy grandes ya que la práctica no se realizaría en un espacio de clase sino en la hora de descanso de los niños y no se tendría un grupo específico de niños, al contrario el grupo se iría conformando con los niños que vinieran motivados por las propuestas de clase.

Al inicio de las prácticas los niños se mostraban tímidos y aunque no se acercaron inmediatamente si mostraban un interés por participar en las actividades propuestas. Se inicio proponiendo clases que desarrollaran en ellos las capacidades físicas como y los patrones básicos de movimiento, esto se lograba por medio de actividades estructuradas, circuitos o tareas específicas para seguir un patrón determinado de movimiento, pero en ellos había una necesidad por el juego, pedían que jugáramos fútbol todo el tiempo, pero una de las intencionalidades del colegio al hacer la invitación de asistir como practicantes era posibilitar en los niños actividades diferentes a la práctica de “fútbol” y motivarlos en el tiempo del recreo a realizar otras actividades que generalmente no desarrollan en el espacio de la clase de educación física.

Lo anterior, condujo a ser más creativas y a proponer nuevas formas de motivar a los niños a participar de las actividades y al igual tener la posibilidad de desarrollar en ellos lo que se tenía planeado, de ahí la utilidad del juego. Los niños con el juego se muestran eufóricos,

competitivos, desarrollan tareas motrices que para el educador físico tienen una intencionalidad pero que ellos ni perciben, ya que para ellos es solo eso: un juego, donde inconscientemente están desarrollando: el trabajo en equipo, la competencia, la resolución de problemas, la asimilación de normas, la planeación y modificación del juego, en esta última se logró observar como ellos también modifican y crean nuevos juegos según sus necesidades y gustos, mediando con el otro y escuchando a sus compañeros



para llegar a un común acuerdo.

Los niños a medida que transcurre la práctica se muestran más amables, participativos, hábiles para desarrollar ciertos movimientos que al inicio de la

práctica no se evidenciaban. Las prácticas realizadas posibilitaron en los niños la comunicación, están prestos a trabajar y a colaborar y hasta se atreven a proponer actividades que quieren desarrollar. Por medio del juego se ha podido crear un vínculo con ellos en el cual aprenden y esto se da gracias a la forma como evidencian estas actividades, las vivencias de los momentos jugados se determinan en este periodo de su vida, las vivencias posibilitan una huella importante que permanece en el individuo, teniendo en cuenta que cada cosa que se hace forma parte de sus vidas. La idea es hacer que esas vivencias tengan un significado importante para la vida y que esto posibilite reflexiones que dejen aprendizajes.

Finalmente el juego nos sirve para múltiples funciones en el campo de la Educación Física y “tiene como valor agregado que el niño lo hace espontáneamente, que no necesita ningún aprendizaje previo pero que contribuye a alcanzarlo, y por último es una actividad placentera.”(Méndez A. y Méndez C.). Lo importante de esta herramienta es la

intencionalidad del docente, el fin que determina para ese juego y la capacidad de explotar al máximo todo su potencial, llevándolo a el nivel que requiere ya que no se puede quedar solo en el juego por jugar, sino que a partir de el se puedan generar vivencias en el estudiante que fortalezcan su desarrollo humano, físico e intelectual.



## Referencias

López. F. (2003). Educación Física desde una perspectiva interdisciplinaria.

Claves para la innovación educativa. Caracas, Venezuela. Editorial Laboratorio educativo.

Günther. R. (2004). El lenguaje corporal. Editorial Edaf.S.A.

Méndez. J. (2004). Los juegos en el currículo de la Educación Física. Editorial Paidotribo.

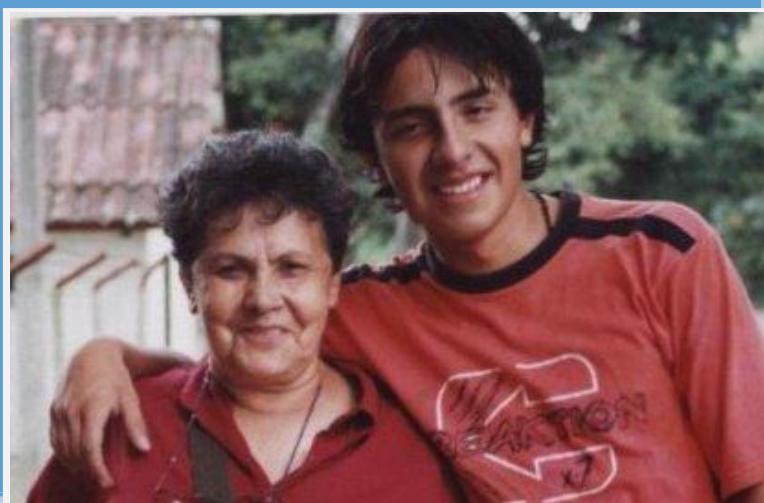
<http://vinculado.org/articulos/historiayevoluciondeljuego.html>: Historia y evolución del juego. Autor: Revista vinculado. 20/07/2009

<http://es.wikipedia.org/wiki/Juego>

<http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=117704>

## JUEGOS DE COOPERACIÓN.

### MEDIO DE DESARROLLO DEL POTENCIAL HUMANO EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA.



Sebastián Pulido Carvajal

Cesar Augusto Del rio Gómez

Estudiantes de pregrado de Licenciatura en Educación física

Universidad Pedagógica Nacional

#### Resumen

El artículo presentado a continuación es una construcción literaria en torno a la sistematización que se realiza como resultado del proceso educativo entre el 5 y 7 semestre del programa de pregrado de Licenciatura en Educación física en la Universidad Pedagógica Nacional.

El desarrollo del potencial humano es una meta que se plantea desde todas las áreas que son pertenecientes a la educación. En la educación física, los procesos que se definen para llegar a esta meta, son tema de estudio constante; por lo que en el siguiente oficio se dejan ver aspectos puntuales de los juegos de cooperación como medio de desarrollo del potencial humano en las clases de educación física.

Las experiencias como estudiantes de séptimo semestre en diferentes ámbitos y contextos así como la revisión bibliográfica elegida son las bases que permiten el desarrollo de este texto, que tiene como objetivo presentar los aspectos fundamentales que hacen de los juegos de cooperación un medio para desarrollar el potencial humano.

### Abstract

The article presented below is a literary construction around the systematization is performed as a result of the educational process between the 5th and 7th semester of the undergraduate program of Bachelor of Physical Education in the National Pedagogical University.

The development of human potential is a goal that arises from all areas that are outside the education. In physical education, defined processes to reach this goal, are the subject of ongoing study, so in the next office will reveal specific aspects of cooperative games as a means of developing human potential in classes physical education.

Experiences like seventh semester students in different settings and contexts as well as the literature review are chosen bases that allow the development of this text, which aims to present the fundamentals that make the games a means of developing cooperation on human potential.

### Palabras claves

Juegos de cooperación

Potencial humano

Educación física

Sociomotricidad

Alternativa pedagógica

### Keywords

Cooperative games

Human potential

Physical education

Sociomotricidad

Educational alternative

## Juegos de cooperación.

### Medio de desarrollo del potencial humano en las clases de educación física.

*“No existe una mejor prueba del progreso de una civilización que la del progreso de la cooperación”*

John Stuart Mill

El ser humano es capaz de planear y evaluar lo que quiere de su futuro en cuanto es capaz de reflexionar acerca de lo que ha hecho en su pasado y lo que realiza en su devenir. Es por esto que se plantea infinitas cuestiones sobre lo que es conveniente para su bienestar y el de la sociedad en la que se encuentra, teniendo responsabilidad de ser coherente con sus acciones y deseos para buscar en términos claros el desarrollo del potencial humano.

Los cuestionamientos que hace el hombre frente al desarrollo de su potencial son también objeto de las ciencias que este construye; éstas relacionan sus conocimientos e investigaciones para generar posibles

caminos convenientes en cuanto este desarrollo.

Por esta razón la educación también se plantea esta cuestión e intenta generar acciones que aporten sustancialmente a la creación de sistemas educativos en miras de una formación integral del hombre, pretendiendo por supuesto, en una visión más amplia el desarrollo del potencial de éste.

Dentro de este marco, la educación física también se ha referido al desarrollo del potencial humano, intentando dar explicaciones en términos de modelos y programas educativos desde las diferentes tendencias que ésta ha tenido. Si se observa la tendencia deportivista de la educación física, se puede apreciar que en las acciones que se planteaban para las clases de educación física había un claro objetivo de potenciar el cuerpo humano a través del desarrollo de las capacidades físicas. En aquel entonces, la concepción de desarrollo dentro de la educación física estaba mediada por la capacidad de llevar hasta el perfeccionamiento las técnicas deportivas, pues estas eran evidencia de

evolución en los valores deportivos y por tanto evolución de dichas características al menos en su área física. Este trabajo sobre las bases del deporte estuvo relacionado directamente con la inclusión de un sistema empresarial en la escuela, con lo que la educación física y todos los espacios educativos eran análogos a espacios de capacitación para el trabajo, donde la instrucción y no la enseñanza era el objeto de la educación.

Aunque estas particularidades de la tendencia deportivista han ido configurándose por otros objetivos y contextos, muestran la preocupación que ha tenido la educación física desde sus albores por hacer aportes importantes al desarrollo humano y su potencial. Por supuesto que es valioso aclarar que también las demás tendencias de la educación física han pretendido un ideal de desarrollo y una construcción de hombre desde la educación muy particular, dependiendo del área o disciplina sobre la cual sustentara sus procederes como en la psicomotricidad se realizó desde la psicología y la rehabilitación, en respuesta y

contraposición a la que estaba ocurriendo en la tendencia deportivista, restableciendo el valor de la práctica motriz dentro de la educación integral del sujeto dejando en un segundo plano la sistematización y estandarización que preveía el deporte.

Desde la sociomotricidad y todo el discurso planteado por Pierre Parlebas, es esencialmente desde donde se plantea de manera clara y contundente la valía de las prácticas motrices conjuntas para el desarrollo completo (dominio cognitivo, afectivo, psicomotor) del estudiante. La tesis del desarrollo humano a partir del otro, de la construcción cultural, que tiene su génesis en Vigotsky, se configura en la educación física con la sociomotricidad.

Actualmente el desarrollo del potencial humano es una de las metas primordiales tanto de las instituciones de educación en todos sus niveles y ámbitos, como personalmente de los maestros de educación física. Respecto a esto indican Campo, Rafael y Restrepo, Mariluz (1999) “*importante insistir que la formación es responsabilidad de todos y*

*cada uno de los seres humanos, que cada persona es agente de su propia formación, y que el papel de la educación es posibilitarla y propiciarla de manera intencionada y sistemática.”.*

Es por lo anterior que se ve la necesidad de reflexionar acerca de los caminos y alternativas para que la educación física realice un aporte frente al tema del desarrollo humano. Los juegos cooperativos son en consideración una alternativa generosa en cuanto metas, objetivos, dinámicas, componentes, variaciones y roles de los estudiantes respecto del desarrollo del potencial humano.

Para establecer las razones por las cuales los juegos de orden cooperativo contribuyen en gran importancia al desarrollo en mención se hace necesario hacer revisión del *¿Qué? ¿Cómo? y ¿para qué?*, de éstos pretendiendo apoyar y argumentar la relevancia de implementar las actividades jugadas cooperativas dentro del espacio de educación física.

### **Juegos cooperativos**

El juego cooperativo es una actividad lúdica dirigida, dependiendo del caso particular por maestros o estudiantes, en las que los participantes (jugadores) trabajan juntos para lograr el fin último del juego, ajustando además sus acciones ante las posibles reglas y normas planteadas dentro del mismo, Giménez, Antonio (2003, 26) cita a Orlick (1990) para definir los juegos cooperativos, “*como aquellos que se centran en el juego con otros , mas que contra otros, y en la superación de desafíos, mas que en la superación de rivales.*”.

Esta definición que hace Orlick muestra algo fundamental; la distinción entre el objetivo de los juegos cooperativos y las demás formas de juego. El hecho de prescindir de la competencia en cuanto superar los rivales genera una participación en ausencia de enemigos, opositores y por lo tanto una participación placentera, des complicada y mas amable.

Ruiz Omeñaca (2008) también se refiere a los juegos cooperativos con el término de, *juegos motores cooperativos*,

delimitando aun más el juego a una actividad en cuanto movimiento, en su postura Omeñaca determina que los juegos son manifestaciones de actividades ludomotrices, que pretenden un placer, una elección y ajustes de movimiento.

Fraile y Churruca (2006) determinan el juego cooperativo como una construcción que realiza el educador en el ámbito de la enseñanza, planteando objetivos encaminados a la búsqueda de valores, en la mayoría de los casos solidaridad, cooperación, libertad, capacidad crítica grupal y paz.

Parece perfectamente clara y evidente la relación entre los juegos y la necesidad de construir valores a partir de ellos. Tanto Orlick (1990) como Omeñaca (2008) realizan una definición muy clara de las actividades cooperativas, por lo que se toman estos dos referentes para explicar el juego como alternativa educativa fundamentalmente. Tras esta situación, en la que se define el *¿Qué?*, se expone el *¿Cómo?*, que son las características que hacen y constituyen el juego y su desarrollo.

El planteamiento del significado y las características de los juegos cooperativos son importantes en cuanto se hace necesario marcar un camino teórico de las prácticas que se manejan y proponen como en este caso en la Educación Física, cabe aclarar sin embargo, que esta búsqueda de fundamentos respecto de las prácticas no ésta en concordancia con el afán en el que se encuentra la educación física actualmente de alcanzar un rango dentro de el círculo de la alta academia.

Las características que hacen diferente este tipo de juego son los roles que toman los jugadores dentro de éste, pues al haber un solo objetivo para todos, las dinámicas tanto entre jugadores como entre éstos y el contexto son especiales. Además los objetivos que plantea el maestro con estas actividades ambicionan desarrollos aparte del psicomotor, como desarrollo socio afectivo, desarrollo cognitivo, desarrollo de la comunicación y desarrollo de las habilidades sociales. La búsqueda de estrategias ante situaciones particulares mediante el diálogo, la concertación, la mediación y la socialización es también una de las características que hacen del

juego cooperativo algo particular, que en definitiva, y apoyándose en las anteriores cualidades descritas es diferente de otras clases de juegos por su aporte al desarrollo del potencial humano gracias a la posibilidad de experiencia que da a los estudiantes de encontrarse con situaciones motrices en las que el “otro” es fundamental e igualmente importante para lograr con éxito objetivos propuestos dentro de la actividad; objetivos que son análogos a situaciones dentro de la vida cotidiana.

En general los juegos cooperativos son incluyentes de todos las personas dentro del espacio en el que se estén desarrollando, particularmente en las clases de educación física dan la posibilidad que todos los estudiantes sean partícipes del desarrollo del juego teniendo roles distintos.

Este punto se puede destacar observando un ejemplo sencillo de juego de cooperación. “El globo en el aire” es un juego que tiene como objetivo no dejar caer al suelo un globo lleno agua mientras es lanzado al aire en repetidas ocasiones

(objetivo final), los participantes deben buscar alternativas para no dejarlo caer (roles y dinámicas), las únicas reglas es que todos los participantes deben ser parte de la solución ante el desafío (inclusión).

Ruiz Omeñaca (2008) plantea, ante el juego cooperativo tres características que son importantes para enlazar la construcción de valores que se generan en la práctica de estos y el desarrollo humano. Es fuente de alegría, de júbilo, de placer. Se percibe como libremente elegida .Implica participación activa (pag.98)

Es interesante examinar que existe una variante constante tanto en los significados como en las características mencionadas anteriormente. La elección de jugar por placer es una constante que fundamenta los espacios de juego cooperativo; como espacios en los que se crea a partir de la construcción placentera junto a otros y no en contra de otros, suprimiendo así en términos generales la competencia, desmantelando los factores de riesgo que conllevan esta como,

individualidad, egoísmo, irracionalidad y ruptura de canales de comunicación.

De la misma manera, se ha logrado realizar un análisis de los espacios formativos en los que el juego cooperativo ha sido el protagonista dentro del marco de los siete semestres de formación en la universidad, logrando ver de manera clara y puntual que las características planteadas corresponden directa y exclusivamente a los juegos motores de cooperación, teniendo importantes diferencias respecto de los juegos en los que existe un grado relativo de competencia.

Jugar con otro y no en contra de otro, es una premisa fundamental que es tangible dentro del juego formativo del que se es participante dentro de la universidad, es por ello que se pueden mencionar también a partir de dichas experiencias dos características importantes de los juegos de cooperación.

La primera de ellas es La *construcción de canales de comunicación* permeados por el compañerismo y no por la estrategia competitiva. Estos canales de

comunicación se refieren a la comunicación tanto verbal como no verbal que realizan los sujetos dentro del juego. Cuando se menciona *permeados por el compañerismo*, se establece que hay una condición que regula dichos canales, en este caso el compañerismo preside la comunicación respetuosa, amigable, considerada y solidaria, en contraposición por supuesto, de la estrategia competitiva que genera en la comunicación exclusión, indiferencia y violencia.

La otra característica planteada desde la experiencia en la universidad es *la inclusión activa y relevante de todos los estudiantes*. Dentro del juego, esta participación de todos es esencial para lograr que tanto grupal como individualmente los estudiantes creen los valores que sugiera el desarrollo del juego, es importante mencionar, que esta inclusión depende casi en la totalidad de los objetivos del juego y como estos pretenden igualdad relativa dentro de los roles del juego.

## **¿Que pasa cuando jugamos cooperativamente?**

Cuando se juega cooperativamente, claramente en un juego de cooperación, se generan un gran número de elementos y dinámicas que son necesarios analizar con fines de entender más disciplinalmente estas actividades lúdicas. El juego pone en evidencia dos realidades que encierran las acciones que los estudiantes y los maestros hacen, la primera de ellas es la realidad interna del sujeto y la otra es su realidad externa.



Al referirse a una realidad interna se pone en evidencia el rol que muestra el estudiante individualmente en el juego, pues aunque este sea cooperativo no se deja de plantear constantemente las posibilidades individuales del sujeto en la

actividad. El rol del estudiante en el juego es cambiante y aleatorio frente a su personalidad, carácter, cualidades de socialización y por supuesto respecto de las situaciones que se presentan. En la mayoría de los juegos no cooperativos los roles de los estudiantes son fijos, pues la dinámica de éstos así lo exige, dando relevancia a los estudiantes más aventajados. Dentro del juego cooperativo estas ventajas son momentáneas y con un objetivo distinto, pues es una realidad que algunos estudiantes poseen cualidades para algunas cosas y otros para otras, de allí, que el objetivos del juego sea que estos roles no sean con fines excluyentes, mas bien incluyentes de quienes mas adelante podrían ocupar los roles de liderazgo.

Esta realidad interna esta íntimamente relacionada con la lectura individual que tiene el estudiante del juego, de sus dinámicas y de los modos de lograr la finalidad que el cree pertinente dentro de éste. Esto sugiere una serie de procesos cognitivos que son individuales, y que se manifiestan a través del rol que toma el estudiante dentro del juego. Si el maestro

planteara una situación en la que el objetivo del juego es cargar a un compañero durante un recorrido y llevarlo hasta un punto mas arriba de la estatura de los estudiantes, os procesos cognitivos de los estudiantes serán distintos y por lo tanto sus roles también; algunos harán una lectura desde el análisis del grupo: se plantearan quien es el mas liviano, quienes son los mas fuertes y altos; por otro lado algunos harán la lectura desde la comunicación tanto verbal como motriz: quien generara las ideas, de que manera se debe participar, cuales son los canales de comunicación mas efectivos, como también otros leerán del juego que su rol será afiliarse a la propuesta de los demás.

La realidad interna puesta en evidencia también se desprende del maestro. Desde que el maestro decide trabajar sobre el juego cooperativo pone en evidencia su lectura de las necesidades de los estudiantes, esta lectura muestra cuales son las intenciones del maestro, cual es su sentir frente al educar y por supuesto cual es la concepción de desarrollo humano que desea lograr. Claramente si se tiene en cuenta lo dicho, es necesario para

algunos maestros que decidan optar por la alternativa de los juegos cooperativos como medio para el desarrollo del potencial humano generar un cambio de su realidad interna, replanteando los objetivos de su que hacer y los modos por los cuales llega a hacerlo.

Desde la realidad externa se plantean todos los elementos que formalmente la sociomotricidad nos sugiere, especialmente lo íntimamente relacionada con los elementos de la comunicación. Es una verdad que desde que Vigostky lo planteaba se hace material en la dinámica de los juegos, el ser humano esta sujeto al otro con fin de su desarrollo. Esta necesidad y presencia del otro en el juego es lo que presenta la realidad externa del estudiante, todo su accionar respecto dela afectación positiva o negativa que puede tener este sobre su compañero y su entorno. El juego cooperativo brinda la posibilidad de proponer entornos de diversión, cambiando las dinámicas competitivas por otras más humanizantes y sugerentes de entender la realidad del otro como nuestra, y así lograr en principio que la clase de educación física

sea un espacio de construcción, comunicación, creación y humanización.

### **Juegos cooperativos en el plan de la educación física**

La educación formal se estructura a través de los procesos de planeación, organización, clasificación y elección de proyectos educativos institucionales, PEI, que en síntesis, son la base sobre la cual los maestros de los colegios particularmente construyen sus planeaciones de clase y por supuesto sobre la cual guían y encaminan sus acciones educativas.

Estos proyectos, aunque son un componente importante para el desarrollo de los procesos educativos en la educación formal, son también, elementos limitantes de algunas otras posibilidades educativas (estrategias, metodologías, objetivos, espacios, recursos, horas de clase) que corresponden a satisfacer necesidades que se presentan en la población estudiantil de manera imprevista y aleatoria.

Parte del proceso humanizador y por lo tanto de la tarea de potenciar el desarrollo humano consiste precisamente en ello, establecer las prioridades reales de los estudiantes teniendo especial énfasis en cuales son sus necesidades y como desde la educación física se puede aportar a esto.

Al realizar prácticas en el Colegio INEM Santiago Pérez de Bogotá; colegio oficial con gran cobertura, durante la clase de educación física con los grados de 1 y 2 año, con estudiantes entre los 7 y 8 años, se presentaban claramente ante las actividades propuestas, problemas como elementos generadores de violencia entre estudiantes, exclusión de género y erróneo sentido de competencia, lo que lo hace inadecuado para la participación y disfrute de todo los participantes

El plan de estudios para dichos cursos no contemplaba ninguna alternativa para afrontar dichas problemáticas que son en gran medida taras que impiden el desarrollo propicio de componentes específicos e imprescindibles del desarrollo humano, la solidaridad, el

respeto, la tolerancia y la sana competencia.



Dada esta situación, se generaron dinámicas distintas a lo contemplado en el plan de estudios, poniendo en escena los juegos cooperativos como un camino distinto, una alternativa. Llevando a los estudiantes actividades jugadas en las que se prescinda de un adversario y así tener la posibilidad de tener la experiencia de gozar con plenitud un espacio junto con sus compañeros y no contra sus compañeros.

Esta práctica permitió ubicar y consolidar las posibilidades reales-prácticas del juego cooperativo dentro del

marco de la educación formal en la básica primaria.

De manera que, bajo la cobertura de una experiencia teórica y práctica en buena medida exitosa, es posible sugerir con claridad y firmeza que es necesario generar cambios dentro de los planes de la educación física a partir de estos juegos.

¿Por qué exitosa? dado el contexto, anteriormente descrito, bajo el cual se encontraba dicha práctica y luego de la experiencia con los juegos, fueron observables las mejoras en cuanto a relaciones de los alumnos (convivencia, respeto, tolerancia), solución de conflictos (mejoras en la comunicación) y desarrollo motor (capacidades coordinativas y físicas). Los avances alcanzados en estos rubros son indudablemente muestra del potencial primordialmente social y por lo tanto humano al que se accede bajo la inclusión, planeación, planteamiento, socialización, y práctica de los juegos cooperativos en la clase de educación física desde el ámbito escolar formal.

Las prácticas docentes en el Colegio Francisco Antonio Zea, en la localidad de Usme, en la básica primaria, mostraron un panorama y un contexto diferente al anterior enunciado. Las necesidades en esta institución y particularmente en el curso de estudiantes evidenciadas, desde la observación realizada de las prácticas, su planeación y evaluación, eran, hacer de la clase de educación física un espacio más ameno, placentero, donde el docente generara actividades jugadas en las que los estudiantes liberaran su energía innata por su edad.



¿Fue posible la práctica de juegos cooperativos en este contexto? La implementación del juego fue fundamental para el desarrollo de dichas

prácticas, aunque, como fue mencionado, el ímpetu de los niños generó una modificación de la metodología planeada, llevando a replantear algunas cosas. Se hizo necesaria la presencia de un contendor, específicamente juegos de un equipo en contra de otro, donde la cooperación es dada dentro de cada equipo, lo cual permitió ver que estos juegos también son modificables y ajustables. El hecho de tener un rival genera algunas dinámicas que no se habían apreciado anteriormente, como la necesidad de formar a los estudiantes en la sana competencia y el juego como elemento placentero.

Toda esta visión de la implementación del juego cooperativo dentro de la escuela, permitió ratificar y consolidar puntos de argumentación tanto práctica como teórica para proponerlos como una alternativa real para el desarrollo del potencial humano. Estos puntos son: 1. Trabajar en equipo permite que los sujetos con menos habilidades sociables se integren de manera especial en las tareas a realizar. 2. Cuando se juega, especialmente cuando los niños juegan,

las dinámicas allí presentes, son reproducidas en su realidad en el momento de enfrentarse a situaciones que requieran una solución ética-moral-socialmente correcta. 3. La clase de educación física es un espacio de socialización y encuentro de personalidades, caracteres, comportamientos, que reflejan la realidad del sujeto a través de su expresión corporal; a través del juego “solidario” cooperativo se puede aprovechar la condición particular del estudiante en la asignación de roles que se da permanentemente.

Las dos experiencias en el ámbito de la educación formal fueron en gran medida beneficiosas para tener claridad de las posibilidades reales del juego cooperativo en la escuela. Ciento es que, no solo dentro de la escuela existe una posibilidad aplicativa, dentro del ámbito de la educación no formal fue posible realizar un intervención.

El trabajo fue planteado con un grupo de personas adultos mayores, miembros de un proyecto ambiental-recreativo

conocido como “la huerta”; este es un espacio brindado por la Universidad Pedagógica Nacional, donde estas personas hacen aprovechamiento de su tiempo libre sembrando y realizando las actividades necesarias para el cuidado de este espacio, además, este lugar permite que estos adultos tengan la posibilidad de conocer otras personas, socializa y compartir un espacio agradable en esta etapa de su vida, en la que por diferentes circunstancias se encuentran muy solos.



Se dio la posibilidad de tener autonomía total sobre la construcción del plan de trabajo, por lo que se generó desde el principio una propuesta de juego cooperativo dentro de este ámbito. La experiencia fue totalmente exitosa, en términos de cumplimiento de los

objetivos planteados. Se pudieron evidenciar creación de lazos de cooperación y trabajo en equipo durante las prácticas, construcción de relaciones mas haya del juego (amistad) y por supuesto se logró que estas personas con características muy particulares pudieran tener un espacio donde la prioridad fuera su bienestar tanto físico como mental. Cabe mencionar que el trabajo con esta población fue bastante enriquecedor y agradable.

Es significativa la importancia que tiene el maestro para lograr hacer de estos juegos una alternativa dentro de la educación física que busca el potencial del desarrollo humano. Es por esto, que es menester de los maestros que buscan de sus espacios educativos un medio para trascender en el potencial humano de sus estudiantes, construir los procesos educativos partiendo de bases que contribuyan a ello, y no que desvíen la formación integral del sujeto. Estas bases deben responder a una evolución constante de los sujetos desde tres dominios, el afectivo, el cognitivo y el psicomotor.

### **Hacia una propuesta para la incursión de los juegos cooperativos en la escuela**

Es significativa la importancia de tener realizada una propuesta de incursión de los juegos cooperativos en la escuela, pues de esta manera se concluiría de manera real y práctica este oficio, aportando a que la educación física se en cada próximo paso un medio de ineludible importancia en el desarrollo del potencial humano. Para ello se plantea una propuesta desde cuatro pasos, sin pretender que estos abarque lo amplio y grande de la clase de educación física. Por lo tanto ésta, esta sujeta a cambios y adaptaciones de quien desee tomarla como referente para si.

**Lectura de las necesidades reales de los estudiantes.** Este paso en consideración es lo que hace que la relación entre lo que se enseña y lo que se aprende sea algo realmente significativo. Es necesario que lo que se plantea en el juego cooperativo corresponda con las necesidades de los estudiantes, haciendo especial énfasis en el análisis que haga el maestro de las problemáticas del grupo de estudiantes. Este análisis que hace el maestro debe

tener en cuenta: contexto socioeconómico de los estudiantes, filiación cultural, relaciones con los docentes y compañeros. Este estudio se hace con la finalidad de acercar al maestro con la realidad de los estudiantes, estableciendo sobre que hará su intervención y de que manera el juego cooperativo aportara al desarrollo del estudiante. Si se realiza este ejercicio se vera, que el planteamiento de los objetivos corresponderá mas claramente a lo que los estudiante necesitan y lo que el maestro quiere aportar.

**Planteamiento de objetivos con énfasis en el desarrollo de la cooperación, la solidaridad, el respeto y tolerancia.** Cuando se planteen los objetivos para el desarrollo de la clase de educación privilegiando la incursión de los juegos cooperativos, éstos valores deben marcar el camino de lo que se espera que realicen los estudiantes tanto individual como grupalmente. Es también pertinente consultar, analizar y concertar con los estudiantes de que manera podrá alcanzarse esta meta, que se debe lograr y como se hará; de esta manera, los

objetivos corresponderán al desarrollo de los juegos cooperativos en la escuela como proceso humanizador construido de manera conjunta entre estudiantes y maestro, afianzando el trabajo en equipo, la creatividad y las relaciones personales.

**Trabajar sobre los juegos cooperativos en la clase de educación física desde lo que el maestro propone y los estudiantes crean.** Como es lógico, se deben generar juegos cooperativos dentro de clase respecto de los objetivos que se quieran lograr, yendo desde mejorar las relaciones entre compañeros hasta el mejoramiento de las capacidades coordinativas haciendo énfasis en la coordinación óculo-manual. Se debe generar una dinámica en la que los estudiantes luego de tener experiencia con los juegos propuestos por el maestro creen sus propios juegos cooperativos, tienen en cuneta como estos se vinculan con el desarrollo de su ser y el de sus compañeros. Luego habrá espacio para socializar lo hecho, revisando y evaluando cual fue el avance que se realizó frente a los puntos base de trabajo,

analizados desde las necesidades de los estudiantes.

**Socializar las experiencias con el juego cooperativo mediante un trabajo de índole social.** Es fundamental para finalizar momentáneamente el trabajo hecho, concertar con los estudiantes una actividad en la que tanto ellos como el maestro realicen un trabajo de índole social dentro de su colegio, su comunidad, su barrio, o con alguna población especial como los adultos mayores, refugios, poblaciones en condición de desplazamiento forzoso o comunidades con extrema pobreza, con el fin de afianzar todos los valores enunciados y propuestos en el anterior punto. Luego de hecha esta actividad, los estudiantes socializaran a través de un medio que ellos elijan (taller, escrito, actividad lúdica, obra teatral, etc) sus experiencias. La evaluación del maestro corresponderá a lo observado durante todo este proceso teniendo en cuenta como factor de éxito los cambios del grupo respecto de las problemáticas presentes inicialmente.



### El reto de la educación física sigue...

Naturalmente, la educación física posee muchas alternativas para el desarrollo del potencial humano por ello el reto para quienes son maestros sigue. Este mirada y propuesta de los juegos cooperativos es una invitación también, a que los maestros conscientes de la necesidad de una educación más humanizante generen, creen, piensen y se atrevan a romper con los paradigmas y aporten a construir una clase de educación física en un momento de enseñanza y aprendizaje placentero, amable, consciente de la sociedad, donde las metas y los objetivos trasciendan el movimiento y sus posibilidades, para convertirlo en una sociomotricidad que

eduque sujetos libres, críticos y solidarios.

## Referencias

- Giménez Méndez, Antonio. (2003). “*Nuevas propuestas lúdicas para el desarrollo curricular de educación física*”. Editorial Paidotribo.
- Ruiz Omeñaca, Jesús Vicente. (2008). “*El juego motor cooperativo ¿Un buen contexto para la enseñanza?... Cuando la educación física nos hace mas humanos*”. Revista Educación física y deporte. Universidad de Antioquia.
- Campo R. y Restrepo M, (1999). “*Formación integral. Modalidad de educación posibilitadora de lo humano*”. Universidad Javeriana.
- Fraile, Jaione y Churruca Ana. (2006). “*Solidaridad y cooperación en la escuela secundaria obligatoria, educación formal y no formal*”. V congreso internacional de actividades físicas y cooperativas
- Devís Devís, José. (1996). “*Educación física, deporte y currículum*”. Editorial aprendizaje visor.
- Savater, Fernando. (1993). *El valor de educar*. Editorial Ariel.
- P.J, Arnold. (1988). *Educación física, movimiento y currículum*. Ediciones Morata, S. L.
- Corbella Ruiz, Marta. (2003). “*Educación moral: aprender a ser, aprender a convivir*”. Editorial Ariel, S.A.
- María Prat Grau, Susanna Soler Prat. (2003). “*Actitudes, valores y normas en la educación física y el deporte. Reflexiones y propuestas didácticas*”. INDE publicaciones.
- Parlebas, Pierre. “*Problemas teóricos y crisis actual en la Educación Física*” En: Lecturas de Educación Física y Deportes. Año 2, N° 7. Octubre 1997. Buenos Aires.

# MOTIVACIÓN ESCOLAR PARA EL DESARROLLO HUMANO



Ana María Guidet Moreno

Natalia Sánchez Vanegas

Estudiantes de pregrado licenciatura en Educación física

Universidad Pedagógica Nacional

## Resumen

El sedentarismo ha ido surgiendo de un sin números de factores en los que el hombre está inmerso, convirtiéndose cada vez más en un factor determinante en la calidad de vida del ser humano y dando paso a un aumento de las enfermedades cardiovasculares relacionadas directamente con el sedentarismo y la falta de actividad física de la población Bogotana. Entidades como la Secretaría de Salud Distrital, el

Ministerio de Salud y Protección Social, el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar y entidades educativas como la Universidad del Rosario, la Universidad Libre quienes se han preocupado por hacer algunos estudios para obtener datos reales.

Es a partir del sedentarismo en la población estudiantil que nos cuestionamos ¿si este era una consecuencia de la falta de motivación escolar?, sabiendo que este es un término

muy extenso en cuanto a teorías y significados se dará el sentido en cuanto al desarrollo óptimo de la clase. "...dentro del ámbito académico se encuentran las percepciones que el sujeto tiene de sí mismo y de las tareas que va a realizar, las actitudes, intereses, expectativas, y las diferentes representaciones mentales que él va generando sobre el tipo de metas que pretende alcanzar dentro del contexto educativo." (García F. y Doménech F. Motivación, aprendizaje y rendimiento escolar). Refiriéndonos a estos aspectos que el profesor realiza dentro de la clase la motivación escolar estaría implicada en la falta de interés del estudiante en realizar actividad física dentro y fuera de la escuela.

### **Palabras clave**

Sedentarismo, motivación escolar

Educación Física

Actividad física

Enfermedades cardio vasculares

Entidades de salud.

### **Abstract**

Physical inactivity has emerged from a number of factors on which man is immersed in his daily life, becoming increasingly a determining factor in the quality of human life and giving way to an increase in mortality in as cardiovascular diseases and illnesses directly related to a sedentary lifestyle and lack of physical activity in Bogotana population. Entities such as the District Health Department, the Ministry of Health and Social Protection, the Colombian Family Welfare Institute and educational institutions like the University of Rosario, the Free University who have done some studies concerned with real data of a sedentary lifestyle and lack of the physical activity on the part of the student population, watching educational settings where the man is an active and participatory placing their biggest concern in educational institutions.

It's the problem of inactivity in the student population that we wonder if this is a consequence of the lack of school

motivation, knowing that this concept is very extensive, it will give the sense approaching it to the optimal development of the class. "... Within academia are perceptions that the subject has of itself and the tasks to be performed, attitudes, interests, expectations, and different mental representations that it is generating the kind of goals to be achieved within the educational context. "Referring to these aspects that the teacher performs in the classroom school the motivation would be involved in the lack of student interest in physical activity inside and outside school.

### **Keywords**

Sedentary school motivation

Physical education

Physical activity

Cardiovascular disease

Health institutions.

El sedentarismo se ha convertido a lo largo de los años en un problema social que muy difícilmente se ha podido

disminuir, en consecuencia con la falta de actividad física y la falta de gasto energético por medio del ejercicio, las personas han desarrollado una vida con hábitos no saludables que ha contribuido a que los niveles del sedentarismo se incrementen. Según la Secretaría de Protección Social el sedentarismo no solo ha desmejorado la salud, sino que también hace presencia en los índices de mortalidad. "De las muertes atribuibles a inactividad física, 2.6 millones se encuentran en los países de bajos y medianos ingresos. Se estima que la inactividad física es la causa principal de aproximadamente 25% de los cánceres de mama y de colon, 27% de la diabetes, y aproximadamente un 30% de las cardiopatías isquémicas. Los riesgos de salud asociados a la falta de actividad física son: muerte prematura, enfermedad cardiaca, obesidad físicamente y salud al colegio son aquellas propuestas que han ido concientizando a las comunidades de las consecuencias del sedentarismo, así mismo han ido generando transformaciones en los hábitos no saludables de los ciudadanos. (Secretaría

de Protección Social). En cuanto a salud al colegio es un programa interinstitucional que es coordinado por la Alcaldía Mayor sumando los recursos y funciones de las secretarías de Educación y Salud con el propósito de garantizar una mejor calidad de vida a niños y jóvenes de la ciudad. Cuando vemos estas campañas, vemos también que evidentemente hay un problema que se presenta desde la escuela en los jóvenes más que en la niñez. De ser así, podríamos arriesgarnos a decir que la mala concepción del aprovechamiento del tiempo libre es un factor que influye directamente en el sedentarismo, las prácticas como ver televisión, utilizar el computador, jugar en el play station por más de dos horas, tener malos hábitos alimenticios es como la mayoría de los estudiantes aprovechan su tiempo libre, es decir pareciera que las clases de educación física que se dictan y reciben en el colegio no logran verdaderos aprendizajes, pues la clase de educación física no debería de ser solo para la obtención de una nota y evitar así el perder la materia, sino que deberían

convertirse en verdaderos aprendizajes para la vida.

En la encuesta más reciente del aprovechamiento del tiempo libre según el DANE realizada en el 2008, se ha podido verificar que los niños de 5 a 11 años están teniendo una formación cultural en casa de un aprovechamiento óptimo del tiempo libre. Arroja datos de total de horas, personas y promedio de horas invertidas de lunes a viernes por sexo según actividad en el 2008. Como se puede ver en la estadística la práctica que más realizan los niños menores de 11 años son las deportivas, recreativas y físicas tal vez se ve la incidencia por el empeño de los padres de inscribir a sus hijos a una práctica libre que genere mayor gasto de energía por la hiperactividad. En cuanto a la comparación de niños mayores de 12 años enmarcando juntamente a los jóvenes se observa como el aprovechamiento del tiempo libre pasa de prácticas recreo-deportivas y físicas a prácticas en quietud. (Visto de la página del DANE, encuesta de consumo cultural, tiempo libre.)

Los interrogantes que surgen al abordar estas estadísticas son extensos y tal vez un poco confusos ya que es preocupante que la calidad de vida de las personas cada vez más este en declive.

Siendo después de los 11 años que se adquiere la cultura de hábitos en quietud y viéndose afectada por factores que irrumpen nuestro diario vivir, pero quizás el mayor interrogante no sea qué consecuencias deja el sedentarismo si no las personas encargadas de mejorar esa calidad de vida actuando desde ámbitos como salud, educación, cultura y lo social. Es de este modo que se da inicio a un estudio a partir de una de las áreas que aborda el cuerpo humano desde su área social, corporal, afectiva, emocional, que estudia, analiza y desarrolla las habilidades motorices enfocadas a la educación, a la propia concepción de sí mismo y de su cuerpo, desde luego se hace referencia a la Educación Física desde sus diferentes campos de acción, la Educación Física es comprendida como una importante disciplina para conocer aquellas actitudes y aptitudes que contribuyen con el desarrollo cognitivo,

social, afectivo y cultural; sabiendo que cumple una labor fundamental en el ser humano y que da la posibilidad de dar solución a las diferentes problemáticas por medio de la expresión del cuerpo.

Enfocándonos en la propuesta de María Prat Grau y Susanna Soler Prat, en su libro actitudes, valores y normas en la Educación Física y el deporte en el cual presentan una idea correlacional en la que la Educación Física es aquella disciplina que potencializa las actitudes, los valores y la conducta del ser humano. Se sabe que ya de por si la misma educación se centra en estos tres aspectos, pero las autoras nos invitan a ir más allá de lo simple y lo tradicional. “Y es que hablamos de constructos con grandes problemas en su delimitación conceptual y en las metodologías de análisis y de intervención operativa”. Sin embargo, la preocupación por mejorar nuestras formas de intervenir aumentan a medida que comprobamos la insuficiencia de los planteamientos tradicionales para alcanzar los objetivos educativos que una sociedad cada vez más exigente se propone.” (Prat y Soler.2003.P9)

La Educación Física no es una área que esté ajena y por fuera de las etapas del desarrollo integral del hombre, es quizás una de las áreas que más debe incidir en la construcción y formación de hábitos saludables, formación de la personalidad, calidad de vida y el cuidado del cuerpo, por ende desde este enfoque se pretende no solo resaltar la labor que la Educación Física ejerce sobre la educación del cuerpo si no resaltar la constante de los sujetos que hacen uso de la Educación Física como elemento y herramienta de desarrollo integral. “Se trata de una educación integral: una educación que sea capaz de preparar hombres autónomos desde el punto de vista moral, y respetuoso de la libertad y la dignidad del otro; he aquí el objetivo esencial” (Capelle.2005.P5). La educación para los derechos humanos hace referencia a esta finalidad de la educación, uno de los mayores enfoques y medio en los que la Educación Física debe hacer presencia es en el medio educativo en los diferentes escenarios en donde se imparten saberes perdurables y útiles, es en este tipo de contexto en

donde se busca una formación integral en la que esto se vea reflejado en los seres físicamente educados.

Es desde la Escuela en donde se debe hacer uso de la Educación Física como herramienta de desarrollo de la educación que necesita la sociedad desde nuevas propuestas de motivación en el espacio de la clase de Educación Física. Este trabajo es una de las mayores responsabilidades y compromiso hacia la población a la cual se enseña y educa, trasmitiéndole conocimientos que le permitan a los estudiantes reconocer la importancia y el valor que tiene la construcción de una vida activa, equilibrada en todas las áreas, con condiciones de salud optimas con elementos y bases que le permitan una mejor vida y un desarrollo integral desde la conducta, lo cognitivo y lo afectivo. Pero es quizás esta su mayor fortaleza y a la vez ventaja sobre las demás áreas, solo que pareciera que los docentes de Educación Física no están aprovechando estas ventajas en las aulas escolares y por ende no se ven cambios que como se evidencia en las estadísticas, los jóvenes no están aprovechando el tiempo libre, ni

están desarrollando actividades que como consecuencia generen gasto energético. Teniendo en cuenta lo anterior se podría decir que la clase de Educación Física no está cumpliendo uno de sus objetivos principales: *La Educación del Cuerpo*. Entonces ¿el mal aprovechamiento del tiempo libre se debe a la falta de motivación en la clase de Educación Física? Parecería que la respuesta sería que es debido a la formación que se le da en la educación formal al niño de once años en adelante que no genera las bases necesarias para crear un pensamiento de un individuo activo y saludable.

De esta reflexión nace una posible solución a la propuesta de combatir el sedentarismo y el mal aprovechamiento del tiempo libre desde la Educación Física. Entonces: lo que nosotras proponemos para la clase de Educación Física es arriesgarnos a trabajar con los estudiantes desde la parte motivacional enfocada en las actitudes y aptitudes de los estudiantes. Para nosotras es importante la motivación escolar, tomada esta como un conjunto de procesos implicados en la activación, dirección y

persistencia de la conducta. Si nos trasladamos al contexto escolar y consideramos el carácter intencional de la conducta humana, parece bastante evidente que las actitudes, percepciones, expectativas y representaciones que tenga el estudiante de sí mismo, de la tarea a realizar, y de las metas que pretende alcanzar constituyen factores de primer orden que guían y dirigen la conducta del estudiante en el ámbito académico” (García y Domenech.2002. P. 24-25).

Cuando hablamos de trabajar las clases de educación física desde la motivación, proponemos tener en cuenta como profesores, las aptitudes de los estudiantes y con base en esto, proponer actividades y trabajos en los que ellos se venan identificados y los resultados sean satisfactorios tanto para los estudiantes como para nosotros los “profesores”, es importante rescatar que en este ejercicio de prácticas que realizamos en el colegio San Carlos, con los niños de transición en el horario del descanso como por medio de las diferentes actividades realizadas se hizo evidente la importancia y el rol que tiene la Educación Física como medio de

desarrollo de las capacidades Humanas en los estudiantes haciendo uso de temáticas y conocimientos que son propios de esta disciplina, por medio de los cuales se desarrollaron practicas Estudiantiles que permitieron identificar la importancia que tiene la Educación Física como medio y herramienta de aprendizajes orientados a la prevención y formación de hábitos saludables en la Escuela, haciendo un énfasis en la motivación que el docente debe impartir al estudiantado en sus clases y en el conocimiento que este imparte en su práctica docente, es por ende que desde nuestra Experiencia como Docentes en Formación pudimos identificar algunas de las problemáticas que surgen en la Clase de Educación física, danos como resultado la realización de posibles soluciones que permitan tanto una mejoría de la Práctica Docente como un fortalecimiento al Área de la Educacion Física en el ámbito Escolar.

## Conclusiones

El sedentarismo se ha convertido en un estilo de vida en el que prima la escases de cualquier tipo de actividad física, la inculcación y practica de malos hábitos, el mal uso del tiempo libre y la falta de conocimiento sobre los medios y fuentes que promueven la Actividad física como fuente para alcanzar una vida optima y saludable, a lo largo de este articulo como lo ha evidenciado el lector se ha hecho énfasis en las consecuencias y daños que ha generado el sedentarismo en la población Escolar actual sumergiéndose este estilo de vida en la escuela y abarcando por ende el área de la Educación Física, la cual debe hacerle frente a dicha problemática y debe ser considerada como el área académica que genera las soluciones y previene el inculcación de el sedentarismo en el ámbito Escolar. La acción de la Educación Física en la escuela debe ser vista y analizada no solo como una espacio en el que se realizan actividades físicas y deportivas, sino debe fortalecerse su labor y su Rol Pedagógico y su función como espacio académico que

fomenta y busca el desarrollo de los estudiantes en su formación humana y social encaminado a dicha disciplina como una educación completa y total.

De desde este tipo de enfoque en donde se debe analizar y replantar el tipo de prácticas docentes que ejerce el licenciado de Educación Física en su espacio académico buscando no solo la trasmisión de aprendizajes propios del área, sino la búsqueda del interés y la motivación que surgen de todas aquellas actividades y conocimientos que el docente desee impartir con la finalidad de insertar en dichas prácticas un deseo , un gusto y sobre todo un interés en el apropiamiento de los conocimientos adquiridos y transmitidos, generando una constante participación en las clases de Educación Física un agrado y deseo por aprender de su corporeidad incrementando el conocimiento y el uso de su cuerpo como medio de desarrollo en donde no solo se busca dicha finalidad, si no reduciendo en un gran porcentaje el sedentarismo como estilo de vida tanto en el ámbito escolar como en los demás escenarios y en las etapas de la vida.

## Referencias

Cartilla salud al colegio de la Secretaría de Salud. (2007)

Encuesta de consumo cultural.

[http://www.dane.gov.co/index.php?option=com\\_content&view=article&id=107&Itemid=78](http://www.dane.gov.co/index.php?option=com_content&view=article&id=107&Itemid=78)

Francisco J. García Bacete y Fernando

Doménech Betoret. (1995)

Motivación, aprendizaje y motivación escolar. R.E.M.E, revista electrónica de motivación escolar. ISSN-1138-493X

Depósito legal: M-44928-1997.

Volumen 1. Universidad Jaume I de Castellón

<http://reme.uji.es/articulos/pa0001/texto.htm>

La educación integral (2005). Hermanos de las Escuelas Cristianas. Via Aurelia 476. 00165 Roma, Italia

[http://www.lasalle.org/wp-content/uploads/pdf/mel/cahier\\_mel/19cahier\\_mel\\_es.pdf](http://www.lasalle.org/wp-content/uploads/pdf/mel/cahier_mel/19cahier_mel_es.pdf)

Ministerio de Salud y Protección Social.  
Actividad Física.

[http://www.minsalud.gov.co/salud/Pagina  
s/Actividad-F%C3%ADCsica.aspx](http://www.minsalud.gov.co/salud/Pagina_s/Actividad-F%C3%ADCsica.aspx)

Revista Colombia Médica. Actividad física y sedentarismo en jóvenes universitarios de Colombia: prácticas, motivos y recursos para realizarlas. Vol. 42 N° 3, 2011 (Julio-Septiembre)

[http://www.scielo.org.co/pdf/cm/v42n3/v  
42n3a2.pdf](http://www.scielo.org.co/pdf/cm/v42n3/v42n3a2.pdf)

Una aproximación teórica al concepto de metas académicas y su relación con la motivación escolar. Psicothema, 1996. Vol. 8, n° 1, pp. 45-61. ISSN 0214 - 9915 CODEN PSOTEG

[http://156.35.33.98/reunido/index.php/PS  
T/article/view/7346/7210](http://156.35.33.98/reunido/index.php/PS_T/article/view/7346/7210)

## EDUCACIÓN FÍSICA E INTERNET ¿EL BINOMIO HACIA LA CONSTRUCCIÓN DE UN NUEVO HOMBRE?



Alex Alberto Velásquez Segura

Erick Alexander Sánchez Serrato

Estudiantes de pregrado de licenciatura en educación física

Universidad Pedagógica Nacional

### Resumen

¿Se puede pensar en un mundo sin internet en nuestros días? La vitalización del mundo ha cambiando desde la interacción con las personas hasta la búsqueda de la información. Los constantes cambios que las innovaciones producen, generan que se vaya cambiando elementos culturales, sociales, políticos y como no puede ser de otra forma, educativos. En ese sentido, los espacios donde se genera el acto educativo, los

alumnos y la relación que se da entre ellos. Es por ello, que este articulo examina, cada uno de los elementos que internet genera en los alumnos, y como genera en ellos cambios que van desde su propia forma de mostrarse en el mundo así como las relaciones que genera en sociedad. Finalmente, se desemboca en una reflexión específica dentro del área de educación física, ya que la educación física es un área que aun no esta totalmente inmersa en este tipo de educación física, ayudando, por una parte

a crear alumnos mas activos físicamente, y por otra a cambiar malos hábitos como sedentarización, adicción o aislamiento.

### **Abstract**

Is it possible imagine a world without the Internet today? The revitalization of the world has changed since the interaction with people to find the information. The constant changes that produce innovations generate elements that will be changing cultural, social, political, and as may be otherwise educational. In that sense, the spaces where educational event is generated, the students and the relationship that exists between them. Therefore, this article examines each of the elements that the internet generates in students, as generated in them changes ranging from their own way of showing the world and the relationships it has on society. Finally, we arrive at a specific reflection in the area of physical education and physical education is an area that is not yet fully immersed in this sort of physical education, helping the one hand to create more physically active students, and another to change bad habits such as sedentary, addiction and isolation.

### **Palabras claves**

Educación Física, Internet, Sedentarismo, Modernidad, Efímero, sociedad, globalización, adicción.

### **Proposición fundamental**

No se puede pensar en nuestros días en un mundo sin internet. Es innegable que su impacto hace ya muchos años, ha cambiado la historia y el devenir del hombre en sociedad. Por ello, es menester realizar, aunque de manera simple, una reflexión acerca de los elementos que dentro de la internet se dan, que dan enfoque y se muestran en nuestros días a nivel social, cultural y lógicamente, educativo. El presente artículo, desarrolla varios ejes temáticos sobre la relevancia del internet dentro de la escuela, especialmente en el ámbito de la educación física. Se analiza lo positivo, lo negativo, para desembocar en una reflexión sensata, que competa a familia, escuela y sociedad en general.

### **De red universitaria a red mundial**

Es un hecho contundente que el mundo se ha virtualizado. Las formas de configuración, interacción y comunicación de la información se

encuentran materializados dentro de lo que algunos llaman “la telaraña mundial” (el world, wide, web) erróneamente, la red, o como mundialmente, y hace ya muchos años esta establecida, la internet. Desde su aparición, y gracias al auge que ha tenido, se ha convertido en la referencia obligada como elemento tecnológico trascendente en la historia. Este auge se ha dado en gran medida, a la facilidad que proporciona internet en primera instancia a conectarse a ella: basta con un simple ordenador y una conexión para adquirir todo el “conocimiento” que este brinda. En segunda medida, la gran cantidad de información y el corto tiempo que implica su búsqueda. Lo hace una referencia accesible en cualquier momento del día y en cualquier parte del mundo.

Este pequeño preámbulo es para abordar la relevancia de la internet dentro de la sociedad en general, el impacto que ha tenido y la innegable importancia que dentro de la vida del hombre se da a nivel social, cultural, económico, político y lógicamente, educativo, llegando a crear una nueva concepción de hombre, transformando su forma de ser, actuar y vivir dentro la sociedad. ¿Y como ha

afectado el ser, el actuar y el vivir la internet dentro de las personas en la sociedad? Para lograr una mejor comprensión de este fenómeno, hay que dividir este artículo en tres partes. Como primer punto, se tratará la transformación del sujeto, de las personas como tal, con base en lo inmediato y lo efímero que resulta en muchas ocasiones los elementos que proporciona internet, es decir, el cambio en la esencia del ser que en los sujetos se da, dado el fenómeno anteriormente planteado. Como segundo aspecto, la variación que se ha dado al “espacio”, al lugar, específicamente donde se puede hablar de práctica, de relación, concretamente, el actuar. Y tras este último punto, desembocaremos en el tercer aspecto, el cual, se evaluarán los aspectos positivos y negativos que se dan en el binomio internet-educación física, para llegar a un planteamiento final que nos suscite una reflexión desde la escuela a la sociedad.



## La generación de lo efímero

*“El ser humano es el animal que nace menos hecho, totalmente inviable. En esta inviabilidad se fundamenta el hecho y la obligación educativa. Y esta menesterosidad acompaña al ser humano prácticamente hasta que acaba su periodo evolutivo”.* (Cagigal, 1981). Es claro el planteamiento que Cagigal realiza en torno a que el hombre es un ser inacabado, y que es gracias a la educación que se logra transformar en una persona con valores, conocimientos, cultura, y todos aquellos aspectos que lo vuelven un “ser social”. Este proceso, es largo y requiere de muchísimos años, ya que se basa en la relación con otros, puesto que el conocimiento y demás aspectos anteriormente nombrados se adquieren gracias a las relaciones que entablamos, ya sea individual colectivamente.



Este proceso, que se da desde la familia y se acentúa en la escuela, se ha venido perdiendo y reemplazando dadas las nuevas formas de adquisición y comunicación de la información. La relación maestro-alumno, se cambio por computadora-alumno, y aunque este aparato (la computadora) posee una gran cantidad de información, no cuenta, en la mayoría de los casos, con el control y adecuada vigilancia en torno a su procedencia. Cuando esto sucede, el estatus del maestro, como poseedor de información y transmisor de conocimientos va perdiendo valor frente al proceso educativo que debe llevar y todos los elementos como el sentido de lo humano, las relaciones con los otros, la transmisión de valores y el conocimiento en general, se diluye dada la facilidad que genera estar frente a un ordenador en el hogar o cualquier parte del planeta y no en la escuela. Lo que sucede en este caso, es que el valor de la práctica educativa se pierde, puesto que los elementos anteriormente nombrados (lo ético, lo humano, lo cognitivo) han sido reemplazados por este aparato, y dado lo vertiginoso de los cambios que en la actualidad se presentan, se vuelven

elementos efímeros y sin trascendencia para los jóvenes.

Y no es que el educador no trate de ir a la vanguardia con estos elementos de la tecnología, esto sería dudar de las capacidades de uno de los profesionales más recursivo, adaptable y creativo que existe, simplemente que lo volátil y maleable que resulta el mundo actual, lo efímero y selectivo que son las personas en torno a la información le restan importancia y valor a su quehacer, lo creen incapaz, además, lo encasillan en un puesto subvalorado en ese orden jerárquico de profesionales de la sociedad.



La procedencia de la información hace muchos años poseía gran valor dada la dificultad que en gran medida representaba adquirirla: cuando en los años 60's (específicamente en 1966) Jean LeBoulch desarrollaba en Francia el método de la Psicokinética (movimiento

para educar) basado en elementos psicomotricistas, vislumbro gran cantidad de cambios y beneficios hacia la educación física, cambios que apenas 25 años después se conocerían en Colombia. En su época fueron valorados, hoy simplemente "copiados y pegados", ya que la valoración y la posibilidad de conseguirlos en unos segundos hace que la memoria se vuelva selectiva, y la información que para unos es importante, otros la desechan o utilizan sin conocer su procedencia.

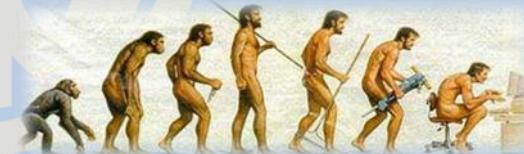
Lo efímero, en conclusión, hace referencia a como por los nuevos ritmos de la vida que se han dado a través de los años por la internet, han "degenerado" algunos de los valores fundamentales que hace muchos años eran valores de convivencia. El respeto, la vida en familia, las relaciones de convivencia, la diferenciación, el valor de la información, el sentido de lo humano, las formas de comunicación, y otras mas, se han transformado en construcciones superficiales, desplazando todos aquellos modelos que determinaron la existencia misma del hombre. Su esencia se ha debilitado.

## Una nueva concepción de espacio ¿un nuevo sujeto?

*“Estamos programados pero no determinados, estamos condicionados pero al mismo tiempo conscientes del condicionamiento, por lo que nos hacemos aptos para luchar por la libertad como proceso y no como meta”* (Freire, 1994). Programados pero no determinados, esta frase en general, es clara en cuanto a como se compone el hombre sin importar el lugar en donde nazca. Tenemos unos elementos inherentes a nosotros genéticamente, “natura” que a su vez, se van mezclando con lo que recibimos de los otros, “nurtura”, o cultura para una mejor definición. Pero este elemento particularmente se logra gracias a la educación que es lo que plantea Freire, que nos permite “*como expresión cultural, explorar las posibilidades. No somos ni únicamente lo innato ni tampoco únicamente lo adquirido*”. (1)

<sup>1</sup>Lo adquirido siempre ha tenido preponderancia frente a lo innato, pues es gracias a este que nos desarrollamos en sociedad, con los otros. Es allí donde

aparece el elemento fundamental que permite la adquisición de estos conocimientos, la escuela. El lugar donde se generaban espacios de debate, de comprensión y transmisión de conocimientos. ¿Pero, se ha empezado a cambiar la escuela como espacio de producción y evaluación de conocimientos? Es obvio decir que no, ya que es aun el lugar donde se producen las prácticas educativas, sin embargo, dado el cambio generacional y tecnológico al que asistimos en la actualidad, los espacios se han desdibujado, más no solo la escuela es parte de esto, sino en general, el concepto de espacio ha cambiado sustancialmente.



Ya que la distancia ha pasado a ser parte del pasado gracias a las posibilidades que brinda internet de intercomunicación con otras personas sin importar el lugar en donde se encuentren o la hora que se necesite, las fronteras (sean grandes o pequeñas) se rompen, y todo servicio (incluida la educación) se logra de la manera en que lo deseemos. ¿Por qué estar seis horas en un salón

<sup>1</sup> Véase Paulo Freire, cartas a quien pretende enseñar

cuando se puede pasar dos horas frente a un ordenador para recibir información o “educación”? Más aun cabe preguntarse, ¿es esto la educación que se desea para la formación de los educandos? Puede decirse que es un espacio con libertinaje, en donde se escoge lo que se quiere aprender, mas esta desbordante cantidad de información, es ocasiones se vuelve obsoleta y sin sentido a los que se desea o se debe aprender.

Wolton lo ilustra claramente, al plantear que internet es “*un espacio de libertad con relación a todas las limitaciones que vencen los medios clásicos.*” (2)<sup>2</sup> Es decir que es un espacio sin restricción, sin reglas, distinto a la escuela donde se debe cumplir una serie de códigos, estatutos y hasta leyes ya establecidos. Y continúa Wolton diciendo: “*básicamente, la red no es un medio. Se trata de un sistema formidable de transmisión y acceso a un numero incalculable de informaciones.*” (3)<sup>3</sup> Talvez esta no sea la educación que se desea para los educandos, pero es en gran medida, la que muchas personas han

elegido, pues es más sencillo, menos riguroso, mas accesible, y menos inflexible en comparación con la educación escolar que se da en la actualidad. Y además, la incalculabilidad de información de la que Wolton habla, hace que no haya restricciones, supervisiones, formando así un nuevo tipo de sujeto, que además de ser efímero y provisional en lo que desea, lo vuelve incontrolable, en la información que desea, y en las fuentes que la fundamentan.

En síntesis, el concepto de espacio se transformo y con el, la concepción de sujeto que este trae. Hablar de espacio o distancia actualmente, ha pasado a ser problema del pasado. Pero hay aun un punto más para estudiar y es el que da entrada al último tema a tratar en este artículo, este incluye a la educación física, que no pretende ser en ningún momento salvadora de este fenómeno, pero si pretende contribuir desde su valor práctico a mejorar los factores de riesgo que internet desarrolla.

<sup>2</sup> Wolton, Dominique, (2000). ¿internet, y después que? Una teoría crítica sobre los nuevos medios. Editorial portic, Cataluña.

<sup>3</sup> Wolton, Dominique, (2000). ¿internet, y después que? Una teoría crítica sobre los nuevos medios. Editorial portic, Cataluña.

## Educación física e internet

Es evidente que al hablar de educación física tenemos que referirnos a una disciplina pedagógica que basa su enfoque en la praxis, diferente a una práctica común, ya que, la praxis genera una reflexión acerca de los movimientos que dentro de ella se dan. Es el movimiento pensado, con un sentido y estructurado a favor de la consecución de unos objetivos motrices. Y esta característica, como se puede inferir, es una de las ventajas, (por llamarlo de alguna manera) que tiene la educación física frente a otras disciplinas del ámbito escolar. Es innegable que la educación física proporciona un espacio en donde el alumno desarrolla sus capacidades a través de actividades con su cuerpo, descubriendo, adaptándose, estructurando diferentes maneras de solucionar problemas que el maestro y el entorno le generan. Es el aprender haciendo.

Por ello, es conveniente mostrar algunos de los elementos que la educación física “combate”, es decir, los inconvenientes y factores de riesgo que internet puede llegar a causar, además de

los elementos que tiene también en contra, pues no es oficio de este artículo en ningún momento satanizarlos.

A FAVOR	EN CONTRA
<b>MOTIVACION</b>	SEDENTARIZACION DE LA VIDA
<b>INTERACCIÓN CONTINUA</b>	DISPERSION
<b>APRENDIZAJE COOPERATIVO</b>	DISTRACCIONES
<b>ALTA INTERDISCIPLINA RIDAD</b>	PERDIDA DE TIEMPO
<b>ALTA BSUQUEDA Y SELECCIÓN INF.</b>	INFORMACION DE NO FIABLE
<b>FACIL ACCESO PROCESOS PERSONALIZADOS</b>	ADICCION AISLAMIENTO
<b>FLEXIBILIDAD</b>	SUPEDITACION A ESTOS SISTEMAS

Especial énfasis hay que hacer en el primer punto de factores en contra, ya que es uno de los problemas con los que más “combate” el educador físico en la actualidad. Desde que se han perdido los juegos en el parque, los juegos tradicionales, las prácticas espontáneas de deportes, los jóvenes se han convertido en

un grupo que prefiere hacerlo de manera online, cooperativamente, pero sin necesidad del movimiento, tan importante en su desarrollo físico y social, puesto que estos juegos y prácticas ofrecen además de desarrollo físico, cognitivo, trabajo por parejas, en grupo y desarrollo social en general. La clase de educación física, no será reemplazada por un aparato (¿aun?) pero debe ser un espacio donde se deje, aunque sea por un momento de lado los elementos tecnológicos y se ponga de manifiesto conductas físicas, que aunque sean calificables, generen en el alumno gusto, placer y agrado, no se conviertan simplemente en una tarea mas. En ningún momento este documento trato de ser un discurso apocalíptico en contra de internet y las nuevas tecnologías que se ciñen en la actualidad. Es casi que obligación adaptarse a ellas, de manera prudente en cuanto al educador físico se refiere. Toda la posibilidad de adquisición de conocimientos que antes era tan difícil, se puede aprovechar como forma de crecimiento intelectual, la virtualidad no es la respuesta a el problema, puede ser un medio en la generación de procesos en la búsqueda de implantar criterios que ayuden a mejorar el bajo estatus que en ocasiones se le da a la educación física.

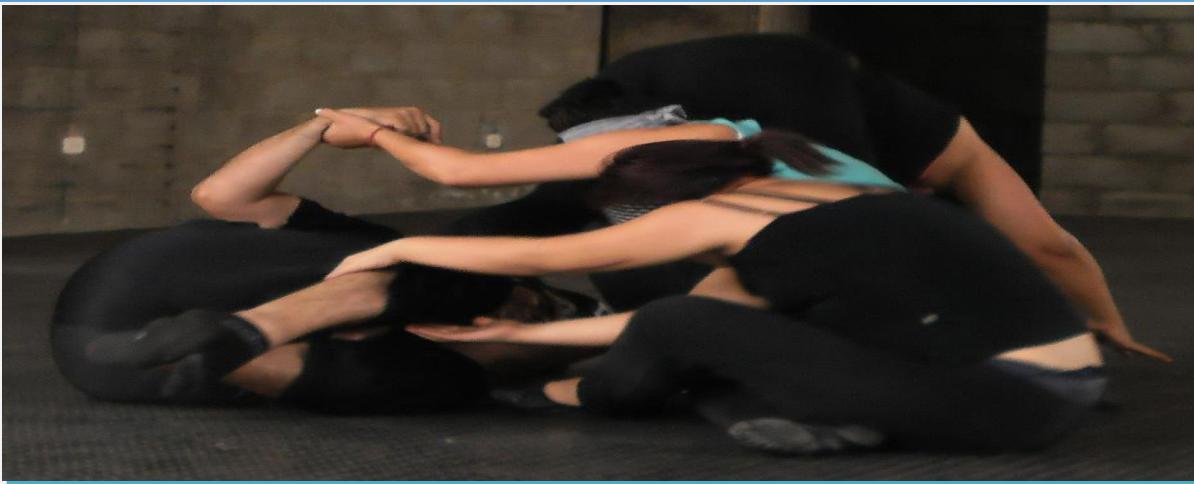
No se puede negar que internet es un elemento que impacto en su momento, y que hoy, muchos años después, continúa generando estupor dadas las innovaciones que a diario se producen y que muchas veces no alcanzamos ni siquiera a disfrutar. Las personas, en especial los jóvenes, se han vuelto consumidores de ella, y la poca restricción que en las familias se da (mas preocupada por otros aspectos que la sociedad le ha impuesto) hace que sean ellos quienes escojan los que les parece o no bueno, y en la mayoría de ocasiones no es lo correcto. La tarea ahora, depende del educador, en este caso lo ha suscitado este articulo es que sea del educador físico, y no tratando de cambiar a las personas a consumidores de la actividad física o deportistas de alta elite.

El educador debe crear conciencia y buscar la racionalidad del uso de las nuevas tecnologías, hay que formar un consumidor que sea mas critico y reflexivo y no silencioso y afiliado a todo el material web que dispone. Es una tarea ardua que requiere la unión de maestros, escuela, familia y sociedad. Es difícil, pero se puede lograr.

## Referencias

- Bauman, Zygmunt. *Modernidad líquida.* 2002.
- Wolton Dominique. (2000). ?Internet, y después que? una teoría crítica sobre los nuevos medios. Editorial portic. Cataluña, España.
- Dbord, Guy. La sociedad del espectáculo. Versión digital.
- Freire, Paulo. Cartas a quien pretende enseñar. Siglo XXI editores. 1994. México.
- Callo, luz Elena. Los discursos de la educación física contemporánea. Editorial kinesis.
- Cajigal, José María. ¡Oh deporte ! anatomía de un gigante. Valladolid, España. Editorial paidos.

## GENERACIÓN DE NUEVAS EXPERIENCIAS CORPORALES DESDE LA CLASE DE EDUCACION FISICA



Oswaldo Velásquez Guerrero

Ráphael David Rivas Pacheco

Estudiantes de pregrado Licenciatura De Educación Física

Universidad Pedagógica Nacional

### Resumen

El artículo es el resultado de la búsqueda de nuevas *experiencias corporales* para que los docentes de Educación Física brinden una nueva forma de enseñar a través del cuerpo, con el fin de ofrecer al estudiante una vivencia diferente a través del área de Educación Física.

Teóricamente se presentan autores que han develado en concepto de

experiencia corporal por medio de la Educación Física como: Agamben Giorgio, (2001, 157), quien afirma: “la experiencia corporal es entonces un modo de conocer algo inmediatamente próximo, antes de emitir todo juicio formulado sobre lo aprehendido de una sensibilidad extraída de la realidad externa”.

Además se realiza una presentación desde la disciplina de la Educación Física en la innovación de nuevas propuestas

Donde se bienviven nuevas experiencias corporales desde el arte, a través de experiencias como la pintura, el teatro, la danza, la música y la escultura.

De otro lado se tiene en cuenta el contacto directo con la naturaleza y la relación con objetos estables e inestables que permiten vivenciar otra forma de experiencia corporal.

### Palabras claves

Experiencia corporal, Educación Física, arte, objetos inestables, objetos estables.

### Abstract

The article is the result of the search for new experiences body for physical education teachers provide a new way of teaching through the body, in order to provide students with an experience and different experience through the area of Physical Education.

Theoretically present authors have unveiled in concept of body experience through Physical Education as Giorgio Agamben (2001, 157), who says: "bodily experience is then a way of knowing something immediately next, before issuing any apprehended judgment made

of the sensitivity of external reality extracted fro".

They also do a presentation from the discipline of Physical Education in the innovation of new proposals which bienviven new bodily experiences through art, through experiences such as painting, theater, dance, music and sculpture.

On the other hand takes into account the direct contact with the nature and objects concerning allowing stable and unstable otherwise experiencing bodily experience.

### Key words

Bodily experience, physical education, art, unstable objects, stable objects.

### Introducción

Permanentemente, los docentes buscan nuevas formas de innovar en sus propuestas particulares en la clase de Educación Física, intenta encontrar la manera de conectar a los estudiantes para que participen de una forma activa en la clase, siendo un reto que implica la apropiación y creación de nuevas formas de enseñanza.

De esta manera, la gran pregunta orientadora que se intenta develar en este texto es *como generar nuevas experiencias corporales en los estudiantes a través de la clase de Educación Física*, enfrentando la clase de Educación Física en palabras de Brown, (1992, 298), como una educación de –y a través de – el movimiento humano en la que se abordan numerosos objetivos personales para el estudiante. Es una clase especial para generar conciencia de los movimientos que realizamos, manejando roles sociales en los participantes, a través de actividades planeadas encaminadas, que modificación del ambiente según las circunstancias para adquirir destrezas sobre movimientos y brindar “posibilidad corporal”. Adicionalmente, Pórtela G, (2006, 96), dice: pero también a formarse en relación con el otro, fomentándose valores éticos y el respeto por las condiciones del compañero.

El rol del docente de Educación Física es proponer nuevas experiencias corporales que sean lo suficientemente significativas para el proceso de formación en la vida del estudiante.

## ¿Qué se entiende por Experiencia Corporal?

Las experiencias corporales en palabras de Marleau-Ponty, (1977, 367) son: todos los conocimientos de la vida apropiados por el individuo sobre formas dadas, sobre fenómenos, acontecimientos y situaciones en los que se involucra vivencia, del ser humano, comprendido como dualidad, sin importar que allá un dominio o no de la situación a la que se ve expuesto, que se puede presentar de forma individual o con relación a una sociedad y que a través del proceso va forjando aspectos importantes de su ego.

Otros autores a través de estudios y experiencias se refieren a la experiencia corporal como:

- Pastor J, (2002, 86), señala que los efectos conducidos por la experiencia del movimiento son el principal principio activo provocador del proceso de autoconstrucción del conocimiento, basando la experiencia en la conciencia de uno mismo, forma una base para el contacto con nuestro entorno físico y humano

- Merleau P, (1975, 106), afirma que: exteroceptividad con relación a lo corporal exige una puesta activa de los estímulos, la conciencia del cuerpo invade el cuerpo mismo, el alma se difunde por todas sus partes, el comportamiento desborda su sector central. Pero se podría replicar que esta “experiencia del cuerpo” es a su vez, una “representación”, un “hecho psíquico”, y que bajo este título está en el extremo de una cadena de acontecimientos físicos y fisiológicos, únicos que pueden ser contados como “cuerpo real”.
- PCLEF, Universidad Pedagógica Nacional, (2004, 30), plantea, “La experiencia corporal (en el marco de cualquier cultura y sociedad) puede ser asumida como el conjunto de impresiones que dejan huella y dan lugar a la asignación de significado particular y constituye la idea de vida de cada persona, pero que puede reconstruirse y modificarse a partir de los acontecimientos sociales y culturales en su totalidad”.

### Aspectos biológicos y experiencias corporales

Las experiencias corporales tienen implicaciones de carácter biológico, ya que todos los organismos tienen un proceso de adecuación diferente al ser expuestos a situaciones corporales nuevas.

Velásquez, D, (2012, 781): En las experiencias corporales bien direccionadas, que son, (*la aplicación de un estímulo nuevo para el sujeto, logrando una adecuación positiva o un correcto reconocimiento de estímulo por parte del mismo*), las cuales generan en el sujeto una *sinapsis*, que consiste en un contacto, muy especializado, que se establece entre dos neuronas y a través del cual se transmiten las señales nerviosas de unas células nerviosas a otras, crear un camino predeterminado en el cerebro, una ruta, la cual será imborrable y quedará instaurado en el desarrollando del individuo, estableciendo una simultanea entre los conocimientos cognitivos y las experiencias corporales que van forjando la personalidad.

Mérida, H, (2002, 259-288): se afirma el sentido del lo **cinestesico**, que en la adaptación del individuo por los segmentos de su cuerpo a las nuevas experiencias corporales, relevante en la parte individual ya que se define como: (*La Percepción del equilibrio y de la posición de las partes del cuerpo en el espacio sin la utilización de la vista, siendo sus órganos mecano- receptores las articulaciones y los músculos*), instaurándose como un sentido sensorial de carácter biológico, tomado desde la parte física mas que desde lo cognitivo, pero a su vez realiza una integración con los demás sentidos, el ojo, la piel y el oído ofrecen información temporal y espacial en sus tres dimensiones; el olfato y el gusto, proporcionan información sobre la composición de la materia volátil o soluble, los cuales serán los mecanismos para adaptarse a las nuevas experiencias corporales.

### Contexto y experiencias corporales.

Es muy frecuente en las instituciones de educación formal que las experiencias corporales que se realizan en la clase de Educación Física se vean

reducidas al patio de las instituciones, por consiguiente una labor permanente del maestro es buscar y ofrecer nuevas posibilidades donde el estudiante pueda vivenciar otras experiencias corporales.

Hernández J, (2008, 5-6), plantea que: la Educación Física actual debe gozar de plataformas que permitan la integración con el medio, como salidas a contextos diferente (parques, polideportivos, escuelas de formación, etc.), experiencia con la naturaleza, (caminatas, relación cuerpo-agua, actividades con arena y nuestro cuerpo etc.), con rutas donde los sentidos jueguen un papel preponderante y se desarrollen estos, sometido a los alumnos a la utilización de su cuerpo como medio para la resolución de problemas y explore un pensamiento divergente, es decir dando diferentes maneras de respuesta a una sola pregunta o situación.

De esta manera la clase de Educación Física debe ser direccionada a vivenciar situaciones diferentes en los estudiantes donde se evidencie el saber disciplinar de diferentes formas que

permitan un nuevo diseño de las experiencias corporales

### **Generación de nuevas experiencias corporales.**

**Lugares públicos**, posibilitar a los estudiantes actividades fuera de la institución, en busca de lugares públicos de fácil acceso (parques públicos dentro del barrio, velódromos, pistas de patinaje, parques especializados para actividad física etc.), que ofrezcan garantías para que los estudiantes puedan experimentar nuevas situaciones corporales, que permitan fomentar la creación de una conciencia por el cuidado del cuerpo y su relación con el entorno, para fomentar el desarrollo motriz, psicológico y social del sujeto. Lo anterior confirma la apreciación que hace el (I.D.R.D. Instituto Distrital para la Recreación y el Deporte), el cual basado en la constitución de 1998, 21, fundamento que todo individuo tiene derecho a la recreación en lugares públicos sin ser excluido por ninguna condición socio-cultural.

**El enfoque ecológico**, en palabras de Méndez A (2003, 334-341) “la capacidad de transformar el entorno , adaptar el

entorno, a las características del destinatario”, son contextos y ambientes que incentivan la vivencia de nuevas sensaciones, por ejemplo: el agua corriendo por nuestro cuerpo, la arena que intenta adecuarse a la forma de nuestro cuerpo, el rose de la hierba en cada centímetro de nuestra piel, implica numerosas experiencias corporales representativas, para transformar la vida y conciencia de los sujetos. Piaget nombrado por Fond R (2006 145-163), sostiene que: el desarrollo de las funciones cognitivas se deben a la capacidad del sujeto para aprender del mundo que tiene ante sí, el conocimiento radica en la interacción entre ambos.

### **Manifestaciones artísticas.**

**La danza**, como expresión del arte es elemento posibilitado de nuevas experiencias corporales ya que nuestro cuerpo es una unidad adecuado al movimiento, en el cual se alojan experiencias corporales a partir del auto reconocimiento, respeto e interacción de nuestro “soma” (cuerpo vivo), en relación constante con el otro y el entorno. Rescatando lo afirmado por Lynton A, (2006, 256-261), enseñar

danza, es enseñar técnica corporal, posibilitando actitudes creadoras y críticas de nuestra corporeidad.

**La pintura**, es otra posibilidad de nuevas experiencias corporales analizada desde un punto de vista como generador de nuevas experiencias corporales analizada desde un punto de vista como **cuerpo elemento de comunicación**, por medio de la pintura el alumno interactúa con este recurso generando, *formas, figuras y dibujos a partir de los diferentes segmentos corporales*, lo que permite un gran número de sensaciones nuevas, por ejemplo: al sentir como la pintura recorrerá parte de su piel, la sensación, el tacto, lo abstracto, es decir el cuerpo como herramienta de interacción con el medio tal como lo describe Théodore G, (1801, 432-441), se distingue una verdadera pintura por su interpretación dramática y monumento de hechos reales propios de la libertad de cada individuo.

**La música**, Beethoven L, (1988, 37-39), “para crear música no es necesitas oírla solo la debes sentir con cada vello de tu cuerpo”. De esta manera la música es otra estrategia que genera nuevas experiencias corporales. El ritmo es natural al hombre, claramente lo podemos

aplicar a la generación de nuevas experiencias corporales utilizando nuestro cuerpo para lograr sonidos, ritmos, actividad física musicalizada; brindando sensaciones a través de la melodía. Las partes del cuerpo, piernas, espalda, muslos, abdomen, cabeza, manos, se conjugan con objetos para la apropiación de ritmos.

**La escultura**, Fernando Botero, (1998, 92-104): “la verdadera belleza de nuestro cuerpo la debemos encontrar más allá de la parte física del mismo escudriñando en lo más profundo de nuestra alma”. La escultura en relieve posibilita recordar vivencias pasadas de la infancia. También manipulando elementos en clase se puede generar un sin número de posibilidades artísticas por ejemplo con la arcilla, la arena, la plastilina, el engrudo con papel periódico, permiten formar nuevas sensaciones, atreves de nuestro esquema corporal.

**El teatro**, como expresión artística en palabras de Torres y Munevar, (2004, 368-372), plantean que: el teatro es la corporeidad que traspasa la manera de explicación biológica, física y técnica del movimiento corporal, incorpora sensibilidad, su sensorialidad y su

sensibilidad, comprendiendo, significados imaginarios, representaciones del mismo. Desde la clase de Educación Física, se puede trabajar juegos de roles en los cuales los estudiantes vivencien las conductas, expresiones y sentimientos corporales de su personaje, que además permita abrir el espacio para expresión armoniosa dual ,de cuerpo y emoción, que expresado en palabras de: Irving M, (1849, 190-198), el teatro tomado no como una profesión si no como una parte plena de nuestro ser, que quiere sacar sus más oscuros y perversos sentimientos reprimidos por una sociedad que vive de la mentira.

#### **Uso de objetos inestables para generar nuevas experiencias corporales.**

El uso de objetos inestables permiten la generación de nuevas experiencias corporales a través de la Educación Física, por ejemplo: la utilización de patines, patinetas, bicicletas, carros esterados, etc. Es decir, que la relación cuerpo-objeto-contexto sea generadora de espacios nuevos, apropiados en la escuela en pro del

desarrollo del potencial motriz y humano, construyendo experiencias enriquecedoras para el sujeto facilitando trabajo cooperativo e individual.

Transfiriendo estos elementos al área de trabajo de la Educación Física podemos crear alternativas de movimiento y aplicación de los mismos, contando siempre con la debida seguridad teniendo en cuenta objetivos y metas, ya que el elemento tiene que convertirse en herramienta para; más no, su utilización el objetivo principal de la clase.

#### **Uso de objetos estables para generar nuevas experiencias corporales.**

Podemos resaltar el trabajo que se puede desarrollar en la escuela con objetos estables como lo son: los materiales deportivos y gimnásticos, actividades curriculares de experimentación y realización de múltiples tareas motrices, donde el individuo interactúe con el medio estable; sin acción de un contrario, esto con el fin de ir evocando sensaciones que le permitan conocerse y gestar una conciencia corporal y amplio sentido sinestésico. Es importante ofrecer

variedades en las tareas motrices o ejercicios a desarrollar, esto posibilita una búsqueda de soluciones y por ende una experiencia corporal enriquecedora.

### **Experiencias corporales en grupo**

Acertadamente como nos señala Moreno H y Ribas j (2004), “la Educación Física busca que el alumno se entregue como ciudadano de pleno derecho para que pueda desenvolverse adecuadamente en su entorno”, utilizando su potencial motor y las formas culturales de la motricidad de tal manera que las proposiciones que se generan son juegos de conjunto, sin discriminación alguna, juegos inter cursos donde los más pequeños participen con los grandes, creación de alternativas pre deportivas para la práctica respetuosa no excluyente, y adaptaciones a actividades donde uno depende del trabajo del otro, es decir crear un ambiente donde todos los actores se relacionen a través del movimiento permitiendo vivenciar experiencia corporal, en pleno contacto con el otro.

### **Conclusiones**

Apoyados en una definición amplia del concepto de Educación física

según Portella H, (2006, 98), Educación Física, arte, ciencia, sistema o técnica de ayudar al individuo al desarrollo de sus facultades para el dialogo con la vida, apuntamos a una Educación Física en permanente diálogo con la vida, con el mundo natural, con los objetos estables, con los objetos inestables, con las sensaciones, con el arte, con la música, con la danza, con la pintura , con la escultura; experiencias individuales y sobre todo con el otro, experiencias corporales generadas en el seno de la escuela y a partir de la clase de Educación Física.

Siendo conscientes que sin duda la experiencia corporal completa los procesos vitales y permite la interacción con el medio externo, que se gesta a partir de un fenómeno o un hecho que esta dado, el cognoscente apropiá de él y lo reestructura para, fomentar su humanidad y corporeidad, de igual modo es preciso orientar a la Educación Física como un medio facilitador de procesos de desarrollo corporal e intelectual, generando los espacios y recursos facilitadores de desarrollo mentales,

cognitivos, sociales, afectivos y sensitivos.

No es preciso exigir resultados al cuerpo, primero debemos reconocerlo como vía, como instrumento, y no como fin; pensar la Educación Física brindarle al cuerpo la oportunidad de experimentar bajo la planeación e innovación de un maestro que no conforme busca en el medio externo lo que no puede hallar en el patio del colegio, pensando cada actividad, programando cada salida y sobretodo haciendo consciente al individuo del trabajo que en estos espacios se realiza.

Las experiencias corporales se pueden generalizar en lugares públicos, desde un enfoque ecologista, desde diferentes manifestaciones artísticas, como la pintura, la danza, la escultura, el dibujo, el teatro, desde diferentes medios, tanto estables como inestables. Todo ello encaminado a fortalecer procesos de desarrollo motor, afectivo y social, donde el estudiante tiene una amplia gama de movimiento y experiencias donde se hace una construcción social la cual puede acoger.

La vivencia del movimiento se debe enriquecer, mostrando variedad, incidiendo en puntos esenciales del sujeto, atrayéndolo, seduciéndolo al movimiento y a la toma de conciencia de su cuerpo entorno al mundo y como este le brinda experiencias que fortalecen su crecimiento personal.

## Referencias

Constitución Política De Colombia, Actualizada a 1998, Resumen N° 7 Pág. 21, Derechos Fundamentales De Todo Individuo.

Ecología De Nuestro Planeta, editorial Alux. 1999, Pág.105-132.

Font R, 2006, Preparación de oposiciones primaria, Educación Física Volumen II, temario desarrollo primera parte. 1ra Edición.

Hernández, M y Rivas, J. (2004), Praxeología Motriz: fundamentos y aplicaciones 1ra edición, Editorial Inde.

Lynton, A. (2006). Crear con el movimiento: la danza como proceso de investigación. Pág.3.

- Articulo, red de revistas científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal.
- Mendez, A. (2006). Nuevas propuestas lúdicas para el desarrollo curricular de la Educación Física.
- Mendez, Z. (2010). Aprendizaje y cognición 1ra edición.
- Merleau, P. (1975). Fenomenológica de la percepción. Editorial Península, Barcelona.
- Pastor, J. (2002). Fundamentación conceptual para una intervención psicomotriz en la Educación Física. 1ra edición. Editorial Inde.
- Portela, H, (2006). Conceptos de la Educación Física, conjeturas reduccionismos y posibilidades.
- Moreno H y Ribas j (2004), Educación Física y Deporte, Editorial Aluz, Pág. 92-105.
- Neurología y cuerpo humano, (2006). Editorial Norma, Capitulo 4, Pág. 212-237.
- Fisiología Del Cuerpo Humano, (2006). Editorial El Pensador, capitulo 2, Pág. 255-278.
- Beethoven L, (1988, 37-39), Grandes pensadores de la época, 1992. Editorial Andaluz Pág. 155-159.
- Torres y Munevar, (2004, 368-372), Grandes pensadores de la época, 1992. Editorial Andaluz Pág. 356-3601.
  - Fernando Botero, (1998, 92-104), Grandes pensadores de la época, 1992. Editorial Andaluz Pág. 222-224.

## INTERPRETACIONES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA



Luz Adriana Nova Vergel

Estudiante Pregrado licenciatura en Educación física

Universidad Pedagógica Nacional

### Resumen

El propósito del estudio es mostrar como interpretan el concepto de Educación Física, los estudiantes del ciclo de educación media de dos colegios privados y dos colegios públicos. Para ello se hace un recorrido por el concepto de Educación y Educación Física.

El instrumento de recolección de información utilizado es la encuesta. Los resultados obtenidos del instrumento aplicado se organizaron en categorías de análisis de: espacio libre, ocio, recreación

juego, deporte, deporte competitivo y militarizado.

Finalmente, se puede evidenciar desde la categoría de espacio libre, ocio, recreación, juego, que el maestro directamente no dirige las actividades con los estudiantes. Respecto al deporte, deporte competitivo y militarizado el profesor dirige la clase de Educación Física a la práctica del deporte y de la competición.

## **Palabras Claves**

Interpretaciones, Educación Física, espacio de ocio, juego, deporte, deporte competitivo, deporte militarizado, recreación.

## **Abstract**

The object of the statistics is to show how the students interpellate the concept of physical education, who are from secondary of two private schools and two public schools. For that we are going to make a tour in the concept of education and physical education.

The Data collection tool used is the survey. The results obtained of the tool were organized in analytical categories of: free space, leisure, recreation, game, sport, competitive sport and militarized.

Finally we can evidence from the free space category, leisure, recreation game, that directly the teacher doesn't direct the activities with the students. Regarding to the sport, competitive sport and militarized sport the teacher directs the physical education class to the practicing of the sport and the competition.

**Key Word:** Interpretations, physical education, leisure space, recreation, game, sport, competitive sport, sport militarized.

## **Introducción**

En este artículo se presentará la interpretación que tienen los estudiantes de Educación Media sobre la Educación Física a partir de la pregunta ¿Qué concepto tienen los estudiantes de Educación Media sobre la Educación Física?, la población objeto de estudio son los estudiantes de la Educación Media de dos colegios privados y dos colegios del sector oficial de la ciudad de Bogotá. La herramienta utilizada para recoger la información fue la encuesta la cual permitió identificar el abanico del concepto que se tiene sobre el objeto de estudio de la Educación Física.

El texto estructuralmente está organizado en cuatro partes: la primera hace referencia al concepto de Educación y de Educación Física. La segunda al método de recolección de información. La tercera a las categorías de análisis. La cuarta al análisis de cada categoría.

## **Concepto De Educación y Educación Física**

### **Educación**

Paulo Freire (1969,7): “La educación verdadera es praxis, reflexión y acción del hombre sobre el mundo para transformarlo”. Por otro lado, como decía Brezinka (1978:45): por su parte entiende, por educación: “aquellas acciones con que los hombres intenta mejorar, en algún aspecto y de forma duradera la estructura de la disposición psíquica de otros hombres, o conversar sus componentes enjuiciados como valioso o impedir la aparición de disposiciones que se consideran perniciosas”

Al referirse al concepto de educación es importante indicar que no solo estamos hablando de educación formal, la de la escuela. También, se nos educa en ámbitos como la familia, los amigos, los medios de comunicación, en la calle, etc. Por medio de la educación, es que sabemos cómo actuar y comportarnos en la sociedad. Es un proceso de socialización del hombre para poder insertarse de manera efectiva en ella.

### **Educación Física**

Según Parlebas, (1976, 31): La Educación Física es: una práctica de intervención que hace influencia sobre las conductas motrices de los participantes en función de normas educativas implícitas o explícitas”.

De otro lado, Cagigal (1979, 288): la Educación Física puede ser considerada como una “ciencia aplicada de la kinantropología, siendo el proceso o sistema de ayuda al individuo en el correcto desarrollo de sus posibilidades personales y de relación social, con especial atención a sus capacidades físicas de movimiento y expresión”.

De esta manera, se puede construir un concepto de Educación Física entendida en palabras de González (1993,52) quien define la Educación Física como: "la ciencia y el arte de ayudar al individuo en el desarrollo intencional (armonioso, natural y progresivo) de sus facultades de movimiento, y con ellas el del resto de sus facultades personales".

## Método

Población: Para llevar a cabo este estudio se realizaron encuestas en 4 colegios de la ciudad de Bogotá, dos colegios distritales, Colegio San José y Colegio San Rafael y dos colegios privados: San Juan De La Cruz y Antonia Santos, de manera aleatoria fueron seleccionados 25 estudiantes de los grados 8°, 9°, 10° y 11° por cada colegio, para un total de 80 estudiantes encuestados.

Instrumento de recolección: El instrumento utilizado para recopilar información fue la encuesta, la cual estructuralmente estaba compuesta por preguntas clasificadas en abiertas y preguntas cerradas o dicotómicas y preguntas cerradas multidicotómicas de respuesta única.

Las Preguntas abiertas que se utilizaron son: ¿Qué concepto tiene usted de la Educación Física?, ¿Que le gustaría ver en Educación Física?

La pregunta cerrada o dicotómica que se utilizó fue: ¿Le gusta la Educación Física?

Las preguntas cerradas multidicotómica de respuesta única que se utilizaron son:

¿Cuántas veces a la semana tiene Educación Física?, ¿Qué actividades realiza en Educación Física?, ¿Con cuál de las siguientes categorías asocia más la Educación Física?

El procedimiento que se utilizó para el desarrollo del estudio consistió en: Determinar objetivos, selección tipo de encuesta (Contacto personal), diseño del cuestionario, muestreo, Trabajo de campo, análisis estadístico, resultado final.

## Categorías

Las respuestas de los participantes frente al instrumento aplicado, se organizaron en las siguientes categorías: espacios libre, espacio de óseo, juego, recreación, deporte, deporte militarizado y deporte competitivo. Al respecto, se presenta una argumentación de cada uno de ellos.

Espacio libre: López (1995,27): conjunto de actividades que realiza el sujeto durante un tiempo disponible.

Teniendo en cuenta el concepto anterior, 4 estudiantes de la totalidad (80) optaron por esta respuesta lo que corresponde a

un 3.2% del total de los encuestados es decir, que la clase de Educación Física se convierte en un espacio libre para los estudiantes ya que no cuentan con los recursos económico para comprar y portar el uniforme de la clase.

Espacio de ocio: en palabras de Dumazedier (2008,6): Señala que el ocio, en su triple aceptación de descanso, diversión y desarrollo de la personalidad, se caracteriza por la realización de hechos fútiles, no productivos.

En correspondencia con el concepto anterior, la Educación Física esta siendo tomada como un espacio en el cual se están realizando actividades diferentes a lo que le compete al objeto de estudio de la Educación Física. Según resultados evidenciados a partir de la encuesta, 2 estudiantes que corresponde al 1.6 % del total de la muestra (80), utiliza la clase Educación Física para realizar otras actividades, que corresponde a otras áreas del conocimiento, por ejemplo se evidencia que el representante estudiantil utiliza el tiempo de la clase de Educación Física para realizar comités estudiantiles

y, reuniones con el coordinador o rector del colegio.

Recreación: en palabras de Cutrera J (1977, 7): Afirma que la recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre, con tendencias a satisfacer ansias psico-espirituales de descanso, entrenamiento, expresión aventura y socialización.

A esta categoría fueron asociados dos actividades: la práctica de microfútbol y la práctica de baloncesto; no precisamente dentro de una estructura competitiva, con reglas, dirigida por el docente, sino como un espacio de diversión y esparcimiento donde los estudiantes se integran durante el espacio académico de Educación Física. Así 4 estudiantes que corresponde a un porcentaje del 3.2%, del total de la muestra (80) se les permitió hacer actividades que no precisamente son dirigidos por el profesor del área, en el cual no hay reglas, protocolo o estructura organizada.

Juego: tomando las palabras de J. Blández J, (2005,39): El juego es una de las manifestaciones más importante de la

vida infantil ya que los pedagogos lo han utilizado como fuente o medio de aprendizaje. Ha sido analizada desde diferentes perspectivas y todas ellas destacan su gran valor educativo. Desde el punto de vista de las teorías cognitivas (Piaget, 1983. Y Vygotsky 1989) el juego está directamente relacionado con la construcción del conocimiento.

Existen dos tipos de juego el libre y el dirigido. En palabras de (Zapata, O. 1988.46): el dirigido es aquel que es pensado y dirigido en este caso por el profesor de Educación Física, y el libre: “Es aquel que los niños realizan espontáneamente y libremente y en el que no existen intervenciones del adulto”. El juego libre ayuda al desarrollo de la personalidad del niño ya que en este espacio tiene la oportunidad de decidir, proponer, experimentar descubrir, probar y de investigar por él mismo, ya que este espacio se convierte en un buen medio de aprendizaje.

De esta manera se puede evidenciar que en las instituciones educativas públicas y privadas del estudio, falta materiales para desarrollar tareas que puedan ser dirigidas

e intencionadas para generar desarrollo en los estudiantes, así 18 estudiantes que corresponde a un 14.4% del total de la muestra (80) identifican el juego como la clase de Educación Física, los juegos desarrollados son: tradicionales, rondas y actividades de mesa. Se aprecia que en la mayoría de los casos estos juegos no son dirigidos por el profesor del área. Esto significa que los estudiantes son los que eligen de manera libre y espontánea las actividades a realizar en el espacio de la clase de Educación Física.

**Deporte:** empleando las palabras de Rodríguez, J (1998,33): Lo define como: aparte de la función primordial reflexivamente expuesta como tal, existen valores y funciones tales como autocontrol, autoexpresión, juego limpio, perseverancia expresión estética, esfuerzo, equilibrio, entrega superación que considera toda una extensa cantera educativa.

26 estudiantes que corresponde al 20.8% del total de la encuesta (80) relaciona el deporte con la Educación Física, es el espacio adecuado para desarrollar deportes como voleibol, tenis de mesa,

atletismo, baloncesto, fútbol y gimnasia, aplicando el respectivo reglamento.

Deporte competitivo: en palabras de Casal, H (1998,95): Es un medio de la transformación de la comunidad deportiva que está orientada al mejoramiento de las potencialidades en el ámbito físico, técnico táctico psicológico, social, espiritual y mental. Al deporte competitivo tienen acceso quienes tengan nivel competitivo en cualquier deporte de selección.

Es decir que 11 estudiantes que corresponde a un porcentaje 8.8 % indica que la clase de Educación Física es utilizada para el entrenamiento deportivo ya sea para prepararse en competencias a nivel interno o a nivel intercolegiado. En su gran mayoría el docente del área es el responsable de preparar a los estudiantes que participan en las competencias interclases o en la que deben representar a su colegio a nivel oficial. Se puede decir que el deporte competitivo al interior de la clase de Educación Física, se convierte en un elemento excluyente, ya que solo es para estudiantes de alto rendimiento deportivo

Deporte Militarizada: según el PEI del colegio Antonia Santos, el objetivo es formar integralmente al estudiante como profesional en el área de la Educación Física Militar capacitándolo para administrar los aspectos relacionados con la Educación Física y el Deporte Militar, en sus aspectos formativo y competitivo; desarrollando valores fundamentales como la honestidad, la disciplina, el compañerismo, el estudio, el respeto, la convivencia y el honor; consolidando así el liderazgo idealizado.

Uno de los colegios privados donde se aplicó la encuesta es de carácter Militar (Antonia Santos), allí 15 estudiantes que corresponde a un 12% del total de la muestra (80) respondieron que trabajan en la disciplina académica que está orientada al régimen militar y es precisamente la clase de Educación Física, el momento apropiado para educar con principios que así lo demuestran, como las técnicas para marchar, formar, realizar cantos y mantener un orden riguroso sobre los deportes que se desarrollan, no solo a nivel práctico, sino sobre el conocimiento de la teórica (reglamento)

## Análisis de las categorías

La encuesta se realizó en 4 colegios de la ciudad de Bogotá, dos de ellos distritales y 2 privados, se develan conceptos referidos a la Educación Física como tiempo libre, espacio de ocio, juego, recreación, deporte, deporte competitivo y militarizado.

La escuela se ha convertido en un espacio adecuado para practicar deporte y deporte competitivo, lo que ha servido para futuras figuras del deporte colombiano. Sin embargo en donde quedan los estudiantes que no cuentan con las habilidades suficientes para desempeñarse en un deporte competitivo. Esto deduce que la Educación Física direccionada a la competencia puede ser excluyente.

Los estudiantes de los colegios públicos y privados del estudio interpretan y relacionan la Educación Física con el tiempo libre, espacio de ocio, recreación.

Los docentes de Educación Física no siempre acompañan los desarrollos de las clases de sus estudiantes permitiendo que el espacio académico se convierta en uso del tiempo libre

## Conclusiones

Culturalmente, la clase de Educación Física ha tenido una serie de miradas que originan diversidad de conceptos, y muestra de ello se vio reflejado en las respuestas entregadas por los 80 estudiantes encuestados, donde relacionan la clase de Educación Física con ocio, recreación y tiempo libre

La Educación Física se ha convertido en un espacio para realizar actividades que no son propicias del área. Esto sucede porque el profesor no siempre acompaña el espacio académico además, no se comprende a nivel institucional, la importancia del docente de Educación Física para el desarrollo y formación del estudiante.

En el estudio se evidencia que las acciones del docente, son distintas de la intención, naturaleza e importancia que requiere el espacio académico de la Educación Física en la formación integral del estudiante.

## Referencias

- Blández J (2005). *La Utilización Del Material y Del Espacio En Educación Física Propuesta y Recursos Didácticos.* España. INDE
- Brezinka (1978).*Pedagogía Socia. Educación Social, Construcción Científica e Intervención Práctica.* España. NARCEA, S. A
- Cagigal, (1979).*Fundamentos Teóricos de Educación Física.* España. Pila Teleña
- Casal H. (1998). *Educación Física Complementos de formación disciplinar.* España. Grao
- Cutrera J, (1999).*Técnicas Recreación.* Argentina. Stadium
- Dumazedier(2008). *El Deporte en la Construcción del Espacio Social.* España, CIS
- Freire P. (1969). *La Educación Como Práctica de la Libertad.* Argentina. Siglo XXI
- González (1993).*Fundamentos Teóricos de Educación Física.* España. Pila Teleña
- López B. (1995). *Educación del Ocio y el Tiempo Libre con Actividades Físicas Alternativas.* España. Librería Deportiva Esteban Sanz. S.L
- Parlebas (1976).*Educación Física.* España. Inde
- Piaget, (1983). *La Utilización del Material y del Espacio en Educación Física Propuesta y Recursos Didácticos* España. Inde
- Proyecto Educativo Institucional. Colegio Antonio Santos Currículo del Colegio Antonia Santos. Bogotá.

Rodríguez, J. (1998,33) *Deporte y Ciencia, Teoría de la Actividad Física* España. INDE

Vygotsky (1989).*La Utilización del Material y del Espacio en Educación Física Propuesta y Recursos Didácticos* España.  
Inde

Zapata, O. (1988.).*La Utilización Del Material y del Espacio en Educación Física Propuesta y Recursos Didácticos.* España,  
Inde



## EDUCACION FISICA Y DISCAPACIDAD



Nicolás Hernández Guana

Jorge Luis Alfonso Charry

Estudiantes pregrado licenciatura en educación física

Universidad Pedagógica Nacional

### Resumen

Las personas con algún tipo de discapacidad históricamente se les ha visto como personas raras anormales, ya en tiempos antiguos a estas personas se les llevaba a los circos al ser considerados “monstruos”, repugnantes o subhumanas, pero con el paso del tiempo y gracias a diferentes áreas del conocimiento se ha cambiado en gran medida tal concepción y de este modo lograr una igualdad entre las personas sin importar su condición.

El tema de la discapacidad (física, sensorial, psíquicas) fue hablado ya hace más de 20 de años (constitución de 1991 art 13, 47,54), donde habla de la igualdad, política de prevención y rehabilitación e integración social.

La educación física debe contribuir en la formación integral de las personas para lograr una equidad social. Esta actualmente se reduce a la escuela, pero su enfoque se debe dar también en el ámbito social y familiar lo cual

contribuya a aquellas personas que son excluidas en diferentes contextos no se sientan como tal.

Es labor del educador físico lograr contribuir a aquellas personas con algún tipo de discapacidad a sentirse parte activa de la sociedad y protagonista de esta está en sus diferentes dimensiones (laboral, académico, personal).

### Palabras claves

Educación física, inserción, exclusión, familia, escuela, sociedad, deficiencia, discapacidad , minusvalía, discriminación.

### Abstrac

People with disabilities have been seen historically as people rarely abnormal, and in ancient times these people were taken to the circus to be considered "monsters", disgusting or subhuman, but over time and through different areas of knowledge has greatly changed this conception and thus achieve equality between people regardless of their status. The issue of disability (physical, sensory, mental) was already spoken for over 20 years (1991 Constitution Article 13,

47.54), which speaks of equality, prevention and rehabilitation policy and social integration.

Physical education should contribute to the integral development of people to achieve social equity. This now comes down to the school, but their focus should be given also in the social and family environment which will help those who are excluded in different contexts not feel like one. Physical educator's work contribute to achieving those with disabilities to feel an active part of society and protagonist of this is in its different dimensions (professional, academic, personal).

### Keyword

physical education, insertion, exclusion, family, school,society, deficiency, disabilityhandicap, discrimination.

### Discapacidad y Educación Física

¿Cómo el educador físico, desde sus distintos campos de acción, puede ayudar a transformar la perspectiva de los estudiantes con limitaciones en la escuela?

Socialmente la educación física parece no importar pues su campo de acción se limita a la escuela. Pero la educación física puede enfocarse, en lo social desde la escuela y también en el ámbito universitario: es bien sabido que en la actualidad las personas con discapacidad se forman en escuelas de personas sin limitaciones en donde son apartados, mirados como personas distintas, que no tienen las capacidades que tiene alguien sin limitantes.

Por ello. Es nuestro deber como futuros educadores el reflexionar como enfrentar este reto de: por una parte, acompañar en la formación docente a las personas discapacitadas, que métodos utilizar en nuestra futura labor educativa para desarrollar las capacidades motrices y físicas que tengan, y por otro lado, lograr que sean considerados personas iguales, sin que se les crea inferiores.

### **Las personas con limitaciones dentro de nuestra sociedad. Una pequeña perspectiva.**

En Colombia se habla de discapacidad hace ya más de 20 años desde la constitución de 1991 en los artículos 13,

47 y 54 que trata de unas condiciones para la igualdad, política de prevención y rehabilitación e integración social para las personas disminuidas (físicas, sensoriales y psíquicas).

También nos sirve de guía el aporte que nos brinda la declaración de salamanca en 1994 con la “educación para todos” en esfuerzos por mejorar el acceso a la enseñanza para personas con necesidades especiales.

Algunos de los factores más importantes en el desarrollo de la vida del ser humano son la Educación física, la Recreación y el Deporte; esto le proporciona al individuo el desarrollo de una vida digna, confortable, agradable, benéfica y saludable, por tal razón en nuestra condición de ser humanos todos y cada uno de nosotros miembros de una sociedad tenemos derechos a gozar de los privilegios que nos ofrece estas actividades.

La Educación física debe contribuir en la formación integral de la persona teniendo en cuenta la diversidad del ser humano; en cuanto a su género, edad, credo, etnia, excepcionalidad y discapacidad para que de esta manera tenga un desarrollo en los aspectos sociales, políticos, culturales

religiosos, educativos, y con esto lograr una equidad social.

A causa de ello la inclusión a las personas con discapacidad ya sea una discapacidad sensorial, mental, o motriz, debe ser estimulada, por medio de actividades Lúdicas, juegos, deportes, música, danza. Para trabajar con el tipo de población con discapacidad es importante identificar o definir tres conceptos claves para intervenir en la formación de estas personas.

(Organización mundial de la salud, 1993) “deficiencia tiene que ver con el termino defecto ya sea la perdida de una pierna de un brazo, el desprendimiento de retina etc.

Discapacidad es cuando la persona no posee la capacidad de realizar alguna actividad por consecuencia de alguna deficiencia, es decir, cuando la persona es incapaz de caminar, hablar, oír, ver.

Minusvalidez / Minusválido se refiere a la situación de desigualdad social, consecuencias sociales y ambientales producto de tener una discapacidad.”

Sin duda el primer punto importante después de plantear la pregunta con su primera argumento, era el haber

definido que es la minusvalidad, deficiencia, y las limitaciones, pero no entendemos a profundidad, y cuales son sus principales diferencias. Y era importante entrar en contacto con cada uno de estos conceptos. puesto que estas personas no las tenemos presentes y en la mayoría de los casos convivimos con ellas, en nuestro alrededor, incluso en nuestro diario quehacer, en el trabajo, universidad, incluso dentro de nuestras familias. En síntesis, era necesario ponernos en contacto no solo en lo físico o lo biológico, era relevante ver que dice la ley en torno a estas personas, es decir, la constitución política de nuestro país y el ministerio de educación.

En la actualidad a las personas con algún tipo de discapacidad se les mira como personas “raras”, personas que no tienen las mismas posibilidades que cualquier otro. Esta discriminación se ha dado históricamente ya en el pasado a aquellas personas con alguna discapacidad se les consideraba repugnante y subhumanas (jodetel, 1991. Citado por Vaughan). Por ejemplo la mayoría de los circos presentaban un espectáculo paralelo en el que se

presentaban distintos “monstruos” siendo estos personas con algún tipo de discapacidad, estas curiosidades con personas con algún tipo de discapacidad se ve en la película de David lynch *Theelephantman* ( el hombre elefante) el satírico de fellini y el libro *notredame de parís* de Victor hugo.(Vaughan, 2008)Es cierto que ellos por la falta de alguna de sus facultades por consecuencia biológica, es decir desde su nacimiento, o por algún tipo de calamidad, accidente o problema patológico, no tienen todas sus habilidades, y por ello se piensa de manera errada, que no pueden cumplir un papel importante dentro de nuestra sociedad. Una sociedad, específicamente la nuestra, marcada por el menosprecio, hacia estas personas, llegando a despreciarlas y separarlas, creando un modelo donde hay un tipo de personas que no sirven, y otros, los que son “normales” y tienen sus capacidades completas.

Con este último enunciado, es que queremos hacer un pequeño análisis de como vemos a las personas con alguna minusvalidad, específicamente queremos enfocarnos en las personas

en silla de ruedas, dentro de algunas de nuestras “realidades inmediatas”, es decir, tres espacios determinados y como se les trata, desde nuestros imaginarios y lo que podemos observar casi a diario:

El primero sería la familia. Cuando hay una persona minusválida en alguna familia hay que tomar en cuenta distintos factores socio-económicos. No es sencillo tener un discapacitado dentro de una familia; sin duda, la parte económica juega un papel importante, ya que las personas en silla de ruedas requieren un cuidado específico, desde las herramientas que ellos requieren hasta la educación, y el lugar donde se les va a impartir.

En muchas ocasiones, las personas minusválidas son abandonadas al comprobar los problemas que ellos tienen. Se les deja en una realidad en la que tienen que desenvolverse solos, y donde no se les da, en la mayoría de los casos, una oportunidad, simplemente se les rechaza, sin llegar a conocer sus verdaderas capacidades. La familia juega un papel importante, ya que es allí en donde comienza a verse

como será el trato dentro de la sociedad. Es allí en donde se les dan valores, para que lleguen a entender el mundo en el que nacieron, y al que van a tener que enfrentarse en un momento determinado.

el segundo contexto, este un poco mas global, es la sociedad, lógicamente, aquí nos encaminaremos en lo que podemos observar a diario dentro de nuestra sociedad.

Las personas con todas las capacidades, piensan que por una minusvalidad, los discapacitados no tienen habilidades para desempeñar determinadas labores. En los trabajos no se les considera, pues se crean modelos errados, en donde ellos se les tiene que apartar. No se tienen en cuenta sus cualidades intelectuales, cuenta mas la parte física, la impresión que de ello se tiene es bastante fuerte, y no se llega a conocer profundamente.

Es cierto también que en nuestro país poco a poco cambian estos argumentos anteriormente planteados, pues se ha podido comprobar con hechos claros, que este tipo de personas tienen un lugar importante dentro de la sociedad,

que se lo han ido ganando con base en su fuerza de voluntad, su persistencia, pero sobre todo con su trabajo, sin sentirse menos, ellos intentan vivir, y en algunos casos sobrevivir en esta sociedad, que trata de apartarlos.

El ultimo contexto y que no puede ser otro, es la escuela, aunque obviamente, debe nombrarse aunque sea un poco a la educación física.

(eusseu, 2007) Hay que comenzar diciendo que las escuelas y las universidades han abierto mas posibilidades a personas discapacitadas, se ha podido crear un ambiente mas adecuado para personas con o sin discapacidad. Unos aprenden cualquier tipo de asignatura, materia, carrera o labor, puesto que su discapacidad no les impide ser personas responsables de su desarrollo, sin sentirse inferiores. De otro lado, tenemos a quienes sin ninguna discapacidad han aprendido a aceptar a todo tipo de personas con deficiencias, viendo en ellas, personas que no se conforman con lo que son, quieren sobresalir demostrar que hay ningún tipo de impedimento o barrera

entre unos y otros, queriendo hacer que no haya discriminación.

Por último, es importante decir que la educación física, también se ha abierto hacia las personas discapacitadas, se les trata de enseñar igual que a todos los estudiantes, sin restricción o indiferencia, ya que es como base fundamental de la educación física, que ha creado personas que a pesar de algún tipo

de deficiencia física o cognitiva, reconocen su propio cuerpo, y mas interesante aun, desde ese desarrollo del cuerpo, es que se ha podido crear deportistas, con alguna discapacidad, de alto rendimiento, pero esto, será tema de otro escrito.

## Referencias

HoogVaughan, Psicología social. 2008

Constitución de Colombia

Eusseu Danilo, (2007). Educación física y corporal: prácticas físicas corporales. Bogotá. Funámbulos editores.

Ríos Merche, (2003). Manual de educación física adaptado al alumno con discapacidad. Barcelona. Editores paidotribos.

Naciones unidas (2001). Dirección y principios para la elaboración de estadísticas con discapacidad. Editorial naciones unidas.

## FOMENTO DE VALORES DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA



Jennifer Barón Benavides

Fabio Alberto Pava Perico

Estudiantes de Pregrado Licenciatura en educación física

Universidad pedagógica nacional

### Resumen

Partiendo desde los actuales problemas de convivencia (matoneo, violencia, drogas, etc.) que se presentan dentro de la escuela, es fundamental concebir el poco interés que se brinda al conocer al estudiante y dar en detalle el por qué de los comportamientos actuales; no es simplemente dar estadísticas y generar un plan después de detectar los problemas en el cual la gran mayoría de afectados y agredidos serán los mismos estudiantes, sino que se pretenda evitar

estos eventos que son lamentables tales como el matoneo que en realidad lo que logra es lo contrario a lo que se busca en la escuela y en el mismo acto educativo que es el desarrollo tanto de la persona como de sus conocimientos, del mismo modo se pretende generar nuevas formas de convivencia mediante la enseñanza en

Valores, acción que debe ser mancomunada entre familia y escuela.

En este artículo se pretende dar a conocer la importancia de la educación física en la formación de valores de los niños en la escuela, siendo ésta, un medio para la formación moral y más a grandes rasgos un potencializador del desarrollo humano creando así seres integrales respecto a lo cognitivo, afectivo y psicomotriz, partiendo desde la creación de vínculos afectivos individuales y posteriormente interiorizados con el fin de lograr una buena relación del individuo con el círculo en el que vive, sociedad.

Para lograr este fomento de valores, vínculos afectivos y la buena relación con el entorno al que se quiere llegar con el estudiante desde la educación física, es preciso realizar un replanteamiento del por qué y el para qué se realiza el acto educativo, si únicamente se realiza con el fin económico o si se realiza con una intencionalidad educativa de crear seres íntegros al potencializar el desarrollo humano, de este modo se verán inmersos los intereses de cada individuo y su columna vertebral que en este caso será la familia, como primera responsable de la formación en valores.

## Palabras claves

Valores, potencial humano, educación física, desarrollo integral.

## Abstract

Starting from existing coexistence problems (bullying, violence, drugs) occurring within the school, it is essential to design the little interest that is provided to meet the student, and give in detail the reason for the current behavior, not just give statistics and generate a plan after detecting problems in which the vast majority will be affected and attacked the students, but it is intended to avoid these unfortunate events are such as bullying actually achieves what is otherwise to what is being sought in school and in the same act that education is the development of both the person and their knowledge, just as it seeks to generate new forms of coexistence through education in values, which should be joint action between family and school.

This article seeks to highlight the importance of physical education in the formation of values in school children, this being a means of moral training and

roughly one potentiator of human development on creating integrated beings to the cognitive, affective and psychomotor, starting from the creation of individual bonding and subsequently internalized in order to achieve a good relationship between the individual and the circle in which it lives, society.

To achieve this promotion of values, bonding and good relationship with the environment that you want to go with the student from physical education, it must conduct a reassessment of why and wherefore educational act is performed, if only performs economic order or if done with educational purpose of creating integral beings to potentiate human development thus will be immersed interests of each individual and his spine which in this case is the family as primarily responsible for values education.

**Key words:**

Values, Human potential, Physical education, integral development.

### Origen de los valores

Desde épocas muy remotas el estudio de los valores ha sido fundamental en la sociedad, iniciaron siendo estudiados por los filósofos quienes los abordaron como valores en sí, puesto que para ellos los valores se encontraban en el ser, modos de ser. Cabe resaltar que desde la civilización griega e imperio Romano se inicia con la influencia religiosa en el comportamiento del ser humano, estableciendo valores meramente ritualistas, con la tradición teológica cristiana, sin embargo se pueden establecer cinco épocas según la educación en Colombia: colonial, republicana, modernidad, reforma de la modernidad y modelo de tecnología educativa.

En cada una de las épocas se buscaba formar un ser integral según las circunstancias y las necesidades del momento, sobresalía la inmediatez reflejada en la sociedad sin dejar de lado los fundamentos filosóficos y teológicos. En la época de la colonia la formación en valores estaba basada en la religión católica que estaba orientada a la

obediencia, sumisión, cuyos intereses tienen origen en las comunidades religiosas. En la época republicana se orientó la parte intelectual y cultural donde sobresalían la democracia, la soberanía popular y el racionalismo. En la época de la modernidad se formaban seres a partir de la constitución, la educación debía organizarse de acuerdo con los dogmas y la moral de la religión católica, fue fundamental la disciplina, la puntualidad, la compostura, a través de los comportamientos disciplinarios se infundieron valores como el respeto, la formalidad, la autoridad, entre otros. En la época de la reforma a la modernidad estuvo influenciada por la pedagogía activa, se hace énfasis en la formación de valores como el saber, el trabajo, la familia, la amistad. Se privilegia el poder del dinero estableciéndose este sobre el ser. Finalmente en la época de la educación tecnológica, la educación es tratada como un proceso productivo en donde debe darse un rendimiento y una rentabilidad, llegando así a una sociedad de consumo donde los valores no tienen cabida, la violencia y la corrupción toman

el papel protagónico donde los antivalores salen a flote.

### ¿Qué son los valores?

Los valores son producto de cambios y transformaciones constantes a lo largo de toda la historia, surgen con un significado especial y cambian o desaparecen en las diferentes épocas. Por ejemplo, la virtud y la felicidad son valores; pero no se podría enseñar a las personas de la época actual a ser virtuosas según el pensamiento que tuvieron los griegos en la antigüedad, puesto que al ser los valores modificables, cambiantes actúan como motivadores mientras que satisfacen una necesidad que va relacionada con la época y las costumbres. (Cuatro valores griegos fundamentales: la democracia, la libertad, la belleza y la verdad). Es precisamente el significado social que se atribuye a los valores uno de los factores esenciales que influye para diferenciar los valores tradicionales (obediencia, sumisión, austeridad, resignación, disciplina, autoridad, la formalidad, entre otros) aquellos que rigieron a la sociedad en el pasado, generalmente referidos a

tradicionales culturales o principios religiosos, y los valores modernos (respeto, solidaridad, tolerancia, transparencia, honestidad) los que comparten las personas de la actual sociedad. Los valores son principios que nos permiten orientar nuestro comportamiento a favor de realizarnos como personas. Son creencias fundamentales que nos ayudan a escoger, apreciar y elegir diferentes cosas o tener un comportamiento en un lugar y en otro. Nos brindan una pauta para formular metas y propósitos, bien sean, personales o colectivos. Dan a conocer los diferentes intereses y sentimientos.

Los valores hacen referencia a necesidades humanas y representan ideales, sueños y aspiraciones, con una importancia independiente de las circunstancias. Un ejemplo muy claro es que aún si se es injusto la justicia sigue teniendo valor. Lo mismo ocurre con el bienestar o la felicidad.

Según Silvia Schmelkes, (Auto registro, espejo de la práctica docente, 1991) “Los valores son principios que dirigen y regulan el actuar de los seres

humanos en cualquier momento o situación. Son dinámicos debido a que tienen un origen histórico y cambian según las circunstancias o el contexto social”. Por lo tanto es esencial trabajar tanto los aspectos cognitivos, afectivos y procedimentales de la misma forma para lograr construir en la persona un desarrollo íntegro. Cualquier proceso educativo que desatienda alguno de ellos, o que enfatice uno por encima de los demás, desembocará en un desarrollo desequilibrado del ser humano. Se estará de acuerdo en que la escuela, tradicionalmente, ha subrayado el aspecto cognoscitivo por encima de los otros dos. Es de aquí donde surge la necesidad de que los docentes conozcan la utilidad y los beneficios que la formación en valores aportará para construir una sociedad armónica.

El concepto de valores abarca diferentes contenidos y significados, han sido abordados, analizados y tratados de definir desde diversas perspectivas y teorías. En sentido humanista, se entiende por valor lo que hace que un hombre sea hombre, sin los valores perdería la humanidad o parte de la misma. El valor

se refiere a una excelencia o a una perfección del ser. Por ejemplo, se considera un valor decir la verdad y ser honesto, ser sincero en lugar de ser falso y/o mentiroso; es de más valor trabajar que robar. La práctica del valor desarrolla la humanidad de la persona, mientras que el contravalor lo despoja de esa cualidad (Vásquez, 1999, p.3). Desde el punto de vista socio-educativo, los valores son considerados referentes, pautas o abstracciones que orientan el comportamiento humano hacia una transformación social y una realización personal. Son guías que dan determinada orientación a la conducta y a la vida de cada individuo y de cada grupo social.

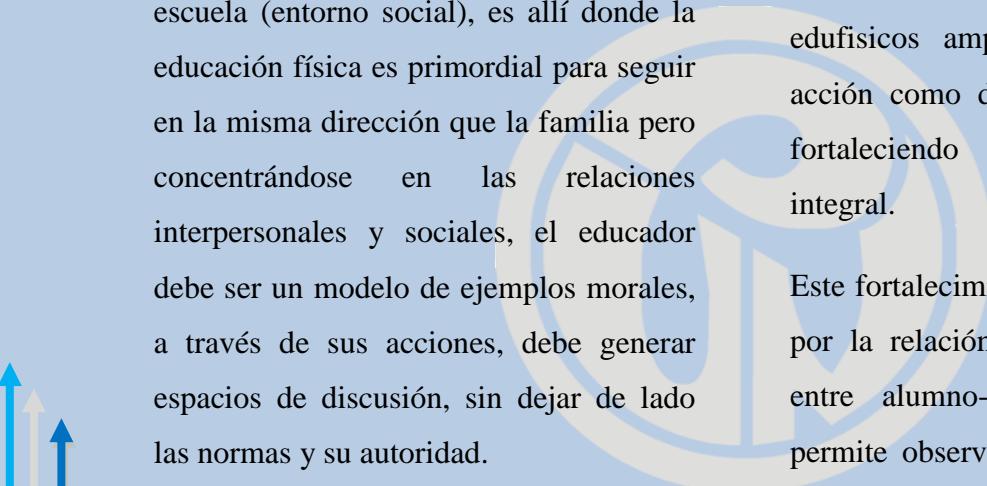
### **Fomento de valores desde la educación física**

A lo largo de la historia el hombre ha tenido que adaptarse a diferentes transformaciones, cambios sociales debido en gran medida a los avances tecnológicos lo cual ha incurrido a debilitar la comunicación y por ende en contacto directo con el otro (relaciones interpersonales), quedando en un anonimato paulatino la sociedad por lo

anterior es de suma importancia abordar el fomento de los valores desde una perspectiva crítica apoyada en la educación física, para llegar a lograr el desarrollo integral de los individuos y por supuesto a restablecer la importancia de los valores para una sana convivencia no solo en el ámbito escolar sino para la vida.

Dado que la educación física no se limita únicamente al conocimiento corporal y sus derivados, sino que tiene como parte de su núcleo el desarrollo integral de las personas es decir cognitivo, afectivo, psicomotriz, es primordial el fenómeno de los valores desde las prácticas pedagógicas de educación física. Entendiéndose desarrollo integral como aquel proceso que ayuda a la socialización mediante actividades y objetivos intelectuales, artísticos, morales e intereses personales, los cuales al ser compartidos en sociedad se movilizan por los valores de justicia, solidaridad, tolerancia, respeto, atendiendo a una óptima convivencia en sociedad.

La educación en valores no es sólo responsabilidad de la escuela, la familia



es el primer promotor de los valores iniciales que vienen desde casa, tales como el respeto, la tolerancia, la solidaridad, teniéndose en cuenta que el niño aprende desde el ejemplo, es decir que se debe tener una concordancia entre lo que se hace y lo que se dice, ya que el niño percibe el mundo desde su seno familiar, hogar y después establece vínculos en otros contextos como la escuela (entorno social), es allí donde la educación física es primordial para seguir en la misma dirección que la familia pero concentrándose en las relaciones interpersonales y sociales, el educador debe ser un modelo de ejemplos morales, a través de sus acciones, debe generar espacios de discusión, sin dejar de lado las normas y su autoridad.

Se debe tener en cuenta los intereses individuales, para que puedan ser llevados a un grupo social, mediante las actividades que realice el docente se pueden establecer distintos comportamientos y actitudes que sirven de guía para el proceso educativo, logrando observar, analizar y posteriormente establecer que tipo de

falencias morales no se encuentran presentes en la convivencia escolar.

Por un lado la educación física es considerada un área con poca importancia ya que su objeto de estudio o su fin no se han aclarado, el hecho de que el objeto de estudio no se encuentre de algún modo limitado es un punto a favor para poder abarcar más áreas, entre ellas la moral, lo cual ha permitido a los edufisicos ampliar su rango tanto de acción como de bases teórico-prácticas, fortaleciendo la parte de formación integral.

Este fortalecimiento que se habla es dado por la relación interpersonal que se da entre alumno-maestro-alumno, lo que permite observar, evidenciar y examinar el proceso de desarrollo del alumno en cuanto a valores desde las relaciones de convivencia que se presentan en el aula de clase, debido a mostrar su ser integrándose a las actividades planteadas en la clase de educación física, mostrando sus preferencias y sus desacuerdos mediante las actitudes y roles que tome en los ejercicios.

Dado esto, al momento de realizar la práctica docente hay que realizar un auto registro como lo menciona Adriana Piedad García Herrera (1991) en donde se reflexione sobre lo que se hace en la cátedra y poder mostrar si lo que se quiere, en este caso el fomento de valores, se está logrando o en qué se está fallando, sin necesidad que este auto registro se convierta en una “evaluación” de la práctica docente, sino que se pueda revisar si los imaginarios que los docentes se crean a cerca de lo que se realiza está bien planteado y está bien adquirido por los estudiantes.

Teniendo en cuenta lo anterior de lo que se está realizando dentro del aula de clases es posible fomentar los valores en el niño, por medio de actividades lúdico – recreativas, pre deportivas y/o introyectivas las cuales estén fundamentadas en los principios de los valores, mencionado anteriormente, para poder potencializar el desarrollo humano y transformar a estos niños en personas íntegras.

Por todo lo anterior es que nace la necesidad de impartir la formación de

valores desde la escuela y más específicamente desde la clase de educación física creando seres sentipensanteactuantes en la sociedad de hoy la cual debe enriquecer el proceso de socialización con el fin de inculcar valores como: honestidad, transparencia, respeto, tolerancia, solidaridad, rectitud, compañerismo, entre otros.

Basados en lo anterior desde el punto de vista de las prácticas pedagógicas realizadas, planteadas desde el primer ciclo de profundización de la Licenciatura en Educación Física propuesto por el PCLEF de La Universidad Pedagógica Nacional, las cuales fueron realizadas en educación formal e informal. En educación formal se puede destacar que la mayoría de actividades planteadas por los docentes en formación, tuvieron objetivos basados en expresión corporal, psicomotricidad y sociomotricidad, teniendo como pilar fundamental la formación en valores, puesto a que se evidenció la necesidad de realizar actividades en las cuales se fomenten los valores tales como: respeto, tolerancia, solidaridad y compañerismo desde la primera sesión, ya que se reflejó un grado de agresividad constante en las

conductas que presentaban los individuos entre ellos y con los docentes en formación.

Por otro lado en el ámbito informal se presentaron cambios radicales en comparación con la anterior práctica debido al contexto y la población; en este caso se trató de varios adultos mayores trabajadores de una huerta, con los cuales los objetivos planteados en cada actividad tuvieron la intencionalidad de enfatizar aquellos valores ya establecidos y por medio de la sociomotricidad llegar al trabajo colectivo, sin dejar de lado el trabajo individual, se puede destacar el empeño, interés y apropiación de las actividades por parte de los ejecutantes, ello llevó a unas mejores relaciones interpersonales dentro del grupo de trabajo y quizás logrando establecerse un tiempo de esparcimiento en el cual las actividades posibilitaron ver el trabajo desde otra perspectiva adecuando varios ejercicios a su cotidianidad y logrando hacer más agradables su rutina habitual.

Debido al proceso de práctica, surgieron varios interrogantes en relación a la diversidad de ámbitos, con respecto al

fomento de valores desde el espacio de Educación Física; por ello este artículo se enfatiza en la importancia que debe tener el educador físico en el fomento de valores en la educación.

## Referencias

Bany, M. Johnson, L. (1970) La dinámica de grupo en la educación. La conducta colectiva en las clases de primaria y segunda enseñanza. Ed. Aguilar.

Marquínez, G. (1986) El hombre latinoamericano y sus valores. Nueva America, University of Virginia.

Enciclopedia, diccionario ilustrado QUILET ROJO Y NEGRO.

Botero, C. (2005) La formación de valores en la historia de la educación colombiana. Revista Iberoamericana de Educación (ISSN: 1681-5653)

Villegas, R. (1996) Educación de valores éticos y democráticos en las

- escuelas: La situación actual en Latinoamérica. Revista pensamiento educativo.
- Jerez S. (1996) Perspectivas antropológicas de una educación en valores. Revista pensamiento educativo. Educación en valores.
- [http://www.efdeportes.com/revistadigital-buenosaires-año8-n°53-octubre de 2002](http://www.efdeportes.com/revistadigital-buenosaires-año8-n°53-octubre-de-2002)
- <http://www.efdeportes.com/efd53/valores.htm>
- <http://www.efdeportes.com/efd94/valores.htm>
- <http://www.monografias.com/trabajos16/actividad-fisica-cooperativa/actividad-fisica-cooperativa.shtml>
- <http://www.oei.es/salactsi/ipajae.htm>
- <http://www.mariohumbertofernandez.blog.com>



INTELIGENCIA MOTRIZ  
Un enfoque de aproximación a la intervención de la  
Educación Física, desde la Praxiología Motriz.



Diana Constanza Farfán Melo

Fredy Giovanny Acosta Herrera

Estudiantes pregrado licenciatura en educación física

Universidad Pedagógica Nacional

### Resumen

*“En educación Física, no es el movimiento el objeto de estudio central, sino la persona que se mueve, la persona que se desplaza, sus decisiones motrices, sus respuestas afectivas, su noción de riesgo, sus estrategias corporales, la interpretación que haga de las conductas motrices de los demás participantes y de la información que obtenga del medio”*  
Largadera y Lavega (2003 pág. 195).

En evidencia de lo anterior, la Educación Física precisa de elementos, prácticas, características y contenidos, que contribuyan en los sujetos a estructurar una serie de habilidades que toman sentido tanto en el ámbito cognitivo como motriz; es por eso, que esta disciplina se ve evocada a generar a partir de aprendizajes motores, la capacidad del sujeto para: comprender, adaptar,

percibir, representar, simbolizar, valorar, representar, y abstraer desde el movimiento, lo que la Praxiología Motriz denomina Inteligencia Motriz.

### **Palabras Claves.**

Inteligencia, Inteligencia Motriz, Educación Física, motricidad, juego, adaptación, soluciones motrices.

### **Abstract**

*"In physical education, movement is not the main object of study, but the person moves, the person traveling, driving their decisions, their affective responses, their notion of risk, bodily strategies, the interpretation made of motor behavior of the other participants and the information you get in the middle "and Lavega Largadera (2003 PG 195).*

In evidence of this, the precise physical education elements, practices, features and content that help individuals to structure a set of skills that make sense not only motor but also cognitive domains, that is why this discipline is generate evoked from motor learning, the subject's ability to understand, adapt, perceive, represent, symbolize, assess,

perform, and abstract movement, which called motor Praxiology motor intelligence.

### **Key words.**

Intelligence, motor intelligence, physical education, motor, play, adaptive drive solutions

### **A Modo de Introducción**

Pensar en inteligencia, quizá lleve al lector a reflexionar acerca de la capacidad, habilidad o destreza humana de entender, asimilar, elaborar información y utilizarla para resolver un problema del conocimiento, y aunque también se requiere hablar de este tipo de inteligencia, el presente artículo pretende específicamente abordar la inteligencia motriz, desde la mirada de la Praxiología Motriz, como un enfoque que presenta otra perspectiva de intervención para la Educación Física en la escuela.

Es preciso hacer hincapié en el papel que desempeña la Educación física en los primeros años de escolaridad de los niños, su intervención en el proceso de adquisición de la inteligencia motriz y la importancia de éste concepto en el

desarrollo integral del individuo. Es por eso que el objetivo central del presente artículo será, hacer una aproximación a concepto de desarrollo de la inteligencia motriz como fin último de la intervención de la Educación Física en la escuela, desde las diversas miradas que ofrece el abordaje de este concepto, como desde la psicomotricidad (Jean Le Boulch, Hacia una Ciencia del Movimiento Humano 1992), la Praxiología motriz (Introducción a la Praxiología, Francisco Laragrdera y Pere Lavega, 2003), la Teoría de las Inteligencias Múltiples (Gardner, 1995) entre otros, y de esta manera hacer una aproximación al objetivo del presente escrito.

Además de lo anterior, se posibilitará un desglose previo de ideas y conceptos que clarifiquen al lector las ideas de los autores respecto al concepto de la Inteligencia Motriz y la intervención que desde la Praxiología Motriz se pretende hacer en la Educación Física. Ideas, que parten del objetivo principal de la sistematización de saberes del ciclo de Profundización I de la Licenciatura en Educación Física del PCLEF de la Universidad Pedagógica Nacional, de

dar solución a la pregunta problema de este ciclo: ¿Cuál es la incidencia de la Educación física como disciplina académica en los procesos de desarrollo del potencial humano?.

### **Inteligencia. Abordajes y Posturas.**

La palabra inteligencia, tomando la definición de Daniel Riobóo (2010. Pág. 1) “*la palabra inteligencia deriva del término latino intelligentia que, a su vez, proviene de intelligere, vocablo compuesto de intus “entre” y legere “escoger”, lo cual conlleva a definirla aquí, como la capacidad o habilidad que posee una persona para saber escoger.*

Si se hablara esencialmente de la mente humana de los procesos de sinapsis cerebral, se tomaría como la capacidad individual que tiene el ser humano de operar sus procesos psíquicos con eficiencia y eficacia, para adaptarse a situaciones o nuevas demandas producidas por el medio en que se desenvuelve, lo cual coincidiría con el concepto que propone Gardner (2005) “*la inteligencia implica la habilidad*

*necesaria para resolver problemas o elaborar productos que son de importancia en un contexto cultural o en una comunidad determinada”* Pág. 33. A lo anterior podemos decir y agregar que esa capacidad para resolver problemas precisa de una gama amplia de procesos que permiten abordar diversas situaciones en busca de lograr un objetivo; tal objetivo, necesita de la elección correcta y eficaz de soluciones (aquí se funden los dos conceptos anteriores); en donde se asume a las habilidades cognitivas como esas estructuras mentales, que dan cuenta de la capacidad del sujeto para de actuar por medio de una serie de conexiones sensoriales que se hacen evidentes física e intelectualmente a partir de las decisiones que se toman.

Entonces, ¿Cuándo se determina que una persona es inteligente? Algunos dirán que quizá cuando es capaz de resolver complejas operaciones matemáticas o de cálculo, otros dirán, que esta habilidad la poseen quienes son elocuentes y capaces de comunicar, transmitir o plasmar sus ideas o pensamientos de manera asertiva, habrán quienes opinen que los grandes empresarios, economistas, abogados,

políticos, docentes, entre otros, son quienes podrían contar con esta habilidad ya que su vida exitosa y adinerada es una muestra fehaciente de su capacidad de generar estabilidad económica, social y quizá afectiva. En un último grupo estarían quienes consideran que una persona inteligente es quien tiene la capacidad de memorizar rápidamente y recordar con facilidad hechos, conocimientos, tratados, conceptos, operaciones etc. Pues ciertamente, todos estarían pensando de una manera correcta, pues cada uno de ellos posee un tipo de inteligencia que le permite ser asertivo en la toma de decisiones y la ejecución de acciones en una determinada práctica.

Dando cuenta de la anterior hipótesis, nos acercaremos a la concepción de Antunes C (2006, pag 9), en la que plantea que: “*eliminando la idea preconcebida de la existencia de una inteligencia general y asumiendo la idea de inteligencia en un sentido más amplio... la inteligencia es, por tanto, un flujo cerebral que nos lleva a elegir la mejor opción para solucionar una dificultad...*”, por ende, la inteligencia no se puede reducir a una sola esfera, la inteligencia no pretende ser

un elemento unidireccional, esta capacidad humana se extiende a todas las dimensiones del ser humano afectiva, social, personal, profesional, cognitiva y Motriz.

Entonces, pensar en considerar múltiples aspectos de la vida del ser humano, obliga a pensar también en la posibilidad del movimiento, pensar en una no tan explorada dinámica de la inteligencia, donde el cuerpo toma presencia de esa relación en la que confluyen las capacidades cognitivas y las experiencias corporales, como elementos correlacionales de un concepto más amplio que involucraría a la motricidad.

Siguiendo a Howard Gardner,(1993 Pág. 33) quien propone la “Teoría de las inteligencias Múltiples” y acentuando un poco el tema de interés de este escrito, se cuenta con que este autor propone siete tipos de inteligencia; inteligencia musical, cinético-corporal, Lógico-matemática, lingüística, espacial, interpersonal e interpersonal. Cada una de ellas, da cuenta de una dimensión o campo de acción del ser humano, en el cual se podría apreciar un perfeccionamiento de

diversas habilidades que permitirían un desarrollo integral del sujeto. Como el campo de acción que interesa en este texto es el de la motricidad, se entrará a posibilitar el desarrollo (a partir de ésta y muchas otras perspectivas) del concepto de Inteligencia Motriz.

### **Inteligencia Motriz**

Sin duda alguna existen tantas inteligencias como talentos que pueda poseer un ser humano, el movimiento considerado no como talento (aquí) pero si como facultad que puede ostentar cualquier ser humano, representa una fuente abundante de aprendizajes y experiencias, sin embargo, se precisa de elementos que direccionen y envuelvan dichas acciones a fin de desarrollar múltiples habilidades con el propio cuerpo y que permitan al sujeto relacionarse eficientemente con el entorno a partir de su motricidad, estos elementos se denominan intenciones, de estas intenciones motrices se alimenta la Educación Física.

En la teoría de Howard Gardner acerca de las inteligencias múltiples comprende a la Inteligencia Cinestésico-Corporal y la

Inteligencia Espacial dentro de la perspectiva que pretende enmarcar el abordaje del concepto de la inteligencia motriz. Dice Gardner (1993, pág. 36) “*La consideración del conocimiento cinético corporal como "apto para la solución de problemas" puede ser menos intuitiva; es cierto que... la habilidad para utilizar el propio cuerpo para expresar emociones (como en la danza), competir en un juego (como en los deportes) o para crear un nuevo producto (como en las artes plásticas), constituyen la evidencia de las características cognitivas del uso corporal*”. Bien es cierto que todas las perspectivas de la inteligencia están direccionadas a la resolución de problemas desde alguna esfera, en este caso el movimiento cobra sentido en la resolución eficiente un problema motor planteado, pero a su vez, el movimiento precisa de un nivel de conciencia para conseguir su total displicencia en la inteligencia motriz. Ahora bien, continuando con la idea de Gardner, abordaremos la inteligencia espacial, que también involucra la corporeidad desde la percepción de espacios, formas, trayectorias, movimientos etc. Gardner

(1993 pág. 39). “*La resolución de problemas espaciales se aplica a la navegación y al uso de mapas como sistema notacional. Otro tipo de solución a los problemas espaciales, aparece en la visualización de un objeto visto desde un ángulo diferente y en el juego del ajedrez*”. Con lo anterior, se determina la importancia de La orientación espacial, la propiocepción, el uso de lateralidades, reconocimiento y ubicación del cuerpo en determinados espacios, como otro tipo de elementos que configuran igualmente el perfil de la persona, que llamaremos motrizmente inteligente.

Entonces, si la inteligencia motriz comprende la capacidad que ostenta un sujeto para solucionar problemas desde la perspectiva del movimiento y la espacialidad en relación al propio cuerpo y a la interacción de éste con el entorno, ¿Qué posibilidades se generan desde la Praxiología Motriz para que pueda servir de elemento de intervención en la Educación Física? y ¿cómo contribuiría la Educación Física desde su práctica profesional a la consecución de este objetivo? el desarrollo de la inteligencia

motriz, como fin último de su intervención en la escuela.

### **Perspectiva de la Inteligencia Motriz desde la Praxiología Motriz.**

La Praxiología motriz introduce elementos como el interés por el estudio de las acciones motrices desde la perspectiva de la lógica interna de las situaciones motrices a la Educación Física. La Praxiología se olvida de la noción de movimiento en la que el interés está centrado en el resultado y no en el proceso ni en quien lo realiza, dice Lagardera y Lavega (2003, pág. 195) “*la idea de movimiento responde a una idea de cuerpo biomecánico definido por los desplazamientos observados desde el exterior; así se preocupa por describir los enunciados gestuales, ya que el centro de atención es la técnica el modelo gestual abstraído y despersonalizado*”. De acuerdo con los autores, el movimiento no es o no debe ser el único objeto de intervención de la Educación Física sino, de acuerdo con la Praxiología, las conductas motrices ofrecen otra perspectiva, desde la cual se propiciaría más eficazmente el

moldeamiento y construcción de una inteligencia motriz en el sujeto que aprende.

Los sistemas Praxiológicos (juegos, deportes, actividades específicas) de los que se vale la Praxiología, proponen situaciones motrices en las que el sujeto debe involucrarse totalmente, lo cual permite que la experiencia favorezca la intervención de la toma de decisiones, la ejecución óptima de los movimientos en busca de la consecución de objetivos bien sean individuales o colectivos, la evidencia del error y su posterior corrección, sus limitantes espaciales, su ubicación respecto a un compañero o un adversario, entre otras.

Ejemplifiquemos un poco desde la Mirada de Largadera y Lavega (2003, pág. 197), “*Lorenzo, Carlos, Martha y Jaime deciden participar en el juego de balón prisionero. Las reglas del este juego tradicional introducen en todos los alumnos en una misma lógica motriz caracterizada por la distribución de los jugadores en dos equipos, el uso de un balón para desafiar a los adversarios o colaborar a los compañeros...en este*

*juego se observa que los protagonistas son jugadores con características distintas, sin embargo lo que distingue su participación en esta práctica no es su peso, su color de pelo, sino la menor singular de interpretar y llevar a cabo las acciones motrices". Vale la pena hacer énfasis en la forma en que el autor prioriza la forma en que cada jugador abstrae el juego y como se relaciona frente al mismo, qué acciones puede realizar, cual puede ser la estrategia que mejor le convenga usar, como esquivar, como lanzar, como precisar pases, en qué momento interceptar un balón, estas y más dinámicas de estructuración cognitiva, hablan de la Inteligencia del Sujeto. Cuando estas se llevan a cabo de forma eficiente y eficaz, cuando cada jugador, descifra y actúa la lógica interna del juego y direcciona sus acciones motrices con propiedad y eficiencia, hacia la conquista de un objetivo hablamos de inteligencia motriz.*

En definitiva, el desarrollo que se da dentro de la Praxiología a las prácticas motrices, a su lógica interna y que la Educación Física toma como herramienta para el desarrollo de su ejercicio, es la

posibilidad que cada situación hace emerger un conjunto finito de acciones motrices por parte de los actores y así facilitar la construcción de su inteligencia Motriz.

### **Posibilidades que desde La Educación Física se dan para el desarrollo de la Inteligencia Motriz.**

Es evidenciable que la motricidad requiere de un grado de calidad para obtener el reconocimiento de inteligencia Motriz, calidad, que es el resultado de una serie de aprendizajes y prácticas de conductas motrices que dan cuenta de un proceso de evolución y desarrollo a partir de la puesta en práctica de habilidades que determinen esa calidad que se requiere. Si Bien es cierto, que algunas habilidades se aprenden a partir de lo que Le Boulch (1992) denomina la significación biológica del movimiento como "la satisfacción de determinadas necesidades orgánicas que se resuelven mediante la ejecución de actividades de tipo adaptativo tales como las relacionadas con la defensa, la protección y la satisfacción de necesidades específicas" También es cierto se necesita

de una Educación Física que potencialice, estimule y desarrolle el mejoramiento de habilidades motrices, que permitan al sujeto desenvolverse eficazmente mediante su corporeidad en una situación que así lo demande. Es entonces el rol de la educación física, como lo dice João Francisco Magno (pág.2) “*entendida como un campo de pedagogía de las conductas motrices, o sea, una práctica de intervención que ejerce influencia sobre las conductas motrices de los participantes en función de las normas educativas implícitas o explícitas*” el de proporcionar a los aprendices una amplia gama de posibilidades y situaciones motrices, que conlleven al aprendiz a explorar en su motricidad y escoger la acción que mejor se adecue para llevar al éxito el objetivo que se propone.

Tomando la idea de Navarro (pág. 66) “*En los juegos es posible distinguir conductas ajustadas a las circunstancias y problemas del juego, pero que exigen algún grado de interpretación, tanto personal por parte del jugador como propia del contexto estructural del propio juego*”. Permite reflexionar cómo el juego

interviene en el proceso de adquisición de la inteligencia de los sujetos, representando una herramienta fundamental para la Educación Física y en la modificabilidad de las conductas motrices de los alumnos, ya que requieren de una comprensión y adaptación a su lógica interna, para dar así soluciones inmediatas que pueden ser ejecutados individual o colectivamente según la situación lo plantea.

Los juegos, los deportes y las diversas tareas motrices que desde la Educación Física se pueden proponer en busca del desarrollo de la Inteligencia Motriz, no son conocimientos o herramientas exclusivos del profesor, también se debe propiciar la invención de los alumnos, permitir que a partir de su creatividad y desde su individualidad se construya conocimiento práctico. Es importante permitir que el alumno intervenga en su proceso de desarrollo motor, que sus conocimientos previos y sus habilidades, sus motivaciones o gustos, sus miedos, su edad y demás representen un papel fundamental a la hora de la construcción de su Inteligencia Motriz.

## **La tarea del Educador Físico**

Día a día, esta es la tarea del Educador Físico, apropiarse de herramientas, que le faciliten progresivamente evolucionar en el proceso de desarrollo de la inteligencia motriz de sus alumnos, y para lograr esto es preciso para los Educadores Físicos en formación tomar conciencia de "cuatro "principios" que aporta Francisco Magno en su artículo "*Praxiología motriz: construcción de una nueva mirada de los juegos y deportes en la escuela*": comprender mejor lo que se está enseñando; enseñar con más consistencia y sentido; trasferencia de estructuras y lógicas de actividades; organizar y seleccionar contenidos, de esta manera se lograra que la acción de la Educación Física sea eficiente y q realmente pueda contribuir al desarrollo del potencial Humano.

## **Conclusiones**

Es entonces la incidencia de la Educación Física en el desarrollo, mejoramiento y optimización de las conductas motrices, lo que determina una de las posibilidades que desde esta disciplina, viabiliza en el

desarrollo de la inteligencia motriz del sujeto, puesto que contribuye a través de sus múltiples formas de acción a la construcción de acervos motrices que permitirán al sujeto una mejor forma de interactuar con el entorno a través de su motricidad.

Los factores que se incluyen en la Inteligencia Motriz, representada en la habilidad que tiene el sujeto para elegir soluciones a problemas motores son: la capacidad para descifrar e interpretar la gramática de las situaciones motrices, para relacionar, adaptar, comprender, simbolizar, valorar y abstraer desde el movimiento, soluciones de una manera eficaz, articulando conceptos y movimientos en la consecución de un objetivo en determinada situación motriz.

Desde la perspectiva del desarrollo del potencial humano, la construcción de la Inteligencia Motriz del sujeto, representa el aporte de la Educación Física a tal dinámica, pues mediante ella se posibilita el mejoramiento de la calidad de vida de los sujetos.

## Referencias

- Antunes Celso, 2006. Estimular las Inteligencias Múltiples. Qué son, Cómo se manifiestan, Cómo funcionan. Editorial Narcea S.A.de Ediciones.
- Lagardera Francisco y Lavega Pere (2003) Introducción a la Praxiología Motriz, Editorial Paidotribo. Barcelona.
- Gardner Howard (1992). Inteligencias Múltiples. La Teoría en la Práctica. Editorial Paidos. Buenos Aires.
- Navarro Vicente (2002). El Afán de Jugar. Teoría y Práctica de los juegos Motores. Editorial Inde Publicaciones..

Eric Dugas y Bertrand During. La inteligencia motriz en la escuela. Universidad Nacional de la Plata. Facultad de Humanidades y ciencias de la Educación. 2006.

Jean Le Boulch (1992). Hacia Una Ciencia del Movimiento Humano. Introducción a la Psicokinética. Editorial Paidos.

João Francisco Magno Ribas.

Praxiología motriz: construcción de una nueva mirada de los juegos y deportes en la escuela. Departamento de Desportos Coletivos - Universidade Federal de Santa Maria RS. Brasil.

## LA DROGADICCION EN LA ESCUELA



Edwin Ancizar Valencia Barrera

Ivan Darío Antolinez Rincón

Estudiantes de pregrado de Licenciatura en Educación Física

Universidad Pedagógica Nacional

### Resumen

En la actualidad, una de las problemáticas sociales con mayor relevancia es el consumo de drogas en Colombia, así como esta a través de los años a venido difundiéndose en distintos grupos poblacionales, especialmente en aquellos donde hay un alto número de jóvenes; es el caso de las instituciones educativas, donde la proliferación, ventana, consumo y microtráfico de drogas dentro y fuera de ella ha venido

en ascenso en los últimos años, generando así toda una serie de problemáticas de índole familiar, académica y social, no solamente para quienes son consumidores y sus familias, sino también para los docentes, quienes están en la necesidad de implementar nuevas estrategias que permitan la prevención y disminución del consumo de droga en sus estudiantes.

Dadas las circunstancias anteriormente mencionadas, el presente artículo pretende dar a conocer, como desde la

Educación Física se puede ayudar a la prevención y así, hacer frente a esta problemática. En primera medida se debe precisar que uno de los factores que más incide en el consumo de drogas en los jóvenes, es el mal aprovechamiento de su tiempo libre, partiendo de ahí, se propone la utilización de estrategias como los juegos pre-deportivos y alternativos dentro y fuera de la clase de Educación Física, donde se espera tener estudiantes que aprovechen de una manera sana y divertida su tiempo libre, reduciendo así las probabilidades de estar en ambientes donde puedan caer en la drogadicción.

### Abstract

Currently, one of the most important social problems is the use of drugs in Colombia, and this through the years been spreading in different population groups, especially where there is a high number of young people, it is the case educational institutions, where the proliferation, window, drug consumption and micro traffic in and out of it has been rising in recent years, and generated a number of problems of indole familiar, academic and social, not just for those who are

consumers and their families, but also for teachers, who are in the need to implement new strategies for prevention and reduction of drug use in students.

Given the above circumstances, the present article seeks to highlight, as from physical education can help prevent and thus deal with this problem. In a first step should be clarified that one of the factors that influences drug use in young people, is the misuse of his free time from this point, we propose the use of strategies such as pre-games and alternative sports inside and outside of PE class, where students are expected to take advantage of a healthy and fun leisure, reducing the odds of being in environments where it can fall into drug addiction.

### Palabras clave

Educación Física, Drogadicción, Tiempo libre, Juegos alternativos, prevención, docente, problemática social.

## **Key word**

Physical Education, Drug Addiction, Leisure, Games Alternative, Prevention, Educational, Social Problems.

...Su mano se levanta mientras la manga de su saco de colegio se encoge. Con pequeños saltitos sale del salón de clase hacia el baño, luego de que la profesora le diera permiso. En su jardinera a cuadros lleva un frasco que contiene un líquido llamado 'dick' y que es usado para mantenimiento de computadores. En el baño, unta el extremo de su buso con el fluido y comienza a inhalar. Lo hace varias veces. Su cabeza gira mientras siente que su mente se desprende de su cuerpo. Inhala una y otra vez y siente que se desconecta de la realidad. Al abrir los ojos se encuentra en la enfermería del colegio. Una maestra la encontró desmayada en medio de dos lavamanos. El caso se registró hace dos meses en un colegio del sur de Bogotá, con una estudiante de 16 años que cursa octavo grado... (Víctor H. Gordillo, 2011).

Uno de los problemas sociales más relevantes de la actualidad es el consumo de drogas, por lo cual es una de las situaciones que más preocupa a los educadores, a los padres de familia y a la comunidad en general. Es por ello que se hace necesaria la implementación de medidas de contención desde la Educación ante este tipo de conductas, ayudando así a la prevención y superación de la drogadicción.

Es de suma importancia que los futuros licenciados en Educación Física del país encaminen sus esfuerzos a estudiar y aprender todo lo concerniente a la problemática de la drogadicción, en ¿cómo se origina?, ¿Cómo llega a los estudiantes?, ¿Qué efectos producen?, ¿cómo tratarla cuando esta ya hace parte de la vida de los estudiantes? De esta manera se podrá ayudar y orientar de una manera más acertada y directa a los estudiantes que pueden estar en riesgo de caer en el mundo de las drogas.

## Referente teórico sobre la drogadicción

Según la Organización Mundial de la Salud (2011) “una droga es toda sustancia que, introducida en el organismo por cualquier vía de administración, puede alterar de algún modo el sistema nervioso central del individuo que las consume”.



Según Pérez A (2009) Se distinguen entre las drogas, estimulantes del sistema nervioso central y drogas depresoras del sistema nervioso central:

- Las drogas estimulantes producen en el individuo sensaciones de alerta, mejora temporal en la actividad física y neurológica, extrema confianza y disminución del sueño, entre ellas encontramos: anfetaminas, antidepresoras,

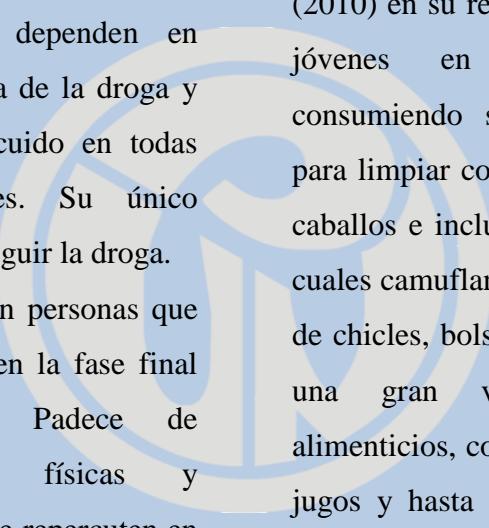
psicoenergizantes, cocaína, marihuana y alucinógenos.

- Las drogas depresoras conllevan a disminuir la tensión y el estrés, produciendo así calma y relajación. Como: heroína, morfina, narcóticos, solventes volátiles, barbitúricos, alcohol y tranquilizantes.

El uso habitual de estas drogas por parte de un individuo desencadena en él una adicción, la cual hace referencia a la dependencia de una droga que al ser retirada produce síntomas en el organismo, es también conocida como farmacodependencia.

De esta manera se hace importante y necesario que el educador conozca las distintas fases por las que atraviesan los individuos que inician el consumo de drogas hasta llegar al estado de la dependencia. Como lo describen Duque H. y Ortiz J. (1989 pág. 79,):

1. Experimentador: es aquel que usa la droga esporádicamente motivado por la curiosidad o por presión de grupo.

- 
2. Usador social: son personas que consumen la droga con alguna frecuencia, generalmente en actividades de grupo.
  3. Buscador: son aquellos que requieren de la droga para realizar actividades de tipo académico, social y laboral.
  4. Disfuncional: son aquellas personas que dependen en forma avanzada de la droga y manifiesta descuido en todas sus actividades. Su único interés es conseguir la droga.
  5. Destructivo: son personas que se encuentran en la fase final del proceso. Padece de perturbaciones físicas y psicológicas que repercuten en su entorno familiar, llevando incluso a la muerte.

Se consideran personas farmacodependientes a los buscadores, los disfuncionales y los destructivos.

Es difícil intentar hallar una razón específica por la cual los jóvenes se acercan a las drogas, ya que existen

distintas situaciones entre ellas de índole familiar, social, educativa y emocional que pueden conducir a un consumo excesivo no solamente de las drogas anteriormente mencionadas, sino además de una nueva ola de drogas de fácil acceso que han desplazado a las tradicionales.

Ahora, como lo menciona Gordillo V. (2010) en su reportaje del diario Mío, los jóvenes en los colegios están consumiendo sustancias como líquidos para limpiar computadores, sedantes para caballos e incluso alcohol industrial, las cuales camuflan en botellas de agua, cajas de chicles, bolsas de té y hacen con ellas una gran variedad de productos alimenticios, como tortas, postres, arepas, jugos y hasta nuevos licores, siendo de esta manera drogas con un alto nivel tóxico lo cual dificulta las medidas de prevención y se convierten en un nuevo reto para los educadores del país.

Para corroborar lo mencionado es preciso observar que en las estadísticas del DANE en el boletín de prensa publicado el 9 de mayo de 2012 en la encuesta de convivencia escolar y

circunstancias que la afectan, para estudiantes de 5° a 11° se explicita lo siguiente:

La Encuesta de Convivencia Escolar y Circunstancias que la afectan –ECECA, para estudiantes de 5° a 11° de la Ciudad de Bogotá, se realizó conjuntamente entre el Departamento Administrativo Nacional de Estadística – DANE y la Secretaría de Educación de Bogotá. La recolección de la información se realizó entre el 1 de agosto y el 15 de septiembre del año 2011, en la ciudad de Bogotá a excepción de la Localidad de Sumapáz. La encuesta arrojo los siguientes resultados:

A la pregunta realizada a los estudiantes, ¿Con qué frecuencia consumes drogas? Se registro que 97,1% de los estudiantes de 5°, 92,9% de los estudiantes de 6° a 9° y 89,8% de los estudiantes de 10° y 11° nunca han consumido drogas.

El 94,3% de las mujeres y 91,3% de los hombres nunca han consumido drogas, sin embargo revisando el comportamiento de las demás frecuencias, se observa que el consumo

de drogas es más frecuente en los hombres que en las mujeres.

Entre las posibles causas que pueden generar un consumo de drogas dentro de la escuela se encuentran: los conflictos que enfrentan los estudiantes con sus profesores, con sus compañeros y con las figuras de autoridad, razones que los lleva a desertar del colegio o a generar constantes fugas de las instalaciones; además están las fobias a determinadas clases que los conducen a refugiasen en las drogas.

Otra posible causa que conduce con mayor fuerza a generar problemas de drogadicción en los jóvenes se encuentra en su propio núcleo familiar. La desorganización, la desintegración y la falta de comunicación familiar llevan a los jóvenes a evadir situaciones conflictivas de la manera menos responsable.

Es una realidad que los jóvenes de hoy día, les toca vivir en hogares incompletos, desorganizados y donde se vive en constantes riñas entre los cónyuges, las peleas constantes conllevan a deteriorar las relaciones familiares,

generando ansiedad, angustia, situaciones de conflictos y obstáculos en el desarrollo de los jóvenes que solo encuentran solución evadiéndolas, estando fuera de sus hogares e incluso integrando pandillas juveniles, aumentando de esta manera el consumo de drogas (Duque y Ortiz, 1989).

En estas circunstancias se hace necesario conocer lo que la Ley General de Educación (Ley 115 de 1994) de la Constitución Colombiana de 1991 en cuanto a los fines del servicio educativo: “el pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el ordenamiento jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos”.

Pero en realidad existe un fin más específico y que tiene todo que ver con la articulación que se está intentando llevar a cabo entre la Educación Física y la solución del problema de la drogadicción en los colegios, este fin expresa “la formación para la preservación de la salud

y la higiene, la prevención de problemas socialmente relevantes, Educación Física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre”.



En atención a lo inmediatamente expresado, se genera una responsabilidad de carácter social, desde la Educación y más específicamente desde la Educación Física. De allí la necesidad de una búsqueda de nuevas alternativas a nivel pedagógico y social para ayudar a reducir estos niveles de la problemática social por medio de la prevención. Es en este punto donde surgen las preguntas del ¿Cómo? y ¿Cuándo? desde lo que concierne a la Educación se hará frente a esta situación.

Es evidente que los jóvenes que consumen drogas, lo hacen cuando se encuentran en lugares donde no evidencian una figura de autoridad como el colegio o la familia, es por ello que la estrategia que se planteará más adelante desde la mirada de la Educación Física,

estará enfocada al aprovechamiento del *tiempo libre* de los jóvenes como forma de prevención de la drogadicción.

Cuando los jóvenes se encuentran en momentos en los que cuentan con mucho tiempo y carecen de actividades para ocuparlo, estos se ven expuestos a situaciones peligrosas de la sociedad de consumo, como diría Peñalba (1999, 86) “los peligros que ofrece la calle al juego de niños y adolescentes, las cantidades de alcohol que consumen los jóvenes durante el fin de semana, el flirteo fácil y habitual con el mundo de las drogas, la delincuencia movida por la necesidad de recursos económicos que no pueden provenir de un trabajo normalizado, y tantas otras situaciones que se producen con especial intensidad justamente durante los ratos de tiempo libre. Es por ello que los esfuerzos se deben encaminar a proponer estrategias para ocupar el tiempo libre de los jóvenes y alejarlos de actividades que posibiliten el uso de las drogas.

## Relación del tiempo libre y la educación física

De esta manera el concepto de tiempo libre en los jóvenes desde la sociología tradicional y citado por Peñalba (1999) es “todo tiempo con el que cuenta un individuo en contra posición del tiempo laboral, tiempo de obligaciones, compromisos y ocupaciones múltiples”.

De esta manera se clarifica:

- Tiempo de trabajo: este es obligatorio e incluye un horario específico, este es desarrollado en pro de una remuneración económica. También encontramos aquel tiempo que obliga a la persona a ocuparse en tareas de estudio, como asistir a colegios, universidades, cursos, etc.
- Tiempo de no trabajo: este también está sujeto a obligaciones pero de índole más personal, como la satisfacción de necesidades humanas (dormir, higiene, alimentación) y las obligaciones destinadas a la solución de compromisos de la vida social y familiar (tareas

domésticas, reuniones familiares, almuerzos con los amigos, etc.)

- Tiempo libre: este es un tiempo liberado de toda obligación, que se destina a la distensión física y mental o a las actividades denominadas de ocio, que está ligada a las aficiones personales.

Sin embargo, hablar del tiempo libre de los jóvenes es muy complejo, debido a que estos utilizan el tiempo en otro tipo de actividades (Peñalba, 1999, 102). “el deseo de libertad, de autonomía, de escapar al control de los padres, de probar y conocer los límites de las cosas, de pasar rápidamente por todo tipo de vivencias, de interacciones con sus iguales, de descubrir los desconocidos placeres del sexo y de buscar signos de identificación en el mundo exterior, van a ser algunas de las principales características del tiempo libre juvenil”.

Como se puede ver, esa búsqueda de libertad de los jóvenes bien podría ser un obstáculo para los docentes a la hora de redireccionar comportamientos que los exponen a situaciones de consumo de drogas. De esta manera se hace necesario para intervenir educativamente en el

tiempo libre de los jóvenes tener en cuenta los siguientes factores:

- Las intervenciones deben realizarse en el territorio habitual de los jóvenes, es decir su barrio, esto con el fin de que sean de fácil acceso para ellos.
- Ofertar actividades que sean del interés del grupo de jóvenes.
- Intentar ofrecer actividades que no requieran de presupuestos económicos, para ampliar el rango de la población que puede ser beneficiada.
- Y por último no reprochar ni condenar los comportamientos de los jóvenes, más bien, servirse de las aficiones y pasiones de ellos para encaminar su trabajo en el tiempo libre.

Bien, ahora desde la disciplina de la Educación Física se pretende incluir de manera directa los *juegos y deportes alternativos*, no solamente dentro del espacio de clases sino también fuera de ellas, esto involucra los descansos, las llamadas “horas libres” dentro del colegio, y en fin, todo momento en el

cual los estudiantes no tenga otras ocupaciones y cuenten con su *tiempo libre*.



Ahora bien, se entiende por juegos o deportes alternativos en palabras de Marqués (1997, 9) “son todos aquellos que no se hacen habitualmente”. De esta manera, todos aquellos deportes que no se han practicado en determinado contexto, que al introducirlos como nuevos se convierten en juegos alternativos.

En la actualidad, entre los juegos clasificados como alternativos están: el frisbee, indiaca, bádminton, palas, además los juegos tradicionales que se practican en la infancia y en la adolescencia también, se encuentran los deportes clásicos de otras culturas y de otros países como el beisbol, el softbol, entre otros.

También son juegos alternativos en palabras de Marqués (1997, 9): “todos aquellos que han surgido o están surgiendo como variaciones de los deportes o juegos clásicos, dependiendo del número de jugadores, del lugar en que se practiquen o de las adaptaciones de un reglamento: futbol 7, balonmano-playa, vóley-playa”.

Al llegar aquí, se puede evidenciar una amplia gama de posibilidades que tiene el Educador Físico de trabajar desde su profesión, dentro y fuera del aula de clase, aportando nuevos conocimientos a los estudiantes y brindándoles la posibilidad de experimentar nuevas vivencias y emociones, además de ofrecer la oportunidad de utilizar el tiempo libre en actividades novedosas y generadoras de experiencias significativas.

El rol del docente de Educación Física es posibilitar a través de actividades pensadas en el desarrollo de las capacidades y cualidades físicas, donde se puede incluir el disfrute y diversión propia del tiempo libre.

Unas acciones pensadas desde la Educación Física donde el estudiante se

vincula al proceso de forma voluntaria y gustosa, se convertirían en un factor de prevención de la drogadicción en la escuela. Para ello un ejemplo podría ser conocer la diversidad de actividades físicas y juegos alternativos, estableciendo relaciones constructivas con los demás, evitando comportamientos agresivos y rivalidades, incentivando al estudiante a realizar actividad física aprovechando el tiempo libre.

Ahora veamos, en la práctica de los juegos alternativos en palabras de Marqués (1997, 11) se pueden tener en cuenta los siguientes aspectos:

- la utilización de estrategias básicas de juego: cooperación, oposición, cooperación-oposición.
- Practicar variantes de juegos y actividades sobre iniciación deportiva.
- Realizar juegos derivados de las características de cada deporte.
- Iniciar la adquisición y conocimiento de ciertas destrezas, técnicas y reglas básicas deportivas

- Practicar deportes adaptados mediante la flexibilización de las normas de juego.

Desde el rol del docente de Educación Física se puede ayudar a prevenir la problemática de la drogadicción, haciendo un mayor uso del tiempo libre con la implementación de juegos alternativos donde la creatividad y la innovación del docente se explicitan en la práctica con los estudiantes.

## Conclusión

Los juegos alternativos son una posibilidad que desde la Educación Física se propone para mejorar y disminuir los índices de consumo de droga en los jóvenes, utilizando de mejor manera el tiempo libre de los adolescentes y ayudando a combatir así un problema que perturba no solamente el buen funcionamiento del sistema nervioso central, sino también en general de la salud mental, física y social del hombre.

La utilización de los juegos pre-deportivos o alternativos en el tiempo libre de los estudiantes es la solución más apropiada para realizar un avance en el combate frente a la drogadicción debido a

que dichos juegos son generadores de placer y diversión, son un juego de emociones en el cual los jóvenes se sienten atraídos y no obligados, ya que se trabaja de la mano de sus convicciones y gustos.

El planteamiento de juegos alternativos en el tiempo libre de los jóvenes, efectuado desde el quehacer del Educador físico es un intento más profundo y más consciente de dar fin a la problemática ya mencionada, dejando de esta manera una invitación a todos los profesionales de la educación, para que encaminen sus esfuerzos a la creación de nuevas estrategias, que sean eficaces y ayuden a los jóvenes a prevenir y salir de la drogadicción.

## Referencias

Duque H y Ortiz J (1989). *Comportamiento y salud II*. Ediciones Pailinas, Bogotá.

Gordillo V, *Alarma por las nuevas drogas que están consumiendo menores en colegios*. Diario Mío, 01 de julio del 2011. Drogas:

radiografía juvenil, *Redacción el tiempo*. 12 de noviembre del 2010.

<http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=292> Ley General de Educación (ley 115 de 1994). Consultado el 14 de octubre del 2012.

[http://www.dane.gov.co/files/investigaciones/boletines/educacion/bol\\_ConvivenciaEscolar\\_2011.pdf](http://www.dane.gov.co/files/investigaciones/boletines/educacion/bol_ConvivenciaEscolar_2011.pdf) “Boletín de prensa. Encuesta de convivencia escolar y circunstancias que la afectan, para estudiantes de 5º a 11º de Bogotá” consultado el 15 de octubre de 2012.

[http://www.eltiempo.com/colombia/bogota/ARTICULO-WEB-NEW\\_NOTA\\_INTERIOR-8354104.html](http://www.eltiempo.com/colombia/bogota/ARTICULO-WEB-NEW_NOTA_INTERIOR-8354104.html) “Drogas: radiografía juvenil” consultado el 11 de octubre de 2012.

[http://www.eltiempo.com/colombia/otras\\_zonas/ARTICULO-WEB-NEW\\_NOTA\\_INTERIOR-9774924.html](http://www.eltiempo.com/colombia/otras_zonas/ARTICULO-WEB-NEW_NOTA_INTERIOR-9774924.html) “Alarma por las nuevas drogas que están

*consumiendo menores en colegios”* consultado el 11 octubre de 2011.

*proyectos juveniles.* Edita, Medellín.

[http://www.who.int/mental\\_health/publications/mhGAP\\_intervention\\_guide/es/index.html](http://www.who.int/mental_health/publications/mhGAP_intervention_guide/es/index.html) “Guía de Intervención para los trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias”. Organización Mundial de la Salud. Consultado el 15 de octubre de 2012.

Marqués (1997). *Iniciación a juegos y deportes alternativos* editorial escuela española, Madrid.

Peñalba J (1999). *Teoría y práctica de la educación en el tiempo libre*, editorial CCS. ISBN: 978-84-8316-260-6.

Pérez R (2009). *las drogas, un arsenal peligroso*, municipio de Medellín, secretaria de salud.

Saldarriaga y Cañas (1999). *Consumo, libertad y democracia. Dos estrategias de prevención de la drogadicción: ambientes escolares preventivos y fábrica de*

## **RECICLAJUEGO, UNA NUEVA PROPUESTA EN EDUCACIÓN FÍSICA CON SENTIDO SOCIAL**



Yojhan Reinaldo Parra Galeano

Enrique Muñoz Pinto.

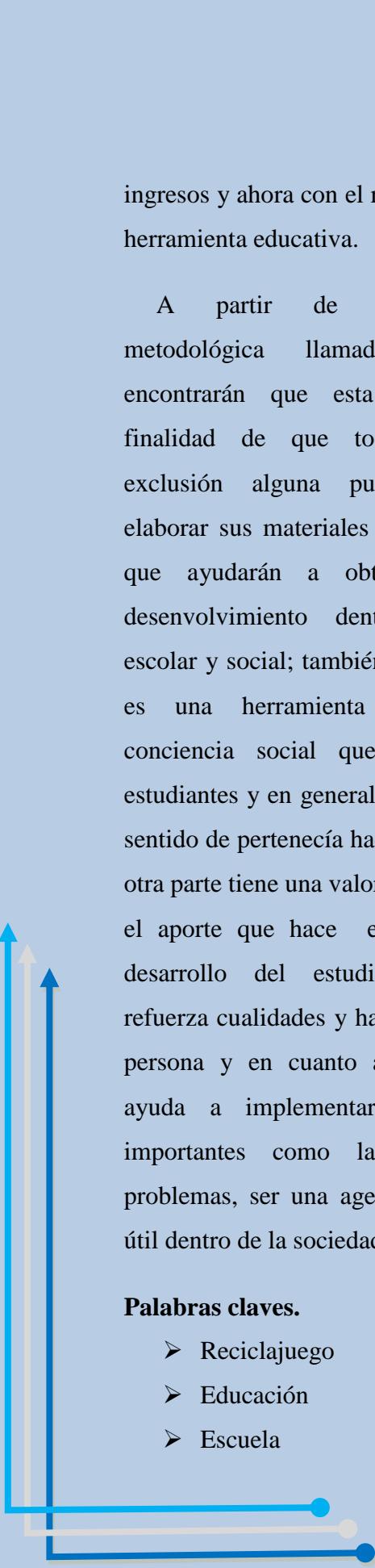
Estudiantes pregrado licenciatura en educación física

Universidad Pedagógica Nacional

### **Resumen**

El reciclaguego como propuesta ambiental para concientizar a la humanidad del daño que se le hace al planeta con todos los residuos que se generan y como propuesta educativa de fácil acceso a todo tipo de sociedad, es sin duda una propuesta evolutiva y aplicable en los diferentes contextos que se desee adoptar.

En este escrito encontrarán inicialmente una idea del aprovechamiento de los residuos sólidos y con diferentes finalidades, que fue hecha realidad en los pasados juegos olímpicos realizados en Londres; este apartado deja ver la visión evolutiva y consiente que se puede tener dentro de una sociedad que aprovecha sus residuos como fuente de



ingresos y ahora con el reciclajuego como herramienta educativa.

A partir de esta propuesta metodológica llamada reciclajuego, encontrarán que esta surge con la finalidad de que toda persona sin exclusión alguna pueda acceder y elaborar sus materiales físico-deportivos, que ayudarán a obtener un mejor desenvolvimiento dentro del ámbito escolar y social; también encontrarán que es una herramienta educativa con conciencia social que aporta en los estudiantes y en general a la sociedad, un sentido de pertenecía hacia el planeta; por otra parte tiene una valor agregado, que es el aporte que hace el reciclajuego al desarrollo del estudiante, genera y refuerza cualidades y habilidades de cada persona y en cuanto al ámbito social, ayuda a implementar elementos tan importantes como la resolución de problemas, ser una agente propositivo y útil dentro de la sociedad.

#### Palabras claves.

- Reciclajuego
- Educación
- Escuela

- Educación Física
- Sentido Social
- Medio Ambiente
- Creatividad
- Reciclar
- crear
- trabajo en equipo

#### Abstract

The reciclajuego as environmental proposal to raise awareness of the damage humanity that makes the planet with all waste generated, as educational proposal and easy access to all kinds of society, is certainly an evolutionary proposal and applicable in different contexts who wish to adopt.

In this paper an idea initially found the use of solid waste and for different purposes, which was actually made in the Olympic Games, held in London, this section reveals the evolutionary view and agree that you can have in a society that exploits its waste as a source of income and now with reciclajuego as an educational tool.

From this methodological proposal called reciclajuego, found that this arises in order that everyone without exception

to access and develop their sports physical materials, to help obtain a better development within the school and social, also found that a socially conscious educational tool that brings in students and society in general, a sense of belonging towards the planet, on the other hand has an added value, which is the contribution of the reciclajuego in student development, generates and reinforces qualities and abilities of each person and in social terms, helps implement such important elements as problem solving, proactive and be a useful agent in society.

#### Keywords.

- Reciclajuego
- Education
- School
- Physical Education
- Social Sense
- Environment
- Creativity
- Recycle
- Create
- Teamwork

#### Introducción.

Desde que Londres fue seleccionada como la ciudad donde se llevaría a cabo la

xxx versión de los juegos olímpicos, los encargados de la organización y la logística de este evento, siempre tuvieron en mente hacer de este un homenaje al medio ambiente y un llamado urgente a la preservación, utilización y concientización de los recursos naturales. Así fue, que bajo el lema **one planet olympic (hacia un único planeta)**, se empezó a orquestar y planear todo un proyecto de construcción y remodelación de los diferentes escenarios, con material reutilizado.

Así pues, los ingenieros ingleses, lograron que la estructura de uno de los estadios olímpicos fuera construida en un 90% con material reciclado. Del mismo modo, el suelo de este escenario, es desmontable, lo que permite que esta parte del escenario, sea reutilizada en construcciones futuras. El objetivo con este tipo de edificación, es reciclar, reutilizar y reducir el impacto ambiental que esta impreso en este tipo de obras. Además, se busca crear conciencia ecológica y demostrarle al mundo de la ingeniería civil, que se pueden hacer grandes construcciones con este tipo de material desecho.

Además de esto, la organización de los juegos olímpicos, quiso darle un "brillo verde" a sus villas olímpicas sembrando 130.000 plantas y 4000 arboles. Aunque los esfuerzos fueron mucho más allá. Puesto que decidieron entre otras cosas maximizar la vida útil de los envases plásticos, producir energía a través de desechos no reciclables, identificar los envases por color etc.

Así pues, queda una vez mas demostrado, que si es posible realizar un evento tan importante y tan organizado, contribuyendo al mismo tiempo con la conservación de nuestro planeta. Y no es que por tratarse de una "olimpiada ecológica" se haya dejado a un lado la calidad y la elegancia de estos juegos. Puesto que estuvo catalogado como uno de los juegos mejor elaborados, más seguros, más creativos y elogiados. (Solo superado por los pasados juegos olímpicos de Pekín).

### **¿Qué es el reciclajuego?**

Reciclajuego es una novedosa propuesta creada para llevarse a cabo en diferentes espacios y con todo tipo de población. Aunque su enfoque va un poco

mas direccionado hacia la población escolar, que es desde donde se fundamenta este escrito. Al respecto Martin F (2007, pag.2), señala que "*es un recurso educativo para todos aquellos profesionales que les interese el tema del uso de material alternativo en las sesiones de Educación Física. Es un útil repertorio de propuestas lúdicas y de confección de nuevos materiales físico-deportivos a partir de la transformación de materiales de desecho*". Se busca que el alumno desarrolle y potencialice su creatividad en diferentes entornos, con materiales transformados o autoconstruidos, que a su vez sean poco didácticos y habituales en nuestros colegios y escuelas. Se busca Diversificar el dominio corporal (motricidad fina, motricidad gruesa) el autoconocimiento, el descubrimiento y el trabajo en grupo. Además es una buena forma de suprir necesidades materiales y económicas en los departamentos de educación física.

Esta nueva propuesta metodológica y académica de la educación física, surge a raíz de las diferentes problemáticas económicas que tienen algunas de nuestras escuelas y colegios a nivel

nacional. Se pensó en primera medida como un “desahogo” a esta problemática, pero poco después tomo un tinte diferente. Puesto que se enfatizo principalmente en cuidar nuestro medio ambiente.

Uno de los objetivos mas perseguidos por esta novedosa propuesta, sin duda alguna, es crear conciencia ecológica. Es importante pensar en conservar y proteger nuestros recursos naturales. Estamos seguros de que la mejor forma de contribuir con el desarrollo psicológico, cognitivo e intelectual del ser, es permitirle jugar con la creatividad, con la imaginación, convertirlo en un ser intelectualmente inquieto. Así pues, el recicljuego, busca crear ese tipo de ambiente ideal, para que el alumno lo pueda llevar a cabo.

### Orientaciones metodológicas.

Es importante señalar la función y el papel que juegan los participantes inmersos en la actividad. Uno de ellos será el docente y el otro el alumno o población a quien este dirigida dicha función. En este sentido el papel del docente será:

Disponer de materiales ya diseñados y métodos de construcción previamente establecidos y proponer a los alumnos juegos y actividades que permitan la experimentación y el dominio del material, para que los alumnos puedan comprobar el funcionamiento y potencial lúdico de los mismos.

Además el docente debe coordinar y temporalizar las etapas de diseño del material, los tiempos de ejecución que se tomara en cada parte del proceso de construcción.

*Papel del alumno:* En esta etapa los alumnos toman el papel de receptores activos de modelos dados por el docente. Es decir, se llevara a cabo una metodología similar al descubrimiento guiado.

Sobre el papel del docente y el estudiante, Sánchez J, (2007, pág. 16) señala, “*Al momento de incluir el recicljuego en la clase de educación física, o en cualquier otro espacio académico, es necesario que el docente tenga claro algunas de las inferencias de carácter metodológico, organizativo y administrativo que resultarían vitales para que esta propuesta se adapte y*

*funcione de manera correcta en sus clases*”. El reciclajuego se puede tratar desde dos enfoques metodológicos:

El primero de ellos esta conformado por un amplio abanico de materiales elaborados y rediseñados con tendencia deportiva. Con los cuales se pueden realizar infinidad de actividades aplicables a determinados deportes. De esta manera, este enfoque vendría siendo una antesala para luego profundizar en la elaboración de materiales más complejos.

El segundo bloque se fundamenta en el protagonismo, autonomía, creatividad y liderazgo que ejerza cada estudiante en su ejercicio autónomo de aprendizaje. Lo que se busca desde este enfoque, es que el alumno ponga en práctica este tipo de elementos en diferentes escenarios. Así pues, por medio de la invención de nuevos objetos, se estaría realizando un proceso complejo que va más allá del área de educación física y que invita a las demás áreas a hacer parte de esta propuesta; lo que según bernadette (2009, pág. 41) “permite disponer de un sinfín de actividades interdisciplinares que armonizan y da un toque de

*distinción a sus clases*”. Por tal motivo debemos centrar nuestro objetivo partiendo desde:

➤ tener muy en claro que tipo de función va a tener el reciclajuego en su clase. El objetivo y el tipo de aprendizaje que se busca lograr por esta vía. Los alcances y la claridad del mismo en los alumnos.

➤ Tener una secuencia de actividades plenamente estructurada y coordinada. Esto con el fin de seguir un conducto que le permita al docente tener el control y la organización de su clase.

➤ El roll que juega el docente y el roll que juega el alumno. Puesto que el profesor debe convertirse en un motivador, en el motor de esta propuesta, para que los alumnos lo sigan y participen de manera activa en la creación e invención de nuevos materiales y usos.

➤ Si la propuesta va dirigida a varios espacios académicos, debe existir una perfecta armonía y coordinación entre profesores. Saber que se va a hacer, como lo van a hacer y el objetivo de todas y cada una de las actividades que ellos propongan.

## **Incidencias cognitivas en el estudiante.**

Las implicaciones cognitivas que permite desarrollar esta tendencia, se evidencian desde el comienzo de la actividad. Es decir, durante el proceso de diseño y reconstrucción del material (que sería el primer paso), se utiliza la imaginación y la creatividad, de tal forma que el alumno va adquiriendo nuevas habilidades óculo motoras, durante la confección del mismo.

Exige resolución de problemas: en este sentido, afirmamos que la improvisación es primordial, es una carta que el alumno se debe jugar siempre que este realizando la actividad de diseño. Se toma como variante intermediaria el ensayo y el error. Puesto que es una actividad que exige creatividad e imaginación, las fallas y los problemas son constantes. Esto exige al alumno el máximo de atención, concentración e improvisación ante los improvistos.

De manera que, el alumno se encuentra en la búsqueda de nuevas estrategias y técnicas durante la aplicación del juego. Puesto que, una vez elaborado el objeto, se procede a llevarlo

a la práctica; lo que le permite al estudiante ejercitarse y tener dominio mental frente a la actividad. De igual manera, este va adquiriendo nuevos conocimientos globales provenientes de todas las áreas donde se aplique la propuesta o proyecto en cuestión.

## **¿Como se debe evaluar el reciclajuego?**

Según Domínguez, (2009 pág. 13), la ficha de evaluación para tener en cuenta, consta de 7 elementos o reglas primordiales, que a su vez responden a la justificación del escrito. Estos son:

- Funcional: Que el reciclajuego sirva para aumentar la motivación del alumnado en práctica de la actividad física.
- Duradero: Que el reciclajuego dure un gran número de sesiones para que los alumnos lo puedan utilizar fuera del horario escolar.
- Creativo: Que el reciclajuego sea novedoso.
- Ingenioso: Que desarrolle el ingenio del alumno.
- Vistoso: Que esté decorado con colores, materiales, pegatinas vistosas.

- Útil: Que sean fáciles de practicar.
  - Seguro: Que sea seguro, es decir que no pueda ocasionar lesiones.
- Rivadeneyra (2001, pág. 32) añade, en cuanto a los materiales de recuperación, que "*en la reutilización hay que ser especialmente prudente evitando usos que pudieran resultar peligrosos debido a las características de degradación del material*"

### **Beneficios al medio ambiente.**

En la búsqueda reflexiva sobre la importancia de reciclar, nos encontramos con una teoría muy particular, **la teoría de las tres erres de la ecología** o simplemente **3R**, (reducir, reutilizar, reciclar), es una propuesta sobre hábitos de consumo, popularizada por la **organización ecologista Greenpeace**, que pretende desarrollar hábitos generales responsables como el consumo responsable.

**Reducir:** Reduzca o rechace los productos que le entregan con más empaques del que realmente necesita, prefiera empaques y productos elaborados con materiales reciclados o reciclables; a

menor cantidad de materiales consumidos, menor cantidad de residuos a disponer.

**Reutilizar:** Es dar un uso diferente a un bien al que inicialmente tenía, por ejemplo, envases de licor para envasar blanqueador o combustible. Por ejemplo, utilice el papel por las dos caras antes de reciclarlo.

**Reciclar:** Es el proceso mediante el cual se transforman los residuos sólidos recuperados en materia prima para la elaboración de nuevos productos. El reciclaje de los desechos es un proceso que debe tener en cuenta:

- Separar la basura en desechos orgánicos e inorgánicos.
- Clasificar los componentes inorgánicos en papel, cartón, plástico, vidrio y metales.
- Procesar cada material de desecho con un tratamiento adecuado.

Teniendo como referencia esta teoría, simplemente entramos a especificar el objetivo de cada uno de los parámetros

que llevan impresos la teoría de las tres R's, por medio de la cual se busca:

- Disminuir la explotación de los recursos naturales.
- Disminuir la cantidad de residuos que generen un impacto ambiental negativo al no descomponerse fácilmente.
- Reducir la necesidad de los rellenos sanitarios y la incineración.
- Disminuir las emisiones de gases de invernadero.
- Ayudar a sostener el ambiente para generaciones futuras.

### Referencias Bibliográficas

recicljuego. como dar juego al material de desecho, martín martínez, francesc, editorial paidotribo, 2007. pág. 206.

¡reciclemos! creaciones con material recuperado. bernadett theulet luize, argentina. editorial: amazon (ee.uu.). 2009

recicljuego, parte 2: diseño y transformación de materiales, pág. 17-67.

reducir, reciclar y reutilizar desde la educación física, javier alberto bernal ruiz, editorial wanceulen, 2007.

<http://www.enviaseo.gov.co/conten/40/img/recicljeyusbeneficios.pdf>

<http://www.efdeportes.com/efd146/el-recicljuego-para-las-sesiones-de-educacion-fisica.htm>

## EL OCIO COMO PROPUESTA PEDAGÓGICA PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA



William Ricardo Puentes Jaimes

Diego Mauricio Martínez Ramírez

Estudiantes pregrado licenciatura en educación física

Universidad Pedagógica Nacional

### Resumen

Este texto corresponde a una reflexión del proyecto de investigación de Taller de Confrontación correspondiente a la sistematización dentro del contexto del

PCLEF de VII semestre de la Licenciatura en Educación Física.

Hoy por hoy, la sociedad actual se encuentra inmersa en un sin número de

situaciones, problemas o condiciones que dificultan la enseñanza en los diferentes Contextos escolares y que condicionan a los educadores, de una manera inquietante, a buscar alternativas o herramientas que puedan ser empleadas como estrategias para poder llevar a buen término el acto educativo. En esa incesante labor para encontrar estrategias, los educadores se han cuestionado sobre como llegar de la manera más simple pero efectiva a

penetrar en ese mundo esquivo de los estudiantes que, preocupados por vivir, o mejor, por sobrevivir en un contexto difícil, dadas las condiciones de vida actual, están dificultando la labor del docente qué, en su afán por transmitir sus conocimientos, buscan no sólo la forma de enseñar sino también de superar los obstáculos que se les presentan a diario, sin caer en fallido intento por lograrlo, permitiendo un avance en la formación de hombres reflexivos y críticos en un marco de tolerancia recíproca y de mutuo respeto entre educadores y estudiantes.

Sin duda alguna lo han logrado y esto por supuesto, ha sido el producto de muchos años de investigación, de estudios y de recolección de datos estadísticos, pero esto no implica que no se continúe con esta labor y que personas inquietas no sigan buscando la manera de convertir la enseñanza en una labor amena, lejos del tedio y fundamentalmente, interesante, fácil y conveniente para las partes.

En el caso particular de la Educación Física qué es el área o disciplina que nos

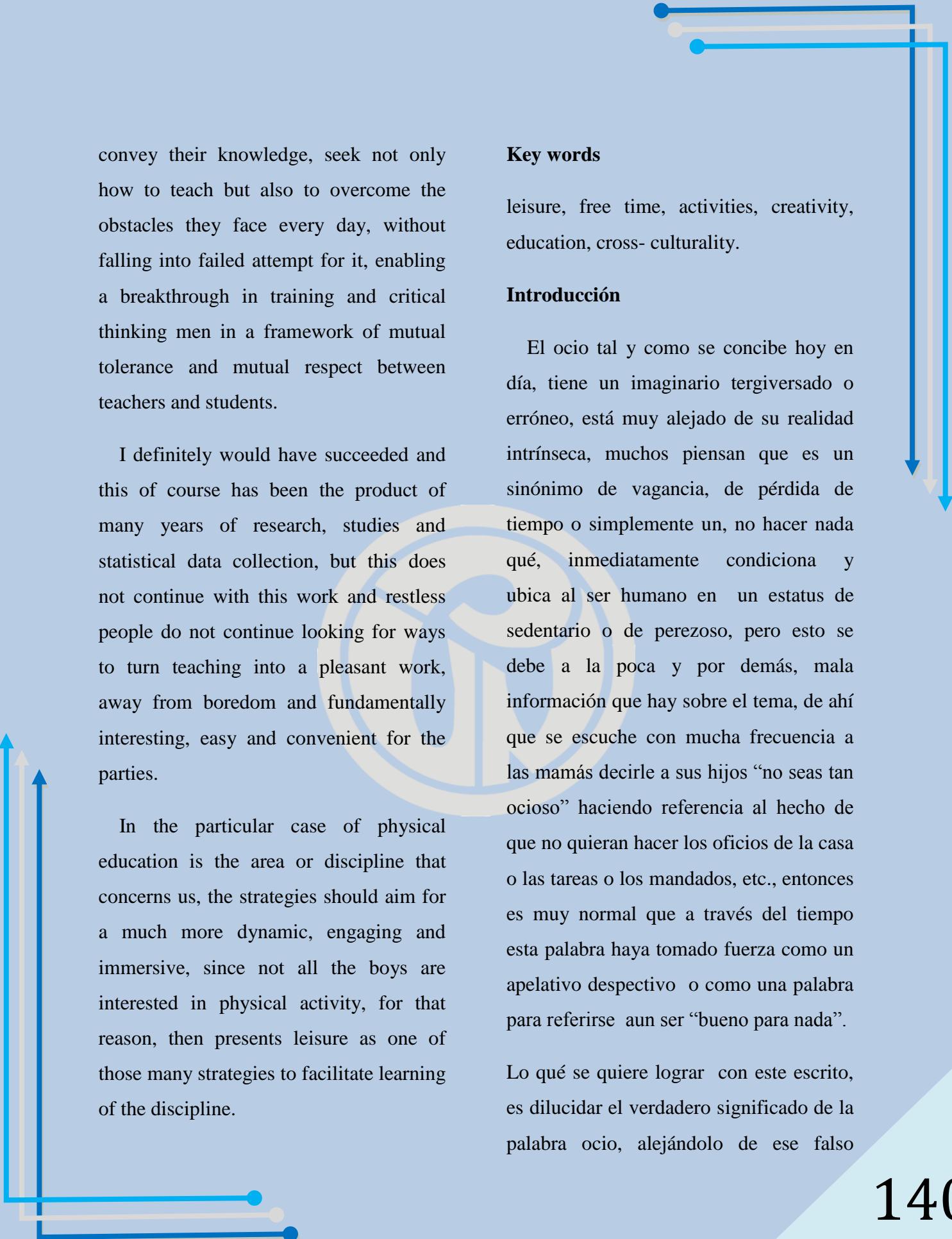
atañe, las estrategias deben encaminarse por una vía mucho más dinámica, atractiva y envolvente, dado que no a todos los “muchachos” les interesa la actividad física, por tal motivo, a continuación se presenta el ocio como una de esas tantas estrategias para facilitar el aprendizaje de esta disciplina.

### **Palabras claves**

Ocio, tiempo libre, actividades, creatividad, educación, interculturalidad.

### **Abstract**

Today, the society is immersed in a number of situations, problems or conditions that hinder teaching in different school contexts and educators that condition, in a disturbing, to seek alternatives or tools that can be used as strategies to make a success of the educational act. In the continuing work of finding such strategies, educators have questioned on how to get the most simple but effective to penetrate that elusive world of students, worried about living, or better, to survive in a difficult context, given living conditions of today, are cracking down on what teacher, eager to



convey their knowledge, seek not only how to teach but also to overcome the obstacles they face every day, without falling into failed attempt for it, enabling a breakthrough in training and critical thinking men in a framework of mutual tolerance and mutual respect between teachers and students.

I definitely would have succeeded and this of course has been the product of many years of research, studies and statistical data collection, but this does not continue with this work and restless people do not continue looking for ways to turn teaching into a pleasant work, away from boredom and fundamentally interesting, easy and convenient for the parties.

In the particular case of physical education is the area or discipline that concerns us, the strategies should aim for a much more dynamic, engaging and immersive, since not all the boys are interested in physical activity, for that reason, then presents leisure as one of those many strategies to facilitate learning of the discipline.

## Key words

leisure, free time, activities, creativity, education, cross- culturality.

## Introducción

El ocio tal y como se concibe hoy en día, tiene un imaginario tergiversado o erróneo, está muy alejado de su realidad intrínseca, muchos piensan que es un sinónimo de vagancia, de pérdida de tiempo o simplemente un, no hacer nada qué, inmediatamente condiciona y ubica al ser humano en un estatus de sedentario o de perezoso, pero esto se debe a la poca y por demás, mala información que hay sobre el tema, de ahí que se escuche con mucha frecuencia a las mamás decirle a sus hijos “no seas tan ocioso” haciendo referencia al hecho de que no quieran hacer los oficios de la casa o las tareas o los mandados, etc., entonces es muy normal que a través del tiempo esta palabra haya tomado fuerza como un apelativo despectivo o como una palabra para referirse aun ser “bueno para nada”.

Lo qué se quiere lograr con este escrito, es dilucidar el verdadero significado de la palabra ocio, alejándolo de ese falso

imaginario pre concebido por una sociedad mal informada, pero fundamentalmente, se pretende no sólo darle el significado que se merece y que es verdadero y propio por su construcción etimológica (Ocio del latín Otium, qué significa reposo. Según el Diccionario de la Real Academia Española 1992) sino qué al mismo tiempo el lector comprenda como se puede emplear como una propuesta estratégica para trabajar en el campo de la Educación Física, generando facilidades de aprendizaje y una mejor aprehensión y apropiación de los temas relacionados con el trabajo, la práctica y la experiencia corporal.

### Algunas definiciones

Según (Gil 2003), “el ocio es la dedicación placentera y voluntaria de las personas a actividades que consideran agradables y satisfactorias”. Por otra parte, (Argyle, 1996), asume y detalla el ocio como “aquellas actividades que las personas realizan en su tiempo libre porque quiere, en su interés propio, por diversión, entretenimiento, mejora personal o cualquier otro propósito

voluntariamente elegido que distinto de un beneficio material

Lo anterior devela un acercamiento a los conceptos verdaderos acerca del ocio, distanciándolos a su vez de las ideas erróneas que se tenían de él, se puede ver que, si bien es cierto qué son actividades voluntarias en un espacio de tiempo libre, también lo es el hecho de que las mismas, sean elaboradas, organizadas e intencionadas, es decir, no manifiestan en ningún modo que sean actos sin una base estructurada, sin ningún tipo de objetivo claro o sencillamente, el hecho de “pasar el rato”, como aún lo entienden algunas personas.

En resumen, se puede definir el ocio como el tiempo libre del cual dispone una persona, una vez haya cesado su espacio laboral o finiquitado cualquier actividad obligatoria, para emplearlo en otras actividades pero ya de tipo recreativo por su propia voluntad y con unas características especiales fundamentadas en sus propios gustos y necesidades particulares. Vale la pena aclarar que el ocio no sólo se hace presente cuando no se está trabajando, estudiando o

atendiendo otro tipo de obligación sino qué también se manifiesta en el tiempo en que no se están cumpliendo las necesidades básicas del hombre tales como alimentarse, cuidarse, descansar o dormir.

### Retrospectiva

A lo largo de la historia, el término ocio, ha tenido diversas perspectivas o diferentes miradas, Grecia por ejemplo, considerada la cuna del ocio dada la gran cantidad de esclavos que trabajaban para la época y que para que rindiesen se les otorgaban momentos relativamente cortos, de descanso que ellos ocupaban de otra forma que no implicara necesariamente el hecho de sentarse o recostarse, pero qué tampoco emplearan en actividades que precisara de un gran esfuerzo físico; Roma por su parte le dio ese mismo sentido al ocio como se vio en Grecia, allí simplemente se trataba de un receso para posteriormente retomar las actividades tortuosas de la época, es decir no había ningún tipo de variedad o actividad en ese poco espacio de tiempo libre designado para descansar; en el Cristianismo el ocio era empleado con un

objetivo particular y era la contemplación de Dios exclusivamente; por otro lado, durante la edad media y el renacimiento, los trabajadores, en su mayoría artesanos y agricultores realizaban sus espacios de ocio condicionados por los momentos de sol y, particularmente, controlados por la iglesia, es decir que no atendían o se sujetaban a la definición de ocio donde una de sus características es la práctica de actividades voluntarias. Ya en los alrededores del siglo XVII y con el surgimiento de nuevos valores de corte religioso y ético que consideraban el trabajo como una virtud del hombre, se relega al ocio a un estatus de vicio que pone al hombre como indigno.  
[www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com)

En la actualidad y dadas las condiciones que llevan al hombre a una vida acelerada, a una constante preocupación por surgir en un mundo caótico donde el trabajo extenuante se ha convertido en la única forma de lograr satisfacer las necesidades básicas, el ocio se ha convertido de manera recurrente en una necesidad más que por supuesto, se hace absolutamente necesario cubrir y que hoy por hoy se presenta de un modo

más fácil de satisfacer , dados los adelantos tecnológicos que facilitan la ocupación de esos espacios de descanso, pero sobre todo el surgimiento de muchas actividades que no sólo contribuyen a emplear de manera satisfactoria el tiempo libre sino qué también le permite a las personas integrarse con la sociedad y realizar actividades que contribuyen de manera apropiada al desarrollo humano.

### **El Ocio y la Educación Física**

A continuación veremos la relación que puede existir entre el ocio y la Educación Física y cómo esto puede contribuir a un acercamiento por parte de las personas a la práctica de actividades y vivencias corporales, tomando en cuenta que no es una tarea fácil , dado que no a todos les gustan las actividades que comprometan un esfuerzo físico, que no se interesan por ningún deporte o simplemente no le dan la importancia que el ejercicio se merece porque entre sus múltiples ocupaciones, no esta dentro de sus prioridades. “Es pertinente mencionar que el ocio forme parte de la vida, porque contribuye al desarrollo pleno de las potencialidades

del individuo” (Hernández, 2003, pág. 314).

Para poder emplear el ocio como una herramienta alternativa que pueda generar cambios o transformaciones positivas en el medio educativo y particularmente desde la asignatura de la Educación Física, en este escrito se trabajara desde la visión y el trabajo de Mauricio Hernández Vázquez (Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Facultad de Ciencias de la Actividad Física de la Universidad Politécnica de Madrid. ), quién explica que el ocio se incluye en el “Aprender a Ser” del desarrollo humano lo cual se relaciona con la libertad, el poder elegir, tomar decisiones y con creatividad crear proyectos y realizarlos. A esto se añade la incorporación de técnicas y estrategias de aprendizaje las cuales utilizará el individuo en su vida sin necesidad de un agente exterior.

Este autor, establece unas características del ocio como creativo, dado que la Educación Física tiene mucho que ver con la creatividad, puesto que se fundamenta en la experiencia corporal y

nada más creativo qué el movimiento del ser humano en sus diferentes manifestaciones, esas características son:

**El ocio creativo es personalizado,** cada persona es única e irrepetible; así como cada uno tiene una forma de aprender, cada uno tiene un modo de recrearse.

**El ocio creativo es integrador,** el ocio en la actualidad es una realidad que mantiene unas estrechas relaciones con el trabajo, la familia y la comunidad, influyéndose mutuamente.

**El ocio creativo, es producto de la educación,** todas las conductas respecto del trabajo y del ocio son aprendidas y traducen los valores e ideas vigentes, por tanto es necesario tomar conciencia de la necesidad de educar en la escuela con las actividades relacionadas con el ocio.

**El ocio creativo requiere especialistas,** qué conozcan las pautas de desarrollo y manifestación de las necesidades y su transformación por medio de la acción educativa; qué perciban y brinden herramientas para la satisfacción y creación de un estado de

motivaciones permanente, con empatía y capacidad de comprender al otro, aceptándola como persona con valores y derechos propios y fundamentalmente, qué tenga una actitud de servicio porque nadie puede transmitir lo que no tiene.

**Educación del ocio para el desarrollo humano,** una buena educación para el ocio incluye el aprendizaje por parte de las personas de conocimientos, procedimientos y actitudes.

Las anteriores características nos dan la pauta para determinar cuán beneficioso resulta el hecho de incluir el ocio dentro de las actividades o el manejo del área de la Educación Física, ya que nos ofrece condiciones particulares para ello tales como: el aprovechamiento del tiempo libre donde, eventualmente muchas personas eligen trabajar en este espacio, actividades deportivas y lúdicas, facilitando un previo conocimiento para posteriormente defenderse mucho mejor en la clase de Educación Física; el desarrollo socio motor, es decir la posibilidad de trabajar la experiencia corporal propia en relación con la de los

demás; el desarrollo creativo y de la imaginación, muchas personas tienen mayor facilidad de crear e inventar en sus ratos de esparcimiento, porque es el espacio preciso para el descanso y esto por supuesto, libera su mente y le permite poner a volar su imaginación y producir novedades que aportan a la clase; los alumnos tienen la fortuna de contar con un maestro guía qué puede contribuir con sus inquietudes nacidas del uso del tiempo libre y ponerlas en práctica en la clase; las técnicas liberadoras del estrés, la ansiedad, la preocupación, etc., producto del extenuante trabajo, nacidas inconscientemente recreándose por voluntad y gusto propios en el tiempo libre, se pueden tomar como preámbulo para asimilar con mayor facilidad una clase como la de Educación Física qué, muchas veces, puede resultar monótona por el hecho de ser instruida y no una práctica libre y por último, la satisfacción que dan los aportes de los muchachos con sus ideas que surgieron en los espacios del ocio, ya que generan un bienestar tanto físico como mental y esto está estipulado en uno de los apartes de las consideraciones de la WLRA (World

Leisure & Recreation Asociation) Asociación Internacional de Ocio y Recreo, qué determina que para conseguir un estado de bienestar, físico, mental y social un individuo debe ser capaz de lograr aspiraciones, satisfacer necesidades e interactuar socialmente con su entorno, entendiendo el ocio como una solución para mejorar la calidad de vida.

### Conclusión

Desde la visión de Hernández Velázquez y como un aporte a la Educación Física, el ocio encuentra su verdadero valor cuando una persona está en la capacidad de encontrar o crear sus propios espacios y realizar proyectos o actividades encaminadas a la satisfacción plena de sus necesidades intrínsecas con la colaboración o tutoría de un líder qué en este caso, perfectamente puede ser el educador físico, quién desde el área de la Educación Física debe enfatizar en los estudiantes el empleo del ocio desde una perspectiva educativa y como agente formador del desarrollo humano.

Y desde las prácticas pedagógicas que se realizaron en el colegio San Carlos de Bogotá, y teniendo en cuenta que fueron manejadas desde un contexto recreacional o mejor, desde una educación informal, dado que se desarrollaron en los momentos del descanso y no en la clase curricular de Educación Física se pudo evidenciar que, desde la Educación Física, se hicieron aportes interesantes para la formación en el niño, de un cuerpo argumentativo, es decir, desde una educación para la recreación y el uso de los momentos de ocio o tiempo libre, tomando en cuenta que los escenarios y contextos de recreación, generan situaciones de relaciones interpersonales mucho más equitativas entre los diferentes géneros y las diferentes edades que contribuyen a la construcción de procesos dinámicos de cambio, desde lo individual, lo grupal y por supuesto, lo social. Lo anterior conduce inevitablemente a una re significación del concepto de recreación desde la Educación Física como una experiencia psicológica individual, para llevarla a un concepto donde los protagonistas que generan alternativas de experiencia

corporal en este caso, nosotros los educadores físicos, podemos contribuir a una formación que les permita a los estudiantes comprender el ocio como un fenómeno entendido desde lo disciplinar, lo cultural y lo social y que entiendan además el papel que el mismo desempeña en la actual sociedad y sus desafíos y como el buen uso del tiempo libre puede minimizar las secuelas dejadas por la problemática social que tanto afecta a la población en general, pero fundamentalmente a la niñez y la adolescencia por ser estas las etapas más proclives a dejarse influenciar por personas y situaciones mal encaminadas y que los llevan a caer en problemas socialmente relevantes que por supuesto, afectan la convivencia en un determinado contexto o grupo social.

## Referencias

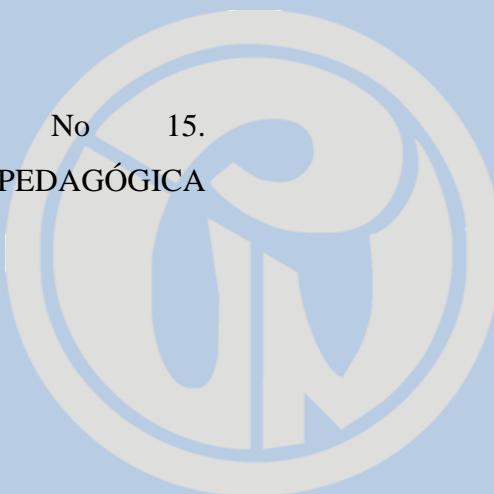
- Hernández Vázquez, M. (2003). Antropología del Deporte en España, desde sus primeros testimonios gráficos hasta la edad moderna. Madrid. Esteban Sanz.

EDUCACIÓN DEL OCIO Y TIEMPO  
LIBRE CON ACTIVIDADES  
FÍSICAS ALTERNATIVAS.  
Manuel Martínez Gámez,  
Editorial Librerías Deportivas  
Esteban Sanz, Madrid.

Jóvenes, ocio y educación. Aurora Bernal  
Martínez de Soria  
<http://escuelasolidaria.org/descargas/JOVENES.pdf>

Lúdica Pedagógica No 15.  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA  
NACIONAL.

[www.dfddeportes.com](http://www.dfddeportes.com)



## EL SEDENTARISMO EN LA EMPRESA



José Gregorio Guerra Bolaño

Estudiantes Pregrado Licenciatura en Educación Física

Universidad Pedagógica Nacional

### Resumen

El sedentarismo es un problema que hoy en día debido a la falta de tiempo, y muchas veces por pereza, o por el mal llamado "cansancio" se ha ido agrandando o empeorando la condición física del individuo. Es un problema que las personas de hoy en día se ven tan inmiscuidas, en el trabajo que no le dedican tiempo al ejercicio, que con esa falta de ejercicio poco a poco lo que se va deteriorando es la salud de dicho individuo.

### Palabras claves

Sedentarismo, empresa, actividad física, individuo, deporte, cansancio, problemas, salud, calidad, vida.

### Abstract

Physical inactivity is a problem today due to lack of time, and often out of laziness, or the so-called "fatigue" has been enlarged or worsen the physical condition of the individual. It's a problem that people today look so inmiscuidas, work that does not take time to exercise, with

that lack of exercise gradually deteriorates what is the health of the individual.

**Keywords:** sedentary lifestyle, business, physical activity, individual sport, tiredness, problems, health, quality life.

## Introducción

En el siguiente escrito se tratará de abordar la problemática de la carencia de ejercicio llamado **sedentarismo**, el cual es una carencia total o parcial de la falta de ejercicio que a medida que pasa muestra vida se va intensificando ese sedentarismo, debido a la falta de tiempo ya sea por “trabajo” o “estudio” son excusas que saca la gente para no hacer ejercicio físico, el cual no debe ser intenso para alto rendimiento pero si una actividad física moderada para tener una buena salud y no tener complicaciones de salud en vida cuando ya sea adulto mayor.

Ahora en estos tiempos modernos la falta de tiempo lleva a que la gente sufra de unos de los males de hoy en día que es llamado **obesidad** que no es nada más que debido a la falta de ejercicio constante y a una mala alimentación se

lleva a esto el cual genera otro tipo de males como lo es daños coronarios, de hipertensión arterial y muchas cosas que si la gente hiciera así sea lo recomendado por la **OMS** 30 minutos de ejercicios físico al día sería lo recomendado, esto es lo que recomienda la **OMS** a las empresas que genere espacios de 30 minutos para la actividad física y para que genere una muy buena salud para sus empleados. Pero a continuación vamos a tratar que sea la palabra sedentarismo:

Según el diccionario de la real academia de la lengua (2010) la palabra sedentarismo significa:

### ¿Qué es el sedentarismo?

“El sedentarismo físico es la carencia de actividad física fuerte como el deporte, lo que por lo general pone al organismo humano en situación vulnerable ante enfermedades especialmente cardíacas.”

Según la OMS (2011) dice: “El sedentarismo físico se presenta con mayor frecuencia en la vida moderna urbana, en sociedades altamente tecnificadas en donde todo está pensado para evitar grandes esfuerzos físicos, en las clases altas y en los círculos intelectuales en

donde las personas se dedican más a actividades cerebrales. Paralelo al sedentarismo físico viene el problema de la obesidad que es un problema preocupante en los países industrializados.”

### Consecuencias

Según la OMS (2011) dice: Las consecuencias pueden ser muchas, pero las más notables pueden ser las siguientes:

- Propensión a la obesidad: la persona sedentaria no quema las grasas que consume y estas son almacenadas en áreas como el abdomen, lo que aumenta su volumen. Contrariamente a lo que se piensa, que reduciendo la cantidad de alimentos con las dietas se reduce el volumen de grasas, las dietas sin un régimen deportivo lo único que hacen es activar dichos “almacenes de grasa”. Una dieta sin deporte está condenada al fracaso.
- Debilitamiento óseo: la carencia de actividad física hace que los huesos pierdan fuerza y se debiliten, lo que abre el camino a enfermedades óseas como la osteoporosis que es que los huesos dejan de ser compactos y debilitan la estructura humana.

- Cansancio inmediato ante cualquier actividad que requiera esfuerzo físico como subir escalas, caminar, levantar objetos o correr: el aumento del volumen de grasas en el organismo implica también el colesterol en el cual las arterias y venas se vuelven también almacenes de grasas inutilizadas, lo que hace que el flujo sanguíneo hacia el corazón sea menor y por lo tanto tenga que hacer un doble esfuerzo. De esto vienen los problemas cardíacos y las fatigas ante cualquier esfuerzo.
- Problemas de espalda que generan dolores frecuentes.
- Propensión a desgarres musculares.

### Como se previene

Según la OMS (2011) dice: “El sedentarismo se previene desde temprana edad en los niños y adolescentes por medio de la sana educación física. Enseñar al niño la importancia del

deporte en su vida es una obligación de padres y educadores. Si el menor de edad no le da la importancia que tiene a la actividad física desde temprana edad, será un adulto propenso al sedentarismo. La educación física es cuestión de salud vital. De la misma forma los estados deben velar por la promoción deportiva entre su población y no hacer del deporte un privilegio de pocos. Una sana alimentación está también en la línea de la prevención del sedentarismo. Empresas y lugares de trabajo en general deben tener un espacio para las actividades físicas de su personal. Reducir el sedentarismo, es reducir el riesgo de enfermedades. El deporte no es perder el tiempo.”

por eso en las empresas es recomendable hacer un poco de actividad física diaria, hacer una para de unos 30 minutos dejar de hacer lo que se esta haciendo para hacer un poco de actividad física, eso ayuda a tener los problemas que anteriormente relacionamos y ayuda a tener una mejor salud y mejor disposición para trabajar.

Es por eso que en las empresas es muy común que lo encargados de recursos

humanos se ideen campeonatos, o actividades que frecuentemente la práctica de algún deporte y así mejora la productividad de sus empleados y por ende la de la misma empresa.

### **¿Qué se entiende por actividad física?**

Según el diccionario Encarta (2009) habla que la actividad física es:

Originalmente, en los tiempos antiguos, la educación física consistía en gimnasia para aumentar la fuerza, agilidad, flexibilidad y resistencia. Los griegos consideraban el cuerpo humano como un templo que encerraba el cerebro y el alma, y la gimnasia era un medio para mantener la salud y funcionalidad del cuerpo. Eventualmente, se abandonaba la gimnasia estructurada y los ejercicios corporales en favor de los deportes. Hoy en día los juegos que fomentan la competición y estimulan la conducta deportiva se usan a menudo como medio para posibilitar a los estudiantes la comprensión y la práctica de las habilidades físicas de modo que eleven su nivel de salud y bienestar. También requieren la cooperación entre los miembros para aprender y se consideran adecuados para potenciar las habilidades

del trabajo en equipo y una parte muy importante de la educación. La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) considera los programas de educación física una parte importante de su misión.

Según la OMS (2011) dice: “Por actividad física se entiende una actividad metódica, es decir, regular que implique que todos los órganos del cuerpo se pongan en movimiento, se usen y rompan con los almacenes de grasa, fortalezcan los músculos y los huesos y revitalicen el sistema circulatorio”. Muchas de esas actividades físicas son tan simples como caminar o usar la bicicleta. En ellas la compañía puede ser una magnífica ayuda para mantener el propósito (un colega, un compañero de trabajo, el cónyuge, el hijo o la hija).

- Caminar es la actividad física más elemental y completa. No se trata de recorrer un par de metros dentro de la oficina, sino de ponerse metas: recorrer un kilómetro cada día. Las formas más elaboradas de esta actividad la constituyen disciplinas como el

marchismo o el montañismo. Una regla de oro para quien quiere dejar el sedentarismo es no utilizar vehículos allí en donde sean prescindibles.

- La natación es dicha el deporte más completo, porque pone en acto todos los músculos del organismo.
- El ciclismo, sobre todo practicado en equipo, puede resultar un deporte atractivo, además que la bicicleta puede ser un medio de transporte dentro del barrio, la urbanización e incluso en lugares de trabajo o estudio con grandes áreas.
- Los gimnasios se han vuelto bastante populares. Algunas personas los ven como vanidad, pero a decir verdad son los lugares más completos para garantizar un ejercicio físico que el organismo requiere.

En conclusión la falta de actividad física genera una gran cantidad de inconvenientes en nuestra vida cotidiana la cual va día a día dañando la calidad de

vida de cada una de las personas que la padecen esto que a medida que pasa el tiempo se va intensificando en una enfermedad que día a día va dañando la calidad de vida de las personas.

### Referencias

"Educación física." Microsoft® Encarta® 2009 [DVD]. Microsoft Corporation, 2008.

Microsoft ® Encarta ® 2009. © 1993-

2008 Microsoft Corporation.

Reservados todos los derechos.

[www.oms.com](http://www.oms.com)

Diccionario de la real academia de la lengua edición 2010



## SITUACIÓN DE LA EVALUACIÓN EN LA EDUCACIÓN FÍSICA.



Anthony Jefferson Robayo Méndez

Luis Fabián Soler Niño

Estudiantes Pregrado Licenciatura en Educación Física

Universidad Pedagógica Nacional

### Resumen

Tomar como objeto de estudio la evaluación que se genera en la educación física, dando un énfasis en el análisis de diferentes factores que entran en juego, para la resolución de este problema, que se fundamenta principalmente en la escuela como población estudiada, ya que gracias a ello se podrá entender la

dinámica del proceso de evaluación en las diferentes instituciones educativas, y a su vez aclarar que inconvenientes, aportes, resultados nos presentan los diferentes tipos de evaluación.

También las concepciones que se le han dado a la evaluación a través de la historia en la educación física por parte de los docentes y educandos; se reconocen y

resaltan los fines que han brindado los diferentes métodos evaluativos, ya sea para medir, estructurar, calificar, diagnosticar y todos los diferentes usos que se le pueden dar a la evaluación frente a un determinado grupo de personas, que requieren un tipo de medición frente a sus procesos educativos y adquisición de aprendizajes significativos establecidos por un determinado currículo, en este caso la importancia de la evaluación que se está dando en la educación física y en qué medida aporta en la formación de las personas el buen uso de la evaluación, como método descriptivo de un proceso educativo.

Palabras clave: evaluación, calificar, juicio, enseñar, aprendizaje, educación física, rendimiento, procesos educativos, currículo, educación tradicional, educación moderna, clasificación.

### Abstract

Take as an object of study that is generated assessment in physical education, giving an emphasis on the analysis of different factors that come

into play, for the resolution of this problem, which is based mainly in school and study population, and thanks it can to understand the dynamics of the evaluation process in different educational institutions, and in turn clarify that inconvenience, input, we present results of different types of assessment.

Also the concepts that have been given to the evaluation through history in physical education by teachers and learners; recognize and highlight the aims they have given different assessment methods for either measure, structure, grade , diagnose, and all the different uses that can be given to the evaluation against a particular group of people, requiring a measurement type meet its educational processes and acquiring significant learning established by a particular curriculum, in this case the importance assessment that is occurring in physical education and to what extent the training gives people the good use of assessment as descriptive method of an educational process.

Keywords: assessment, grading, judgment, teaching, learning, physical

education, performance, educational processes, curriculum, traditional education, modern education classification.

## Introducción



En la valoración del proceso de aprendizaje el sistema educativo utiliza distintas formas de evaluación y en Este articulo quiere instruir los diferentes parámetros que desarrolla un proceso de evaluación, las implicaciones sobre este concepto, la noción, las necesidades, su medio, algunos principios, sus formas de medir; no obstante lo anterior se hará como parte introductoria y de forma general con el fin de aplicar esto pero dentro de las finalidades de la educación física.



Evidenciar el papel que cumple dentro de la evaluación el alumno y el maestro en todo este proceso como agente solucionador de problemas y educativo respectivamente. Se tendrá en cuenta de igual manera los modos de evaluación, el cómo evaluar y el proceso en que la evaluación se debe llevar a cabo.



Se conocerá la importancia que tiene el método evaluativo en la educación, sus objetivos que conducen a la eficacia en el momento de evaluar procesos educativos, los diferentes contenidos que deben asociarse en un determinado currículo para identificar el éxito del mismo, aplicando un sistema de evaluación apropiado y bien condicionado por parte de las personas encargadas de medir los diferentes aprendizajes en las instituciones educativas, donde todas estas temáticas son contenidos que irán a bordo de este

artículo enfocado en la evaluación que se da en la educación física.

### Algunas nociones de evaluación

Por **Evaluación** se entiende la división de dos acepciones, una quien reconduce a predicción, estimación o apreciación y por otra parte otra que recita adquisición de datos y de informes que permiten verificar la eficacia de una actividad educativa. “Es como decir, dos aspectos diversos uno de medida del perfil y otro de retorno informativo sobre su eficacia” (Fandiño 2006). No obstante se encuentra otra noción de evaluación como en atribuir un valor, un juicio sobre algo o alguien en función de un proyecto explícito o implícito; entendiendo así como una actividad bastante común que se realiza en diferentes momentos de nuestra vida cotidiana y “Que suele comportar acciones como recoger información, emitir un juicio a partir de una comparación, y tomar una decisión al respecto” (Blázquez, 1997)

Es preciso no solamente evaluar los resultados sino también e incluso más importante los objetivos y los procesos, esto supone: Evaluación del contexto

(objetivos y condiciones), Evaluación de “Input” (recursos y medios), Evaluación del proceso (progresión de actividades y problemas que aparecen) y la evaluación del producto (resultados de la actividad).

De igual manera subyacen algunos adjetivos agregados al sustantivo “evaluación” que han aportado a nivel pedagógico en clasificar este término así: Evaluación formativa (objetivos cognitivos), evaluación sumativa “mide y sintetiza las realizaciones de cada uno de los estudiantes de forma sistemática” (Fandiño 2006) y finalmente esta la evaluación evaluativa (comprende tanto la evaluación como el informe sobre el trabajo de un estudiante, escuela. Currículo, entre otros.



### ¿Por qué se evalúa y que se evalúa?

Es de gran relevancia estas preguntas planteadas ya que a partir de ellas se tiene una concepción más

definida y más centrada en cuanto a lo que este artículo pretende dar a conocer. En el texto “Currículo, evaluación y formación del docente en matemáticas” está reflejado cuatro ítems o respuestas a estas inquietudes, en primer lugar responde sobre la importancia en la toma de decisiones acerca del contenido y la metodología del trabajo en el aula, a partir de las observaciones realizadas dentro del ámbito educativo ya sea por medio de diferentes actividades o ejercicios dentro de nuestra área (Educación Física).

La segunda respuesta dada es la evaluación para tomar decisiones acerca del ambiente de clase, es aquí donde surgen algunos interrogantes que emergen o emergieron alguna vez durante una clase de educación física. Preguntas como: “¿reconocen los estudiantes que a su docente le gusta enseñar la Educación Física?, ¿la resolución de problemas y el descubrimiento son parte fundamental de las actividades rutinarias de la clase?, ¿los estudiantes tienen la posibilidad de explorar y de experimentar sin la presión de la calificación en la Educación física?, para dar una “nota” ¿Se tiene en consideración algún aspecto mas allá de

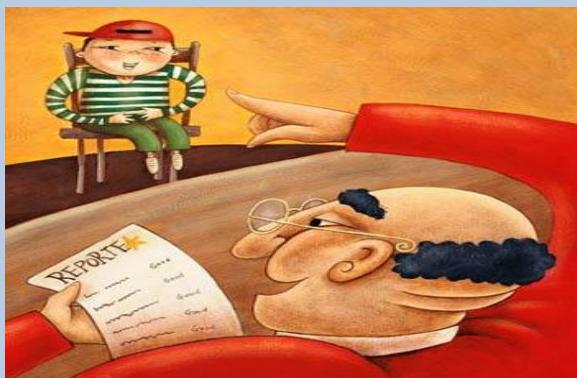
la simple respuesta correcta? “ (Fandiño 2006). Son preguntas que ayudan a tener un análisis y apoyo racional de nuestra labor como docentes de educación física, innovando y proponiendo hacia una educación de calidad.

Continuando también menciona la evaluación para comunicar lo que es importante a los educandos, teniendo en cuenta que los estudiantes reconocen con gran facilidad lo que el docente considera preponderante, y finalmente a modo personal una de las respuestas primordiales es, si se evalúa para dar una “nota”, que aunque no debería ser ni tenida en cuenta por las cuales evaluar, pero ciertamente es de mayor difusión. Por ello es esencial que los estudiantes (y el docente) tengan en cuenta que evaluar no es sinónimo de dar una calificación.

Además la evaluación tiene algunos principios fundamentales con fines para que garanticen su eficacia: la evaluación ha de ser una actividad sistemática (ordenado y programado en relación con diferentes partes del proceso), la evaluación ha de estar integrada en el

proceso educativo (salvar dificultades que en los procesos se evidencian dando cuenta de un progreso evolutivo); la evaluación ha de tener en cuenta las diferentes individualidades (personalizar, las mismas exigencias y programas a todos los alumnos, sin embargo no todos se desenvolverán de la misma forma.) y por ultimo han de utilizarse distintos métodos de evaluación (a través de las experiencias se debe manifestar dominio de habilidades y destrezas, el instrumento se adapta al objetivo que pretendemos evaluar.)

Es necesario conocer algunas características de la evaluación en distintos modelos pedagógicos implementados a través de la historia en la educación.



### **La Evaluación Tradicional y Moderna.**

En la educación tradicional, se pretende obtener el aprendizaje de una disciplina escolar dada, aprender por medio de repeticiones enseñadas y se ejecutan las operaciones mecanizadas. Los instrumentos de evaluación o fuentes comunes de datos para los docentes suelen ser los test y los cuestionarios, aunque a veces se utilizan las entrevistas y las observaciones, con ello se pretende medir actitudes, valores, variables de la personalidad, conocimiento y destrezas. La evaluación centrada en el aprendizaje mencionado examina efectos inmediatos a corto plazo (Gallego, 1989). Es por eso que el docente no se preocupa de los resultados generales es decir de otras poblaciones y por tanto no necesita ni grupos de control ni estadísticas complejas. Por el contrario en la evaluación de la práctica moderna se tiene en cuenta el aprendizaje reciproco, el pedagogo no enseña, estrategia pedagógica participación activa de los estudiantes provocan cambios intelectuales en ellos, contemplaran el mundo desde otra perspectiva, se ubican, hablan, piensan y miran desde una

perspectiva distinta; se pueden definir algunos factores externos con el fin de entender algunos rasgos internos del estudiante, no obstante no todo signo externo es una señal del estado de conciencia de dicha persona, por ello cabe dudar de que sea si quiera una prueba de un estado dado de conciencia.

A partir de lo mencionado durante este ejercicio, también se ha encontrado algunas discusiones en el ámbito de la evaluación; iniciando con esta frase “en virtud de que la mayoría de los docentes confunden evaluar con calificar y reducen a aquél a una cuantificación del saber, del mismo diccionario citado: calificar” (Gallego1989). Es decir, que para este autor la evaluación es el mismo acto de calificar, lo que en gran medida tiene razón ya que más adelante de su mismo texto habla de la práctica de algunos docentes realizando algunos exámenes con el fin de calificar a sus discípulos, y en gran medida es algo que muchos sujetos (educadores, educandos y personas ajena a la escuela) entienden de esa manera. Donde de esta manera la calificación obtenida solo dice que tan malo, regular o bueno fue el examen respondido, y

teniendo como referencia que el docente es aquel que controla todos los parámetros determinantes del aprendizaje.

Por el contrario las finalidades de la evaluación debieran ser completamente diferentes es decir, no se debería limitar exclusivamente al alumno sino también todo el proceso educativo teniendo en cuenta todas sus variables que la componen, proporcionándonos lo siguiente: conocer el rendimiento del alumno (antes, durante y al término), diagnosticar (entendido como el primer momento del proceso de la evaluación), valorar la eficacia del sistema de enseñanza (reflexión sobre el currículo y condiciones de trabajo por parte del profesor), pronosticar las posibilidades del alumno y orientar ( la predisposición para la práctica), motivar e incentivar al alumno (aplicar el feedback , información sobre el resultado de un proceso., ya sea de modo correctivo, de reforzamiento, neutro y/o ambiguo); agrupar o clasificar (heterogeneidad – singularidad de cada uno- homogeneidad exige uniformidad) , asignar calificaciones a los alumnos (dar información a padres y alumnos sobre el desarrollo de su formación) y finalmente

obtener datos para la investigación (recolección de datos, caracterizar la posición de los alumnos en relación a rasgos biológicos, entre muchos otros.



## Conclusión

Definitivamente una temática fundamental a tener en cuenta en el proceso de educación es la evaluación, indudablemente la mejor manera de reconocer la eficacia de un sistema educativo es por medio de la medición de saberes y aprendizajes que se han obtenido en la escuela; que solo pueden ser percibidos por un determinado método

evaluativo aplicado por un grupo de agentes productores de conocimiento.

Es menester de los educadores, estar al tanto del cómo y para qué están evaluando a sus educandos, ya que determinara en gran forma el nivel de aprendizaje que han obtenido sus estudiantes, con respecto a la educación que se le ha ofrecido en la escuela.

Teniendo en cuenta la importancia de dejar huella significativa en el momento de evaluar esos procesos, puesto que una mala implementación o ejecución en el momento de medir las capacidades cognitivas y físicas del alumno afectaran en gran medida su formación integral y desarrollo humano por el resto de su vida, por esto mismo es esencial saber evaluar.



## Referencias

Estrategias de enseñanza y aprendizaje, formación del profesor y aplicación a la escuela. Editorial Graó, de IRIF, SL.1994.

Evaluar en la Educación física, Domingo Blázquez Sánchez. Editorial INDE publicaciones, 2003.

La enseñanza dialogante hacia una educación en segunda persona. Louis Not. Editorial Herder S.A, 1992.

Curriculum, evaluación y formación docente en matemáticas. Martha Isabel Fandiño Pinilla. Cooperativa Editorial Magisterio, 2006.

Evaluación pedagógica y promoción académica. Romulo Gallego – Badillo. Editorial ECOE, 1989 Bogotá, Colombia.

Planificar en la educación Física. La unidad didáctica y la sesión de Educación física.

La enseñanza de la Educación física, la premisa.

# EDUCACIÓN FÍSICA CONSTRUYENDO SOCIEDAD



Angie Andrea Montenegro Pardo

Diana Rocio Malagon Mora

Estudiantes pregrado licenciatura en Educación física

Universidad Pedagógica Nacional

## Resumen

En el siguiente texto, se muestra cómo la educación física por medio de las prácticas pedagógicas puede influir en el individuo, de acuerdo a la actual concepción de hombre. Primero, se realiza un acercamiento al núcleo problemático: ¿Qué influencia tiene la educación física en la actual concepción de hombre, teniendo como base las prácticas pedagógicas?, donde se desglosan cada uno de los términos.

Luego, una reflexión frente a ellos teniendo como punto de partida las prácticas realizadas en el Colegio San Carlos y un breve acercamiento a algunos propósitos, teniendo en cuenta el perfil profesional que propone el PCLEF.

## Palabras claves

Influencia, Pedagogía, Práctica Pedagógica, Concepción de Hombre, Educación Física.

## Abstract

The following text shows how physical education through pedagogical practices can influence the individual agree to the current conception of man. First zooms to the core problems: What influence has current physical education in conception of man on the basis of teaching practices?, Which breaks down each of the terms. Them, a reflection in from of them whit the departure the practices implemented by the school San Carlos and a brief look at some purposes, taking into account the professional profile PCLEF proposed.

## Key Words

Influence, Pedagogy, Pedagogical Practice, Conception of Man, Physical Education.

A medida que pasa el tiempo, el hombre se define a sí mismo de acuerdo a lo que dice la sociedad o el último grito de la moda; los cuerpos bien formados, sanos y saludables son la muestra de ello. El ser profesional en alguna de las muchas áreas de conocimiento, tener el cuerpo perfecto más una economía

estable y que mejore cada día, es el sueño de todo ser humano, aún en los países más desarrollados y es precisamente la concepción actual del hombre, lo que impulsa a muchos a trabajar, a estudiar y por supuesto a superarse. En este camino, la educación hace su aporte, constantemente escuchamos la frase “cuerpo sano, mente sana” (Juvenal, SATVRA X, 356) y teniendo en cuenta que la Educación Física es la disciplina que desarrolla integralmente a un individuo, es posible preguntarse, ¿qué influencia tiene la Educación Física en la actual concepción de hombre, teniendo como base las prácticas pedagógicas?

Para ello es necesario adentrarse en los diferentes términos y buscar una organización hipotética entre ellos, para así encontrar la respuesta adecuada a la pregunta planteada; la concepción del hombre actual es subjetiva y cabe la posibilidad de que entre en ella cualquier juicio; no es posible plantear sólo un término sobre el tema, pues somos seres cambiantes y más en estos tiempos en los que se da más importancia a unas cosas que a otras. Tratando de responder la

pregunta muy someramente, la Educación Física pretende moldear integralmente al hombre, entonces, debemos mirar la importancia que cobran las prácticas pedagógicas en desarrollo de la misma, y qué tanto se puede, a partir de la Educación Física, cambiar, potencializar o extender la concepción que se tiene del hombre y a partir de allí notar la influencia de esta.

Pues bien, con influencia, se refiere a que en la sociedad hay relaciones entre diferentes agentes, en las que es posible evidenciar cambios de actitud relacionados con el modelo organizacional de los dirigentes en diferentes actividades dentro de cada grupo social; es importante mencionar que actúan también diferentes elementos como la habilidad de persuasión (proceso de guiar hacia una acción, actitud o creencia), los recursos económicos y destaca el poder de convencimiento que puede darse de forma explícita como implícita.

Luego, Educación Física, es la pedagogía corporal, que como disciplina,

busca formar integralmente el ser humano, ya que con la práctica de actividades físicas encaminadas o contenidas en alguna de las tendencias de ella, involucra al individuo desde los primeros años de vida, por ejemplo las capacidades básicas, físicas o condicionales, hasta la aplicación de técnicas y tácticas deportivas.

Según Blázquez (2006), el concepto de Educación Física ha sido constantemente influenciado por costumbres, ideas y hábitos, que trasforman las diferentes modalidades de actividades, que construyen una propuesta de Educación Física cada vez innovadora para la sociedad. La Educación Física data del siglo VIII, en sus inicios se trató de los beneficios del ejercicio físico para favorecer la calidad de vida; luego de la necesidad de defenderse de otros pueblos, pasaron a buscar el desarrollo de habilidades físico-motrices, ahora con el fin de mejorar la salud y utilizar el tiempo libre, entre otros. Más adelante, la Educación Física aparece como medio de formación completo del individuo en los diferentes campos que le rodean (afectivo, físico y social). Surgen así subdivisiones

de Educación Física, que son llamadas corrientes, categorías o tendencias como será tomado aquí y que es como en el área disciplinar se ha estado trabajando.

De acuerdo con Blázquez, la Educación Física ha sido tomada desde diferentes enfoques como la necesidad de un hombre para la guerra, un cuerpo sano, que provee y mantiene una buena calidad de vida y también como el que por salud se ejercita mientras ocupa el tiempo libre, así, la Educación Física aporta cada día en el desarrollo histórico de los seres humanos, sin embargo, es imperioso revisar la "actual concepción hombre", ese que busca formar la sociedad por medio a veces de la pedagogía.

Continuando con este término, encontramos apartes de la teoría de Hayek frente al tema; siendo esto muy sugerente para el argumento sobre Educación Física que se quiere abordar; este autor menciona que:

"El hombre es un individuo con una visión de "verdadero individualismo" de carácter "irracionalista", en oposición al "falso individualismo" racionalista

(1986). Su postura es de carácter nominalista (oposición al realismo e idealismo). En su concepción del hombre y la sociedad acepta, parcialmente, el supuesto ontológico sobre el carácter agregatorio de la realidad, la cual no estaría formada por totalidades. La realidad sería la suma de elementos, individuos y acontecimientos coincidentes consigo mismo y que se relacionan externamente. Esta concepción está en la base de la concepción mecanicista del hombre y la sociedad de Hobbes. Su presencia en la teoría de Hayek se debería a la influencia de Popper y a la necesidad de rechazar cualquier argumento en el cual la sociedad aparece como sujeto de deberes. Popper lo formula como criterio teórico-metodológico del "individualismo metodológico". Dice: "todos los fenómenos sociales, y especialmente el funcionamiento de las instituciones sociales, debe ser siempre considerado el resultado de las decisiones, acciones, actitudes de los individuos humanos, y nunca debemos conformarnos con las explicaciones elaboradas en función de los llamados "colectivos" (estados,

naciones, razas, etc.)" (Popper 1981, p. 283). En otro texto señala que "la creencia en la existencia empírica de conjuntos o colectivos sociales, a la que podríamos llamar colectivismo ingenuo, debe ser remplazada por el requisito de que los fenómenos sociales, inclusive los colectivos, sean analizados en función de los individuos, sus acciones y relaciones" (Popper 1989, p. 403)".

Hayek asume esta postura. Escribe: "el individualismo es un resultado necesario del nominalismo político, mientras que las teorías colectivistas tienen sus orígenes en la tradición realista o esencialista, como la denomina más apropiadamente Karl Popper" (Hayek 1986, p. 320). Y, coherentemente, sostiene que la sociedad no es más que "un conjunto de relaciones entre individuos y grupos organizados", y por ello rechaza "el erróneo antropomorfismo (que la) concibe como 'actuando' o 'deseando algo'" (Hayek 1980, p. 11).

Por otro lado, actualmente, el ser humano se considera independiente de todo lo que lo rodea y contribuye a su vida, desde los inicios de ella, fue, es y

será una competencia por ser el primero, el único y perfecto en todo sentido. El hombre cada día que pasa lucha por superarse, por acumular cosas y por mejorar su calidad de vida; sin embargo, es posible que no se dé cuenta que es víctima de la sociedad consumista que cada vez exige más, pero al tiempo propone más, cuerpos esbeltos, (algunos naturales), formados en gimnasios, como portadas de revistas, en millones de propagandas y telenovelas, pero, cuántos de esos cuerpos están realmente sanos, es difícil saberlo, pues con los avances de la tecnología las cirugías están a la vuelta de la esquina y al alcance de muchos bolsillos, o por el contrario están inmersos en desordenes alimenticios (anorexia, bulimia), ya que sentirse aceptado por la sociedad más próxima (contexto familiar, laboral y/o escolar) es la cúspide de todo el mundo. Es en esa relación entre concepción y sueño, que las prácticas pedagógicas nos acercan más a una solución.

Es por eso que este escrito junto con las prácticas realizadas en el primer ciclo de profundización (semestres V, VI y

VII), tienen como propósito encontrar cuál es la relación de las prácticas pedagógicas con la influencia de la Educación Física en el hombre que se busca formar. Es por ello que al hablar de prácticas, es necesario clarificar que entendemos por ellas.

Al dar una definición de práctica se puede entender por esta, que es la serie de acciones que se desarrollan con la aplicación de diversos conocimientos, en la cual se piensa y se actúa de acuerdo a la realidad, persiguiendo un fin o un objetivo útil.

Luego, la pedagogía es un conjunto de saberes que buscan tener impacto en el proceso educativo, en cualquiera de las dimensiones que este tenga, así como en la comprensión y organización de la cultura y la construcción del individuo.

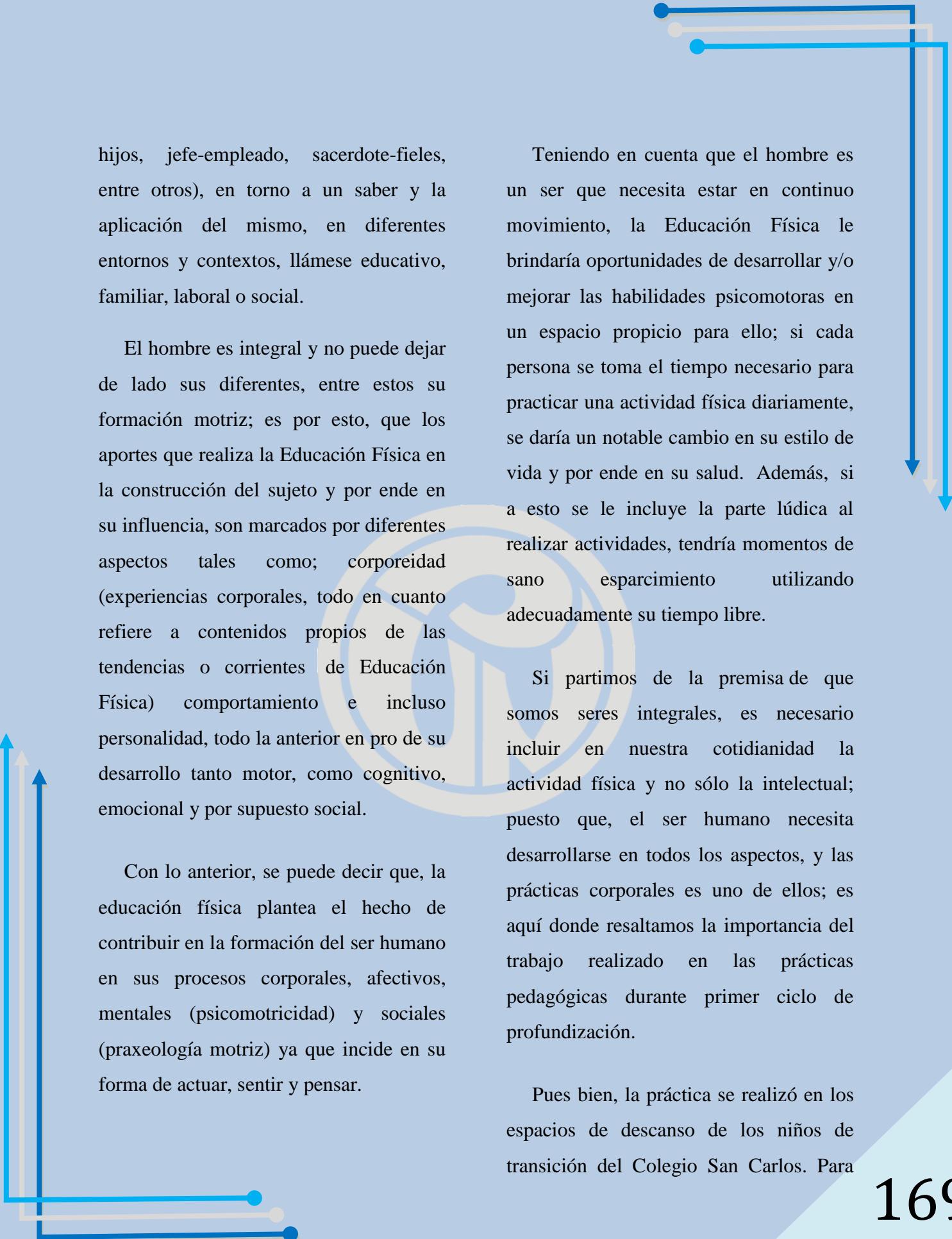
El objeto de estudio de la pedagogía es la educación, basados en este concepto se puede decir que educar es un proceso para la transmisión de los conocimientos, prácticas sociales, culturales y el fortalecimiento de actitudes; y que a partir de estos, se puede forjar en el individuo

conceptos no sólo académicos sino en todo aquello que será la base para dar cuenta de las necesidades que se le presenten en la vida diaria.

Siguiendo con esta mirada Giroux (1998) “hace un planteamiento acerca del papel que asume el estudiante y el docente ante los sistemas educativos como formas político-culturales. La actitud apática, desinteresada, poco crítica e irreflexiva de los estudiantes en el aula sobre problemas sociales y culturales del país, su comunidad y su escuela sólo agrandan los abismos de las diferencias culturales y políticas.”

Sin embargo, Vygostky, (1978) “Considera a la escuela como fuente de crecimiento del ser humano. Para él lo esencial no es la transferencia de habilidades de los que saben más a los que saben menos, sino es el uso colaborativo de las formas de mediación para crear, obtener y comunicar sentido”.

Entonces se puede entender las prácticas pedagógicas como la relación y acción de los diferentes agentes de la sociedad (docente-estudiante, padres-



hijos, jefe-empleado, sacerdote-fieles, entre otros), en torno a un saber y la aplicación del mismo, en diferentes entornos y contextos, llámese educativo, familiar, laboral o social.

El hombre es integral y no puede dejar de lado sus diferentes, entre estos su formación motriz; es por esto, que los aportes que realiza la Educación Física en la construcción del sujeto y por ende en su influencia, son marcados por diferentes aspectos tales como; corporeidad (experiencias corporales, todo en cuanto refiere a contenidos propios de las tendencias o corrientes de Educación Física) comportamiento e incluso personalidad, todo la anterior en pro de su desarrollo tanto motor, como cognitivo, emocional y por supuesto social.

Con lo anterior, se puede decir que, la educación física plantea el hecho de contribuir en la formación del ser humano en sus procesos corporales, afectivos, mentales (psicomotricidad) y sociales (praxeología motriz) ya que incide en su forma de actuar, sentir y pensar.

Teniendo en cuenta que el hombre es un ser que necesita estar en continuo movimiento, la Educación Física le brindaría oportunidades de desarrollar y/o mejorar las habilidades psicomotoras en un espacio propicio para ello; si cada persona se toma el tiempo necesario para practicar una actividad física diariamente, se daría un notable cambio en su estilo de vida y por ende en su salud. Además, si a esto se le incluye la parte lúdica al realizar actividades, tendría momentos de sano esparcimiento utilizando adecuadamente su tiempo libre.

Si partimos de la premisa de que somos seres integrales, es necesario incluir en nuestra cotidianidad la actividad física y no sólo la intelectual; puesto que, el ser humano necesita desarrollarse en todos los aspectos, y las prácticas corporales es uno de ellos; es aquí donde resaltamos la importancia del trabajo realizado en las prácticas pedagógicas durante primer ciclo de profundización.

Pues bien, la práctica se realizó en los espacios de descanso de los niños de transición del Colegio San Carlos. Para

empezar, se encontraron algunas falencias en las habilidades básicas (giros, saltos, manipulaciones y desplazamientos), para lo que se trabajó actividades como juegos, carreras de obstáculos (individuales y grupales), asignación de tareas y mando directo; luego de ello, se propuso una nueva temática cuyo objetivo general fue: Regulación de la actividad motora mediante el desarrollo de habilidades básicas y perceptivomotoras (coordinación y equilibrio).

Las prácticas pedagógicas, dejaron entrever buenos resultados frente a la aplicación de variadas planeaciones de clase, en las que se evidenció tanto el desarrollo corporal como el social y así mismo la construcción de un proceso integral de los estudiantes que participaron constantemente en ella.

Entonces, es posible afirmar que de acuerdo como lo propone el Proyecto Curricular Licenciatura en Educación Física **PCLEF**, en el siguiente propósito: “Gestar procesos de construcción disciplinar desde la perspectiva de estudio asignado al currículo: la experiencia corporal” que por medio de ella, el

estudiante pone en evidencia sus conocimientos previos (o experiencias personales) y a partir de estos, el licenciado en educación física actúa como mediador en el proceso de formación.

Es ahí donde se evidencia la influencia del educador físico que propone el PCLEF en cuanto al perfil profesional que busca formar personas críticas, reflexivas, investigadoras, democráticas, éticas y autónomas y así también transmitir esas características mediante su quehacer docente (práctica pedagógica) para influir de la misma manera en la formación del ser humano íntegro, de ese hombre que se concibe cada día como un ser social.

## Referencias

Blázquez, D. (2006). La Educación Física. INDE Publicaciones. España.

Juvenal D. Sátira X, 356

El Horizonte, Perfil del Egresado de Licenciatura en Educación Física.



Propósitos del Proyecto

Curricular. Pág. 10

Vergara J. La Concepción del Hombre de  
Friedrich Hayek. Revista de  
Filosofía Volumen 65, (2009) Pág.  
161-176

Práctica Pedagógica. Tomado de (2011,  
03). *BuenasTareas.com*.  
Recuperado 03, 2011, de  
<http://www.buenastareas.com/ensayos/Practica-Pedagogica/1774849.html>

Práctica, Tomado de  
<http://definicion.de/practica/>

Tomado de  
<http://www.pedagogica.edu.co/admin/docs/1337792190portafoliofinal.pdf>

## **Lo que hay entre el comienzo y la llegada**

### **Reflexiones sobre el educar**

*Luz Mireya Sarmiento Cruz*

*“Lo que importa no es tanto la partida, ni la llegada, sino la travesía”*

*Guimarães Rosa*

Hablar del comienzo se convierte en un agradable ejercicio, en el cual además de compartir experiencias se dibujan caminos posibles que nos llevan desde aquel punto inicial de la idea, a la idea misma caminando por diversos senderos.

Las conversaciones cotidianas con estudiantes, compañeros, maestros y amigos, transcurren entre el sin sabor y la esperanza. Sin sabor, que aparece cuando la palabra no alcanza a transformar la práctica, cuando el discurso no trasciende los sentidos y significados de esa práctica o la sensatez apabulla otras posibles formas de acercarse tanto al discurso como a la práctica. Y la esperanza como constante impulso para crear, idear y pensar la educación que disoñamos<sup>1</sup>.

Un primer paso para esa educación, creo es transformar de manera coherente y consistente, el proceso de formación del profesor, si no tendremos una escuela transformada arquitectónicamente, pero no un aula transformada en sus vivencias y prácticas. Ese proceso de formación está atravesado por diversas formas de saber y el saber por diversas formas de ser y de actuar; substituir por ejemplo el punto de exclamación -de certeza- por el punto de interrogación, lo que hace es encender la curiosidad, despertar el deseo por ese saber, siguiendo caminos posibles para descubrirlo. Puesto que, el no saber es desafío, es aventura, es recorrido, es búsqueda, es esperanza, es descubrimiento. Aquello que no sabemos es un punto en el horizonte, nos indica una dirección para donde ir. En ese paso inicial, está el educar la mirada para mostrar cómo aventurarse por caminos posibles, cómo descubrir los probables y de que manera trabajar con las realidades, recuerdo que Nietzsche dijo que la primera tarea de la educación es enseñar a ver.

La travesía cotidiana entre aulas universitarias, patios escolares y escenarios de realidades humanas dibujadas en los rostros de niños, niñas y jóvenes, ha tejido el deseo continuo de descubrir una forma de cautivar la emoción, pues sin ella no habrá la experiencia de transformación de la cual tanto hablamos, cuando es la educación el mapa en el que navegamos docentes y estudiantes desde el discurso, porque la palabra nos introduce en un mundo diferente, que nos sorprende; y la práctica, porque al entrar en ese mundo, somos

tocados. Por supuesto, cada quien es tocado en la medida de sus sensibilidades, de sus miedos y los retos que presupone el encuentro con ese mundo, ya lo decía Nietzsche que “es preciso tener un caos dentro de sí para dar a luz una estrella centelleante”<sup>ii</sup>.

La experiencia en esta travesía con los estudiantes de VII semestre, ha sido un constante ejercicio de reflexión sobre la educación en general y la educación física en particular, ejercicio que no distancia a ninguna y las pone en la misma dirección, aquella educación que tiene que ver con la formación de una persona, la educación de la sensibilidad. Sensibilidad que parte de la mirada y de lo que se puede transformar a partir de ella, ningún cambio se funda de nada, en la negación de la historia o de la realidad o de sus apariencias, por más efímeras que se presenten a nuestros ojos, cuando ellos ven para afuera. Todas las utopías se reportan a lo que existe y todo lo que existe aspira a lo que no existe; de ahí, que el mirar para adentro y el mirar para afuera no sean miradas enemigas o disyuntivas. Son miradas que se ven también la una a la otra y que eróticamente se deseán, aspirando la comunión, ningún pensamiento reclama tanto la comunión de las miradas para afuera y para adentro como el pensamiento sobre la educación. La educación es eso mismo, un permanente movimiento en el sentido de la decantación y de la intersección de esas miradas. Y es justamente, en esta reflexión en la cual la educación surge como un camino y un recorrido. Un camino que desde afuera se nos impone y un recorrido que en él hacemos. Deberían ser por esto, indivisibles e indisociables, como las miradas con que nos abrimos al mundo, como los dos rostros, el visible y el oculto de lo que somos. Los caminos existen para ser recorridos y para ser reconocidos interiormente por quien los recorre. El mirar para afuera ve apenas el camino, lo identifica como un objeto ajeno y quizá extraño, solamente el mirar para adentro reconoce el recorrido, apropiándose de sus sentidos. El camino disociado de las experiencias de quien lo recorre es apenas una propuesta de trayecto, no un proyecto, mucho menos nuestro propio proyecto de vida. El camino está allá, pero verdaderamente sólo existe cuando lo recorremos –y sólo lo recorremos cuando lo vemos y lo percibimos dentro de nosotros.

Así, la llegada se convierte en un tramo más del recorrido, en donde surgen desde la educación física posibilidades en la búsqueda de una relación enseñanza-aprendizaje con carácter problematizador, y también la utilización de metodologías de enseñanza que sean colectivamente construidas y se preocupen en dar a los estudiantes independencia y espontaneidad para favorecer una enseñanza crítica-social, de tal forma que el contenido del programa presente la necesidad de la solución de un problema en él implícito. Construcción que tendrá que pasar por una profunda reflexión sobre el papel y el compromiso del profesor con la educación pública, y por consiguiente, por las ideas que sustentan la preparación y la formación de recursos humanos en la educación física, los

cuales están mediados por sensibilidades diversas, por miradas compartidas y encuentros posibles que nos permitan comprender que la formación del profesional de educación física debe ser organizada por medio de un equilibrio entre la formación humanística, la producción artístico-cultural, la producción científico-tecnológica y la socialización del conocimiento.

Este ejercicio sigue siendo una mirada que se construye en la reflexión cotidiana sobre la educación, en los constantes intersticios de la posibilidad que se da con los estudiantes y en la apuesta por recorrer los caminos que se siguen disoñando con voces amigas.



---

<sup>i</sup> Como bien lo enuncia Carlos Calvo en su texto "Del mapa escolar al territorio educativo: disoñando la escuela desde la educación", Santiago: Editorial Nueva Mirada, 2007. Disoñar, como la idea de desprogramarnos y poder comprometerse con la preparación y ejecución de un proyecto a la medida de las propias ilusiones "es recoger esas ilusiones y juntarlas con nuestros sueños para hacer camino con rumbo propio y seguro".

<sup>ii</sup> Friedrich Nietzsche, *Así habló Zaratustra*.