Universidad Pedagógica Nacional

Francisco Morazán

Vicerectoría Académica

Dirección de Postgrado

# MAESTRIA EN CURRICULO

## TESIS DE MAESTRIA

# La Enseñanza y Aprendizaje de la Educación Física en los Centros de Educación Básica de San Pedro Sula


TESISTA

Rony Miguel Pinto Chavez

ASESOR DE TESIS

Dr. Manuel A. Diaz


San Pedro Sula Agosto 2005

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
FRANCISCO MORAZÁN
VICERECTORÍA ACADÉMICA
DIRECCIÓN DE POSTGRADO

MAESTRÍA EN CURRÍCULO

**TESIS DE MAESTRÍA**

# LA ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS CENTROS DE EDUCACIÓN BÁSICA DE SAN PEDRO SULA

**TESISTA**

**RONY MIGUEL PINTO CHÁVEZ**

**ASESOR DE TESIS**

**DR. MANUEL A. DÍAZ**

**SAN PEDRO SULA, AGOSTO DEL 2005**

# LA ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS CENTROS DE EDUCACIÓN BÁSICA DE SAN PEDRO SULA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
FRANCISCO MORAZÁN

VICE RECTORÍA ACADÉMICA
DIRECCIÓN DE POSTGRADO

# LA ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS CENTROS DE EDUCACIÓN BÁSICA DE SAN PEDRO SULA

TESIS DE MAESTRIA PARA OBTENER EL TÍTULO DE MASTER EN CURRÍCULO

PRESENTADO POR

RONY MIGUEL PINTO CHÁVEZ

SAN PEDRO SULA, AGOSTO 2005

**DIRECTOR DE LA TESIS**

**DR. MANUEL A. DÍAZ**

# AGRADECIMIENTO

A Dios, a quien he tenido olvidado en el baúl de los recuerdos, pero que siempre se las arregló para salir en mi auxilio y sustentar mi trabajo.

A Norma, Alejandra y Gabriela, tres mujeres que fueron víctimas del robo más grande que pude hacerles: su tiempo; pero son ellas las que han inspirado mi voluntad para estudiar.

A mis padres Lisandro Pinto y Lidia Chávez por el esfuerzo y la responsabilidad que tuvieron al llevarme por primera vez a la escuela y por la sabia decisión de velar porque llegara al final de la misma.

A mis compañeros (as) y maestros (as) que hicieron más agradable mi tránsito por la maestría.

A mis amigos (as) y estudiantes que fueron testigos de mis ratos de mal humor y que a pesar de ello sigo contando con su amistad.

Por último y no por ello el menos importante, al Dr. Manuel A. Díaz, quién con su paciencia, dedicación y sabios consejos pudo conducirme al final de mi trabajo.

# Índice general

**1 Introducción** Pág.

**2 I Parte: Base epistemológica de la tesis** 2

**3 Capítulo 1** 5

1.1 Educación y Globalización..... 5
1.2 Educación y los enfoques holístico y prospectivo..... 7
1.3 Educación Básica, un medio para mejorar la educación..... 10

**4 Capítulo 2** 14

2.1 La Educación Física y las nuevas tendencias..... 14
2.1.1 Formación de base..... 20
2.1.2 El alto rendimiento deportivo..... 21
2.1.3 Lo socio recreativo..... 22
2.1.4 La expresión comunicación..... 23
2.1.5 La educación especial..... 23
2.1.6 El logro y preservación de la salud..... 24

**5 Capítulo 3** 26

Educación Física para el desarrollo corporal y de la capacidad motora, la recreación, la salud y el deporte..... 27

3.1 Desarrollo corporal y capacidad motora..... 27
3.2 Para la salud..... 35
3.3 Para la recreación..... 39
3.4 Para el deporte..... 44

**6 Capítulo 4** 49

4.1 Enseñanza y aprendizaje de la Educación Física 49

4.1.1 Los programas..... 47
4.1.2 Los métodos..... 54

4.2 La planificación y evaluación de la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física 58

4.2.1 La planificación..... 58
9.2.2 La evaluación..... 60

**7 Capítulo 5** 61

**7.1** Condiciones para la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física 61

71.1 Profesores especializados..... 61
71.2 Recursos materiales..... 69
71.3 Espacios físicos-instalaciones deportivas..... 72

**8 II Parte: Base empírica y resultados de la investigación** 76

**9 Capítulo 6** 76

6.1 Formación académica de los docentes que sirven la clase de Educación Física en los CEB de San Pedro Sula 76

6.1.1 Gráfica N° 1..... 76
6.1.2 Gráfica N° 2..... 78
6.1.3 Gráfica N° 3..... 78

**10 Capítulo 7** 83

7.1 Recursos materiales y espacios físicos en donde se lleva a cabo la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física..... 83

7.1.1 Recursos materiales..... 83
7.1.1.1 Gráfica N° 4..... 83
7.1.1.2 Gráfica N° 5..... 84
7.1.1.3 Gráfica N° 6..... 85

7.1.2 Instalaciones Físicas utilizadas por los docentes en los CEB..... 87
7.1.2.1 Gráfica N° 7..... 87
7.1.2.2 Gráfica N° 8..... 88
71.2.3 Gráfica N° 9..... 90

**11 Capítulo 8** 90

**8.1** Tiempo real dedicado a la clase de Educación Física en los CEB y caracterización de las actividades durante el proceso enseñanza y aprendizaje..... 91
8.1.1 Gráfica N° 10..... 91
8.2.1 Gráfica N° 11..... 92
8.3.1 Gráfica N° 12..... 94

**12 Capítulo 9** 95

**9.1** Tipos de evaluación y contenidos conceptuales, actitudinales y procedimentales utilizados en el proceso enseñanza y aprendizaje de la Educación Física y su metodología 95
9.1.1 Tipos de evaluación..... 95
20.1.1 Gráfica N° 13..... 95
9.1.2. Contenidos desarrollados..... 96
9.1.3 Metodología para el desarrollo de la clase de Educación Física en los CEB 97
9.1.3.1 Gráfica N° 14..... 97
9.1.3.1 Gráfica N° 15..... 97
9.1.3.2 Gráfica N° 16..... 98

**21 III Parte Conclusiones y Recomendaciones** ..... 101

**22 Bibliografía**..... 108

**23 Anexos**..... 111

23.1 Anexo 1 Guía de Observación de clases
23.2 Anexo 2 Cuestionario
23.3 Anexo Fotografías de siete CEB de San Pedro Sula
23.4 Anexo 4 Carta Internacional de la Educación Física UNESCO
23.5 Anexo 5 Estructura curricular de la Educación Básica

# INTRODUCCIÓN

Debido al surgimiento constante de conocimiento y al aparecimiento de nueva tecnología, la educación está replanteando su nuevo rol para dotar de las herramientas que en un futuro puedan requerir los y las estudiantes de hoy. Nuestra población crece aceleradamente casi en la misma medida en que crecen los problemas sociales y económicos, la única alternativa para contrarrestar y lidiar con los constantes cambios provocados por la globalización parece ser la educación. La educación física, como parte del proceso de formación integral, también buscará legitimar su lugar dentro del currículo escolar; a fin de establecer una nueva misión y visión de la educación en general y de la Educación Física en particular, acorde con las exigencias actuales.

El propósito del presente trabajo de investigación es evidenciar el proceso y las condiciones de la Educación Física en los Centros de Educación Básica de San Pedro Sula, para ello, es necesario saber quiénes son los responsables de ese proceso, cómo se lleva a cabo y en dónde se realiza esta acción educativa, por ello, el problema investigar es ¿Quién, cómo, dónde, qué y cómo se realiza la enseñanza y aprendizaje de la educación física en los CEB de San Pedro Sula? Por lo que resulta necesario analizar las variables formación académica de los docentes; espacios físicos; y metodología.

Los objetivos propuestos para esta investigación son los siguientes: como objetivo general, **Conocer las condiciones en que se desarrolla el proceso de la enseñanza y el aprendizaje de la Educación Física en los Centros de Educación Básica de San Pedro Sula, CEB**. Como objetivos específicos, **Determinar la formación académica del docente que enseña la Educación Física en los CEB de San Pedro Sula; Evaluar los espacios físicos en donde se lleva a cabo el proceso enseñanza y aprendizaje de la Educación Física en los CEB de San Pedro Sula; Identificar el tiempo real dedicado a la enseñanza de la Educación Física en los CEB de San Pedro Sula; Caracterizar las actividades que se realizan en la enseñanza de la Educación Física en los CEB de San Pedro Sula; Identificar formas de planificación y tipos de evaluación utilizadas en la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física en los CEB de San Pedro Sula; Identificar los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales utilizados**

**para la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física en los CXEB de San Pedro Sula.**

Se espera que el presente trabajo pueda servir como base para una propuesta metodológica sobre la enseñanza y el aprendizaje de la Educación Física en los Centros de Educación Básica de San Pedro Sula, así como para establecer lo necesario y significativo que resultaría contar con especialistas de la Educación Física en cada uno de los Centros de Educación Básica y, cumplir de este modo, con los fines y principios establecidos en el proyecto del Currículo Nacional Básico. Con los resultados obtenidos se pretende legitimar ante autoridades educativas y civiles tales como sociedad de padres de familia, Alcaldes municipales etc. así como ante docentes de la carrera y demás especialidades, la importancia que reviste hoy en día la Educación Física para el mejoramiento de la calidad de la educación y, para aspirar a una mejor calidad de vida, ya que resultaría lesivo y contradictorio la búsqueda de un proceso educativo de calidad, mermando la formación socioafectiva y motora de los educandos. Por lo anterior, se pretende que la asignatura de Educación Física no aparezca dentro de un currículo oculto como actividad de entretenimiento ò, en el peor de los casos, como complemento a la jornada de trabajo de docentes de otras especialidades. Se parte del criterio que, si la educación es importante para el desarrollo de las naciones, habrá que brindar óptimas condiciones para que los y las responsables de este proceso obtengan la capacitación académica requerida que les permita cumplir con su rol de educadores con el más alto nivel de conocimiento científico y dominio metodológico acorde al contexto sociocultural en que se desarrolla la acción educativa.

La metodología utilizada está basada en un enfoque con predominio cuantitativo, ya que también aparecen algunos elementos cualitativos como la guía de observación de clases. Se realizó una recolección y análisis de datos que permiten contestar las preguntas de investigación; su alcance es descriptiva y el diseño no experimental la investigación estuvo comprendida entre el mes de febrero hasta el mes de agosto del 2004. La población es de 544 profesores que sirven la asignatura de Educación Física en los 31 Centros de Educación Básica de San Pedro Sula, de la cual se tomó una muestra de 234 profesores y profesoras comprendida entre las edades de 20 a 50 años que representan el 46% de la población total. La muestra se hizo en forma intencionada buscando la mayor

representatividad, es decir, se trató de que la muestra pertenezca a todos los Centros de Educación Básica de San Pedro Sula. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario con preguntas cerradas; una guía para observación de clases y técnicas de evaluación. Se evaluaron los espacios físicos en donde se lleva a cabo el proceso enseñanza y aprendizaje de la asignatura así como el uso de materiales de apoyo y metodología utilizada; El plan de análisis se realizó en base a porcentaje; se detallan los resultados aparecidos en cada tabla de resultados y se hace un análisis empírico de cada capítulo considerando la información observada en cada tabla; se construyeron algunas gráficas de barra que permiten analizar algunas variables como la formación académica de los docentes, los espacios físicos, así como la metodología de la enseñanza y aprendizaje y los contenidos que se desarrollan en los CEB de San Pedro Sula.

El presente trabajo se divide en tres partes fundamentales: I Parte: El Marco Teórico o fundamentaciòn epistemológica; II Parte: La Base Empírica o de resultados de la investigación y III Parte: Conclusiones.

El marco teórico o fundamentación epistemológica de la investigación está compuesta de cinco capítulos: en el Primer Capítulo, trata sobre La Educación dentro del presente contexto histórico y su papel ante la avalancha de nuevos conocimientos y tecnología que obliga a readecuar una nueva misión y visión del proceso educativo. Se hace un breve análisis de los enfoques holista y prospectivo que permitan más adelante retomar su concepto en la enseñanza de la Educación Física; también ser realizó una reflexión sobre el proyecto del Currículo Nacional Básico (CNB) para luego en el siguiente capítulo, reubicar dentro de ese contexto la Educación Física.

En el Segundo Capítulo, se aborda la Educación Física y sus nuevas tendencias, de acuerdo al manifiesto de Educación para todos de la UNESCO y a la redimensión que ha tomado la educación física en busca de mejorar y orientar el acto educativo hacia un mejoramiento de la calidad de la educación y por ende a una mejor calidad de vida.

El Tercer Capitulo, hace referencia al papel de la Educación Física para el desarrollo corporal, la salud, el deporte, y la recreación.

El Cuarto Capítulo se refiere al proceso enseñanza y aprendizaje de la Educación Física desde la perspectiva de la planificación, metodología y actividades.

El Quinto Capítulo, está relacionado con las condiciones en que deberá desarrollarse el proceso enseñanza y aprendizaje, para lo cual se consideran los programas de estudios, profesores especializados y, los espacios físicos utilizados para llevar a cabo esta acción educativa.

La parte referida a la Base Empírica o de resultados de la investigación contempla los siguientes capítulos: Capitulo 6, que se refiere a la formación académica de los docentes que sirven la asignatura de Educación Física en los Centros de Educación Básica de San Pedro Sula; el Capitulo 7, describe los recursos materiales y espacios físicos en donde se lleva a cabo el proceso de la enseñanza de la Educación Física; el Capitulo 8, tratará sobre el tiempo real dedicado a la enseñanza de la Educación Física y caracterización de las actividades realizadas durante el proceso; el Capitulo 9 está basado en los tipos de planificación y evaluación utilizados en la enseñanza de la Educación Física por los docentes que sirven esta asignatura, así como los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales contemplados dentro de la acción educativa. En cada uno de estos capítulos y según los resultados proporcionados por la encuesta, se hace un análisis empírico de acuerdo a la experiencia obtenida y a la opinión de algunos autores ahí señalados.

La importancia de las conclusiones es verificar qué porcentaje de los y las docentes tienen la formación académica para la enseñanza de la Educación Física, conocer si los espacios físicos son suficientes ó subutilizados en los CEB; conocer qué tan limitado es uso de material didáctico para el desarrollo de la clase. Determinar qué porcentaje de los y las docentes planifican la asignatura, si tienen o no contemplados los contenidos socio afectivos, motor y cognitivos que deben estar involucradas en el desarrollo de la clase, así como el tipo de metodología utilizada; verificar la cantidad de horas clase de Educación Física que se sirven en los CEB.

# Parte I.
# FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA DE LA TESIS

## Capitulo 1.

## Educación y Globalización

Antes de llegar a conceptualizar la Educación Física y su aporte a la educación integral del individuo y la necesidad de ser legitimada dentro del currículo de Educación Básica como parte fundamental del proceso enseñanza aprendizaje; se ha tenido a bien analizar el papel de la educación ante las nuevas exigencias cognitivas y tecnológicas que se requieren y no quedar descontextualizados ante el fenómeno de la globalización; luego se hará una reflexión sobre Educación y Educación Física y su papel pedagógico en la búsqueda de una calidad de la educación para el logro de fines y objetivos propuestos.

Hoy, más que nunca, la educación como proceso de formación continua del individuo, requiere de un cambio de esas viejas estructuras que el presente contexto histórico social reclama; el conocimiento, producto del fenómeno de la globalización aparece tan vertiginosamente que nos han "agarrado" prácticamente desarmados, la ciencia y la tecnología avanzan de tal manera que nos ha encontrado sin las herramientas adecuadas para subsistir con eficacia ante los embates de una época de cambios. No bastará por lo tanto, una educación creada para amortiguar los cambios, sino una educación que brinde esas herramientas para adaptarse a dichos cambios y superarlos.

"El punto de partida de la nueva concepción de la Educación se sustenta en el concepto que el Hombre, El contexto y la Educación constituyen una unidad" López, Pág. 12

Lo anterior ha dejado atrás viejos conceptos sobre Educación como el derivado del latín "educere" que significa "sacar hacia fuera" o como lo expresaba Pestalozzi cuando se refería a la Educación como el proceso para desarrollar todas las facultades del hombre; ya no solo se requiere "sacar hacia fuera" ni desarrollar facultades, sino que a través de un proceso integral se brinde la oportunidad de desarrollar creatividad, capacidad de adaptación y superación ante una marea constante de nuevos conocimientos que permita al individuo, en un futuro, interactuar dentro del medio natural y humano con aspiraciones a

una mejor calidad de vida para su propio beneficio y de los que conviven con él. El Hombre como tal, debe ser partícipe de su propia transformación; los sistemas educativos deberían apuntar hacia un futuro de nueva tecnología y nuevos conocimientos, así como a nuevas concepciones de educación, para ello habrá que abrir las ventanas de nuestro tradicional sistema educativo y enterarnos de lo que sucede afuera.

El fenómeno de la globalización requiere de una educación que permita al individuo no ser solo un intérprete de un modelo educativo, sino desarrollar esa capacidad de desaprender y aprender que le permita adaptarse con eficacia hacia aquello que le causa incertidumbre pensando en el contexto futuro en donde le tocará desenvolverse.

Lastimosamente, los cambios educativos son exigidos por la clase dominante, es decir, por los grandes empresarios que urgen reactivar su economía que, ante la acometida de la globalización ven peligrar sus grandes ingresos; por esta razón, dentro del discurso político, aparece la educación como el medio salvador para aumentar la producción y lograr el desarrollo económico de las naciones, pero lógicamente en beneficio para muy pocos y con el sacrificio de muchos. Será un reto, muy difícil por cierto, para nuestras autoridades educativas, pensar en un modelo que cumpla con esos fines democráticos de mejoramiento de la calidad de la educación, ya que siempre, la clase en el poder, ejercerá su influencia sobre los diferentes principios pedagógicos a ser insertados dentro del currículo escolar; nada que vaya en contra de los intereses económicos de la clase en el poder, tendrá un espacio asegurado dentro del sistema educativo.

"No será fácil mejorar la calidad de educación sino cambian los contenidos, procedimientos y contextos de realización de los curricula" Sacristán, 1998 Pág. 10

La educación es fundamental para el desarrollo de los pueblos, pero necesita repensar su función, para ello será necesario, replantear una nueva misión y visión, siempre y cuando cumpla con los fines y objetivos curriculares preescritos en beneficio de la colectividad y, pensando en las condiciones en que nos tocará enfrentar un mundo en constante cambio; por lo tanto, estudiantes, docentes, comunidad, deberán velar por un proceso educativo que les permita al menos, aspirar a mejores condiciones de vida dentro de un espacio socio cultural que apunte al futuro.

## 1.1 Educación y los enfoques holistico y prospectivo

Mientras el enfoque holistico busca formar al individuo en su totalidad como un ser indivisible, considerando el medio y la educación como parte integral para su desarrollo, el enfoque prospectivo busca situar el proceso educativo con miras al futuro.

"la educación a lo largo de la vida se basa en cuatro pilares: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos, aprender a ser" Delors, 1996 Pág. 120

Los pilares establecidos por Delors, pueden llevarse a cabo a través de un enfoque holistico, ya que es precisamente con un proceso educativo integrado, que se podrá aspirar al logro de una educación de calidad, nuestro modelo educativo parece seguir pecando de una educación tradicionalista, el abuso de la transmisión de conocimientos teóricos todavía es observable en nuestras aulas escolares, es más, parece ser el único aspecto a ser considerado en la evaluación de la calidad de la educación que se presentan en los informes finales por parte de las autoridades educativas. No bastará entonces solo conocer, es necesario construir el espacio en donde el alumno tenga la oportunidad de aplicar y compartir conocimientos para ser partícipe de su propia transformación.

Para este proceso de mejoramiento de la educación, un enfoque integrador deberá situarse como parte fundamental en el logro de un proceso educativo eficiente y eficaz. La tarea de crear un modelo integrador no resulta fácil cuando la escuela misma es un centro fraccionado en múltiples disciplinas del saber; en la práctica, la transversalidad de las curricula parece no estar establecida dentro del sistema educativo; cada asignatura funciona como pequeñas islas dentro del contexto escolar y el alumno "aprende" a convivir en un contexto extremadamente dividido.

"La **prospectiva** es una reflexión sobre el porvenir, para luego ejercer una reflexión critica sobre el presente, y a partir de ahí, iniciar el proceso de construcción hacia el porvenir deseado" López, 2002 Pág. 2

La educación no tendría sentido si no sabe hacia donde debe orientarse; los perfiles de los egresados del nivel educativo, deberían estar plasmados con miras a satisfacer demandas futuras y no las demandas del presente; de lo contrario será una formación con muchas limitantes y con pocas posibilidades de abrirse campo ante las múltiples exigencias cognitivas y tecnológicas producto de la globalización.

En nuestro medio, pareciera que nuestro sistema educativo está orientado hacia los saberes básicos mínimos y no hacia la educación permanente, ésta última, parece estar destinada para una población minoritaria, la cual se prepara en centros educativos con capacidad de accesar a la tecnología de punta y con grandes posibilidades de continuar dentro de la clase dominante. Una educación para todos, parece ser una utopia, pero tal como lo expresara Delors, es una utopia necesaria; por lo tanto, debemos aspirar a una educación basada en el principio de mejorar la calidad de vida del individuo; pero es lógico, que no es suficiente con tener aspiraciones, es urgente ponerse en acción antes que la brecha entre el conocimiento continuamente renovado y nuestro sistema educativo sea más ancha.

"Para contribuir a evitar el shock del futuro debemos crear un sistema de educación súper industrial. Y para conseguirlo debemos buscar nuestros objetivos y métodos en el futuro y no en el pasado" Toffler, 1970 Pág. 422

Tal como lo contempla el enfoque prospectivo de la gestión, debemos pensar en un escenario en donde la gama de conocimientos del presente, adquieran mañana un valor significativo. Pensar en un posible mundo, nos llevaría a reflexionar sobre las nuevas y múltiples exigencias educativas que obligaría a dirigentes y a todos los actores del proceso educativo, a poner en acción la construcción de su propio futuro.

La cultura del cambio debe imperar en nuestro medio socio cultural, es indispensable reeducarnos nuevamente; el concepto de la calidad de la educación debe pasar del discurso pedagógico al campo práctico de la acción educativa, no es lo mismo lo que se prescribe que lo que se hace en las aulas, la conciencia de una educación permanente deberá orientar la reflexión crítica, de lo que tenemos, de lo que hacemos y de lo que deseamos.

"El conocimiento es la materia prima fundamental para lograr un desarrollo sostenido en la medida en que dicho conocimiento se reconstruye y socialice mediante un proceso participativo real" Correa, 2001, Pág. 11

Algunos aseveran que el futuro no puede predecirse, sin embargo, si construimos un presente pensando en resolver problemas del presente, no será difícil vaticinar un futuro incierto; estaríamos siendo educados para transitar deambulando y desorientados dentro de

una sociedad cada día más exigente, que requerirá individuos dotados de competencias que fueron obviadas por nuestro sistema educativo "pasado"

No se necesita ser un clarividente para pensar en las consecuencias de conducir un auto sin frenos; la educación actual deberá repensar su función en el presente en búsqueda de un futuro posible, por esta razón el hombre debe ser partícipe de la construcción de su propio futuro, no como intérprete de una ideología impregnada en el currículo, sino como productor y generador de conocimientos que luego pueda socializar.

No se trata entonces de cambiar solamente contenidos y procedimientos, el cambio debe abarcar a las clases de poder, a los dirigentes gubernamentales, directores escolares docentes, estudiantes, padres de familia y comunidad; si no cambiamos nuestra visión de mundo, muy difícil será entonces influir en la readecuación de nuestro propio contexto.

El escenario en donde se lleva a cabo este proceso pedagógico deberá ser evaluado antes de funcionar como centro educativo. El perfil del egresado que se busca, estará acorde al contexto socio cultural donde se predique la equidad e igualdad de oportunidades; si el ideal es un perfil de egresado a nivel nacional, habrá que crear las condiciones y herramientas en igualdad de condiciones para todos los que ingresen al sistema educativo, de no ser así, se deberá reevaluar la propuesta que existe sobre el Currículo Nacional Básico.

"Frente a los numerosos desafíos del porvenir, la educación constituye un instrumento indispensable para que la humanidad pueda progresar hacia los ideales de paz, libertad y justicia social" Delors, 1996 Pág. 13

La educación por lo tanto, se ha convertido en el instrumento privilegiado para navegar en un mar de conocimientos y avances tecnológicos, sus fines y objetivos deberán estar orientados a preparar al individuo en el presente para lo que viene y no para lo que pasó.

"Ya en la era de la globalización no es posible educar en marcos solamente nacionales por cuanto resultaría un anacronismo formar niños con horizontes cerrados, cuando ellos están inmersos en mundo trasnacional que trasciende los estados" Cárdenas, Rodríguez, Torres, 2000 Pág. 18

El mundo se achica y los conocimientos se expanden, no podemos encasillar a nuestros estudiantes a una reducida aula escolar, el conocimiento va más allá de los muros

de la escuela y de su comunidad; hoy como nunca, el enfoque holístico parece ser el medio más eficaz para el logro de los objetivos que deberá plantear la nueva educación; para todo esto, necesitamos una educación que tenga pertinencia en lo que se plantea, es decir, una coherencia entre los objetivos que se persiguen y la acción educativa, siempre con miras a un aprendizaje significativo; la relevancia será en base a los requerimientos del tipo de educación y las readecuaciones para satisfacer estas demandas socioculturales; así como un proceso eficiente considerado como el uso racional de los recursos humanos, materiales y económicos en un contexto de equidad donde las oportunidades para acceso a la educación deberán ser justas.

## 1.2 Educación Básica, un medio para mejorar la calidad de la educación

La educación básica aparece como una necesidad a nivel mundial para brindar la oportunidad de acceder a la educación a una mayor cantidad de niños y niñas y, prepararlos con las herramientas básicas para que puedan interactuar de una mejor manera dentro de su entorno natural y social.

Jacques Delors 1998 Pág. define la educación básica como "una educación inicial para niños y niñas de tres hasta 12 años por lo menos y la considera como pasaporte indispensable para toda la vida que les permitirá a los y las estudiantes edificar su porvenir y seguir aprendiendo".

En Honduras, uno de los últimos países en adoptar el modelo de educación básica, ha creado un proyecto de Currículo Nacional Básico (ver anexo # 5) cuya propuesta, si bien es cierto, establece fines y principios que obedecen a un deseo de mejoramiento de la calidad de la educación, sucede lo contrario con los escenarios, los actores, los recursos humanos y materiales, que no reúnen las condiciones para llevar a cabo con eficiencia y eficacia dicha acción educativa.

Dentro de la propuesta del Currículo Nacional Básico de Honduras, en la página 40, sobre los lineamientos del Currículo de Educación Básica, se establece el siguiente concepto:

"La Educación Básica es el periodo de aprendizaje que proporciona a todos los niños y niñas una educación que hace posible la adquisición de elementos básicos de la cultura;

asegura la práctica consciente de los valores esenciales para una convivencia armónica en la sociedad. En este nivel, se busca desarrollar en la niñez y la juventud el sentido crítico y autocrítico, el pensamiento reflexivo, racional y lógico, así como la creatividad"

Lamentablemente en nuestro medio las cosas parecen planificarse en forma desordenada, es decir, primero se crean los Centros de Educación Básica y luego se piensa en la preparación académica de los docentes, después en la dotación de tecnología y por último en el acondicionamiento adecuado de los espacios físicos de estas instituciones; esto es como pensar en la compra de un automóvil, luego en la adquisición de la licencia de conducir y por último en aprender a conducir, lastimosamente, esto algo muy común en nuestro medio. Los CEB ya están funcionando y muchos no ponen en práctica la propuesta del Currículo Nacional Básico.

De repente esto parece una utopía, pero necesaria, -tal como lo planteaba Delors- pero es urgente acondicionar los escenarios pedagógicos con todas sus herramientas y recursos humanos y materiales para iniciar un proceso educativo que no puede esperar más tiempo; en un mundo tan cambiante y exigente no nos podemos dar el lujo de dejar todo para mañana, la brecha del conocimiento y la ignorancia es cada día más amplia, si los gobiernos quieren mejorar la calidad de la educación tendrán que invertir en ella, pero no con leves maquillajes y creando sistemas educativos con muchas limitantes, esto solo mejorará las estadísticas de "atención a la educación" ante los organismos internacionales, pero no su calidad. Grandes mayorías no tienen acceso a los avances tecnológicos, su educación seguirá tradicionalista y fraccionada; la integración no podrá lograrse en centros educativos aislados del mundo globalizado, se pretende brindar atención pedagógica pero carente de recursos y espacios adecuados para el eficiente y eficaz desarrollo de la educación de calidad. Es urgente que nuestras autoridades y todos aquellos que somos parte del proceso educativo, tengamos conciencia de lo que nos espera en el futuro, en donde el que posea los mejores conocimientos y habilidades será el único que podrá abrirse campo en busca de una mejor calidad de vida, los demás, las grandes mayorías, solo serán testigos de lo que otros pudieron alcanzar.

Hay que repensar en la educación, en el tipo de persona y en el contexto en que habrá de interactuar; tal como lo plantea López, 2003, habrá que reinstalar viejas preguntas: Educación ¿Para qué persona?, ¿Para qué sociedad? ¿Para qué mundo?

La propuesta de Currículo Nacional Básico plantea principios y fines que llevados a cabo en las condiciones apropiadas y con las herramientas apropiadas, puede contribuir, en gran medida, a dar solución a la crisis educacional que abate nuestro país; sin embargo, en la realidad, esto asemeja más al cuento de "Alicia en el país de las maravillas"... pero sin maravillas.

"Una cosa son los principios pedagógico o políticos, que se proclaman y otra muy distinta la práctica que se desarrolla en las aulas..."Sotelo, 1999 Pág. 34

Aquellos que han sido responsables de la elaboración de la propuesta del Currículo Nacional Básico, han realizado un gran esfuerzo, donde se observa el deseo por mejorar la calidad de la educación a nivel nacional, pero deberán salir y contemplar el escenario en donde se lleva a cabo el proceso enseñanza y aprendizaje, así como el comportamiento de todos los actores del proceso. No debe exigirse educación de "primera" brindando condiciones de "tercera", ya que para nadie es un secreto lo difícil que resulta obtener un producto eficaz en condiciones deficientes; no bastará tener una visión sobre el modelo de hombre ideal que se pretende alcanzar, hay que "sacudirse" ese carácter instruccionista de nuestro sistema educativo y superar nuestro modelo tradicionalista, para ello hay que brindar las condiciones ideales para que el proceso enseñanza y aprendizaje adquieran un verdadero sentido dentro de esta época globalizadora.

"Desatender el aprendizaje significa:

- un sistema improductivo, sobre todo en lo que a capacidad discursiva se refiere
- un sistema pobre en acumulación de experiencias
- un sistema que constituye un verdadero despilfarro de capacidades
- un sistema que incapaz de abrir cauces a la imaginación y a la inventiva
- un sistema individualizador
- un sistema desactualizado, ocupado en enseñar cadáveres
- por lo mismo, ahistórico
- un sistema ajeno a la vida" Roncal, 2004, Pág. 31

Para nadie es un secreto la riqueza de creatividad y acuciosa curiosidad de los niños y niñas antes de entrar a la escuela, preguntan por todo!, aprenden a través de la práctica,

están en constante movimiento, les incomoda la inactividad física, cambian constantemente de actividad, simplemente están deseosos de aprender sobre el inmenso mundo en que viven, tienen mucho que preguntar en la escuela, llegan con muchas incertidumbres, buscan respuestas a sus muchas interrogantes producto de su mente fantasiosa, pero, horror, ¿qué pasa al llegar a la escuela por primera vez? Se encuentran en un espacio reducido y con un lugar designado dentro de su aula (casi siempre para todo el año) por lo regular es prohibido hablar, de lo contrario será "etiquetado" como alumno indisciplinado, el maestro y la maestra tienen siempre la razón y aparecen como Dioses del saber ante sus ojos, lo que aprende en la casa o fuera de la escuela no es bueno si el maestro o maestra no están de acuerdo con ello; ¿Porqué de esta situación? Lo que los y las docentes hacemos es una atrofia al proceso de formación y educación de los escolares, pero la responsabilidad no recae solo en los y las docentes, éstos, al final, son producto del mismo sistema que así los preparó, es decir, fueron educados en un proceso centrado en la trasmisión de conocimientos, con pocas oportunidades para desarrollar creatividad y limitados en la capacidad de solución de problemas.

Debemos estar concientes que esta propuesta de Currículo Nacional Básico en un contexto tan fraccionado en clases sociales como el nuestro, será difícil aplicarlo, ya que un tipo de currículo que no hace ninguna diferencia entre estratos sociales tan divididos, no hace más que alejarse de su propia realidad, para unos será ideal, para otros solo un sueño. Para llevar a la práctica el proyecto Curriculo Nacional Básico tal como está prescrito, deberá proporcionar a nivel nacional, las herramientas en igualdad de condiciones, así como adecuar los espacios pedagógicos para ese fin y con personal especializado en las asignaturas que imparte. De no ser así, nuestro sistema educativo corre el riesgo de seguir con el modelo tradicionalista de la escuela primaria, a la cual solo se le habrá cambiado el nombre por educación básica, pero, que en esencia y tal como está sucediendo, los CEB siguen regidos por el currículo de primaria y de educación media en vista que a estas alturas aún no se aprueba el CNB propuesto para los CEB.

# Capitulo 2

# Educación Física y las nuevas tendencias

"La Educación Física se refiere al estudio de las conductas motrices, susceptibles de poseer contenido educativo; es decir, se aprovecha el contenido de las actividades físicas para educar, se busca en definitiva, el desarrollo integral de las personas" Cagigal, 2002 Pág. 16

Pareciera trillado recordar que el hombre, para su evolución, ha requerido de una actividad física consciente para transformar la naturaleza y satisfacer sus necesidades básicas de vivienda, alimentación y vestido; es precisamente la actividad física la que le permitió al hombre interactuar en el medio natural y humano y lograr una mayor eficiencia de su propia actividad. Posiblemente, en sus orígenes, el hombre no tenia fundamentos pedagógicos para adquirir conocimientos intencionados y luego aplicarlos y compartirlos; lo hizo de tal forma que esos "pilares primitivos" de aprendizaje le permitieron desarrollarse y construir su propio futuro, el hombre se diferenció de los animales por su actividad física consciente y su capacidad de razonamiento. Ha habido una lucha de casi 150 años por legitimar la educación física dentro de la escuela como medio para un desarrollo armónico del organismo y mejoramiento de la capacidad de interacción de los alumnos y alumnas dentro del medio natural y sociocultural; entre estos tenemos a Gut, Jahn, Pestalozzi y Lorinser, así como a otros destacados pedagogos. Lorinser, citado por Schude, 1971 Pág. 147, resalta que " después de examinar los programas de 50 hasta 60 institutos, puede comprobarse que la mayoría de los alumnos están sentados en promedio de 32 a 42 horas por semana en los bancos, y una vez que se han separado de ellos apenas tienen el tiempo para cumplir con las exigencias respecto a sus deberes en casa" La posición de sentado se convierte en una de las posiciones de descanso más perjudiciales para la postura, especialmente cuando el tiempo de inactividad física es muy prolongado - tal como sucede en las escuelas - ya que provocan una limitación en el desarrollo de las fuentes energéticas más importantes, como ser: la respiración y la musculación. Este tipo de limitación orgánica provocada en las escuelas por la gran cantidad de horas de inactividad física, resultará lesiva para el resto de la vida de los escolares. Es así, como años después, el interés por las actividades físicas vuelve a resurgir, en el siglo XIX, se incorpora en

Alemania las actividades físicas dentro del currículo educativo, en donde las actividades intelectuales estaban a la par de las actividades físicas.

Ya en pleno siglo XXI, la educación entra en una crisis mundial, la Educación Física tampoco es ajena a estas transiciones de un mundo local a un mundo globalizado y, poco a poco, va perdiendo su identidad, hasta encontrarse discriminada en la escala de valor pedagógico dentro del proceso educativo, no sólo como asignatura, ni por el tiempo que se le designa, sino como profesión; el estatus social de los educadores físicos ha sido minimizado y desvalorizado a tal extremo que se les categoriza con un nivel intelectual y de estatus inferior al de los profesionales de otras disciplinas del saber.

Si hace más de 100 años la escuela limitaba la actividad física en honor al desarrollo puramente cognitivo, ahora en esta nueva era, las cosas parecen complicarse más, dado al aparecimiento de una tecnología que está obligando a la gran masa estudiantil a permanecer más tiempo sentado e inactivo.

En la actualidad, aparece un marcado deterioro del buen estado físico de las personas, llegando a convertirse los problemas cardiorrespiratorios en epidemias; sumado a esto, la pérdida de valores o práctica de antivalores, han agobiado a todas las naciones y se ha convertido en dolores de cabeza para un proceso educativo que busca contrarrestar estos males.

La educación busca resurgir como el ave fénix; volver los ojos hacia la Educación Física aparece como una urgente necesidad, países industrializados están repensando y reflexionando sobre la función de la Educación Física en los centros de estudios escolares, ya que es precisamente en estas edades, en donde con mayor facilidad se adquieren los hábitos del buen estado físico y se mejoran las capacidades motoras que incidirán en el futuro en el desarrollo de su personalidad y su capacidad de interactuar dentro su contexto sociocultural. En gran medida, los avances tecnológicos han provocado una creciente actitud de sedentarismo, ya no sólo en los adultos sino también en los jóvenes. La Educación Física ha ampliado sus horizontes, la que antes se destinaba para el ciclo escolar, ahora crece en su quehacer, desde antes de la gestación hasta pasar por todas las etapas de la vida del hombre; el mismo fenómeno de la globalización, con su avanzada tecnología, ha creado una mayor necesidad para la atención hacia la salud física y mental de la población,

es por eso que ahora, para el logro de sus propósitos, el sistema educativo debería tener en la Educación Física a su mejor aliada.

"La Educación Física, a través de sus medios -Tarea.- Ejercicio, Juego Deporte, vida en la naturaleza- procura educar al hombre desde y en lo motor, hacia lo cognitivo – socio afectivo, con sentido de integridad, en función para la formación integral del hombre" López, 2003 Pág. 25

La dimensión pedagógica de la Educación Física ahora va más allá de educar lo físico como quehacer único (etiqueta que se le ha dado en la escuela y en la sociedad); pero sería pecado pensar que, por sí misma, la Educación Física es la salvadora de los problemas que atañen a la educación nacional, de lo que sí estamos seguro es que tiene una enorme cuota de contribución a mejorarla.

La Educación Física, resurge no sólo como una necesidad, sino, como un derecho fundamental y universal de toda persona. No se trata entonces de cumplir con un requisito estableciendo la Educación Física como un relleno dentro de la malla curricular, sino, tener conciencia que no se puede aspirar a una educación permanente, obviando la importancia de la Educación Física como medio para el desarrollo armonioso del organismo y de la personalidad.

**"Dominio de la Educación Física:**

**Cognoscitivos**: adquisición de conocimiento, entendimiento y su aplicación. Conocimiento y entendimiento de:

- Funcionamiento corporal, salud, crecimiento y proceso del desarrollo, aprendizaje motor
- Reglas de juego, destrezas, estrategias, seguridad…

**Afectivos**: Promoción de valores, fomentar destrezas sociales y el mejoramiento del desarrollo emocional.

Social y emocional:

- Auto confianza, afiliación, valor, juicios, desarrollo del carácter, destrezas de comunicación, cortesía, juego imparcial.
- Autocontrol, autodisciplina, diversión, liberación de tensiones, autoexpresión, aprendiendo como ganar y como perder.

**Psicomotor**: Desarrollo de destrezas (motoras) básicas de movimiento y aptitud fisica. Destrezas de juego fundamentales, destrezas motoras preceptúales.

- Patrones de movimientos fundamentales, destrezas locomotoras, destrezas manipulativas, destrezas de juego fundamentales, destrezas motoras preceptúales.
- Tolerancia cardiovascular, fortaleza y tolerancia muscular, flexibilidad" Lumpkin, 1986, Pág. 14

La Educación Física contribuye al desarrollo armónico del niño y la niña mediante la práctica sistemática de actividades que favorecen el crecimiento sano del organismo y, propician descubrimiento y perfeccionamiento de las posibilidades de acción motriz; al mismo tiempo se convierte en un medio para promover la formación de actitudes y valores, como el respeto a normas, reglas deportivas, así como de solidaridad con los compañeros de estudio. La Educación Física se convierte en un ensayo para la vida en donde el niño y la niña pondrán en práctica las futuras exigencias de conducta que requiere la sociedad; a través de juegos aprenderá a "competir", conocerá los sinsabores de la derrota y aprenderá a que no siempre en la vida se gana, pero que el hecho de jugar ya es una ganancia para el organismo y su desarrollo como persona.

"La Educación Física, por sus valores, debe ser comprendida como uno de los derechos fundamentales de todas las personas" FIEP, 1970, articulo 1

Es urgente y necesario, compensar estadios de sedentarismo, estrés, tiempo extremo dedicado a las actividades cognitivas, así como tensiones provocadas por el excesivo encierro en las aulas; hay muy pocas oportunidades de desarrollar expresión corporal, así como una significativa interacción entre los estudiantes cuando no se brindan esos espacios en donde el alumno actúe con mayor libertad para expresarse y ser él mismo ¿acaso no se escucha ese grito de alegría al unísono cuando la campana suena para el recreo? ese momento de distracción representa para el y la estudiante una liberación momentánea de la tortura que representa cuatro horas continuas sentados en sus pupitres. El hombre por naturaleza es un ser social, resulta absurdo entonces, educar en marcos en donde la comunicación y el contacto físico es limitado; una madre de familia, se sentia sorprendida al ver que habiendo tantos alumnos en la escuela su hijo tuviera tan pocos amigos. La Educación Física busca llenar ese vacío de interacción y limitadas oportunidades de

desarrollo de destrezas y habilidades que permitan al y la estudiante obtener una educación eficiente y eficaz.

"...la enseñanza, al permitir en honor al cerebro, que se atrofien la musculatura, la respiración y el metabolismo, cerró la fuentes de vida del mismo intelecto...puesto que sólo la asimilación orgánica del saber por una personalidad sana y armoniosa convierte dicho saber en cultura y en un arma valiosa para la lucha vital" Schude, 1971, Pág. 3

Nuestro sistema educativo en aras de un "desarrollo intelectual" está condenando a una masa estudiantil a ser seres deshumanizados y casi robotizados, incapaces de interrelacionarse y exteriorizar esa energía interna que la misma naturaleza sabia les dotó; en la era de la comunicación nuestros estudiantes cada día hablan menos, desarrollan una memoria admirable pero poca creatividad, parecen ser sólo intérpretes de lo que la escuela trasmite; los grandes males de la educación futura será producto de la educación presente.

"No sabiendo la escuela adaptar sus métodos a las leyes vitales del niño, estropeó ella misma el futuro de su trabajo; desechando la Educación Física, provocó también el alejamiento interior de la juventud del colegio" Schude, 1971, Pág. 3

El sistema educativo, al minimizar la importancia de la Educación Física dentro de la escuela, en esa misma medida está limitando su calidad. El alumno y la alumna permanecen en la escuela por obligación y no porque sienta satisfechas sus demandas a esa gama de energía interna; espiritualmente, el alumno y la alumna parecen sentirse ajeno a ese escenario donde se educa.

El sistema educativo debe reacondicionar su escenario; la tecnologia está ya con nosotros, hay que "aprender" a convivir con ella, existe mucha facilidad para el desarrollo cognitivo, pero con el menor esfuerzo fisico. Las nuevas y cambiantes exigencias de la globalización requieren individuos capaces de convivir bajo tensión permanente; el sistema educativo debe evaluar su papel ante nuevas competencias, pero sin descuidar la calidad de vida de las personas a las que está condenando el sedentarismo, en especial a los escolares.

Lo anterior plantea nuevos retos de la Educación Física consensuados a nivel mundial. La UNESCO, a través de la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte (ver anexo # 4), establece una serie de articulos que deberían orientar el quehacer educativo en cada una de las naciones del mundo, siempre enmarcado dentro de un proceso de educación permanente.

En su Artículo Segundo, la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte establece que: "La Educación Física y el Deporte constituyen un elemento esencial de la educación permanente dentro del sistema global de la educación"

La calidad de vida sólo puede mejorarse sí los sistemas educativos revaloran, organizan y acondicionan el proceso mediante el cual se busca desarrollar aptitudes físicas, intelectuales y morales del hombre, para ello será necesario echar un vistazo a las nuevas tendencias de la Educación Física y el Deporte que deberán estar insertadas y puestas en práctica desde dentro y fuera del ámbito escolar.

Por lo anterior, retomamos el Artículo Segundo en su apartado 2.3 que se refiere a que "todo sistema global de la Educación Física, debe atribuir a la Educación Física y el Deporte el lugar y la importancia necesarios para establecer el equilibrio entre las actividades físicas y los demás elementos de la educación y reforzar vínculos"

Resulta necesario aclarar, que no solamente el sistema global de Educación Física es el que deberá reforzar esos vínculos entre los demás aspectos de la educación; sino que los demás elementos del sistema educativo deberán reconocer, en la práctica, la importancia que reviste la Educación Física y su dimensión pedagógica para contribuir a la educación del individuo de manera integral. La relación entre saberes puramente cognitivos y los saberes prácticos deberá ser en ambas vías, sin predominio absoluto de un saber sobre otro.

Las nuevas tendencias de la Actividad Física y el Deporte, aparecen como una necesidad impostergable de atender la alta demanda de educación-físico-deportivo que hoy en día requiere la humanidad. La Educación física logrará su éxito en la misma medida que aproveche esas tendencias naturales y espontáneas del niño y la niña, de los jóvenes y adultos hacia la recreación, hacia los juegos y hacia la actividad física.

La demanda de actividad física se ha incrementado tanto, que ahora busca atender a todo individuo, no importando su edad, sexo, profesión o discapacidad física; pero, para el logro de esta atención, habrá de tomarse en cuenta el proceso de maduración del hombre desde que nace hasta que cursa todas las etapas de su vida. Las actividades suelen agruparse en cuatro campos de desarrollo: lo perceptivo-motriz, desarrollo de las capacidades físicas, formación deportiva de base y de alta competencia, así como la protección de la salud. Aunque nos interesa en estos momentos el periodo de la edad escolar, tomaremos las

tendencias de la actividad física propuestas a nivel de análisis por López, 2002, pp. 14-15, para luego, en capítulos más adelante, hablar en especial de la Educación Física escolar.

## Actividad Física hacia:

### a) Formación de Base

Esta se imparte en un ámbito para niños, niñas y jóvenes y la conocemos como Educación Física escolar. Se inicia con contenidos cuya finalidad es estimular el desarrollo de la percepción y la coordinación motriz de los primeros años del ciclo escolar par luego continuar en grados siguientes ( sin obviar los anteriores ) con los procesos de estimulación, incremento y mantenimiento de la fuerza muscular, la resistencia cardiorrespiratoria, la velocidad y la flexibilidad muscular; todas estas etapas, para ser llevadas a cabo, consideran el ritmo biológico de crecimiento y desarrollo del y la estudiante. Este periodo de educación motriz, no es ajeno al proceso de educación permanente, al contrario lo sustenta y aprovecha para encaminar el proceso hacia el logro de una educación integral que facilite el tránsito de los y las estudiantes dentro de su contexto sociocultural con miras a una educación de calidad. La Educación Física por lo tanto, se convierte en el medio por excelencia junto con la alimentación balanceada, descanso, higiene personal y conservación del medio, para mejorar las condiciones de salud del ser humano. Tal como lo expresaba Rousseu "a mayor actividad física, mayor aprendizaje"

"No sabiendo la escuela adaptar sus métodos a las leyes vitales del niño, estropeó ella misma el futuro de su trabajo; desechando la Educación Física, provocó también el alejamiento interior de la juventud del colegio" Schude, 1971, Pág. 3

Ya hace más o menos 200 años, Rouseeu, habia planteado su teoria en donde la educación del niño deberia estar en contacto con la naturaleza y de forma espontánea y autodidacta, siempre y cuando se respetara su desarrollo natural y de maduración; éste recomendaba la práctica del desarrollo sensorial en la clase de Educación Física, es decir actividades manuales, de equilibrio, orientación espacial etc.... pero siempre dentro de un marco de contacto con la naturaleza. Recordemos que este pensamiento de

Rousseau, estuvo punto de costarle la vida, sus escritos fueron prohibidos ya que estaban en contra de una tendencia en donde el niño y la niña deberían ser educado hacia la moral y la virtud, ya que se consideraba que la educación corporal debería darse por un proceso de experiencias proporcionadas por las actividades sensoriales y que por lo tanto no ameritaba orientar la educación hacia ese sentido, sino, a crear un ideal de hombre moral y ético, era una época en donde el niño se le veia como un adulto pequeño y luego con el transcurso de lo años se le consideraba como una pizarra en blanco.

"... los primeros años se debían dedicar al disfrute de actividades físicas, de los juegos, de la fantasía y de experiencias inmediatas. La meta principal de la educación, según él, era fortalecer el juicio independiente. Cuando los niños se enfrentaran a valores contrapuestos o presiones sociales debían aprender a apoyarse y confiar en su capacidad de razonar." Rousseau, 1762, citado por Newman y Newman, Pág. 24

Para nadie es un secreto que el juego, la alegría y el disfrute de la vida a través de la actividad física es algo natural en los niños; por esa razón, más que limitarlo, la escuela deberá ampliar ese ambiente pedagógico para dirigir la actividad física como parte fundamental para la educación integral des sus educandos. El estudiante y la estudiante deben terminar su jornada diaria en la escuela con la entereza de haber cumplido con sus deberes escolares y satisfecho sus demandas físico-recreativas. La Educación Física de base, brinda a la escuela la oportunidad de brindar los espacios para que los niños y niñas puedan conocer, compartir y aprender con otros niños y niñas con diferentes características individuales; aprenderá que existen otras personas con mayores y menores habilidades y destrezas que él o ella, creciendo en un ambiente de respeto a las diferencias físicas que cada uno posee. Estos valores de lealtad y respeto a las aptitudes y actitudes de los demás, difícilmente pueden lograrse permaneciendo inactivo dentro del aula escolar en escenarios de muy limitada interacción en los ambientes naturales y sociales.

## b) El Alto Rendimiento Deportivo

En esta tendencia, existe un marcado énfasis hacia la competitividad deportiva y al logro de resultados óptimos, no sólo para adultos, sino también para niños y jóvenes,

puede considerarse como una elite del deporte, en donde la evolución y práctica deportiva alcanza su máximo esplendor o perfomance; el factor educativo como tal, es muy limitado, lo importante en esta etapa es el resultado competitivo y los logros obtenidos, la recreación y diversión es esporádica mientras aumenta la tensión y estrés. Contrario a la actividad física de base, el alto rendimiento busca homogenizar la actividad, mientras que en la anterior, importa mucho el proceso de formación y se consideran las características individuales de los y las escolares para su proceso de formación y evaluación.

Para el proceso de alto rendimiento deportivo son muchos los llamados pero pocos los escogidos; interesa el éxito competitivo, por lo que aquellos con menos habilidades y destrezas serán excluidos.

## c) Lo Socio – Recreativo

Se refiere a la recreación como derecho universal de todas las personas, no importando la edad, ni sexo, lo importante es el logro de satisfacción y placer por la participación en diferentes actividades; brinda la oportunidad para la salud física y mental, busca liberar el estrés, las tensiones y amplía la interacción social entre participantes de diferentes edades, religión, sexo o partidos políticos. La recreación es el mejor complemento para contrarrestar el sedentarismo y las exigencias laborales monótonas y aburridas, por eso su orientación va siempre ligada al carácter social, educativo, artístico pero en forma más espontánea y con libertad de elección; la satisfacción por las actividades recreativas es inmediata y por lo tanto una necesidad indispensable para mejorar y disfrutar de la vida.

Las actividades recreativas en las edades escolares contribuyen al mejoramiento de la creatividad mediante la participación en actividades de construcción, expresión artística como canto, pintura, baile etc... Por lo cual es una de las actividades que deben acompañar al hombre desde su niñez hasta más allá de su estado de retiro o jubilación. Cuando se señala a las actividades recreativas para complementar la inactividad física, se refiere a al tipo de recreación activa y no pasiva, ya que un estudiante que pasa sentado horas tras horas en la escuela o frente al televisor necesitará entonces

actividades que involucren movimientos totales y dinámicos que pongan en funcionamiento su sistema cardiorrespiratorio y musculación interactuando con participantes sin distingo de sexo o edad. Para Bud Getchel la recreación abarcará una gama de opciones que involucra juegos con exigencias cardiorrespiratorias, de habilidades, de iniciación artística, de representación o mímica, de azar, de humor o chasco, de intelecto, de ejercitación sensorial, de reacción y atención y de ejercitación de la voluntad; es decir, la recreación más que un derecho es una necesidad universal.

### d) La expresión – Comunicación

Más conocida en nuestro medio como Expresión Corporal, es practicada por todas las edades y sexo; contribuye al mejoramiento de la autoestima, la convivencia, la estética y sobre todo el desarrollo de aptitudes artísticas; a través de este medio se mejora también el sistema cardiorrespiratorio, se desarrollan y mantienen las cualidades físicas como la flexibilidad, la coordinación, fuerza así como el sentido del ritmo, espacio, conciencia corporal y sobre todo la conciencia de relación etc.

### e) La Educación Especial

Este tipo de educación va dirigida a las personas con necesidades especiales físicas y mentales; se incluyen deportes de competición olímpica como el caso de las Olimpiadas Especiales que brindan atención a niños, niñas, jóvenes y adultos con discapacidad intelectual de más de 170 países en el mundo; también se atienden a personas con NEE físicos pero que no tienen retardo mental, estos participan en competencias llamadas Paralimpicos; el objetivo de estas actividades de educación especial es para brindar la oportunidad a personas con NEE físicas y mentales de participar en actividades que le permitan insertarse en la sociedad como personas útiles y productivas. En el caso de Olimpiadas Especiales, ésta trabaja exclusivamente con personas con retardo mental, su misión es brindar la oportunidad a personas mayores de ocho años de participar en entrenamiento y competencia atlética en una serie de deportes con carácter olímpico, en donde los estudiantes puedan desarrollar destrezas y habilidades que luego puedan

demostrar ante la comunidad, la familia y ante otros atletas especiales en un intercambio de dones.

Es importante señalar el carácter democrático y de equidad que promueve la educación especial en donde la igualdad de oportunidades es prioritaria.

## f) El Logro y Preservación de la Salud

La actividad física se ha convertido en una receta médica, ya que gran cantidad de los problemas de salud provienen del sedentarismo. La preservación de la salud por lo tanto, abarca a todas las personas y de todas las edades. La actividad física contribuye en gran medida a preservar y mejorar la salud, contrarresta el sedentarismo provocado por el uso inadecuado de la tecnología, así como las relaciones interpersonales. Para Bud Getchel, "el buen estado físico consiste en la capacidad de corazón, vasos sanguíneos, los pulmones y los músculos para funcionar con eficacia óptima… los componentes del buen estado físico son la resistencia cardiorrespiratoria, la fuerza, la resistencia muscular y la flexibilidad".

El sobre peso y los problemas cardiovasculares se han convertido en epidemias a nivel mundial, a tal extremo que se piensa en la educación como medio ideal para la disminución de estos males; los hábitos del buen estado físico se inculcan con mayor eficacia en la edad escolar, por eso, esta tendencia de practicar la actividad física como medio para preservar la salud, se ha convertido en una de las más importantes; ¡todos quieren estar sanos! los clubes de salud brotan por todos lados, todos quieren asistir a gimnasios, todos hacen dietas, pero, la mayoría de la población, no ve en esto un problema de educación, sólo lo consideran un descuido personal del buen estado físico.

Es necesario aclarar que, estas tendencias no aparecen en forma aislada, de una u otra forma se complementan, ya que no se puede aspirar a una mejor calidad de vida yendo por un solo camino. Lo mejor es prevenir el deterioro del buen estado físico de las personas desde su etapa escolar. Todo sistema educativo deberá involucrar las actividades físicas con toda la seriedad del caso, de lo contrario será difícil optar a una educación de calidad.

La globalización está obligando a la humanidad a preocuparse por su bienestar físico, por su educación , por encontrarse a si misma en un mundo cambiante; nuestros países latinos parecen estar desorientados, parece que estamos siendo educados para la inactividad física, de ahí que las nuevas tendencias de la Educación Física y el Deporte apuntan a suplir estas deficiencias; en la medida que la escuela cuide y valore el tránsito de los y las estudiantes por el proceso educativo, creando espacios de esparcimiento, de comunicación, de interacción social etc. en esa misma medida estará beneficiando la salud física y mental de los estudiantes y por ende su intelecto.

La Organización Mundial de la Salud, dentro de sus múltiples investigaciones, han demostrado que el ejercicio físico desarrollado por las personas en forma regular, tienen una mortalidad global menor a la que tienen los sedentarios; también existen otras investigaciones señaladas por la enciclopedia Océano en el Manual de la Educación Física y Deportes que demuestran que cuando individuos de edad avanzada realizan una actividad física pueden prolongar su vida de 10 a 25 años, no existe por lo tanto, otra fuente de la juventud más eficaz que la actividad física; por esa razón, Bud Getchel, ha señalado que el ejercicio físico es la medicina preventiva más barata en el mundo; entre los beneficios comprobados destacan: mejor funcionamiento cardíaco y respiratorio, mayor fuerza muscular, huesos más compactos, capacidad de reacción más rápida y menor tendencia a la depresión.

"Si un espía enemigo, viniendo del espacio exterior, estuviese planeando apoderarse del planeta Tierra, y su estrategia consistiera en preparar a la humanidad para esa invasión, convirtiendo a los hijos de los seres humanos en los seres más estúpidos que fuese posible, no podría encontrar mejor forma que exigirles, durante varias horas al día, que se mantuviesen quietos y callados. Este sistema tiene todas las garantías de conseguir los resultados apetecidos" Hoit, citado por Roncal 2004 Pág. 32

La Educación Física por lo tanto, se ha convertido en una necesidad global; mientras mayor sea la capacidad de movimiento, mayor será la oportunidad de ampliar el horizonte de conocimientos y adquirirlos. La educación busca sintonizar al hombre con los avances tecnológicos, pero al sacrificar su actividad física lo deja desincronizado, condenándolo a desmejorar su buen estado físico; sus fuentes energéticas por lo tanto, se verán disminuidas, al igual que su capacidad de aprendizaje

y su interacción social; mientras la escuela, supuestamente creada para cumplir una función socializadora, ella misma parece encargarse de limitar el espacio de acción de los y las escolares al encerrar y casi "amarrar" a una determinada silla en donde permanecerán casi el 25% de su vida.

Educar para la inactividad física en aras de un desarrollo mental, es educar para la atrofia del hombre como ser, es deshumanizarlo y alejarlo de su misma naturaleza de ser social. Un estudiante escolar con pocas oportunidades para desarrollar su capacidad motora, será un estudiante alejado de su grupo, de su comunidad y de la escuela misma, será un cliente permanente de los médicos, pero su sorpresa será cuando le receten para su mejoría mayor actividad física, ¿lo entenderá la escuela? ¿Lo entenderá la familia? ¿Lo entenderán los docentes? No se puede mejorar la salud de los escolares haciéndoles daño, esto es resulta una paradoja, nadie va a la escuela a poner en riesgo su salud, sin embargo, en forma permanente y sistemática, nuestros estudiantes parecieran ser víctima de un sistema educativo que los educa para la inactividad física, es increíble, pero así parece suceder, nuestros escolares van a la escuela para deteriorar su buen estado físico; si a los padres se les dijera que su hijo en la escuela adquirirá mucho conocimiento y manejará la computadora con mucha destreza y que eso le representará muchas oportunidades de empleo, pero que a cambio de eso sufrirá en un futuro no muy lejano, muchas enfermedades cardiorrespiratorias, subirá de peso, será propenso al aumento de colesterol y triglicéridos en la sangre, será un candidato a sufrir mucho estrés, se comunicará muy poco con la familia y amistades, será incapaz de resolver problemas por si solo, vivirá un mundo zapping (solo y muchas horas frente a su televisor o frente a su PC) las visitas al médico serán más frecuentes etc… posiblemente el padre de familia lo pensaría dos veces antes de matricular a su hijo en una institución como esa, sin embargo, hacia ahí apunta nuestro sistema escolar; un lugar con muchos alumnos y con pocas oportunidades para desarrollar y compartir habilidades y destrezas con sus compañeros; un lugar con muy poco espacio para el desarrollo de la creatividad y la capacidad de resolver problemas; la escuela se convierte en un escenario con muchos actores pasivos en donde la interacción padres, maestros, alumnos comunidad y ambiente se vuelve cada día más limitada, a menos que el director o directora del centro celebren su onomástico.

# Capitulo 3

# Educación Física para el desarrollo corporal y capacidad motora, para la salud, la recreación y el deporte

## 3.1 Desarrollo corporal y de la capacidad motora

Para dar una secuencia lógica al capitulo se conceptualizará lo que se entiende por desarrollo, cuerpo y capacidad motora.

Desarrollo: proceso de pasar una cosa de orden físico, intelectual o moral, por una serie de estados sucesivos, cada uno de los cuales es más perfecto o complejo que el anterior.

Cuerpo: conjunto de las partes materiales que conforman un organismo, el hombre por lo tanto no tiene cuerpo, el hombre es un cuerpo.

Para López, 2003, Pág. 41, "Capacidad motora representa lo potencial, lo hereditario, las posibilidades humanas predeterminadas por la naturaleza"

Ha existido una tendencia de separar lo espiritual del resto del cuerpo como si esto no fuera una extensión de lo que el hombre exterioriza hacia el medio natural y humano, el hombre es mente, es cuerpo y es alma.

"Lo verdaderamente constatable es que el ser humano constituye una realidad indiscutible, físicamente tangible. El nivel de evolución al que hasta ahora ha llegado su especie le permite utilizar sus posibilidades corporales (el cerebro también es cuerpo) para crear, comunicarse, resolver problemas, percibir, tener sensaciones, relacionar...el ser humano constituye una unidad funcional (no una dualidad) , que se caracteriza por la corporeidad" Berruezo,1995, Pág. 2

El y la estudiante desarrollan su capacidad de razonamiento y de relación que en ambientes pedagógicamente adecuados alcanzan a mejorar sus capacidades cognitivas,

socio afectivas y motoras que en conjunto son propias del hombre; lastimosamente, con el transcurso del tiempo, la sociedad, la escuela y el mismo hombre como tal, han orientado su proceso de formación hacia lo cognitivo y hacia el lenguaje verbal, relegando a segundo plano el lenguaje corporal y por ende su desarrollo afectivo, como si estos no fueran esencia de una unidad corporal.

Capacidad motora: "máximo desarrollo del potencial del individuo en lo que se refiere a su habilidad individual. Algunos individuos serán más "capaces" de adquirir más habilidades que otros" Mariño, 1986, Pág. 25

El desarrollo corporal entonces, se establece como el crecimiento y madurez de todas las partes del organismo, es decir, su mente y su cuerpo como una unidad; este desarrollo corporal inicia desde la gestación y va más allá de la vida escolar del individuo, pero es la escuela, la encargada de asegurar una armonía a este proceso, que dirigida al desarrollo de la autoconciencia, las habilidades sensoriales, el desarrollo emocional y la capacidad de adaptación social.

"El desarrollo del área Motora, implica el adecuado desarrollo de la Formación Física-Motriz, que en términos generales, se refiere a la construcción sistematizada del cuerpo-movimiento. Un Cuerpo-Movimiento revalorizado en nuestro tiempo en una dimensión que supera los enfoques parciales de Cuerpo-Anatómico, Cuerpo-Fisiológico, Cuerpo-Psicológico, Cuerpo-Objeto etc..." López, 2003, Pág.25

Cuando se hace referencia al cuerpo, se hace partiendo de que éste funciona como un todo indivisible, es decir que, que ese cuerpo llega a la escuela para ser formado integralmente y no con un marcado énfasis hacia determinados saberes; su desarrollo estará condicionado a una práctica educativa y a un ambiente sociocultural en donde la relación de niños y niñas con los adultos los harán enriquecer o limitar su madurez y crecimiento.

El desarrollo corporal se enriquece dentro de un proceso socializador, por esta razón, la escuela se convierte en terreno fértil para contribuir al logro de este objetivo dada su función socializadora.

Cuando se habla de funciones, ésta abarca: mente, cuerpo y espíritu actuando en forma integrada. Existen factores como la herencia que condiciona nuestra estructura corporal, sin embargo, es necesario educar este proceso de desarrollo para darle a través

de una práctica educativa debidamente planificada, una mejor eficacia al movimiento y a la capacidad motora.

"Mediante la actividad corporal el niño piensa, aprende, crea y afronta los problemas. Al mismo tiempo se da en esta etapa privilegiada de la vida un predominio general de la vida afectiva que afecta cualquier actividad del individuo" Piaget, 1936, citado por Pedro Berruezo, Pág. 7

Si consideramos todo lo anterior, podemos darnos cuenta que, el desarrollo de la capacidad motora se da a través de un proceso evolutivo de maduración, crecimiento y aprendizaje; la escuela, el medio y la interacción activa social por lo tanto, jugarán un papel preponderante para que ese proceso de maduración y crecimiento se lleve a cabo de una manera óptima y eficaz en beneficio de los y las escolares; la Educación Física, como tal, será la herramienta más valiosa para el logro de ese fin.

"Esta etapa de globalidad es irrepetible y debe ser aprovechada por planteamientos educativos de tipo psicomotor" ARNAIZ, 1994, citado por Berruezo Pág. 7

En este caso cuando se habla de psicomotricidad, no se refiere únicamente al desarrollo de la capacidad motora, sino a una acción que conlleve a mejorar la función corporal que abarque el desarrollo socio afectivo y motor en condiciones que pueda ponerlos en práctica en relaciones interpersonales dentro y fuera de su contexto sociocultural. El desarrollo de la capacidad motora aparece como el camino para el logro de aprendizajes y desarrollo de la personalidad de los escolares por medio un proceso educativo debidamente planificado que considere las etapas evolutivas de los niños y las niñas, aprovechando que a estas edades se pueden obtener los mejores resultados.

Para que este proceso tenga el éxito deseado, será imperativo que docentes a cargo de los y las estudiantes, conozcan las características de maduración según las edades de los y las escolares, así como nuevos enfoques sobre la Educación Física con una dimensión más amplia sobre el hombre como ser total e indivisible; este conocimiento será como punto de partida para la planificación de la Educación Física dentro de la escuela, para ello, habrá de saberse que cada niño y niña tienen características individuales diferentes y como tal deben educarse. El desarrollo de la capacidad corporal entonces, se convierte en la mejor herramienta para enriquecer su intelecto,

todo depende del "artesano" que asume el compromiso de formarla y el acondicionamiento de los escenarios donde se llevará a cabo ese proceso de transformación.

Lo primordial de todo esto es considerar al niño y a la niña como ser único e irrepetible, con capacidades y limitaciones propias y que necesitan evolucionar sus capacidades cognitivas, socio afectivas y motoras en ambientes que tomen en consideración el desarrollo motor como el camino correcto a una educación integral.

La psicomotricidad jugará un papel importante ya que es precisamente en la edad escolar donde se desarrollan habilidades motoras, cognitivas y socio afectivas producto de patrones que posibilitan este proceso, esto es como el primer peldaño de la Educación Física.

Por todo lo anteriormente expuesto, la Educación Física busca estimular en ese espacio oportuno que representa la escuela, el desarrollo de habilidades y destrezas que favorezcan la armonía del crecimiento del organismo; aquí se aprovechará el momento para detectar y resolver problemas motrices; por lo tanto, es necesario que, antes de organizar los contenidos de asignatura se conozca las características físicas de los escolares, a partir de ahí se puede orientar los juegos, ejercicios y otras actividades motrices que cumplan o contribuyan de mejor manera al proceso educación integral que busca el sistema educativo.

Para caracterizar el proceso de maduración de los escolares lo haremos a partir de los 6 hasta los 12 años, ya que es precisamente en esta etapa en donde con mayor facilidad se pueden desarrollar las habilidades y destrezas al mismo tiempo que se desarrollan su capacidades cognitivas y socio afectivas.

Entre algunas de las características del niño señaladas en el programa de Educación Física para escuela primaria de México podemos seleccionar las siguientes:

**Seis y siete años**

-Requiere una vigorosa actividad física

-La columna vertebral es recta y flexible

-Moviliza e inmoviliza segmentos corporales con ayuda de elementos externos

-Desarrolla su coordinación óculo-manual y óculo-pedial con alternación de movimiento

-Apto para la educación formal

-Empieza a manejar los conceptos de ubicación relacionados con él

-Maneja planos, distancias, trayectorias, dimensiones, identifica colores, cantidades, textura, velocidades, intensidades, duración.

-Ámbito social mayor manteniendo su individualidad

-Son de gran atractivo los juegos los de investigación y trabajos manuales

-Muestra curiosidad por la naturaleza

-Inicia su sentido de responsabilidad y continúa el del deber

-Sigue modelos de comportamiento familiar

-Compara características de su cuerpo con otros niños de su edad

**Ocho años**

-Inicia su maduración personal y de los centros sensorio-motrices

-Asocia sus percepciones visuales y auditivas a través de movimientos corporales que le permiten diferenciar el mundo exterior

-Es capaz de halar, empujar, transportar, golpear, saltar, lanzar, atrapar, desviar, eludir y rodar

-Empieza a manejar conceptos sobre distancia e intervalos

-Inicia su orientación en relación a puntos cardinales

-Identifica el sonido y el silencio

-Maneja conceptos como: superficie, longitud, volumen, tamaño, peso, cantidad, textura, colores y velocidades.

-Realiza actividades que le permiten alcanzar su autonomía personal

-Requiere juegos que le exigen mayor coordinación

-Disfruta de las actividades de grupo y las aventuras en la naturaleza

-Se identifica con las caracteristicas del lugar donde vive y las características de su pais.

**Nueve años**

-Requiere de actividades por medio de persecuciones colectivas

-Perfecciona las habilidades fundamentales en las diferentes áreas de conocimiento

-Desarrolla el aprendizaje de habilidades y destrezas

-Adquiere experiencias que influyen en su maduración personal

-Mejora su asociación de percepciones visuales y auditivas

-Continúa la maduración de centros sensorios motrices de los hemisferios cerebrales

-Es capaz de lanzar, atrapar e interceptar en diferentes formas, direcciones, trayectorias, velocidades, distancias sin y con desplazamientos

-Golpea con mayor precisión utilizando las extremidades superiores e inferiores

-Salta en diferentes formas sobre uno y otro pie o ambos

-Puede rodar al frente y atrás

Adquiere experiencias psicomotoras

-Adopta comportamientos competitivos

-Es capaz de elaborar estructuras rítmicas con implementos

-Alcanza su autonomía personal

-Disfruta juegos organizados y la victoria en ellos, ampliando su universo espacial

-Inicia la formación de equipos y le atraen las aventuras en la naturaleza

**Diez años**

-Moviliza en forma independiente sus segmentos corporales con y sin objetos, con y sin desplazamiento

-Se presenta en forma precoz la preadolescencia en las niñas

-El niño presenta adelanto en prácticas motoras

-Amplía su universo espacial a las personas en juegos de iniciación deportiva

-Perfecciona las habilidades fundamentales en las diferentes áreas del conocimiento

-Continúa la maduración de los centros sensorio-motrices de los hemisferios cerebrales manifestando su independencia y predominio motor.

-Aumenta su capacidad del sentido rítmico, realiza movimientos siguiendo sonidos o percusiones, distingue la velocidad y la intensidad.

-Lanza con precisión a puntos fijos; intercepta objetos en diferentes formas trayectorias y velocidades; golpea con extremidades superiores y conduce con las inferiores.

Salta altura y longitud; puede eludir objetos, rueda al frente y atrás en diferentes posiciones; desarrolla espíritu de compañerismo pero con cierto rechazo a las niñas.
-Inicia su integración a grupos por sexo; inicia su aprendizaje para deportes de conjunto y alto rendimiento.

**Once-doce años**

-Aumenta el tejido grasoso
-Aumenta la producción de estrógeno y de andrógenos en cada uno de los sexos; continúa la maduración sensorio-motriz.
-Perfecciona las habilidades fundamentales en las diferentes áreas del conocimiento y su integración grupal por sexo.
-Demuestra sus habilidades y destrezas en juegos actividades grupales y desarrolla el espíritu de compañerismo integrando grupos con personas de intereses semejantes.

Todo proceso de desarrollo corporal y capacidad motora va ligado a la experiencia dentro del medio en que se educa a los escolares; si bien es cierto que los niños desarrollan características y comportamientos de acuerdo a su edad, también es cierto que el tránsito por la escuela puede armonizar o limitar este desarrollo. De acuerdo a la atención que se le de a este proceso, los niños pueden convertirse en hábiles o torpes; la diferencia entre estos dos resultados será el tiempo y la calidad de atención brindada a la actividad física en el entorno escolar. A mayor actividad física mayor será la oportunidad de mejorar su capacidad motora; por lo tanto, a mayor tiempo de inactividad física mayor será el riesgo de entorpecer el desarrollo y capacidad motora de los estudiantes.

No hay que olvidar que, el ambiente y la relación social de los niños y niñas antes de entrar a la escuela pueden interferir con la calidad de desarrollo motor, por lo tanto, pueden llegar con rasgos de comportamiento defectuosos que incidirán en su interacción con los demás compañeros y compañeras; algunos y algunas pueden llegar con características de inferioridad orgánica, otros y otras provenir de hogares en donde se les haya brindado sobreprotección y hayan crecido dentro de la cultura del "no hagas eso porque es malo" es decir, aquello de "no corras" "no saltes" "estate quieto" lo llevan a perder la oportunidad de gozar de actividades que le permitan adquirir una

gama de experiencias que la actividad física le brinda para el desarrollo de su capacidad motora. También pueden llegar niños y niñas que hayan experimentado actitudes de rechazo que los hace autoaislarse de los grupos y se sienten desubicados dentro del contexto escolar. Todo lo anterior debe hacernos reflexionar sobre la importancia de hacer un diagnóstico para conocer las características individuales de los y las estudiantes y, compensar de esta manera las limitaciones de desarrollo y capacidad motora a través de una adecuada actividad física.

Todo programa de Educación Física debe brindar al y a la docente –de acuerdo al contexto en donde realiza la acción educativa- la flexibilidad para organizar el trabajo con los niños y niñas, respetando por supuesto el principio del momento de desarrollo de los y las estudiantes. Para López, 2003, Pág. 41 el punto culminante del proceso integrativo Perceptivo-Motor-Orgánico-Corporal-Postural es la habilidad motora.

Para llevar a cabo una planificación adecuada de la Actividad Física acorde al proceso de maduración de los y las escolares, deberá organizarse las actividades así: un desarrollo perceptivo motriz para los tres primeros grados que abarque por supuesto educación para ubicarse en tiempo y espacio, equilibrio, lateralidad, coordinación viso motriz y psicomotriz; esto por supuesto se enfatizaran en los primeros grados pero continuaran en grados superiores de acuerdo al desarrollo motor alcanzado por los y las estudiantes.

"Para que el desarrollo orgánico y funcional se produzca de forma correcta es imprescindible asegurar en todo momento un buen nivel de ejercicio…en estos periodos de crecimiento acelerado, cualquier condicionante negativo que incida sobre la actividad espontáneamente puede tener, como consecuencia, desfavorables efectos sobre el desarrollo de las aptitudes biológicas y psíquicas" Autores varios, 1985, Pág.56

Por lo tanto la habilidad motora, resulta como la expresión final de la conducta motora en donde se integran las conductas socioafectivas, psicomotriz y cognitivas. Su eficacia dependerá de la calidad, cantidad, de la importancia brindada al proceso de maduración de los y las escolares y, al el tiempo que se le dedica dentro de un proceso de planificación sistemática.

## 3.2 Para la Salud.

Salud: Estado de completo bienestar físico, mental y social; por lo tanto, no implica simplemente ausencia de enfermedad, afección o debilidad" Manual de Educación Física y Deportes, 2003, Pág. 166

Una de las principales tendencias de la Educación Física es precisamente prevenir y preservar la salud; pero la paradoja de esto es que ha sido el sistema educativo el que parece darle menor interés a esta nueva orientación de cuidar la salud física y mental de los escolares; ¿Es suficiente el tiempo dedicado a las actividades físicas dentro de la escuela? ¿Existe un complemento real a la cantidad de horas que pasa sentado un estudiante en las aulas? ¿Ofrece la escuela los espacios físicos adecuados? Estas apenas son algunas interrogantes que se hacen en cuanto al papel que juega la Educación Física dentro de la escuela para preservar y mejorar la salud de sus estudiantes.

Sabemos que el estilo de vida moderno está facilitando el deterioro del buen estado físico. Cuando nuestro organismo se ve solicitado de un repentino esfuerzo cardiorrespiratorio nos provoca una fatiga inmediata, el corazón parece salirse del pecho, la respiración es tan agitada que nos hace sudar de tal manera como si hubiésemos corrido una maratón, aunque sólo haya sido una pequeña carrera de cien metros para capearnos de la lluvia. Estamos viviendo con el potencial mínimo; nuestra actividad es suficiente sólo para llegar al aula, al trabajo o a la casa y luego sentarnos; este ciclo diario de actividad física, resulta insuficiente para mejorar nuestra capacidad cardiorrespiratoria y se está convirtiendo poco a poco en una enfermedad del siglo.

La protección de la salud entonces debe continuarse en la escuela con el propósito específico en la formación de hábitos, en donde la Educación Física junto con una alimentación balanceada, una educación para la higiene personal y conservación del medio, sean condicionantes para la salud del ser humano.

Dentro del sistema escolar, habrá que recalcar que la Educación Física abarcará tanto la salud física como mental de los y las estudiantes; ya que en esa medida también se desarrolla lo cognitivo y lo socioafectivo. El hábito del buen estado físico por lo tanto, es un hábito que deberá ser inculcado en la edad escolar.

"El cuadro de crecimiento de un niño, su circulación sanguínea y su resistencia a la enfermedad, reciben influencias positivas de su actividad física, la natural alegría de un niño en el movimiento y su sensación de dominio cuando adquiere habilidades de movimiento, favorecen su salud emocional. A su vez, la salud física y mental cuando mejora, tiene implicaciones en la capacidad del niño para concentrarse en sus tareas y aprenderlas" Frostig, 1984, Pág.

Para Marianne Frostig, las habilidades sensoriales y el desarrollo de la autoconciencia, son objetivos centrales de la educación del movimiento, así como promover la salud y el bienestar de los y las educandos.

Los y las estudiantes que se desarrollan en ambientes donde la actividad física se resume a una serie de actividades deportivas a temprana edad, pueden perjudicar su salud emocional; por lo regular en este tipo de actividades, se premia y se le brinda culto al ganador y muy pocos o casi nadie, piensa en el estudiante que "perdió" pero que hizo su mayor esfuerzo; éste recibe burlas y en algunos casos se le culpa de la derrota y lo obliga a pasar muchos días tensos y viviendo con la carga emocional de haber sido él el quien ocasionó la derrota.

Los niños deben sentir placer por la Educación Física dentro y fuera del entorno escolar; por lo regular los estudiantes carecen de espacios apropiados en donde los estudiantes puedan desarrollar sus habilidades y destrezas; la salud física y emocional se pone en riesgo cuando de una u otra manera limitamos su libertad de movimiento.

Cada día los niños y niñas utilizan menos sus facultades físicas, deteriorando desde temprana edad los hábitos del buen estado físico y por ende su salud, ahora más que nunca se ven niños con sobrepeso; el estrés, que antes era padecimiento de los adultos ahora lo comparten los niños. Las montañas de tareas escolares dejada por su maestro o maestra no le permiten disfrutar de tiempo libre, así que además de estar sentado en la escuela casi cuatro horas, le tocará sentarse otro número de horas más en su hogar; tal como se expresaba anteriormente, la posición de sentado le limitará sus funciones de desarrollo y crecimiento de todas sus funciones orgánicas descuidando y afectando su formación corporal-postural.

"La formación física comprende dos grandes ejes de desarrollo: la Formación Corporal-Postural y la Formación Orgánica-Funcional" López, 2003, Pág. 25

Ambos ejes son determinantes para el logro y preservación de la salud.

La formación corporal-postural recibe su beneficio de la actividad física contribuyendo al mejoramiento de la calidad de vida y caso contrario, la inactividad física provoca su deterioro. Por lo tanto, largas horas sentadas en un banco contribuye al deterioro de la salud, por lo que resulta contraproducente descuidar este aspecto de la Educación Física en los y las escolares, ya que de no hacerlo, estaremos poniendo en riesgo su salud.

Para López, 2003, la modificación de este aspecto de la formación corporal-postural es a través de la dinámica, para atender así al adecuado equilibrio- alineación, fijación y normalización- de cada núcleo de movimiento. La formación orgánica-funcional se refiere al adecuado funcionamiento del metabolismo, es decir que abarca los sistemas cardiorrespiratorio, vascular, termogenèticas, endocrinas y digestivas.

La Educación Física, va más allá del desarrollo de habilidades y destrezas; su aplicación adecuada garantiza en un futuro, un hombre con hábitos para mantener su buen estado físico y mental, así como ser productivo y eficaz en las diferentes funciones de su vida. Invertir en la Educación Física y deportiva es disminuir los gastos en salud; el mejor don que la naturaleza ha dotado al hombre para su conservación, ha sido su capacidad para desarrollar actividad física.

Limitemos la Educación Física dentro del ciclo escolar y estaremos violando a los y las estudiantes el derecho a la salud y a la recreación. No basta aparecer dentro del currículo preescrito; el articulo 3.2 de la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte dice: "Dentro de un proceso de educación global, los programas de educación física han de contribuir tanto por su contenido como por sus horarios, a crear hábitos y comportamientos favorables a la plena realización de la persona humana"

Contrario al beneficio que provoca la actividad física, aparece el sedentarismo como causante de todos los males cardiovasculares y cardiorrespiratorios, así como un acelerado crecimiento de estados de estrés provocado por tensiones laborales o trabajos escolares producto de un escaso tiempo dedicado a la actividad física o a la recreación.
"El buen estado físico es la capacidad del corazón, los vasos sanguíneos, los pulmones y los músculos para funcionar con eficiencia óptima" Getchel, 1989, Pág. 17

No se trata entonces de realizar el mismo ejercicio cotidiano con la misma intensidad de siempre; será necesario variar la actividad y poco a poco variar la intensidad para que el organismo obtenga beneficio y puedan realizarse actividades con mejor nivel de eficiencia sin llegar a la fatiga. Bud Getchel establece que la estimulación regular y vigorosa del organismo es una garantía para la salud general, sobre todo para el sistema muscular y circulatorio.

Lo que nos resta entonces es poner en práctica todos los discursos pedagógicos sobre la Educación Física y su beneficio para el desarrollo de la personalidad, así como para el bienestar físico y mental. Habrá que agregar que, el hábito del buen estado físico adquirido en la escuela, repercutirá en el futuro en la economía familiar; es decir, con el ejercicio físico, debido a su acción o efecto integral del organismo, crea una resistencia o fortaleza contra las enfermedades que provoca menos visitas al médico y por lo tanto menor cantidad de gastos en la compra de medicinas; enfermarse en estos tiempos de crisis económica es un lujo que no todos pueden darse, por lo tanto, habrá que preparar al organismo brindándole la oportunidad de participar en actividades físicas para incrementar su calidad de vida.

Actualmente, algunas empresas de maquila, se han dado cuenta del gasto enorme que representa para ellos la ausencia periódica de personal por problemas de salud; es así como han ido creando dentro de sus instalaciones, diversas canchas que permitan al personal que ahí labora, participar en actividades recreativas y deportivas, que no sólo beneficiará la salud de los empleados sino el aumento de su capacidad de producción.

"La educación física por su condición, constituye e acompañamiento necesario de cualquier forma de educación, dado que tiene por objeto la adquisición de la salud. Más que el simple mantenimiento del cuerpo y espíritu es un equilibrio satisfactorio, la salud debe ser considerada como la capacidad para un individuo de ajustar pertinentemente sus reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior. Tomada bajo esta acepción, la salud debe "aprenderse" sin cesar" Actores varios, 1985, Pág. 52

El ejercicio como medicina preventiva, debe ser inculcado en la escuela para ser adquirido, aprendido y disfrutado como una preparación para interactuar eficazmente en

un contexto sociocultural que exige individuos con la mayor capacidad física y mental para adaptarse a las numerosas exigencias de un mundo global y estresante.

La Educación Física por lo tanto, recupera su atención hacia el mejoramiento de la calidad de vida de las personas; el sistema educativo no debe tomar a la ligera el beneficio real que reciben los y las escolares a través de la Educación Física para mejorar y asegurar un desarrollo armónico corporal, esto se refiere al crecimiento proporcional en cuanto a conocimiento, desarrollo de valores y actitudes y habilidad motora que le permita asegurar una vida plena y saludable para afrontar el futuro con una mayor disposición dinámica y no vivir como decía Getchel, con el potencial mínimo.

La salud holística se convierte en la adecuada integración del bienestar físico, mental, social, emocional, espiritual, considerando al hombre como ser único e indivisible, cada una de estas dimensiones actuaran en forma interrelacionadas entre si.

## 3.3 Para la Recreación

La recreación ya no es un lujo, es una necesidad requerida dado a los ambientes de tensión y estrés que el trabajo, el estudio, relaciones en el hogar y sociales nos provocan. Recrearse es una forma de "recargar" energías que permita afrontar la vida diaria con mejor ánimo y actitud. El estrés ya se considera como uno de los estados anímicos más dañino para la salud, en caso extremo puede resultar fatal. El problema es que ahora los estados de estrés ya no son padecimiento de los adultos sino que ahora se extiende a la población escolar; las exigencias de los docentes que asignan una gran cantidad de tareas escolares, más la exigencia de los padres para que cumplan con estos deberes en casa, hace que los niños, niñas y jóvenes se vean envueltos en ambientes de mucha tensión emocional.

"Recreación es cualquier forma de experiencia o actividad a que se dedica un individuo por el goce personal y la satisfacción que le produce directamente" Buller, citado por Leyer en Educación Física Recreación y Deporte. Pág. 77

La recreación puede ser pasiva o activa, depende de donde se sitúe el individuo, ya puede estar en calidad de espectador o participante; las formas de recrearse son tan

diversas como los intereses del hombre, lo importante es la satisfacción y placer alcanzados en las vivencias recreativas en la que se involucra.

Debido a que en la era de la globalización resulta casi inevitable padecer de este mal, la humanidad está necesitando de más horas de descanso. La recreación es uno de los campos aleados de la Educación Física para contrarrestar los inconvenientes provocados por las tensiones laborales, escolares o familiares. Las personas que en su niñez nunca jugaron, no solo amargaran su vida sino la de todos aquellos que conviven con ellas.

Ya en el año 1774, en Alemania, se sistematiza la recreación dentro del ámbito escolar; se crea el Philantropinum que era una institución para nobles y reyes, en donde las actividades intelectuales estaban a la par de las actividades recreativas. A través del tiempo, el hombre ha requerido de la recreación para celebrar la culminación de diversas actividades o sucesos; la alegría de compartir y convivir con los demás a través de actividades recreativas es algo que la escuela fue perdiendo en sustitución por el culto al cerebro. Lastimosamente, la misma escuela limitó este espacio de esparcimiento y decidió encerrar a los y las estudiantes para su formación "intelectual"; el juego pasa a ser algo esporádico dentro del ámbito escolar y poco a poco ha ido mermando la satisfacción por la vida de los y las escolares. La monotonía se convierte en el pan nuestro de cada día al limitar las oportunidades de realización humana. Para que la humanidad pueda utilizar eficazmente su tiempo libre, necesita ser educada desde las aulas escolares; la recreación como tal, se ha convertido ahora en una profesión y aparece como un recurso indispensable para contribuir al bienestar, ya no solo de los y las escolares sino de la comunidad misma.

Los niños y niñas son unos especialistas por naturaleza para la recreación, se divierten solos o en grupos; tienen una predisposición para el juego y para las actividades al aire libre, son ingeniosos y capaces de crear sus propias reglas de juego; ¿Por qué la escuela no aprovecha este don natural de los niños y niñas para brindar espacios amenos mientras transitan por su proceso de educación?

Para Dumazedier, las principales funciones de la recreación son el descanso, la diversión y el desarrollo. El descanso resulta como producto de una necesidad del

hombre luego de cumplir con jornadas laborales, escolares etc. que le hayan causado fatiga física o mental. La recreación, será en este caso, un equilibrio que le permitirá reducir esas tensiones.

Cuando se refiere a la función de diversión, se hace con el propósito de establecer que toda experiencia recreativa deberá producir una sensación de alegría y satisfacción que le permita disfrutar el momento y ser feliz.

La función de desarrollo de la recreación, se da a través de la oportunidad que se le brinda al individuo para participar no solo de una educación sistemática, sino de aquellas actividades que puedan suplir las deficiencias físicas provocadas por los efectos deformantes de una vida sedentaria y tecnificada. Niños, niñas y jóvenes están en un proceso de formación y desarrollo corporal, por lo tanto deberán disfrutar de las experiencias recreativas que les brinden los espacios para exteriorizar sus emociones en ambientes de convivencia e interacción.

El beneficio final recibido por la práctica de actividades recreativas, dependerá de la manera en que afecte al individuo y la variedad de experiencias que adquiera

El hombre y la mujer, como poseedores de características propias, tendrán diferentes respuestas a los estímulos producidos por la actividad recreativa; por esta razón, la escuela deberá considerar este aspecto de la individualización al momento de organizar las actividades recreativas para beneficio de todos. Hay que proporcionar una gama de diferentes formas de recreación para que en forma democrática todos los estudiantes tengan las mismas oportunidades de participación.

Considerando lo anterior, la recreación entonces aparece bajo ciertas circunstancias de motivación hacia la búsqueda de placer; y según Edgar Lopategui ésta tiene las siguientes características:

- Ocurre principalmente en el tiempo libre
- Es voluntaria, proviene de una motivación intrínseca
- Ofrece satisfacción inmediata y directa
- Se expresa en forma espontánea y original
- Ofrece oportunidad de autoexpresión y de ella extrae la diversión
- Le da la oportunidad al individuo de manifestar su creatividad
- Provee un cambio de ritmo en la vida cotidiana

- La recreación es sana, constructiva y socialmente aceptable

El juego, por lo tanto, se convierte en un elemento valioso de la recreación, siempre y cuando en la escuela éste se incluya con propósitos educativos y formativos sin perder el carácter lúdico; más que el resultado del juego, interesará la alegría con que se participe y la satisfacción alcanzada al final del mismo. El carácter puramente competitivo y riguroso deberá ser mínimo en las edades tempranas de los y las escolares, ya que el juego favorece el aprendizaje y contribuye a los propósitos de formación establecidos para esas edades tales como: el conocimiento de su propio cuerpo y su nivel de capacidad motora; favorece el desenvolvimiento social a través de una serie de expresiones e interacción grupal y sobre todo la oportunidad de desarrollar su creatividad. El carácter recreativo del juego debe ser aprovechado a través de una gran variedad de estos y que puedan ser planificados en la escuela de acuerdo a los objetivos educativos que se buscan desarrollar sin hacer énfasis en la competencia ni sobre valorar los resultados.

"Por ello, debemos hablar primero de una educación del tiempo libre que permita que el sistema educativo transfiera hábitos, costumbres y formas adecuadas y conscientes de cómo utilizarlo; en segundo lugar, crear una cultura de tiempo libre que posibilite que cada persona, de acuerdo a sus necesidades, preferencias, motivos e intereses, pueda dirigir ese entorno de tiempo de variadas opciones de la forma más adecuada posible, enriqueciendo su espíritu, fortaleciendo su salud física y mental y posibilitando e disfrute pleno de las virtudes que ofrece la vida" Rivero,1999, Pág. 38, citado por Lacayo

La recreación dentro del ámbito escolar, debe tener un acompañamiento pedagógico que permita a sus participantes a través de la interacción e integración, conocer y valorarse uno al otro como parte de un proceso educativo.

El tiempo libre recibe una serie de significados y varía de un autor a otro y en algunos casos se ha cometido el error de pensar en que ocio y tiempo libre tienen el mismo significado.

"Al decir tiempo libre se está reconociendo la existencia de otro tiempo que no goza de esa cualidad, por lo tanto no es un término independiente, nace de una noción opuesta que corresponde a un tiempo "no libre" Boullón, 2002, pp. 50,51

De acuerdo a lo anterior, aparece el tiempo libre como un tiempo no obligado, entiéndase por tiempo obligado aquel que pertenece al tiempo de trabajo, pero que también abarca una serie de actividades que se realizan en forma consuetudinaria y que de una u otra forma son actividades obligadas (alimentarse, dormir, conducir etc) de acuerdo a Boullón, aparece una clasificación de tiempo obligado y no obligado que permite entender con más claridad el concepto de tiempo libre.

Tiempo obligado o tiempo No libre =

* Obligaciones primarias (trabajo o estudio)
* Obligaciones secundarias (viajar, higienizarse, tareas domésticas, etc...)
* Obligaciones fisiológicas (dormir, comer)

TIEMPO OBLIGADO – TIEMPO TOTAL = TIEMPO LIBRE

Resulta importante entonces conocer con qué tiempo libre se cuenta para realizar actividades de ocio, considerando al ocio como descanso entretenimiento y distracción, Boullón afirma que ser ocioso es negativo, pero estar ocioso es un derecho, una necesidad; claro está que el tiempo de ocio es el tiempo que no se trabaja y por eso no puede tener un significado de holgazanería como algunos diccionarios lo definen. El ocio por lo tanto, es la parte del tiempo libre que voluntariamente se usa en tareas que no repitan las del trabajo habitual.

"La recreación puede definirse como el conjunto de actividades y/o acciones que tienen como objetivo el desarrollo pleno del sujeto en su contexto social y en el marco de su libertad para elegir. Y que están atravesadas por un sentimiento de placer y renovación permanente." Villas, Fabián, 2002, Pág. 1

Los conceptos de recreación son innumerables, pero todos contemplan satisfacción, alegría y esparcimiento alejado de lo cotidiano, al mismo tiempo la consideran como una necesidad del ser humano; el desarrollo de la creatividad y las relaciones interpersonales permiten el respeto y conocimiento de las características individuales de los participantes. La mera actividad competitiva genera espacios de exclusión de los menos hábiles, por lo que la escuela deberá estar consciente que todos poseen

necesidades diferentes que requieren ser atendidas en marcos pedagógicamente preparados y es ahí donde la recreación y a través de la Educación Física llena ese espacio para brindar la oportunidad a niños, niñas y jóvenes de participar en diferentes actividades que contribuyan al desarrollo de actitudes y valores en ambientes de alegría y de compartimiento sin llegar a la sobrevaloración de resultados netamente competitivos.

## 3.4 Para el Deporte

"Deporte: Microcosmo de vida en el cual están condensados todos los riesgos, retos, habilidades, emociones, exaltaciones y frustraciones a través de los que se reconoce el esfuerzo leal del hombre" Almanaque Mundial, 1976, Pág. 8

La educación deportiva en la edad escolar se convierte en una práctica para la vida; no sólo para la conservación del organismo y beneficio para la salud, sino como medio para el desarrollo de valores y convivencia, el deporte nos prepara para el éxito y para la derrota, aprendemos a reconocer nuestras debilidades y las fortalezas del contrario, el respeto a las reglas establecidas y a valorar los esfuerzos realizados.

La escuela debe considerar que no es aconsejable especializar al niño y a la niña hacia determinada actividad deportiva en sus primeros años escolares, la obsesión de ver a niños y niñas participando en competencias organizadas y con énfasis en la victoria a toda costa. tendrá más efectos negativos que positivos en la formación de los y las escolares, esto será prácticamente un atentado a la salud y formación de los niños y niñas que compiten a tempranas edades en diversos campeonatos. El y la docente, deberán entender que no se juegan ningún "prestigio profesional," buscando el éxito por sobre todas las cosas. El deporte deberá ser inculcado de acuerdo al proceso de crecimiento y desarrollo corporal de los y las estudiantes y antes de los 11 años, los niños y niñas deberán haber tenido la oportunidad de utilizar un sinnúmero de elementos manipulativos a través de actividades predeportivas con propósitos orientados al desarrollo motor más que al objetivo competitivo.

"Los deportes representan aquel tipo de actividad física institucionalizada, estructurada, organizada y competitiva, con metas bien definidas y gobernado por ciertas reglas especificas, donde se destacan esfuerzos físicos y vigorosos o el uso de destrezas deportivas o motoras relativamente complejas y la aplicación de estrategias, con el fin de alcanzar un rendimiento exitoso mediante la superación de un adversario en competición o la demostración de aptitudes particulares." Kent, 1998, Pág.477

Se reconoce el valor físico-educativo del deporte siempre y cuando se enseñe en la escuela con la finalidad de formar integralmente al escolar y no como único deseo de prepararlo en un futuro hacia la práctica especifica de cualquier deporte.

Las razones para participar en actividades puramente deportivas pueden ser desde el fin exclusivo de entretenerse, hasta el deseo enorme de obtener una victoria.

Según la UNESCO, "El deporte es la actividad humana significante que se manifiesta y se concreta en la práctica de los ejercicios físicos, bajo formas competitivas"

La competencia como tal, siempre estará intrínseca en cada uno de los participantes, corresponde entonces a la escuela, canalizar este ímpetu deseo de buscar como único fin la victoria y darle un sentido más educativo a la práctica deportiva.

El deporte se ha convertido en un fenómeno social que los medios de comunicación masiva han extendido por todo el mundo; en algunos casos se utiliza como símbolo de supremacía de un país sobre otro; el nivel de competitividad local y global se convierte en una de las distracciones más comunes entre chicos y grandes. Este fenómeno no sólo ha hecho comprender a grandes empresarios, sino también a organizaciones religiosas, que el deporte un medio de acercamiento a las masas; el deporte se disfruta tanto practicándolo como observándolo.

La utilidad del deporte varía tanto como los intereses del hombre y de la mujer, puede practicarse como distracción o como profesión. En la escuela aparece como un medio de formación y desarrollo de la personalidad y se aprovecha para dar sentido a la necesidad de los jóvenes, niños y niñas, de exteriorizar esa energía apasionante y natural que poseen.

Estas diferentes facetas deportivas dependen de la orientación que el hombre y la mujer le den; es así como tenemos deporte de alta competición; deporte de entretenimiento; deporte como profesión, así como deporte-educación física.

En nuestro medio escolar, pareciera no sacudirse aún esa idea del resultado o éxito competitivo que brinda la actividad deportiva como mera satisfacción y orgullo personal. Ese recurso del deporte en la escuela como medio para que directores, entrenadores, maestros y maestras utilicen los niños y niñas con fines de demostración de "supremacía deportiva" puede afectar el desarrollo de la personalidad de los estudiantes. Tal parece que los éxitos obtenidos a través del deporte es sinónimo de la "calidad de educación" que se brinda en la institución. Lo anterior puede provocar que en algunas comunidades no exista esa integración entre las escuelas del sector y se creen rivalidades absurdas producto de una actividad deportiva mal orientada, donde la competencia se convierte en el único fin del deporte y no como medio para el desarrollo social, emocional y físico a través de una orientación más educativa y de entretenimiento. La dimensión pedagógica que puede alcanzar la actividad deportiva, debería ser el objetivo más importante a ser considerado dentro del proceso educativo.

"El proceso de competencia consiste en que un individuo, o un equipo, intenta alcanzar una meta o un patrón de excelencia. Este proceso se presta para ser evaluado por otras personas, por ejemplo: padres, amigos, publico y otros" Martens, 1975, citado por Ruano Mariño, Pág. 105

Antes de entrar a la escuela, los niños y niñas juegan sin comprender lo que representa la competencia; juegan de tal forma que lo que les interesa es divertirse y satisfacer una necesidad nata de autoexpresiòn.

Al ingresar el niño y la niña a la escuela comienzan a aprender y a reconocer sus habilidades y la de los otros compañeros; los ambiente familiares y medios de comunicación pueden incrementar el deseo por la competencia; esto se observa cuando los niños y niñas organizan sus grupos de juego y "seleccionan" a los más hábiles para integrar su equipo, por lo regular dejan por último a los menos hábiles y en el peor de los casos los excluyen.

La escuela juega un papel importante para canalizar y guiar ese deseo de competir de los niños y niñas y aprovechar para darle un sentido más de integración social y

como oportunidad para el desarrollo de habilidades y destrezas que permitan simultáneamente un desarrollo cognitivo.

"Cuando los niños llegan a los seis años, comienzan a aprender y competir y a comparar sus habilidades con la de los otros niños. Pero, cuando llegan a los 10 y 12 años, desarrollan una comprensión madura del proceso competitivo y son capaces de determinar su capacidad" Nicholls, 1978, citado por Ruano Mariño, Pág. 105

Por lo tanto, el acto competitivo en la escuela, debe orientarse a través de un proceso que considere las etapas de desarrollo del niño y la niña de acuerdo a su edad.

Pero resulta necesario aclarar que, aunque la acción competitiva se desarrolle en los escolares, no deberá dársele una sobre valoración a los resultados; los objetivos y fines de la actividad deportiva deberán ser hacia el desarrollo motor eficaz y a la participación democrática de todos los escolares en actividades deportivas.

Debemos recordar entonces que hay un deporte para todos y otro deporte profesional, que es para aquellos que alcanzan niveles altos de habilidad motora y específica del deporte en que se involucra. El deporte para todos que podrá practicarse como medio educativo, de diversión o satisfacción personal, por eso es el deporte de masas.

Según la UNESCO, el deporte para todos hace que el ser humano:

- Se asegure su desarrollo físico y mental, que se le procure un equilibrio dinámico satisfactorio, la salud.
- Se ayude a satisfacer sus necesidades de participación, integrándose en el medio con responsabilidad. Le ayuda a comunicarse con los demás seres humanos así como le ayuda a expresarse.
- Le permite compensar las sobrecargas emocionales y sobrecargas de actividad cotidiana.
- Por último, le permite asumir con mayor éxito sus obligaciones profesionales y tarea social.

Estas funciones del deporte son positivas y hacia ahí debería la Educación Física orientar sus actividades físico-deportivas; de lo contrario, se crearía un ambiente en donde se desarrollen valores negativos no legitimados por la sociedad, como la violencia, que no es más que un efecto de una educación para la "victoria a como de

lugar" muy arraigada en el ámbito escolar o en competencias donde prematuramente se involucre a los niños y a las niñas. Los y las estudiantes deberán comprender que el jugador contrario no es un enemigo sino un compañero o compañera que comparte con ellos y ellas una práctica deportiva; el docente entrenador y entrenadora, no deberán utilizar el deporte escolar como forma de satisfacer su ego profesional; las escuelas al competir, deberán hacerlo con el propósito de integración entre todos los centros educativos de la comunidad; todos los participantes (esto incluye los "perdedores") deberán ser participes de reconocimiento por parte de la comunidad, padres de familia y docentes por sus esfuerzos realizados al representar la institución en los torneos o campeonatos, que en todo caso, deberían llamarse convivios deportivos para darle un enfoque más educativo a estos eventos.

"...el deporte escolar, son todos los deportes adaptados donde se protege la integridad física de los y las educandos, se respeta su crecimiento físico, los sistemas energéticos, las fases sensibles, lo cual se logra reduciendo distancias, canchas, altura, reglas sencillas, así realmente se puede desarrollar más las habilidades de los y las educandos, sin perder de vista que el deporte escolar es formativo" Educación Física, Dirección General, 2000, Pág. 12

Tal como se expresaba anteriormente, el deporte escolar debe tener un fin más educativo que como medio para obtener resultados en beneficio del prestigio de la institución o de profesor-entrenador y profesora-entrenadora. Siempre el respeto al proceso de maduración y crecimiento del niño y la niña será considerado para evitar sobre exigencias al organismo y poner en precario su salud mental y física.

El deporte escolar adecuadamente practicado, contribuirá al desarrollo de habilidades que les permitirán al niño y la niña, interactuar en un ambiente de camaradería y contacto con sus demás compañeros, cosa que muy difícilmente pueden lograr otras asignaturas. Todos los alumnos y alumnas deben percibir el ambiente democrático del lugar en donde se educan; la práctica deportiva debe contemplar condiciones de equidad y genero. La convivencia democrática es uno de los fines de la educación nacional, por esa razón, la escuela no debe ser la antitesis de esa finalidad; no deberá limitar la actividad deportiva únicamente para aquellos niños y niñas que posean mayores habilidades; las competencias organizadas deben esperar mientras se

les brinda mayor tiempo a los educandos a participar en una variedad de actividades deportivas adaptadas a su edad.

Hicks, 1982, citado por Mariño, Pág. 101, establece las necesidades que deben ser columna vertebral de la organización deportiva escolar:

"1. Divertirse 2. Participar de acuerdo a su nivel de desarrollo general y de habilidades 3. Tener la oportunidad de jugar diferentes juegos 4. Participar en el juego, no ser suplente 5. Complacer y agradar a sus padres, pero sin que nadie le reclame por fallas cometidas 6. Participar con liderazgo y toma de decisiones 7. Jugar como niño y no como adulto 8. Tener éxito 9. Ser tratado con dignidad"

El deporte escolar entonces, es uno de los medios de la Educación Física para beneficio fisiológico, al proporcionarle a través de las experiencias motrices básicas, una influencia para la maduración, desarrollo psicomotor y sobre todo una mejor eficiencia a su sistema cardiorrespiratorio.

La unidad psico-física adquiere su mejor armonía a través de la práctica deportiva y de ello depende su salud física y mental. El mejoramiento del aspecto social de los niños y niñas se ve reflejado en su capacidad creativa, en su capacidad de adaptación a ese proceso de crecimiento que poseen; aprenden a convivir en ambiente de respeto a normas, reglas y valores de convivencia a través de actitudes positivas; canalizan la agresividad y aprenden a considerar al contrario como un compañero y amigo con el que se puede disfrutar de momentos de convivencias deportivas.

# Capitulo 4

# Enseñanza y aprendizaje de la Educación Física

## 4.1 Programas

Uno de los aspectos importantes del proceso enseñanza y aprendizaje de cualquier disciplina del saber, son los programas de estudios; estos contemplan los contenidos que pretenden dar respuesta a los objetivos y fines planteados en el curriculo nacional; en pocas palabras, se refiere al qué, al cómo y cuándo se enseña y evalúa la asignatura.

En cuanto a la Educación Física, la programación de las actividades didácticas deberán estar impregnadas -además de rigurosidad- de mucha dinámica, creatividad, alegría y la oportunidad de construir y readecuar su propio material de trabajo así como los espacios físicos en donde se llevará a cabo el proceso enseñanza y aprendizaje.

Según el diccionario de la lengua española Larousse, programa se refiere a "Plan detallado de las materias correspondientes a un curso o a un examen" De acuerdo al proyecto del Currículo Nacional Básico, éste incluye áreas de conocimiento con propósitos establecidos según el nivel escolar; es así como aparece en el primer nivel una orientación hacia el desarrollo de aprendizajes instrumentales con énfasis en las destrezas de comunicación como ser lenguaje, lectura, escritura cálculo matemático y conceptos fundamentales en el estudio de las Ciencias Sociales y Ciencias Naturales.

Ya en el nivel dos, se brinda un aprendizaje más sistematizado y diferenciado en cada campo del saber, propiciando el desarrollo destrezas y actitudes relacionadas con la investigación científica; refuerza el pensamiento lógico matemático y la adquisición de elementos tecnológicos. En el tercer nivel se pretende que los estudiantes establezcan una relación dialéctica entre teoría y práctica vinculadas con la realidad socioeconómica, cultural y ambiental.

Analizando lo anterior, cabe resaltar que en la propuesta del CNB la salud física, mental y el desarrollo motor, se consideran dentro la programación que compete a la clase de Educación Física como algo específico de esta asignatura, pero no así en las materias consideradas básicas; la UNESCO y la Carta Internacional de la Educación Física y Deporte han establecido para el mejoramiento de la calidad de la educación, a la Educación Física y el deporte, como elementos indispensables dentro de todo currículo escolar. La necesidad de contar con profesionales especialistas en la materia, aparece como requerimiento para que este proceso de desarrollo de los programas de Educación Física se lleve a cabo de la mejor manera.

Dentro de todo programa se establece una planificación anual, otra mensual o en unidades, otra semanal y por último una planificación diaria.

Los contenidos básicos de primaria, secundaria y bachillerato del área de educación física en la propuesta del CNB son los siguientes:

"Ciclo de primaria: imagen y percepción del cuerpo, habilidades y destrezas, expresión y comunicación del cuerpo, salud corporal y juegos.
Ciclo de Secundaria: condición física, cualidades motrices, juegos y deportes, expresión corporal y actividades en el medio natural.
Bachillerato: condición física y salud, juegos y deportes, expresión y comunicación"
Autores varios, 2002, Pág. 19

Sólo restaría agregar, que las actividades en el medio natural no deberían realizarse o programarse en exclusiva para los ciclos de secundaria y bachillerato, sino que también el ciclo de educación primaria debería contemplar dentro de su programación, actividades fuera de la escuela que les permitan a los y las escolares familiarizarse con el entorno y aprender a valorar el medio ambiente de manera práctica por medio de vivencias en la naturaleza.

Es rescatable el hecho de que la clase de Educación Física, dentro del proyecto del Currículo Nacional Básico, presenta una programación completa sobre contenidos y actividades a desarrollar de acuerdo a los niveles; sin embargo, dentro de los bloques de contenidos, la educación física para la salud, aparece como un apartado más y no como un tema implícito en cada bloque; creemos que es necesario una actividad integrada que contemple el desarrollo motor, afectivo, cognitivo y, por ende, involucre la salud en todo el proceso y no solo en determinada etapa del programa; la actividad física junto con una alimentación adecuada, el hábito del descanso, la higiene personal, el cuidado del medio ambiente, son factores que determinan la salud del ser humano. Es de aclarar también, que existen contenidos ubicados de forma transversal en el currículo y que tienen que ver con los fines de la educación nacional; esto de manera evolutiva, contribuye a la formación integral de las y los educandos. Dentro de estos fines nacionales podemos encontrar el amor a la patria, la convivencia democrática, la educación para la paz, la educación para el cuidado del medio ambiente, para la igualdad y tal como señalamos anteriormente, para la salud. Todo esto sólo es posible en currículos abiertos que permitan a dirigentes educativos y docentes, readecuar la programación educativa en busca de estrategias que faciliten la acción del proceso enseñanza y aprendizaje en forma eficaz y eficiente, he ahí la importancia de contar con personal capacitado con la suficiente creatividad para readecuar los programas

establecidos dentro del proyecto Currículo Nacional Básico y planificar de acuerdo al contexto sociocultural en donde se encuentra ubicado su centro de trabajo.

Previendo una difícil situación física y económica de los Centros de Educación Básica de San Pedro Sula, la readecuación de los programas de Educación Física deberá hacerse con la mayor responsabilidad por parte del y la docente, para que la acción educativa de esta disciplina se lleve a cabo en la mejor de las condiciones.

La falta de material de apoyo, de recursos audiovisuales, de instalaciones físicas inadecuadas etc...no deberá ser excusa para evitar servir la clase de Educación Física; los programas deberán readecuarse para estar acorde con el contexto en donde se lleva a cabo el proceso enseñanza-aprendizaje.

La cultura de nuestro medio de complicar el proceso educativo a través de un exagerado énfasis en los diseños de planificación, hace que algunos docentes duden en servir la clase de Educación Física, esto se ha vivido por años en la educación primaria, sin embargo, se han hecho esfuerzos por instituciones como INICE para elaborar guías de actividades para que la Educación Física no deje de ser servida en las escuelas; sin embargo, existe cierta indiferencia hacia la asignatura de Educación Física y aún contando con las guías de actividades para la clase, muchos docentes han dejado de servirla.

"Los programas de Educación Física tienen características propias, pues sugieren actividades que el maestro y la maestra deben seleccionar y organizar con flexibilidad, sin sujetarse a contenidos obligatorios ni a secuencias rígidas. El único principio para organizar el trabajo es que las actividades correspondan al momento de desarrollo de los niños y niñas y tomen en cuenta las diferencias que existen entre ellos y ellas ..."efedeportes.com, 2004, Pág. 1

Considerando lo anterior y, de acuerdo a los capítulos sobre la Educación Física, sus tendencias y enfoques holista y prospectivo para la formación integral de los y las escolares, resulta necesario programar los contenidos y actividades a desarrollar de acuerdo a las posibilidades y características de la población escolar, así como de los espacios y materiales a utilizar. Para ello es indispensable establecer un proceso acorde con las fases del desarrollo motor de los y las escolares; este proceso, podríamos agruparlo en cuatro campos que conlleven un carácter evolutivo, tenemos entonces: el

desarrollo de habilidades motrices básicas que abarca a niños y niñas de seis a siete años; acá se incluyen actividades para el desarrollo perceptivo-motriz que busca estimular la percepción y la coordinación motriz, estas actividades continuarán en los grados superiores con la finalidad de facilitar de manera óptima la relación del individuo con el medio natural y humano. Lo importante es que a través de la actividad física el estudiante pueda ubicarse en el espacio y en el tiempo, desarrolle su equilibrio, lateralidad, coordinación visomotriz y psicomotriz con el objetivo de mejorar las capacidades físicas y coordinativas de forma integradora, es decir, el alumno conocerá, ejecutará, valorará y convivirá.

De los siete a los trece años hay una fase para el desarrollo de habilidades específicas hasta llegar a la etapa de habilidades especializadas que inicia a los 14 años. Se pretende entonces, a través de una programación adecuada de la actividad física y, de acuerdo a lo expresado por López, 2003, Pág. 57 llegar a la culminación de la conducta motora que es la habilidad motora, considerando a esta como la expresión final integradora, ya que abarca las tres áreas de la conducta, como ser lo psicomotriz, lo cognitivo y lo socio afectivo. Las actividades predeportivas y deportivas que se programen, servirán como medio para el logro de objetivos de desarrollo de habilidades motoras y no como fin competitivo.

Las actividades programadas deberán estar acorde con los fines educativos, pero adaptadas al contexto; si no se puede seguir o ejecutar todo lo previsto en el currículo nacional básico, habrá que orientar la planificación lo más cercano a lo propuesto, pero nunca al libre albedrío programando actividades físicas con fines más de entretenimiento que educativos. Si bien es cierto que se requiere readecuar el programa de acuerdo a su contexto sociocultural, no significa que esta programación esté exenta de estándares y niveles de desempeño, ya que eso sería navegar a la deriva durante la acción educativa.

Lo importante es señalar que los ejes correspondientes a lo perceptivo motriz y las capacidades físicas condicionales de los escolares, aunque se desarrollan en todos los grados, se estimularán con más énfasis en los primeros grados, mientras los ejes de dominio y conocimiento de su cuerpo se incrementan mientras transita por la escuela. A partir del cuarto grado, se pueden incluir actividades para la ejercitación de sus

capacidades físicas a través de la iniciación deportiva, viendo a ésta como un medio para el aprovechamiento e incremento de su fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia de acuerdo al proceso evolutivo de los y las escolares. Ya en el grado sexto, se pretende que el y la estudiante alcance una actitud reflexiva hacia la actividad física y sea capaz de adaptarse a las exigencias físicas del tercer nivel de educación básica. También se busca reafirmar los hábitos del buen estado físico, el cuidado al medio ambiente, la higiene en todas sus actividades, el descanso y, sobre todo, la manifestación de actitudes y valores dentro y fuera de la institución.

## 4.2 Los Métodos

### 4.2.1 Método Mando Directo

En la década de los 50-60, no habiendo en San Pedro Sula profesores especializados en la Educación Física, la asignatura es servida siguiendo un modelo tipo militar en donde la disciplina y obediencia a las órdenes emanadas por el instructor eran cumplidas sin discusión. El método Mando Directo, aparece en la escuela en donde el protagonismo principal lo tenía el docente; tal como pequeños soldados, los niños y niñas eran formados en hileras rígidas, todos en actitud de listos para escuchar y observar las explicaciones y demostraciones del profesor o profesora; los ejercicios se hacían de manera uniforme y en forma sincronizada. Se daba el caso en donde el estudiante que perdía el ritmo era "castigado" haciendo cierta cantidad de "sentadillas" o en el peor de los casos, era enviado a correr por todas la instalación. Eran clases con poca alegría de parte de los escolares, ahí los estudiantes permanecía mucho tiempo de pie y casi siempre en el mismo lugar sin oportunidad de desplazamiento e interacción con los demás compañeros o compañeras; el aspecto formativo de los escolares era muy limitado, éste método implicaba un énfasis en el trabajo físico sin considerar las características individuales del alumno; el aspecto socioafectivo pasaba desapercibido, ya que el único que hablaba en la clase era el docente.

"El mando directo es el primer estilo del Espectro, y se caracteriza por el total protagonismo del profesor en la toma de decisiones en las tres fases –preimpacto,

impacto y postimpacto. La función del alumno consiste en ejecutar, seguir, obedecer" Mosston y Ashworth, Pág. 29

Con el transcurso del tiempo, pero siempre con la influencia del estilo militar, el método adquiere un sentido más pedagógico y se trata de considerar las individualidades de los escolares; la orden y la demostración del docente siempre es de lo más importante, pero ahora los alumnos realizaran la actividad acorde a su propio ritmo y velocidad, pero como es lógico hay muy poco espacio para el desarrollo de la creatividad y de la capacidad de interacción y convivencia entre los integrantes de la clase. Este método tiene una ventaja en cuanto al control y organización de los estudiantes, pero el alumno sigue teniendo un papel de receptor pasivo y más que todo se convierte en un imitador de lo que el docente realiza; es como querer aprender a dibujar usando papel calca.

Es lógico que este tipo de método reduce enormemente las posibilidades de formación integral de los escolares; es a través de este tipo de metodología que el estudiante solo aprende a obedecer y seguir órdenes, no hay espacio para el aprendizaje de la toma de decisiones, la interacción es reducida a su más mínima expresión. Aún en los inicios de este siglo, el proceso educativo parece no haberse sacudido esta influencia del método mando directo que buscan solo la respuesta al estímulo planteado por el docente pero muy alejado del desarrollo socioafectivo, cognitivo y motor.

### 4.2.2 Método Descubrimiento Dirigido

"La esencia de este estilo consiste en una relación particular entre el profesor y el alumno, donde la secuencia de preguntas del primero conlleva una serie de respuestas. Cada pregunta del profesor provoca una sola respuesta correcta descubierta por el alumno. El efecto acumulativo de esta secuencia -proceso convergente- lleva al alumno a descubrir el concepto, principio o idea perseguidos" Mosston y Ashworth, Pág. 199

Este método, viene a dar un giro con respecto al método mando directo; en este estilo de enseñanza, el docente plantea una situación que pudiera tener una o más respuestas.

Aunque el profesor sea el que programe y evalúe la tarea, no establece un modelo determinado a seguir por el estudiante, sino que solo orienta el aprendizaje permitiendo que el estudiante descubra por si solo y tome decisiones de acuerdo a normas preestablecidas. Al realizar la evaluación, el docente alentará al grupo que brinde respuestas aceptables así como aquellos que llegando a respuestas incorrectas reciben de parte del docente sugerencias y motivación para que éstos descubran y resuelvan la situación. Por lo regular se aplica para actividades de iniciación deportiva, expresión corporal o en otras actividades que requieran toma de decisiones.

### 4.2.3 Método Resolución de Problemas

"Se basa en plantear al alumno situaciones problemas con resultado final de producción propia...los contenidos se desarrollan a través de la actividad corporal pero con el acento puesto en los procesos intelectuales asociados a dicha actividad" Autores varios, 2002, Pág. 27

A diferencia del método descubrimiento guiado en donde se trata que el estudiante brinde respuesta de acuerdo a los indicios y a la guía que proporcione el docente; en el método resolución de problemas se pretende que el estudiante sea el que por si solo llegue a la respuesta o a la solución de determinada situación. Esto según el grado de dificultad, puede realizarse en grados superiores, especialmente en la iniciación deportiva

"Las áreas de la educación física, deportes y danza, ofrecen grandes oportunidades para el descubrimiento, el diseño y la inventiva. Siempre existe un nuevo movimiento o combinación de movimientos... la variedad de movimientos humanos es infinita y las posibilidades de episodios con este estilo innumerables" Mosston y Ashworth, 2001, Pág. 221

Existen una serie de situaciones durante la clase que el maestro explica, pero que, de alguna manera, el estudiante puede llegar a descubrirlos y de este modo podrá aprenderlos y no simplemente memorizarlos; cuando el estudiante descubre el por qué de las cosas, retiene este conocimiento de manera más permanente que cuando solamente se le explica.

### 4.2.4 Método Enseñanza Recíproca

"La estructura y aplicación del estilo recíproco crea una realidad para lograr una serie de objetivos intrínsicos, que forman parte de los dos aspectos más importantes del estilo-las relaciones sociales entre compañeros y las condiciones para ofrecer feedback inmediato" Mosston y Ashworth Pág. 81

En este método permite una relación social entre dos compañeros, se experimenta la satisfacción que representa el lograr una buena ejecución de la tarea programada. La proporción del feedback es importante permite corregir sin que se pierda esa relación entre alumnos y alumnas.

Cabe señalar que en este estilo de enseñanza el profesor toma las decisiones en el preimpacto pero luego el estudiante lleva a cabo lo restante, pero luego al final, hay de nuevo un traspaso de decisiones mientras el observador toma las decisiones con referente al feedback.

### 4.3.5 Método por Tareas

En los niveles superiores de escolaridad, se busca crear un espacio mayor de interacción entre maestro y alumno; el sentido de responsabilidad de los estudiantes al realizar con cierta libertad la actividad señalada, hace que salgan de la monotonía métodos como el mando directo que hace énfasis en la uniformidad de movimientos.

"El traspaso de ciertas decisiones del profesor al alumno crea nuevas relaciones entre ambos, entre el alumno y las tareas, y entre los propios alumnos" Mosston y Ashworth, Pág. 43. A través de este estilo de enseñanza, se podrá observar que algunos estudiantes no realizan la actividad con el grado de eficiencia que pudiera esperarse, por eso es importante que, el descanso que se planifica entre las tareas, pueda ser utilizado por el docente para corregir, e incluso estimular aquellos que presentan menor grado de efectividad en la realización de la tarea.

Las tareas programadas por el profesor deberán estar impregnadas de mucha creatividad. De repente podrá establecer tareas diferentes para cada grupo o en algunos

casos tareas iguales para todos; lo importante de esto es establecer los objetivos claramente los objetivos que se quieren lograr con la actividad programada y que el estudiante esté sabido de ello.

A pesar que existen otros métodos de enseñanza propuestos por Mosston y Ashworth como el Método de la Autoevaluación; El descubrimiento, El de la inclusión etc.. Resulta necesario aclarar que no existe un método ideal, todos tienen sus pro y sus contra; lo importante de esto es que el docente esté en la capacidad de utilizarlos de acuerdo a los objetivos que se ha planteado. La planificación de las actividades y la metodología a utilizar, servirá para que el tiempo y materiales sean utilizados de la mejor manera posible; siempre será imprescindible contemplar durante las clases las conductas cognitivas, motoras y socioafectivas que se quieren lograr.

## 4.3 La Planificación y Evaluación de la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física

### 4.3.1 La planificación

Se refiere al proceso de organizar con la debida anticipación la acción educativa; esto, como es lógico, abarcará los recursos disponibles, el espacio, el tiempo, los contenidos y las estrategias para llevar a cabo de forma eficiente y eficaz este proceso.

"No existe una "planificación correcta de la enseñanza de la Educación Física" Sí habrá que tener en cuenta un proceso y utilizar las herramientas oportunas para su confección" Viciana, 2001, Pág. 2

Para Viciana, previo a la planificación de la actividad física habría que considerar las decisiones preactivas; decisiones interactivas y las decisiones postactivas. En las primeras se refiere a las decisiones en el diseño de la planificación de la enseñanza de la Educación Física; en la segunda se refiere a la intervención para poder cambiar la planificación de acuerdo al tipo de evaluación continua y la última para evaluar las decisiones de cambio para la intervención y planificación futura.

Esta planificación podrá realizarse de forma anual, mensual, semanal y diario; lo importante de la planificación es que ésta sea funcional y de acuerdo a un sentido lógico y evolutivo de la maduración de los escolares. Esta etapa no estará alejada de los fines y objetivos propuestos en el Currículo Nacional Básico, pero el docente planificará su acción de acuerdo al contexto y condiciones aptitudinales de los educandos. Se trata entonces de poner en práctica una planificación orientada a contribuir con la transformación del individuo en un ser educado integralmente conocedor de sus propias capacidades y habilidades para que pueda interactuar dentro de su entorno natural y social.

Los cuatro pilares propuestos por Delors, deberán estar implícitos dentro toda planificación educativa; por tal motivo, deberá esta claro qué se enseñará, cómo se enseñará y para qué se enseñará.

"La distribución por grado de importancia de los contenidos a lo largo de toda la escolarización puede ser la siguiente: el 80% los contenidos procedimentales, el 5% los contenidos conceptuales y el 15% los actitudinales." Autores varios, 2002 Pág.41

El docente deberá considerar que en los primeros años el niño aprende y se identifica más con los contenidos procedimentales que con los actitudinales y conceptuales; he ahí la importancia de la planificación de actividades en la clase de Educación Física que causen placer y alegría. La maduración de los escolares a medida que avanzan de grado dará lugar a que se incremente el porcentaje de los contenidos conceptuales y actitudinales en decrecimiento de los contenidos procedimentales. Para estos autores, el cómo tiene mayor importancia sobre el qué y el para qué; lo importante es dejar establecido que, dentro de la planificación de la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física, los contenidos procedimentales deberán estar enriquecidos y variados, de tal forma que el estudiante pueda de una manera integradora, favorecerse de los contenidos conceptuales y actitudinales en ambientes de trabajo y con alegría.

### 4.3.2 La Evaluación

Se refiere al proceso que se encuentra ligado a la enseñanza y aprendizaje y por lo tanto deberá estar definida en qué, cómo y cuándo evaluar. Esta acción evaluadora permitirá al docente conocer los avances de los y las estudiantes para planificar de acuerdo a los resultados obtenidos, el proceso enseñanza y aprendizaje considerando las características individuales de los y las escolares. En pocas palabras, a través de la evaluación extraemos la información que nos servirá para orientar la acción educativa.

"El fracaso escolar como expresión de una evaluación negativa está directamente ligado al cómo se realiza todo este proceso y a los esquemas que intervienen en él" Sacristán, 1998, Pág. 377

Tradicionalmente la evaluación ha estado centrada en el alumno, pero ahora y de acuerdo al enfoque integrador, la evaluación ya no solo abarca al estudiante sino también al docente y al proceso; por lo tanto, la adecuacion de la acción educativa tendrá que ver con las estrategias a ser consideradas y con la calidad de intervención docente y no solo con el desempeño del alumno. Puede ser que en determinado momento de la evaluación no se alcancen los objetivos propuestos, pero habrá que revisar entonces no solamente el desempeño del estudiante sino autoevaluar el proceso y cuestionarnos: ¿fue clara y precisa nuestra explicación? ¿La demostración fue correcta? ¿Se hicieron prácticas previas y se corrigieron errores en el momento oportuno? ¿Fue adecuado el método aplicado y los recursos utilizados? Este tipo de evaluación nos permitirá obtener la información y orientar la práctica educativa que nos pueden llevar a obtener mejores resultados.

"La fiabilidad hace referencia al grado de estabilidad de las mediciones, entendidas como toma de decisiones…la validez se refiere al grado de precisión con que un instrumento satisface las exigencias para las que fue creado… la objetividad hace referencia a la independencia de los resultados obtenidos con respecto a la apreciación personal…" Autores varios, 2002, Pág. 39

La evaluación entonces, estará ligada a objetivos propuestos dentro del Currículo Nacional Básico y que luego serán readecuados al contexto en donde se llevará a cabo el proceso enseñanza y aprendizaje; es decir, si se realiza una evaluación diagnóstica se plantearán objetivos encaminados a la modificación de conductas anteriores y a la adquisición de conductas motrices nuevas; la evaluación formativa estará encaminada a

verificar el logro de hábitos, actitudes y valores y que el estudiante practica en su ambiente social y natural. La evaluación sumativa será el proceso que nos presente la valoración final que nos indica en forma numérica el porcentaje alcanzado durante todo el proceso enseñanza y aprendizaje.

# Capítulo 5
# Condiciones para la Enseñanza y Aprendizaje de la Educación Física

## 5.1 Profesores especializados

Una de las luchas más grande que ha tenido nuestro país en materia de educación, ha sido erradicar o disminuir los altos índices de empirismo, especialmente en educación media; con el transcurso del tiempo, la Escuela Superior del Profesorado, vino a ser un bastión importante para contribuir a disminuir el porcentaje de docentes sin título que ejercían su labor como tal. La globalización, ha llevado a nuestro sistema educativo, a señalar que los docentes que laborarán en los Centros de Educación Básica deberán tener su título de la especialidad cursado en la Universidad Pedagógica Nacional.

Pese a lo anterior, la Educación Física aún no es considerada como una especialidad para laborar en los Centros de Educación Básica; esta asignatura es cursada como una materia más para aquellos que cursan la licenciatura en Educación Básica del Programa de Formación Continua.

"Todo personal que asume la responsabilidad profesional de la educación física y el deporte debe tener la competencia y la formación apropiada. Se ha de reclutar con cuidado y en número suficiente y el personal disfrutará de una formación previa y de un perfeccionamiento continuo, a fin de garantizar niveles de especialización

adecuados" Educación Física y el Deporte, Carta Internacional de la, 2004, Articulo Cuarto, inciso 4.1

Al crearse los Centros de Educación Básica en Honduras, la Educación Física se convierte en una subespecialidad, ya que ahora es servida por docentes que tienen otras especialidades como Matemáticas, Ciencias Naturales o Ciencias Sociales; dado a que antes de su aprobación, no existía un Centro Educativo a nivel Superior que se encargara de preparar a los especialistas de Educación Física para desempeñarse en educación básica. Es decir, tal como se mencionaba en los capítulos anteriores, primero se crearon los Centros de Educación Básica y luego se pensó en preparar a los docentes, por lo que un solo profesor o profesora sirve tres asignaturas, dos de ellas de otras especialidades para lo que medianamente fueron preparados.

Existe un Perfil del Profesional de la Educación Básica para los egresados en el Profesorado con grado de Licenciatura en Educación Básica; el programa de Formación Continua no contempla perfil y no posee un programa de Educación Física.

Dentro de algunas competencias del perfil de la formación profesional establecidas en el plan de estudios del profesorado en educación básica en el grado de licenciatura se encuentran las siguientes:

**Como facilitador y mediador del proceso enseñanza-aprendizaje**

"*Domina los conceptos, procedimientos, actitudes y valores propios de los campos científico-tecnológicos...

*Selecciona y diseña estrategias de enseñanza-aprendizaje que promueven el desarrollo de competencias individuales y sociales...

*Utiliza herramientas tecnológicas actualizadas para ampliar las fuentes y los horizontes del descubrimiento y estimular la creatividad en los alumnos...

*Analiza la efectividad de las experiencias de aprendizaje, para autoevaluarse en su práctica educativa...

**Como productor activo de conocimiento profesional que evalúa críticamente y actúa en consecuencia.**

*Realiza periódicamente diagnósticos de aula y centro educativo conjuntamente con otros miembros de la comunidad educativas…
*Reflexiona sobre sus prácticas, críticamente, proponiéndose metas orientadas al mejoramiento de las mismas.
*Participa en la problemática de la comunidad en la que labora.

**Como profesional que tiene las calificaciones necesarias en el dominio de la especialidad en la en que se desenvuelve**.

*Domina competencias de las áreas de conocimiento en las cuales se desenvuelve.
*Fomenta la creación de nuevos conocimientos en los espacios pedagógicos
*Consolida el nivel científico del conocimiento de su especialidad mediante la permanente actualización profesional.
*Genera espacios de discusión sobre tópicos de las áreas de conocimiento en las que se desenvuelve.

**Docente que busca la promoción de la sociedad y de la comunidad concreta con la que trabaja.**

*Trabaja en equipo. Logra consenso y actúa de manera corresponsable con sus pares.
*Mantiene una comunicación cercana con los padres de familia…
*-Participa activamente en la vida de la comunidad, constituyéndose en un elemento positivo y solidario…" Plan de Estudios, 2001, pp 33-35

Con lo anterior se puede observar que, el perfil del egresado en educación básica es general y no contempla las competencias que como educador físico pudiera tener; la Educación Física como eje transversal del CNB no aparece reflejada dentro de las competencias que debe reunir el y la docente como subespecialista en el área de la Educación Física, mucho menos para actividades deportivas y recreativas.

El Programa de Formación Continua que prepara a los docentes de Educación Básica para los niveles I y II no tiene un perfil de egreso en esta subespecialidad de

Educación Física, simple y sencillamente porque en los niveles I y II ésta no aparece como una especialidad.

La Constitución de la República de Honduras establece, entre otros artículos, que el educador debe poseer responsabilidad científica frente a sus discípulos y que ningún centro educativo podrá ofrecer conocimientos de calidad inferior a los del nivel que corresponda conforme la ley; por lo tanto, si la educación y la salud son importantes para el desarrollo de un país, habrá que especializar a los responsables de la acción educativa y evitar de esta forma caer en vicios del pasado, en donde la educación física como asignatura, sirvió como relleno a la carga académica de docentes de otras especialidades.

Es importante señalar lo establecido en el inciso 4.3 del Capitulo Cuarto de la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte que dice: "Debería crearse las estructuras apropiadas para la formación de personal de la educación física y el deporte. La situación social y jurídica de personal que se forma ha de corresponder a la función que asume"

De todos es conocido que el proceso enseñanza y aprendizaje se da a través de diferentes situaciones progresivas en un medio de interacción dinámica en donde el docente mediará este proceso en búsqueda del logro de objetivos planteados para la formación integral de los escolares. El dominio y conocimiento de la asignatura para guiar esta acción educativa con eficiencia y eficacia, será de vital importancia para el cumplimiento de las tareas propuestas.

El proceso de desarrollo de habilidades motoras en los escolares, se llevará a cabo escalonadamente, de tal forma que las capacidades motrices, socioafectivas y cognitivas aparezcan de una manera integrada; para esto, es necesario un docente que pueda situar su rol dentro de un enfoque holista y al mismo tiempo prospectivo, sumado esto y, al hecho de tener su especialidad como educador físico, ofrecerá más opciones para contribuir a que el proceso educativo sea más significativo.

No se trata entonces definir si un profesor es bueno o es malo, sino de reconocer ciertas competencias que el docente de educación física debería poseer. La creatividad y reflexión deberán ser elementos que oriente al docente a ser capaz de adecuar la currícula en un ambiente en donde la educación física pareciera estar desapercibida. Por

lo tanto, se requiere de un docente que vaya más allá de su rol de trasmisor de conocimientos y, que tenga la capacidad de poder administrar, organizar y fungir como árbitro entre el conocimiento y el alumno.

"La clase no puede ser ya una situación unidireccional, sino interactiva, en la que el manejo de la relación con el alumno y de los alumnos entre si, forma parte de la calidad de la docencia misma" Berrios, 1992, citado por Díaz Barriga, Pág. 2

El docente por lo tanto debe ubicarse como mediador del proceso educativo, ya no se trata de llevar al alumno de la mano por el camino del conocimiento, sino de acompañarlo y orientar su aprendizaje; mientras más conocimiento tenga de la asignatura que imparte, más fácil será llevar a cabo la acción educativa.

Díaz, 1999, Pág. 3 hace alusión a lo que varios autores responden sobre los conocimientos que deben tener los profesores y lo que deben hacer; entre estos planteamientos podemos mencionar algunos:

"1. Conocer la materia que han de enseñar… 4. Hacer una crítica fundamentada de la enseñanza habitual 5. Saber preparar actividades 6. Saber dirigir la actividad de los alumnos 7. Saber evaluar"

El docente, conocedor de su contexto, adaptará y adecuará su acción mediadora en el proceso enseñanza y aprendizaje de acuerdo a la experiencia con que los estudiantes ingresan a la escuela, así como a los espacios físicos en donde se llevará a cabo el proceso y a los materiales didácticos con que cuenta la institución.

Es lógico que no basta solo la especialización en determinada disciplina del saber; la creatividad y reflexión deberán acompañar el desempeño docente. El profesor no deberá ser absorbido por un ambiente de pasividad y conformismo, por el contrario, deberá ser partícipe de la transformación de ese medio ubicándose como actor principal de ese proceso y no como simple espectador. La imagen de un docente pasivo y con poca creatividad será un modelo a seguir por los estudiantes; no se puede pedir dinámica a través de procesos que orienten a la inactividad; tal como lo expresaba Emilio Fanfani. "si los docentes somos el espejo en donde se reflejan los alumnos entonces habrá que cuidar la imagen que le estamos enviando".

Existe una tendencia de los docentes a eludir la cuota de responsabilidad que le compete dentro del proceso de educación de calidad; el éxito tiene muchos amigos y el

fracaso parece ser un producto solitario en donde son muchos los señalados y pocos los culpables. La excusa de no contar con suficiente material, laboratorios etc. nos puede orientar a permanecer como mero espectador ante los problemas que se nos presentan.

También las autoridades educativas tendrán que comprender que, aunque el docente resuelva problemas y se adapte al contexto en donde lleva a cabo su acción educativa, no significa que se descuide la obligación gubernamental de proporcionar las herramientas adecuadas y los escenarios acondicionados para el proceso enseñanza y aprendizaje.

Un docente especializado con capacidad creativa y actitud positiva, puede influenciar en el cumplimiento de objetivos y fines planteados dentro del Currículo Nacional Básico. Corresponde entonces a las autoridades educativas, cumplir con la ley que emana de la Constitución de la República y de lo establecido en el Currículo Nacional Básico; la contratación de personal especializado no debe tomarse a la ligera; en manos de los docentes está la gran responsabilidad de servir como mediador entre el conocimiento y alumno, por lo tanto, habrá que contratar personal calificado que pueda orientar este proceso dentro de los Centros de Educación Básica.

Dentro de los objetivos propuestos en el Currículo Nacional Básico (ver anexo # 5) aparecen entre otros, los siguientes:

"* Desarrollar las habilidades y destrezas motrices y físicas, favoreciendo su desarrollo óptimo según las etapas de crecimiento y madurez física y mental.

* Conocer y valorar su cuerpo a través de la realización de actividades que representen un medio de expresión y una fuente de recreación para así cuidar la salud, contribuir al desarrollo integral y aprovechar de la mejor el tiempo libre" CNB, 2003, Pág. 3

Cumplir con estos objetivos propuestos por el CNB, por parte de docentes no especializados en Educación Física, será una tarea titánica. Resulta curioso que se ofrezca la clase de Educación Física a docentes de Matemáticas o Ciencias Naturales, mientras se considera inaudito ofrecer a un docente de Educación Física las clases de Matemáticas o Ciencias Naturales. En la mayoría de los casos, para otras disciplinas del saber, se exige la especialidad en la materia por parte de los empleadores, pero no para la asignatura de Educación Física. Es así como, de forma poco responsable por parte de nuestras autoridades educativas, se utiliza la asignatura de Educación Física para

completar jornadas de trabajo a docentes de otras especialidades; esta acción, de parte de los empleadores, si bien es cierto es reprochable, mucha culpa tendremos aquellos que no hemos sido capaces de argumentar ante autoridades y comunidad el valor pedagógico de la Educación Física y el Deporte en el ámbito educativo.

Eludir la Educación Física o, minimizar su importancia contratando personal no capacitado, es atentar contra la formación integral y bienestar físico y mental de los escolares. "...nadie puede librar al colegio del deber, por lo menos de no causarle ningún daño al niño. Nadie podrá concederle que primero le perjudique y que después deje en manos de los médicos y de las autoridades de sanidad que intenten repararlos; esto es indiscutible" Schede, 1971, Pág. 145; en pocas palabras, nadie va a la escuela para ser perjudicado sino para ser formado íntegramente, cuerpo y alma son inseparables en el niño, brindarle adoración al cerebro sacrificando su bienestar físico es una actitud condenable.

La Educación Física se convirtió en un derecho universal del individuo, por lo tanto habrá que buscar al docente capacitado para llevar a cabo ese proceso con responsabilidad, eficiencia y eficacia. Tal como lo señala La Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte, 1978, Pág. 1, "El derecho a desarrollar las facultades físicas, intelectuales y morales por medio de la educación física deberá garantizarse tanto dentro del marco del sistema educativo como en el de los demás aspectos de la vida social"

Los dirigentes educativos deberán velar por el cumplimiento de normas tan elementales como de contratar personal con el conocimiento científico y metodológico para la enseñanza de la asignatura que imparte y, garantizar de este modo, su intención de mejorar el proceso enseñanza y aprendizaje.

Si el propósito de la educación básica es asegurar una educación de calidad con equidad social y de género, eficaz y eficiente, pues habrá que preparar académicamente al recurso humano de acuerdo a la especialidad de la asignatura que impartirá. La Educación Física por lo tanto, no es ajena a estas exigencias de capacitación y de especialización de los docentes; más que eso, busca ser legitimada dentro de ese espacio que representa la escuela.

Resulta necesario aclarar que, no bastará únicamente con la especialización en determinados saberes, sino que habrá que apropiarse de actitudes y comportamientos que conviertan la praxis educativa en eficiente y eficaz. Se requiere de un docente capaz de readecuar su práctica educativa a las condiciones o limitantes que pueda presentar el contexto sociocultural en donde le corresponda laborar y, poder así, superar esas deficiencias; pero por supuesto, su readecuación estará orientada a superar lo que se tiene y no para mantener las mismas condiciones con las que ya se cuenta. El enfoque prospectivo siempre deberá estar presente en la conducta del docente para ubicar su acción con miras a lo que pueda ser significativo en un futuro, esto como es lógico, requerirá de una capacidad creativa para la solución y superación de problemas.

"...quien conoce el contenido a transmitir y el método a emplear ¿No será necesario que sepa qué hacer en la situación concreta de una clase, para progresar hacia un objetivo, siendo lo esencial entonces, la capacidad de elegir las herramientas y los procedimientos que permitan resolver lo mejor posible las dificultades reales halladas por los niños en la formación de su saber?" Lesourne, 1993 Pág. 247.

El docente de Educación Física, deberá hacer derroche de creatividad para cumplir los fines y objetivos propuestos en los CEB para ello se requiere también ser dotado de una independencia en su quehacer educativo, haciendo que la práctica de la Educación Física traspase las fronteras de la escuela y de la comunidad y, poco a poco vaya siendo reconocida como herramienta fundamental para el logro de una educación integral. Ninguna especialidad como la Educación Física, cuenta con la facilidad para integrar la conducta socioafectiva, motora y cognitiva de los escolares a través de la actividad física.

El docente especializado, deberá tener conciencia que los conocimientos adquiridos en un determinado momento, resultarán insuficientes ante una inestable época cambiante. La comunidad, los escolares y la familia, cuestionarán el tipo de conocimiento que las escuelas brindan; el auge de la tecnología y la información recibida por los medios de comunicación masiva, hace que surjan preguntas sobre el si el aprendizaje en las escuelas resulta significativo o no.

La capacitación constante del docente debería ser un requisito para permanecer en el sistema; las autoridades educativas deberían analizar la contratación de personal

docente de acuerdo a la especialidad en que se va a desempeñar; obviar este aspecto es asegurarse una alta cuota de responsabilidad en el deterioro de la calidad de educación.

No es suficiente mejorar las cifras estadísticas de niños atendidos en el sector de educación básica. Es importante orientar el proceso al mejoramiento cualitativo atendiendo con responsabilidad los acuerdos establecidos por la UNESCO para el mejoramiento de la educación, así como los fines y objetivos propuestos en el Currículo Nacional Básico.

No debemos llamarnos a engaño, nos hemos quedado a nivel de discurso; el mejoramiento del proceso enseñanza aprendizaje requiere de escenarios adecuados, dirección adecuada y profesores adecuados con actitudes adecuadas. Decir que la actividad física y el deporte son de beneficio para la salud física y mental, es una buena teoría; llevarla a la práctica es la forma más responsable de comprobarla.

## 5.2 Recursos materiales

El recurso material es todo elemento de apoyo que complementa el proceso enseñanza y aprendizaje. Dependiendo de su uso, nos encontraremos con una infinidad de materiales que pueden ser deportivos, no deportivos o de apoyo, impresos y audiovisuales.

Dentro del material deportivo existen tantos de acuerdo a la disciplina deportiva, así encontramos pelotas, bates, raquetas, guantes, aros, cuerdas, listones, mazas, aparatos de gimnasia artística etc... todo depende de la especialidad del deporte.

El material no deportivo o de apoyo, son aquellos que se confeccionan con diferentes elementos ya sean de deshechos o comprados, pero que de gran manera permiten cumplir con objetivos de la asignatura de una forma más amena y divertida para los escolares.

Estos materiales no son necesariamente difíciles de obtener, en algunos casos se pueden confeccionar junto con los estudiantes, desarrollando así valores de cooperación y creatividad. Entre estos materiales encontraremos: lazos, cuerdas, zancos, aros, botellas plásticas, pelotas de papel o de calcetín, llantas, neumáticos, bastones o palos de escoba, bolsas rellenas de arena, cintas elásticas. También se puede contar con algunos materiales que se encuentran empotrados como columpios, toboganes, árboles,

escaleras etc. Sumado a esto, enumeraríamos algunos otros elementos de apoyo como cronómetro, cinta métrica, silbato, tamboril que pueden ser propias del docente para efectos de evaluación o control de la clase.

"Dentro de estos medios, no siempre se valora en su justa medida la importancia que tienen los recursos materiales, no solo como vehículos físicos necesarios para la consecución de los diferentes aprendizajes, sino avanzando un paso más en el análisis, como elementos condicionantes del tipo de contenidos que se aprende, así como de los procedimientos e ideas asociadas a los mismos" Rivadeneira, 2001, Pág.1

El uso de material deberá ser seleccionado de acuerdo a los objetivos que se proponen para la actividad; pero es importante señalar que dichos elementos manipulativos deben construirse con normas de seguridad que garanticen el bienestar de los estudiantes, es así como el tamaño y el peso del material deberá estar de acuerdo con la edad y desarrollo corporal de los estudiantes. El docente deberá velar porque exista material que puedan ser utilizados por todos los escolares.

"El aprendizaje humano es de condición fundamentalmente perceptivo y por ello cuantas más sensaciones reciba el sujeto más ricas y exactas serán sus percepciones" SEP, 2000, Pág. 12

Por lo tanto, se puede definir que los recursos materiales serán herramientas ideales para que el proceso educativo sea eficiente y eficaz; la atención y el interés de los escolares por participar activamente en la clase será mayor.

La oportunidad del docente de confeccionar los materiales en conjunto con los estudiantes, creará un ambiente propicio para el desarrollo de la creatividad, una comunicación más fluida profesor-alumno, mientras tanto, el intercambio de ideas fomentará la convivencia social.

Difícilmente el Estado pueda proporcionar el material suficiente para ser utilizado en los Centros de Educación Básica; solo tenemos que recordar que la Educación Física ha sido etiquetada como algo no prioritario dentro del proceso educativo.

El Artículo Quinto de la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte establece que los materiales e instalaciones adecuadas deben ser proporcionados a los centros educativos.

"Los gobiernos, los poderes públicos, las escuelas y los organismos privados competentes deben aunar sus esfuerzos a todos los niveles y concentrarse para planificar el establecimiento y la utilización óptima de las instalaciones, el equipo y los materiales destinados a la educación física y el deporte" Artículo Quinto, 1978 inciso 5.2

Retomamos entonces la importancia de contar con docentes con capacidad de creación para suplir el desinterés del Estado de proveer de suficiente material para la educación y el deporte.

El crecimiento de las ciudades y el aumento del tráfico vehicular ha provocado que los espacios para jugar al aro, a la pelota, a la cuerda, hayan ido desapareciendo en la comunidad; por lo tanto lo único que queda es jugar en la escuela y es aquí que debe aprovecharse el entusiasmo y alegría de los niños y niñas hacia las actividades manipulativas para encausar el proceso educativo de forma tal que los escolares se involucren en las actividades con una mayor motivación.

Los elementos manipulativos no deben ser para cargarlos en el hombro o en la espalda, sino para manipularlos, equilibrarlos, lanzarlos, atraparlos, intercambiarlos, conducirlos, rodarlos etc. Se trata de conocer y aprender una variedad de movimientos a través de una serie de estímulos provocados por las actividades manipulativas. Habrá que tener cuidado en que estas actividades no sirvan como medio de transmitir y repetir conocimientos de tal manera que la acción no lleve ningún objetivo específico; por el contrario, debe aprovecharse el momento para desarrollar en los estudiantes la capacidad de descubrir y crear nuevos movimientos mediante una convivencia armónica con los demás compañeros.

La destreza o perfecto manejo del elemento manipulativo no debe ser el objetivo primordial, sino, un medio para el óptimo desarrollo motor, en pocas palabras, la actividad deberá tener una concepción educativa.

"El aro como elemento, es algo accesorio. Nuestra meta no es su manejo perfecto, sino la fortificación de la pared abdominal, la orientación en el espacio, la dosificación del esfuerzo, la continuidad del movimiento, la adaptación del grupo etc." Seybold, 1975, Pág. 7

Aunque Seybold se refiere al aro, también sucede lo mismo con los demás elementos manipulativos, habrá que aprovechar la riqueza de posibilidades de movimiento de cada uno de los recursos materiales. Como estrategia de confección de materiales, se puede organizar por grado la elaboración de estos elementos de apoyo, es decir, primer grado puede confeccionar pelotas, segundo grado bastones, tercer grado cuerdas, cuarto grado zancos y así sucesivamente, de tal manera que la escuela cuente con un banco de materiales que en determinado momento pueden utilizar todos los grados; solo habrá que organizar el horario de clases de tal manera que no todos utilicen el mismo elemento a la misma hora, sino que deberán intercambiarse para ser utilizados en diferentes días; como ejemplo, mientras primer grado utiliza cuerdas, segundo grado puede utilizar pelotas.

La excusa de no contar con materiales para servir la clase de educación física debe quedar en el olvido, solo se tiene que aplicar un poco de creatividad y voluntad del docente para poder involucrar a todos los estudiantes y demás compañeros docentes en la confección de materiales; esto no debe ser motivo tampoco, para que nuestras autoridades se olviden que es una obligación de ellos proporcionar material deportivo y de apoyo para el desarrollo de la educación física y el deporte en los Centros de Educación Básica.

## 5.3 Espacios Físicos-Instalaciones Deportivas

"Las dimensiones mínimas requeridas del campo para juegos varía según el tipo de escuela; las escuelas primarias en un área urbana requieren 10 acres o más (4 hectáreas); un campo de fútbol reglamentario mide aproximadamente cuatro quintos de acre o sea, aproximadamente un tercio de hectárea..." Sheldon, L, Leaf Ann, 1989, Pág. 101

Lo importante de las instalaciones físicas es que puedan ser adaptadas al nivel escolar, es decir, sólo los deportes como el mini baloncesto, voleibol, fútbol 7 tienen medidas reglamentarias para niños, es decir, de acuerdo al reglamento de mini baloncesto los aros deberán estar a una altura de 2.60 metros para escolares menores de 12 años y no el 3.05 m que posee la cancha para adultos (ver anexo #3, foto # 10 y 11 y 14); en pocas

palabras las canchas deben adecuarse a la edad escolar, para eso no hay medidas oficiales, es el y la docente la que de acuerdo a la edad de los niños y niñas acondicionará el tamaño, distancia, peso y altura de todos los recursos materiales.

Producto de una mal interpretada modernidad de las ciudades, los espacios físicos para la recreación y el juego, poco a poco han ido disminuyendo. Las instalaciones para la actividad física que recién se construyen no son proporcionales al crecimiento poblacional; los otrora espacios abiertos han dado paso a nuevas construcciones, se libra una lucha interna entre el deseo natural del niño por la actividad física y el brote acelerado de nuevos edificios. Sumado a esto el tráfico vehicular espanta a los que se atreven a jugar en las calles y se resisten a pasar su tiempo libre en el hogar. Es así como el progreso de las ciudades, vira de nuevo a niños y jóvenes a retornar a la casa.

Cuando se construyen colonias residenciales y sus casas se ponen en venta, aparece como gancho publicitario, que dichas instalaciones contarán con servicios públicos, así como áreas verdes y campos deportivos; pero la realidad es otra, al cabo de algunos años las áreas verdes son sustituidas por un parqueo vehicular y, en el lugar designado para las canchas se construyen iglesias o glorietas. Cada día los niños y niñas tienen menos espacios para jugar y recrearse, por lo que no les queda más remedio que encerrarse en sus casas y ver el deporte a través de la TV; nuestra juventud se ha convertido en serios candidatos a vivir en un mundo zapping.

La escuela se convierte en el lugar que brinda la oportunidad de practicar actividades físico-deportivas sin temor a ser atropellados por carros fantasmas o "rapiditos" (tipo de transporte urbano que casi siempre carece de frenos)

Según los requisitos exigidos por el Estado para el funcionamiento de centros educativos, deberán contar con espacios físicos que contemplen campos de juegos, campo de recreo, canchas deportivas, jardines etc. Cuando se habla de campos de juego se refiere a aquellos espacios que contienen columpios, toboganes, deslizadores etc. El campo de recreo será entonces el espacio para la merienda; este tipo de espacio puede ser adecuado o no adecuado, así como amplio o reducido. Las canchas son para la práctica de una serie de deportes adaptados a la edad escolar, pueden ser de grama, tierra o cemento, a veces se crean canchas de multiusos donde en solo lugar se puede adecuar varios deportes, como el fútbol, voleibol, baloncesto y predeportivos; este tipo

de instalaciones pueden poseer medidas oficiales o no oficiales, lo importante en todo caso, será adaptarlos al proceso de maduración y desarrollo de los escolares, es decir, reducir distancias, alturas y dimensiones del espacio. Un niño o niña intentando anotar una canasta en un aro colocado a la altura de los adultos, modificará la técnica del movimiento correcto para la ejecución del lanzamiento, su interés será anotar, no le importa cómo lo haga, esta acción hará perder el sentido educativo del acto motor; he ahí la importancia de disminuir el tamaño del balón y la altura de la canasta. En el caso de la cancha de fútbol también se usa un balón más pequeño y se acorta el tamaño de la cancha (ver anexo #3 fotos # 9, 15 y 25) en la foto número 25 se observan niños jugando fútbol en una cancha de adultos que bien puede dividirse en dos para acortar distancias, esto implicaría mayor cantidad de niños con oportunidad de practicar fútbol ya que habría prácticamente dos canchas; y se deben reducir las medidas de los marcos de la portería de acuerdo a la altura de los y las escolares; por lo regular se recomienda jugar sin portero. En voleibol, se baja la altura de la red y se reducen las dimensiones de la cancha, así como el número de jugadores, con el prepósito de aumentar las posibilidades de que un niño o niña toque más veces el balón.

"Muchos deportes pueden ser adaptados para ser practicados por los niños. Es recomendable que el educador físico se familiarice con estas adaptaciones y las ponga en práctica" Ruano, 1986, Pág. 123

Las instalaciones deportivas son los espacios ideales para el desarrollo de las habilidades motoras; este tipo de instalaciones no son un lujo dentro de las escuelas, sino una necesidad prioritaria para el mejoramiento de la educación de los escolares, ninguna institución que presuma de centro educativo, debe prescindir de ellas.

Los y las docentes habrán de aprovechar estos espacios físicos como escenario principal para el desarrollo de la asignatura de Educación Física; en caso de no contar con ellos, habrá que buscarlos fuera de la escuela.

Lo que resultaría imperdonable de parte del y la docente, es negar a los niños y niñas el derecho a la actividad física y a la recreación como medio para su desarrollo físico, cognitivo y socioafectivo.

"Las instalaciones no se diseñaron para que las usen los presidentes, tesoreros, directores...los únicos jueces de nuestra capacidad y éxito son los jóvenes..." Cuttin, 1986, citado por Sheldon en Educación Física y Deportes, Pág. 95

El uso que a veces se le dan a las instalaciones deportivas es para fiestas o reuniones, e incluso para aparcar autos (ver anexo #3 foto # 1, 3 y 4) esto no está mal, siempre y cuando se respete y se le de prioridad de uso a la clase de Educación Física; las instalaciones deportivas, al igual que las bibliotecas, no son para estar vacías, siempre deben haber niños aprovechando su uso (ver anexo # 3 foto # 4), incluso, en días de fines de semana, los escolares deberían tener acceso a la escuela para utilizar las canchas y, poder así junto a familiares disfrutar de las actividades físicas. La escuela es parte de la comunidad, por lo tanto, la comunidad, con ciertas condiciones de seguridad, debería tener acceso a ellas.

Si deseamos cumplir con el perfil del egresado de Educación Básica que se establece en los incisos 3.4.4 y 3.4.6 de los lineamientos del Currículo de Educación Básica que dicen:

"Practica ejercicios físicos con motivos de recreación, socialización, conservación de la salud física y mental"

"Utiliza el tiempo libre en actividades constructivas, artísticas y deportivas, en beneficio personal y colectivo"

Debemos reconocer entonces, que este tipo de conductas deseadas, no pueden lograrse alejando a los escolares de las instalaciones deportivas, el Estado, como garante de la educación nacional, deberá dotar en la medida de sus posibilidades, instalaciones deportivas y campos de juego. De todas maneras, esto es lo más cerca que se tiene para lograr los fines propuestos en el Currículo Nacional Básico que pretende una formación integral de los escolares.

Hay que readecuar los espacios con que se cuenta; los materiales como llantas pintadas de diferentes colores podrán ser colgadas en los árboles como función de columpios; pequeñas porterias de politubo servirán de marcos en los diferentes espacios en donde se pueda practicar fútbol cinco o siete, no necesariamente en la cancha de fútbol; lo importante es ver una escuela rodeada de niños felices en donde todos y todas tengan la oportunidad de utilizar las instalaciones deportivas para su recreación en

tiempo libre y para la educación física; no se debe subutilizar los espacios físicos, hay que acondicionarlos para la actividad física de los y las escolares (ver anexo #3 fotos # 16 y 18)

Una escuela sin escenarios adecuadamente acondicionados para las actividades físicas, será un centro árido para el proceso enseñanza y aprendizaje con la posibilidad de convertirse ésta en el "no lugar" de los escolares (ver anexo #3 fotos # 5, 6 y 7)

# II Parte

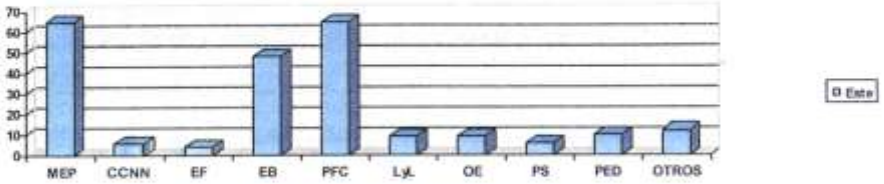
# Base empírica y de Resultados de la investigación

## Capitulo 6

## Formación académica de los docentes que sirven la asignatura de Educación Física en los Centros de Educación Básica de San Pedro Sula.

**Gráfica N° 1**

**Gráfica de barras sobre formación académica de los docentes que laboran en los CEB**




MEP Maestro de Educación Primaria 65 (28%)

CCNN Ciencias Naturales 6 (2.5%)

EF Educación Física 4 (1.7%)

EB Educación Básica 48 (20.5%)

PFC Programa de Formación Continua 65 (28%)

LyL Letras y Lenguas 9 (3.8%)

OE Orientación Educativa 9 (3.8%)

PS Promoción Social 6 (2.5%)

PED Pedagogía 10 (4.2%)

Otros 12 (5%)

De acuerdo a los resultados, de 234 docentes entrevistados únicamente cuatro de ellos se encuentran estudiando o son graduados de la Carrera de Educación Física, lo que representa apenas el 1.7% de los encuestados; tres de estos trabajan en el nivel III y uno en los niveles I y II, sin embargo, es de aclarar, que los cuatro son Profesores de Educación Media y no fueron preparados para trabajar en los CEB para los niveles I y II, ya que la Universidad Pedagógica, hasta la fecha, no ha estado preparando al docente especialista en Educación Física para trabajar en estos niveles.

Lo que existe dentro del programa de Formación Continua de la licenciatura en Educación Básica, es una asignatura de Educación Física donde los docentes en menos de 60 horas clases recibidas, tendrán que "aprender" sobre metodología de la enseñanza y aprendizaje de esta especialidad, ninguno de estos 65 (28%) maestros y maestras que

pertenecen a este Programa de Formación Continua se gradúan con especialidad en Educación Física. Este tiempo asignado a la Educación Física, no es suficiente para preparar adecuadamente al docente que impartirá la clase con eficiencia y eficacia. Debemos tomar en cuenta que la malla curricular de la especialidad de la carrera de Educación Física exige una cantidad de 56 asignaturas a ser cursadas en un mínimo de cuatro años, cada asignatura de la especialidad requiere un total de 70 horas clase en el periodo; por lo que resulta sorprendente que se piense que en un periodo de 7 semanas los estudiantes adquieran los conocimientos suficientes para impartir esta asignatura, esto conlleva a que esta clase siga descuidada y alejada del proceso de formación integral de los escolares.

Por lo anterior, se piensa que, fue un error de parte de las autoridades educativas, crear una gran cantidad de Centros de Educación Básica a nivel nacional sin contar con anticipación con los recursos humanos debidamente capacitados para laborar en dichas instituciones; tan es así, que de los 234 docentes entrevistados, 65 de ellos solo poseen el título de Maestro de Educación Primaria con pocos deseos de continuar estudiando, aduciendo desmotivación y pocos incentivos por parte del Estado.

**Gráfica Nº 2 Clasificación por edades de los 234 docentes encuestados**

| EDAD | Nº DE DOCENTES | % |
|---|---|---|
| 20 – 30 | 61 | 26% |
| 31 – 41 | 145 | 62% |
| 42 - 50 | 28 | 12% |

Según la tabla anterior, un 62% de los docentes se encuentran comprendidos entre las edades de 31 a 41 años y un 12% entre 42 y 50 años; esto limita mucho el interés de muchos de los docentes a participar activamente en actividades relacionadas con la actividad física escolar y son renuentes a recibir capacitación en esta asignatura tal como se demuestra en la siguiente gráfica Nº 3:

Resultado de la respuesta a la pregunta ¿Ha recibido cursos de capacitación en los últimos tres años sobre Voleibol, Baloncesto, Fútbol, Educación Física, Recreación, Natación, Balonmano, Planificación, ninguno?

**Gráfica Nº 3 Capacitación recibida en los últimos tres años**

| CURSO | Nº DE DOCENTES | % |
|---|---|---|
| VOLEIBOL | 11 | 4.7% |
| BALONCESTO | 06 | 2.2% |
| EDUCACIÒN FÍSICA | 20 | 8.5% |
| RECREACIÒN | 04 | 1.7% |
| NATACIÒN | 03 | 1.2% |
| BALONMANO | 04 | 1.7% |
| PLANIFICACIÒN | 25 | 10.7% |
| FÚTBOL | 10 | 4.3% |
| NINGUNO | 151 | 65% |

Según la tabla anterior, encontramos que de 234 docentes encuestados, 151 no han recibido ningún curso de capacitación en los últimos tres años para la clase de Educación Física, lo que representa un 65% del total de docentes entrevistados; apenas 11 docentes dijeron haber recibido capacitación en voleibol y sólo seis asistieron a cursos de baloncesto; únicamente cuatro (1.7%) recibieron capacitación sobre balonmano; en lo que más asistencia hubo fue a cursos de planificación, pero apenas fueron 25 de los 234 encuestados o sea el 10.7%; mientras que sobre Educación Física 20 dijeron haber asistido a este tipo de cursos (8.5%), resultado que viene a ensombrecer las posibilidades de que los educandos reciban una adecuada formación integral dentro de su centro de estudios; esto implica que una gran cantidad de docentes están medianamente preparados para utilizar el deporte como medio educativo.

En la actualidad, los y las estudiantes que cursan la carrera de Educación Física en la Universidad, están siendo preparados y preparadas para desempeñarse como profesores y profesoras de educación media, pero no para niveles I y II de educación básica; Con el tiempo, estos profesionales tendrán que ser capacitados en otras

especialidades para que puedan laborar en los CEB, ya que de lo contrario, podrían ser desplazados por aquellos docentes que se encuentran cursando la licenciatura en Educación Básica en donde la Educación Física está siendo orientada como una sub especialidad para 7° 8° y 9° grado; de esta forma, aparecerán docentes en el tercer nivel, especialistas en Matemáticas, Ciencias Sociales, Ciencias Naturales, Letras Español sirviendo las clases de educación musical o Educación Física; es así como la especialidad en Educación Física disminuye su dimensión pedagógica dentro de los CEB; este fenómeno se da por el hecho que las autoridades no valoran la actividad física como asignatura que requiere preparación especial, sino como una clase orientada más a la actividad física recreativa que a lo formativo y que no exige de mucho estudio como lo requieren las asignaturas "básicas". La Educación Física se convierte en una sub orientación.

La salud y el desarrollo corporal, es decir, la Educación Física de Base, pasan a ser aspectos secundarios y solo aparecen prescritos en el currículo, pero en la práctica, nadie supervisa ni evalúa este proceso, por lo que la Educación Física en los CEB podría navegar a la deriva en detrimento de la salud y desarrollo corporal de los estudiantes.

Una de las razones por lo que los y las docentes no desean servir la Educación Física y rehuyen capacitarse en este campo es porque al final no son evaluados en esta asignatura, sino que el interés de nuestras autoridades educativas está orientado hacia los saberes teóricos, ya que toda la atención del proceso educativo va encaminada hacia las Matemáticas, Estudios Sociales, Español y Ciencias Naturales, y es que es a través de estas asignaturas que las autoridades miden la calidad de la educación.

¿De qué enfoque integracionista hablan nuestras autoridades educativas cuando se pretende educar y evaluar a nuestros educandos de los hombros hacia arriba? ¿Acaso el cuerpo, mente y alma son elementos separados del hombre? ¿Por qué será que el concepto de "formación integral" aparece en todo discurso político y educativo pero desaparece en la práctica?

Hoy más que nunca se retoma la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte elaborada por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura en Paris, 1978, la que en su artículo 4.1 establece que "Todo

personal que asume la responsabilidad profesional de la Educación Física y el Deporte debe tener la competencia y la formación apropiada. Se ha de reclutar con cuidado y en número suficiente y el personal disfrutará de una formación previa y de un perfeccionamiento continuo, a fin de garantizar niveles de especialización adecuados."

En nuestro medio se presenta un fenómeno y es que la mayoría de nosotros fuimos formados por profesores empíricos en Educación Física, es decir, por docentes que sin tener la formación académica especial en esta asignatura, ejercían esta profesión autorizados por nuestras autoridades educativas; es así como el concepto de esta asignatura perdió su valor pedagógico ante nuestros ojos y se transformó en un conjunto de actividades sin ninguna orientación didáctica y con objetivos de formación desconocidos para todos; provocando de esta manera, que cualquiera se atreviera a impartir esta asignatura; siendo servida por entrenadores deportivos cuya experiencia como jugadores les hacía pensar que estaban aptos para dar esta clase. Esta generación de estudiantes en manos del empirismo, crecieron con la idea firme que para servir la clase de Educación Física no era necesario estudiar, ¡cualquiera la servía! y es así como algunos de estos educandos, que crecieron en este ambiente de empirismo, se convirtieron en docentes o autoridades educativas manteniendo un argumento negativo hacia la asignatura.

Por esta razón, aún en nuestro tiempo, en la práctica, la Educación Física está alejada del proceso de formación integral del individuo y se minimiza su importancia; a tal grado que en una gran cantidad de centros educativos, esta asignatura solo sirve como comodín para completar jornadas de trabajo a los y las docentes de otras disciplinas del saber.

Resulta entonces incoherente, que mientras las naciones del mundo se reúnen para analizar y mejorar la educación y establecer criterios que busquen orientar todo proceso educativo hacia el desarrollo de aptitudes físicas, intelectuales y morales, nuestros gobiernos sigan obviando la creación de una estructura eficiente que prepare y capacite permanentemente a los especialistas en Educación Física para trabajar en los CEB, como una forma de acercarnos a un proceso de formación integral y que por ende repercuta en el mejoramiento de la calidad de vida de los individuos.

En la actualidad, en el Programa de Formación Continua, los y las docentes especialistas para trabajar en los CEB, cursan un módulo de estudios correspondiente a la asignatura de Educación Física, el texto que han utilizado de apoyo para la clase no ha resultado conveniente, ya que su contenido no es una orientación específica para trabajar en los niveles 1 y 2 de Educación Básica y fue un texto elaborado como apoyo para los estudiantes de la asignatura general Educación Física Recreación y Deporte del nivel superior. Al finalizar el periodo de clases, difícilmente estos docentes puedan hacer uso de ese material didáctico, ya que en él no se contemplan metodología ni actividades propias para los niveles I y II de Educación Básica. Este aspecto señalado, termina por desmotivar al docente para servir una clase para la cual ha sido preparado medianamente.

En un primer día de trabajo para servir la clase de Educación Física a docentes de este Programa de Formación Continua, sorpresivamente a la hora de entrada a clases (7:00 a.m.) solamente había dos alumnos dentro del aula, el resto se detuvo en la cafetería a desayunar; fue así que hasta 40 minutos después de la hora programada, los alumnos y alumnas se fueron incorporando a la clase. Como algo lógico, se preguntó del por qué de esa actitud de llegar tan tarde a clases; la respuesta fue que era el "primer día de clases" y que por eso ni siquiera llevaron ropa adecuada de trabajo, es decir, se presentaron con vestidos, zapatos y con la mínima intención de participar activamente en la clase. Esta actitud desmotivada hacia la asignatura de Educación Física no es más que el producto de nuestro sistema educativo, sumado a esto, y de acuerdo a datos estadísticos del CUR un 72% son del sexo femenino; a simple vista se puede observar que poseen un marcado sobrepeso, lo que provoca que abunden las excusas para no participar activamente en la clase. Lo lamentable de esta situación, es que son estos docentes los que tendrán la responsabilidad de impartir y darle un efecto multiplicador a la clase de Educación Física, por lo que se hace una reflexión sobre que, este proceso de Formación Continua necesita preparar a los y las docentes que impartirán la clase de Educación Física en los niveles I y II en un periodo mayor de año y medio. Es difícil pensar que en menos de 50 horas, docentes que nunca han servido la clase de Educación Física logren tener la motivación y conocimiento

suficiente para servir esta asignatura. Tendrán buenas intenciones pero no buenas condiciones; ellos y ellas no son culpables, son producto del sistema educativo.

Bajo las condiciones anteriores, resulta urgente capacitar adecuadamente y en forma permanente a los y las docentes de los CEB de San Pedro Sula a través de talleres de Educación Física y deporte escolar.

A nivel de estructura curricular de la propuesta del CNB (ver anexo número 5), se puede apreciar a través de su diseño, la aplicación de tecnología para que niños y niñas puedan desarrollar el pensamiento científico, tecnológico y humanista y, llevarlos a la transformación de su entorno natural y social en beneficio individual y colectivo; también buscan promover actitudes hacia el cambio y las innovaciones, así como para los avances científicos y tecnológicos, artísticos etc.... es decir, los que convivimos en este contexto hondureño nos daremos cuenta que en la práctica, dista mucho que los Centros de Educación Básica puedan cumplir con todos los objetivos planteados, este tipo de propuesta está diseñado para instituciones con suficientes recursos económicos que puedan incorporar todas las herramientas pedagógicas para el logro de los fines y objetivos propuestos en el proyecto del Currículo Nacional Básico.

# Capitulo 7

# Recursos Materiales y Espacios Físicos en donde se lleva a cabo la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física en los CEB de San Pedro Sula

## 7. 1 Recursos Materiales

El uso de una variedad de materiales en los CEB de San Pedro Sula es muy reducido, ya que de acuerdo a la gráfica Nº 4 de 234 docentes 180 dijeron utilizar sólo pelotas y cuerdas, lo que representa 77 % del total de 234 profesores encuestados; 20 docentes dijeron utilizar aros, cuerdas y pelotas (8.5%); 7 utilizan lazos y pelotas (2.9%) 23 hacen uso de la grabadora y pelotas (9.8%) y sólo 4 dijeron utilizar los bastones (1.7%).

**Gráfica Nº 4 Material de apoyo utilizado para la clase de Educación Física**

| MATERIALES | Nº DE DOCENTES | % |
|---|---|---|
| PELOTA Y CUERDA | 180 | 77% |
| ARO, PELOTA Y CUERDA | 20 | 8.5% |
| LAZO Y PELOTA | 07 | 2.9% |
| PELOTA Y GRABADORA | 23 | 9.8% |
| BASTONES | 04 | 1.7% |
| OTROS | 00 | 00% |

El uso de una variedad de materiales en los CEB de San Pedro Sula es muy reducido, ya que de acuerdo a la gráfica Nº 4 de 234 docentes 180 dijeron utilizar sólo pelotas y cuerdas, lo que representa 77 % del total de 234 profesores encuestados; 20 docentes dijeron utilizar aros, cuerdas y pelotas (8.5%); 7 utilizan lazos y pelotas (2.9%) 23 hacen uso de la grabadora y pelotas (9.8%) y sólo 4 dijeron utilizar los bastones (1.7%).

El niño y la niña deben ser estimulados y motivados dentro de la clase haciéndolos partícipes de la experiencia de experimentar con una gama de materiales que sirvan de apoyo para el logro de los objetivos propuestos en el programa de Educación Física; los materiales enriquecen y facilitan el desarrollo de habilidades y destrezas de los escolares, el proceso de desarrollo de la coordinación motora se ve favorecida con el contacto y manejo de instrumentos manipulativos. Estos materiales de apoyo para la clase de Educación Física son como el cuaderno y el lápiz para las demás asignaturas.

La excusa usual del docente para no servir la clase suele ser la falta de materiales, sin embargo poco se hace para resolver este problema. El docente no confecciona ni adquiere otro tipo de material para el desarrollo de la clase.

De acuerdo a la siguiente gráfica Nº 5, 230 docentes que representan el 98 % de los entrevistados dijo no contar con los materiales suficientes para impartir la clase

**Gráfica Nº 5 Cantidad de material de apoyo para la clase de Educación Física**

| CANTIDAD | Nº DOCENTES | % |
|---|---|---|
| SUFICIENTE | *04* | *2%* |
| INSUFICIENTE | *230* | *98%* |

Aunque un 77% afirmaba en la gráfica 5 contar con pelotas y cuerdas para servir la clase, no significa que cuenten con la cantidad suficiente. Si no se posee el material en cantidades adecuadas para servir la clase de Educación Física, entonces habrá que confeccionarlos y crear estrategias para su adquisición.

"Los docentes y profesionales en general de la actividad física cuentan con una serie de medios muy diversos para la correcta consecución de sus objetivos. Dentro de estos medios, no siempre se valora en su justa medida la importancia que tienen los recursos materiales, no sólo como vehículos físicos necesarios para la consecución de los diversos aprendizajes, sino, avanzando un paso más en el análisis, como elementos condicionantes del tipo de contenidos que se aprende, así como de los procedimientos e ideas asociadaza a los mismos". Galera, 1996, citado por Rivadeneyra, Pág. 1

No basta entonces con decir "no tenemos suficiente material para servir la clase de Educación Física" sino que habrá que argumentar ante autoridades superiores de parte de los docentes, la necesidad e importancia que reviste la adquisición en cantidad suficiente de material de apoyo y deportivo para la Educación Física y cumplir así con los fines y objetivos propuestos por en el proyecto del Currículo Nacional Básico.

Se resalta de nuevo la Carta Internacional de la Educación Física que en su artículo quinto, inciso 5.2 de 1978 establece:

"Los gobiernos, los poderes públicos, las escuelas y los organismos privados competentes deben aunar sus esfuerzos a todos los niveles y concentrarse para planificar el establecimiento y la utilización óptima de las instalaciones, el equipo y los materiales destinados a la educación física y el deporte"

Aunque el Estado aparece como el garante de proporcionar el material educativo a los CEB, en la práctica esto está muy lejos de ser verdad. Basado en el concepto de la autogestión por parte de los centros educativos, se crean prioridades en la adquisición de recursos materiales pero la Educación Física pareciera no ser una prioridad.

A la pregunta ¿Quién proporciona el material de apoyo para las actividades físico-deportivas en la escuela? Se obtuvo la siguiente respuesta:

**Gráfica Nº 6 Responsables de proporcionar los recursos materiales**

| RESPONSABLE | Nº | % |
|---|---|---|
| ESTADO | 00 | 00% |
| LA DIRECCIÒN | 02 | 0.9% |
| LA COMUNIDAD | 02 | 0.9% |
| LOS DOCENTES | 115 | 49.1% |
| LOS ALUMNOS | 115 | 49.1% |

De acuerdo a lo anterior, el Estado no proporciona recursos materiales (00%); apenas un 0.9 % dijeron recibir recursos materiales de parte de la Dirección y de la comunidad; mientras 115 docentes dijeron ser ellos los que proporcional los recursos materiales y 115 expresaron que han sido los y las estudiantes los responsables de proporcionar los recursos materiales.

Se puede observar que el Estado prácticamente se ha desentendido de su obligación de equipar con los recursos materiales suficientes para el desarrollo del programa de Educación Física; han sido los docentes y los estudiantes quienes han corrido con la responsabilidad de adquirir estos recursos, mientras sólo dos docentes de los 234 entrevistados dijeron recibir apoyo de la Dirección del centro educativo.

Si son los y las docentes y los y las estudiantes que han tomado la responsabilidad de adquirir el material deportivo y de apoyo para la clase de Educación Física, es de

suponer que no será en la cantidad suficiente debido a los bajos recursos económicos, no sólo de los y las estudiantes, sino también de los y las docentes.

Es importante señalar que además de contar con suficiente material de apoyo, éste material deberá reunir las características especiales de acuerdo a la edad y maduración del niño y la niña, para ello habrá que considerar peso y tamaño. Las llantas, neumáticos, palos de escobas, bolsas de arena, de calcetín etc…deberán ser parte del material a confeccionar, ya que los materiales deportivos tienen ya sus características específicas de cada deporte; sin embargo, será el docente con su creatividad, el que adaptará este material a la actividad y de acuerdo a los objetivos propuestos.

"El profesor, en lugar de ser un simple reproductor de conocimientos predeterminados; selecciona, elabora y evalúa los materiales en función del tipo de conocimientos que quiere favorecer. Entre otras muchas ventajas, con esto se podría conseguir un currículum más centrado en el dominio de habilidades procesales que en contenidos concretos" Galera 1996, citado por Rivadeneyra, Pág. 1

En pocas palabras, el y la docente deberán considerar que el uso de material de apoyo físico-deportivo le permitirá ampliar su acción educativa y darle más variedad a su tarea práctica; esta diversidad de acciones provocadas por el uso de material variado, no sólo irá en beneficio del desarrollo de la Educación Física de Base, sino que hará de la labor docente un espacio más amplio para el desarrollo de la creatividad.

El uso de todo material físico-deportivo requiere también de espacios adecuados para el desarrollo de la clase; no todos los CEB cuentan con el número adecuado de instalaciones físicas.

**Gráfica N° 7 Instalaciones físicas utilizadas por los docentes en los CEB**

| CANCHAS | N° DOCENTES | % |
|---|---|---|
| **Fútbol** | **10** | **4.2%** |
| **Baloncesto** | **14** | **5.9%** |
| **Voleibol** | **01** | **0.4%** |
| **Patio de Recreo** | **30** | **12.8%** |
| **Patio de Juegos** | **14** | **5.9%** |

| | | |
|---|---|---|
| **Fútbol y Baloncesto** | **14** | **5.9%** |
| **Baloncesto y Patio de Recreo** | **47** | **20%** |
| **Fútbol, Patio de Juegos y Patio de Recreo** | **01** | **0.4%** |
| **Fútbol, Patio de Juegos y Baloncesto** | **03** | **1.3%** |
| **Fútbol, Patio de Recreo y Baloncesto** | **42** | **17.9%** |
| **Fútbol, Patio de Recreo, Voleibol, Patio de Juegos y Baloncesto** | **19** | **8.1%** |
| **Patio de Recreo, Patio de Juegos, Baloncesto y Vestidores** | **02** | **0.8%** |
| **Fútbol, Patio de Recreo, Voleibol, Patio de Juegos y Baloncesto** | **09** | **3.8%** |
| **Fútbol y Patio de Recreo** | **16** | **6.8%** |
| **Fútbol, Patio de Recreo, Voleibol, Patio de Juegos** | **03** | **1.3%** |
| **Ninguno** | **09** | **3.8%** |
| **Todas las instalaciones** | **00%** | **00%** |

De acuerdo a los resultados, 10 docentes dicen contar solamente con una cancha de fútbol (4.2%); 14 cuentan al menos con una cancha de baloncesto (5.9%); uno dijo contar nada más que con una cancha de voleibol (0.4%); 30 poseen un patio de Recreo pero no tienen canchas (12.8%); 14 tienen un patio de juegos, pero tampoco tienen canchas (5.9%); 14 dicen poseer una cancha de baloncesto y una de fútbol (5.9%) 42 docentes dicen tener una cancha de baloncesto y un patio de Recreo (17.9%); uno dijo contar con una cancha de fútbol, patio de juegos y patio de recreo (0.4%); 47 poseen además de una cancha de baloncesto y fútbol un patio de recreo (20%); 19 docentes cuentan con una cancha de fútbol, patio de juegos, patio de recreo y baloncesto (8.1%);solo dos dijeron poseer patio de recreo, patio de juegos, cancha de baloncesto y vestidores (.08%); 9 contestaron poseer cancha de fútbol, patio de recreo, cancha de voleibol, patio de juego y cancha de baloncesto (3.8%); mientras 16 dijeron contar solo con una cancha de fútbol y un patio de recreo (6.8%); nueve no cuentan con ningún espacio adecuado para actividades físicas y deportivas (3.8%) y ninguno cuenta con todas las instalaciones requeridas (100%)

Lo anterior nos hace observar que no todos tienen el total de las instalaciones físicas adecuadas para el desarrollo eficiente de la clase de Educación Física, sin embargo, las canchas de fútbol, baloncesto y patio de Recreo aparecen en mayor porcentaje que otras instalaciones; En resumen, los CEB cuentan con al menos un patio de recreo para realizar actividad física, aunque no para la práctica deportiva.

A la pregunta ¿son adecuados los espacios físicos con que usted cuenta para el desarrollo de la clase de Educación Física? Los entrevistados respondieron de la siguiente manera:

**Gráfica N° 8 Condición de los espacios físicos en los CEB**

| CONDICIONES | N° | % |
|---|---|---|
| **Adecuados** | **117** | **50%** |
| **Inadecuados** | **117** | **50%** |

Si bien es cierto no todas las instalaciones reúnen las condiciones óptimas requeridas para un eficiente y eficaz desarrollo de la Educación Física, al menos no habrá excusa para no sacar a los estudiantes del aula a realizar un mínimo de actividad física. Sin embargo, es de hacer notar que aún los CEB que poseen canchas de baloncesto y fútbol estas no tienen medidas adaptada a la edad escolar. Con esto se refiere que aunque no se posean medidas reglamentarias específicas para el uso de las canchas deportivas para la práctica de la Educación Física habrá que tomar en cuenta las recomendaciones sugeridas por pedagogos para reducir distancias, tamaños de materiales, altura de aros para baloncesto y redes para voleibol de acuerdo a la edad y estatura de los y las estudiantes; Si se participa en encuentros deportivos los reglamentos de los deportes ya tienen definida las dimensiones de las canchas deportivas. Para el caso, las canchas de baloncesto según observaciones hechas, no tienen las medidas de mini baloncesto, es decir, los aros están colocados a una altura mayor de los 2.60 metros, por lo que el esfuerzo que estos niños hacen al lanzar un balón al cesto, distorsionan el fundamento

técnico debido al mayor esfuerzo que realizan para que la pelota llegue al aro. De los 234 profesores entrevistados, 190 dijeron contar con instalaciones amplias, mientras que solo 44 dijeron que sus instalaciones son reducidas, gráfica N° 10.

**Gráfica N° 9 Dimensiones de los espacios físicos en los CEB**

| DIMENSIONES | N° | % |
|---|---|---|
| AMPLIOS | 190 | 81% |
| REDUCIDOS | 44 | 19% |

Las dimensiones de los espacios físicos deberían aprovecharse para acondicionar y adecuar las medidas a las características de los escolares; deberá también explotarse al máximo aquellos espacios que estén previstos de árboles para establecer ahí columpios elaborados con llantas así, como "sube y baja" que solo requieren dos tablones gruesos y una base de cemento o madera. Retomamos entonces los incisos 3.44 y 3.4.6 de los lineamientos del CNB: "practica ejercicios físicos con motivos de recreación, socialización, conservación de la salud física y mental" "utiliza el tiempo libre en actividades constructivas, artísticas y deportivas, en beneficio personal y colectivo"

Las instalaciones físicas por lo tanto, favorecen el desarrollo armónico corporal de los estudiantes y favorecen su desarrollo emocional, socioafectivo y cognitivos. Las autoridades educativas, deberán velar por el fiel cumplimiento de este proceso y asegurar el uso óptimo de las instalaciones físicas para el desarrollo de la clase de Educación Física. Las escuelas gestionan ayuda de presupuesto para muchas actividades, pero pocas veces lo hacen para el equipamiento deportivo de los CEB.

# Capítulo 8

# Tiempo real dedicado a la clase de Educación Física en los CEB y caracterización de las

# actividades durante el proceso enseñanza y aprendizaje

## 8.1 Tiempo real dedicado a la clase de Educación Física en los CEB

**Gráfica N° 10 Número semanal de clases de Educación Física**

| VECES POR SEMANA | N° | % |
|---|---|---|
| UNA VEZ | 104 | 44.4% |
| DOS VECES | 92 | 39.3% |
| TRES VECES | 38 | 16.2% |
| MÀS DE TRES VECES | 00 | 00% |

Aunque los programas señalan por lo menos tres veces por semana para la clase de Educación Física, solamente 38 de los 234 docentes entrevistados dicen servirla tres veces por semana, lo que representa apenas el 16% del total de la muestra; 95 profesores la sirven dos veces a la semana (40%) mientras 104 docentes la sirven una sola vez, es decir el 44% del total de profesores encuestados. Es de aclarar, que los objetivos propuestos en el CNB en cuanto a formación integral y de la salud de los estudiantes, difícilmente se podrán llevar a cabo si los estudiantes se mantienen sentados dentro del aula la mayor parte de su tiempo; el proceso de formación integral de los educandos, la higiene, la salud y ese enfoque integracionanista que busca la educación actual, difícilmente podrá lograrse cuando se merma y se viola el derecho a la actividad física de los escolares. Estudios recientes señalan que los niños y niñas requieren diariamente un mínimo de una hora de actividad física; al obviar la clase de Educación Física en los tiempos estipulados, estamos afectando permanentemente el buen desarrollo psicomotor de los niños y niñas y por ende, no estaríamos hablando de una formación integral sino de un tipo de educación orientada al desarrollo exclusivo del aspecto cognitivo. La atrofia del sistema muscular y del sistema respiratorio son las principales fuentes energéticas que se ven afectadas producto de la cantidad de horas que el alumno pasa sentado en la escuela y esto termina repercutiendo en su capacidad de atención; la Educación Física, servida un mínimo de tres veces por semana, vendrá a

compensar las horas de inactividad física a la que los niños son sometidos en las escuelas. El tiempo para la Educación Física no es una obligación, es una necesidad orgánica y natural para el desarrollo cognitivo, socioafectivo y motor de los escolares; no podemos ir en contra de la naturaleza del niño y la niña, estos crecen y se desarrollan a través de la actividad física, para ello entonces, se requiere de mayor cantidad de horas clase para la Educación Física dentro de los CEB.

**Gráfica N° 11 Tiempo de duración de la clase de Educación Física**

| MINUTOS de DURACIÓN | DIAS A LA SEMANA | N° DOCENTES | % |
|---|---|---|---|
| 30 | 02 | 40 | 17% |
| 40 | 02 | 52 | 22% |
| 45 | 03 | 38 | 19% |
| 60 | 01 | 104 | 44% |
| Más de 60 | 00 | 00 | 00 |

De acuerdo a la gráfica anterior N° 11, 92 docentes que sirven la clase dos veces por semana, 40 la imparten con una duración de 30 minutos (17%) y 52 docentes la imparten con una duración de 40 minutos (22%); mientras solo 38 de los 234 encuestados dijeron impartirla tres veces por semana con una duración de 45 minutos (19%); 104 de los 234 (44%) afirmaron servirla solamente una vez por semana con una duración de una hora; lo que si resulta increíble es que nadie la sirve más de tres veces por semana.

Si la actividad física es recomendada diariamente y la escuela no reúne las condiciones para llevar a cabo este proceso en este periodo de tiempo, entonces por lo menos habrá que cumplir con el programa sirviendo la clase de Educación Física tres veces por semana con una duración de 40 minutos. No es conveniente servir la clase únicamente los días viernes como sucede en aquellas escuelas que solo la sirven una vez por semana; el beneficio del ejercicio físico se pierde cuando el periodo de tiempo es de una semana entre cada clase. El programa establecido para la clase de Educación Física nunca se podrá llevar a cabo si el proceso de la acción educativa se ve reducido a

una hora semanal. Tal como está planteado en el CNB, existe una secuencia lógica del desarrollo corporal del niño y la niña y para ello se requiere no solo de una planificación adecuada sino de una práctica constante de la actividad físico y deportiva; hay que recordar que es en esta etapa en donde el niño y la niña adquieren los hábitos del buen estado físico, así como la capacidad de asimilación cognitiva y desarrollo de habilidades y destrezas que contribuirán a su formación integral; lo que en esta etapa no se logre repercutirá en la vida adulta de los escolares.

## 8.2 Caracterización de las Actividades durante el proceso enseñanza y aprendizaje en los CEB de San Pedro Sula

Esta etapa resultó más complicada; la clase de Educación Física prácticamente no se está sirviendo en los CEB; sólo se pudo observar a tres docentes sirviendo la clase. No era una clase planificada, por lo tanto era difícil observar el tipo de contenido a desarrollar de acuerdo a las actividades que se estaban realizando. Una de las características observadas es que luego de colocar a los estudiantes en hileras del más pequeño al más grande, se hizo un calentamiento rápido y se procedió a realizar un par de juegos utilizando tres balones de plástico, al terminar los juegos prácticamente terminó la clase, no se pudo observar una evaluación al final de la misma, se organizaron nuevamente a los niños y niñas en hileras y se regresó al aula. En otra de las clases observadas se trabajó sin material de apoyo, el método usado era prácticamente el mando directo, los niños colocados en hileras levantaban brazos, hacían flexiones de piernas y luego hicieron abdominales, luego corrieron alrededor de la cancha de baloncesto tres vueltas; estos niños y niñas correspondían al nivel II, al final se hizo una competencia de carreras, el maestro no tenía cerca ninguna planificación de la actividad, en estas clases se pudo observar que solo duraban 30 minutos, no había evaluación final y tal como llegaron a la cancha en esa misma forma regresaron al aula. La sorpresa mayor fue que en uno de los Centros Básicos que trabajan por módulos, es decir, los niños hacen Educación Física dos meses en el año y luego no vuelven a saber de estas actividades hasta el siguiente año; tampoco se pudo observar la planificación de la clase diaria o semanal.

**Gráfica Nº 12 Tipo de planificación**

| PLANIFICACIÓN | Nº DE DOCENTES | % |
|---|---|---|
| DIARIA | 20 | 8.5% |
| SEMANAL | 80 | 34% |
| MENSUAL | 110 | 47% |
| ANUAL | 14 | 5.9% |

De los 234 docentes solo 20 dijeron planificar la clase diariamente, lo que representa un 8.5% del total de los entrevistados; 80 contestaron planificarla semanalmente (34%); 110 afirmaron planificar mensualmente (47%) mientras 14 dijeron hacer únicamente una planificación anual (5.9%).

A pesar de lo anterior, la clase de Educación Física como tal, prácticamente no se está sirviendo en los CEB, siguen prevaleciendo actividades al libre albedrío; no hay un control de la evaluación diaria hacia los estudiantes y hay muy poco espacio hacia la creatividad, los juegos recreativos suelen ser la etapa principal de la clase pero sin objetivos plasmados.

Si bien es cierto los CEB participan en actividades deportivas, esto sólo lo hacen extra clase; el deporte no aparece como medio para el desarrollo de las habilidades motoras de los niños y las niñas durante el proceso enseñanza y aprendizaje.

Lastimosamente los niños participan en competencias de fútbol 11 y no fútbol siete o cinco, que sería lo pedagógicamente recomendable. Estos niños no son entrenados por docentes de la escuela sino por entrenadores de equipos de adultos, por lo que el carácter educativo y formativo de los estudiantes se pierde dentro de torneos eminentemente competitivos.

# Capitulo 9

## Tipos de evaluación y contenidos conceptuales, actitudinales y procedimentales utilizados en el proceso de enseñanza y aprendizaje de la Educación Física y su metodología.

**Gráfica N° 13 Tipos de Evaluación**

| EVALUACIÓN | N° DE DOCENTES | % |
|---|---|---|
| DIAGNÓSTICA | 13 | 5.5% |
| SUMATIVA | 137 | 58% |
| FORMATIVA | 59 | 25% |
| FORMATIVA-SUMATIVA | 25 | 10.6% |
| TODAS | 00 | 00% |

### 9. 1 Tipos de evaluación

Solamente 13 docentes dijeron realizar evaluación diagnóstica (5.5%), mientras 137 expresaron utilizar únicamente la evaluación, sumativa lo que representa el 58% de los encuestados. Del total de 234 profesores encuestados solo 25 afirmaron utilizar la evaluación sumativa y formativa es decir un 25% del total de docentes entrevistados; 59 dijeron solo utilizar la evaluación formativa. **Ninguno utiliza las tres evaluaciones durante el proceso enseñanza y aprendizaje de la Educación Física**.

Cuando la asignatura no se imparte resulta complicado observar los tipos de evaluación realizadas durante la acción educativa; el conocimiento previo de las condiciones en que se presenta un estudiante antes de la clase no pueden ser observados si el docente no planifica la clase. La asignatura se convierte entonces en un rato de esparcimiento casi al libre albedrío y al final se aplica una evaluación sumativa en base a la asistencia del estudiante, al uso del uniforme y monograma de la escuela, así como de tenis; la evaluación formativa pasa a un tercer plano. De los únicos tres

docentes que encontré sirviendo la clase, ninguno la había planificado, por lo tanto no se pudo constatar las evaluaciones diagnóstica y formativas durante el proceso, ya que los estudiantes solo seguían la orden del profesor y luego se les puso a jugar carreras de relevos utilizando tres pelotas, el profesor estaba más interesado en el desarrollo del juego que en la calidad de participación del estudiante; a simple vista era una clase eminentemente tradicional y la evaluación por lo tanto era eminentemente tradicional, es decir, una evaluación sumativa otorgada por la presencia del niño y la niña durante la clase.

## 9. 2 Contenidos desarrollados en la clase de Educación Física.

Si bien es cierto la clase de Educación Física busca desarrollarse dentro de un proceso de integración en donde se encuentren inmersos contenidos conceptuales, aptitudinales y procedimentales, en la escuela, este enfoque holistico parece pasar desapercibido; los contenidos conceptuales están por sobre los contenidos socioafectivos y motor, ya que, al no servir la clase de Educación Física, el proceso educativo se orienta a los saberes puramente cognitivos. Hablar de formación integral dentro de los CEB será siempre una utopía mientras autoridades, comunidad y docentes no brindemos al niño y a la niña la oportunidad de desarrollarse en ambientes en donde se favorezca el crecimiento sano del organismo mediante actividades psicomotoras debidamente planificadas; así como la integración del niño y la niña a grupos de trabajo que estimulen su autoconfianza y mejoren su autoestima. El desarrollo de actitudes y valores tienen un lugar fértil para ser inculcados dentro de la clase de Educación Física.

En los CEB de San Pedro Sula no se puede observar el desarrollo de estos contenidos debido a que la clase de Educación Física no se está sirviendo; por lo menos debería servirse tres veces por semana y con un mínimo de 40 minutos de duración.

Esta asignatura solo sirve como una actividad meramente de distracción de los escolares. Pero el problema no es de los docentes, sino de nuestro sistema que busca ponerse a tono con los demás paises del continente pero sin sacudirse el estigma tradicional de nuestro sistema educativo.

## 9.3 Metodología para el desarrollo de la clase de Educación Física en los CEB

A la pregunta: ¿Conoce el Programa de Educación Física para los CEB? Se obtuvieron los siguientes resultados.

**Gráfica N° 14 Programas de Educación Física en los CEB**

| PROGRAMA | N° DOCENTES | % |
|---|---|---|
| CONOCEN | 55 | 23.5% |
| DESCONOCEN | 179 | 76.5% |

De acuerdo a la gráfica anterior, 179 docentes de los 234 entrevistados dijeron desconocer el Programa de Educación Física para los CEB (76.5%); mientras solo 55 expresaron conocerlo (23.5%), sin embargo, cuando a estos se les preguntó en dónde tenían los programas dijeron no tenerlo a mano. Muy difícil planificar una clase cuando se desconocen los programas de estudio, posiblemente sea esta una de las razones por la cual los docentes que laboran en los CEB son renuentes a planificar y servir la clase de Educación Física. Aunque existe una guía proporcionada por INICE, no todos cuentan con ella, ya que 158 docentes de los entrevistados dijeron no poseer ninguna guía para la clase de Educación Física.

**Gráfica N° 15 Guías de Educación Física**

| GUÍAS | N° DE DOCENTES | % |
|---|---|---|
| SI POSEEN | 76 | 32% |
| NO POSEEN | 158 | 68% |

Mientras el docente desconozca los Programas de Estudios y no cuenten con alguna guía para el desarrollo de la clase de Educación Física, ésta seguirá siendo obviada dentro del proceso enseñanza y aprendizaje y los niños y niñas estarán condenados a

permanecer inactivos dentro de su centro de estudio en perjuicio de su salud y de su formación académica.

**Gráfica N° 16 Métodos utilizados en la clase de Educación Física**

| MÉTODOS | N° DE DOCENTES | % |
|---|---|---|
| MANDO DIRECTO | 95 | 40.6% |
| EXPLORACION DE MOVIMIENTO | 80 | 34.2% |
| RESOLUCION DE PROBLEMAS | 00 | 00% |
| DESCUBRIMIENTO GUIADO | 13 | 5.6% |
| AYUDA RECIPROCA | 28 | 12% |
| POR TAREAS | 18 | 7.6% |

De acuerdo a la gráfica anterior, 95 docentes dicen utilizar el método Mando Directo (40.6%); mientras 80 afirman usar con más frecuencia el Método Exploración de Movimiento (34%); ninguno utiliza el método Resolución de Problemas; solo 13 aplican el método Descubrimiento Guiado (5.6%); 28 hacen uso del método Ayuda Recíproca (12%) y únicamente 18 dijeron utilizar el método por Tareas (7.6%).

Clasificación de métodos de acuerdo a su aplicación:

"-**Tradicionales**: Método Mando Directo Clásico, Mando Directo Modificado y Asignación de Tareas.

-**Que fomentan la Participación del alumno**: Método Enseñanza Recíproca, Grupos Reducidos, Micro enseñanza.

-**Que implican cognoscitivamente al alumno**: Descubrimiento Guiado, Resolución de Problemas y De Creatividad" Martínez, Ezequiel, 2004, Pág. 1

Aunque un 34% dicen aplicar el método Exploración de Movimiento, en la práctica resulta diferente, ya que la clase ni siquiera está siendo servida y los pocos que la sirvieron y fueron observados, aplicaron el método tradicionalista del Mando Directo en donde el profesor está más interesado en la orden que envía al alumno que en lo que se espera de él.

La formación rígida en hileras y el maestro dando siempre la orden, sigue siendo parte de la metodología de enseñanza en los CEB, hay muy poco espacio para la creatividad ya que este método da muy poco lugar a la interacción entre compañeros y están pendientes de la demostración y dirección del profesor; en pocas palabras, el aprendizaje no resulta significativo, ya que se vuelve repetitivo, imitativo, con muy poca alegría durante el trabajo y el alumno sigue siendo el eterno receptor.

De tres docentes que fueron observados sirviendo la clase de Educación Física mediante una guía de observación cualitativa propuesta en la revista digital efedeportes 2004 en la Pág. 1, se pudo constatar que el método mando directo sigue en auge dentro de los CEB, por lo tanto, persiste aún, una marcada tendencia tradicional hacia el proceso de enseñanza y aprendizaje de la Educación Física.

Se le preguntó a 90 profesores sobre el por qué no se estaba impartiendo esta asignatura -ya que resultaba difícil observar a mayor cantidad de maestros sirviendo la clase- por lo que tuve que solicitar a los docentes, al menos una justificación por la cual hay indisposición a desarrollar la clase de Educación Física; llegando a coincidir el 100% % en las siguientes respuestas:

- Falta de material didáctico
- Poco conocimiento de cómo impartir la clase
- Hay prioridad hacia las clases de Matemáticas, Español, Ciencias Naturales y Ciencias Sociales, por la saturación de contenidos de éstas.
- Espacio físico insuficiente
- No hay conciencia por parte de los docentes sobre la importancia de la clase.
- Falta de capacitación y actualización sobre la Educación Física
- No existe supervisión de parte de las autoridades para el desarrollo de la clase.
- Los directores no permiten clases dinámicas con mucho "ruido"
- Carencia de fuentes bibliográficas para consulta sobre la clase
- Limitación en los horarios de clase

- Grados sobrecargados de alumnos

Bajo las condiciones anteriores, resulta urgente capacitar adecuadamente a los docentes de los CEB de San Pedro Sula a través de talleres de Educación Física y deporte escolar, así como la concientizaciòn de nuestras autoridades educativas sobre la importancia que los estudiantes tengan por derecho constitucional, la oportunidad de recibir una formación integral para que puedan aspirar a una mejor educación y por ende, a una mejor calidad de vida. Por esto deberá discutirse y analizar la necesidad del profesor especialista en Educación Física para laborar en los CEB.

A nivel de estructura curricular de la propuesta del CNB (ver anexo número 5), se puede apreciar a través de su diseño, la aplicación de tecnología para que niños y niñas puedan desarrollar el pensamiento científico, tecnológico y humanista y, llevarlos a la transformación de su entorno natural y social en beneficio individual y colectivo; también buscan promover actitudes hacia el cambio y las innovaciones, así como para los avances científicos y tecnológicos, artísticos etc.... es decir, los que convivimos en este contexto hondureño nos daremos cuenta que en la práctica, dista mucho que los Centros de Educación Básica puedan cumplir con todos los objetivos planteados, este tipo de propuesta está diseñado para instituciones con suficientes recursos económicos que puedan incorporar todas las herramientas pedagógicas para el logro de los fines y objetivos propuestos en el proyecto del Currículo Nacional Básico.

# CONLUSIONES Y RECOMENDACIONES

## Conclusiones:

### a) Aspecto metodológico

- Se visitaron 27 Centros de Educación Básica de los 31 que hay en San Pedro Sula, se observaron las instalaciones físicas y el material de apoyo utilizados en el proceso de la enseñanza y el aprendizaje de la Educación Física.
- Se aplicó un cuestionario a 234 docentes de 27 Centros de Educación Básica de SPS, no visité todos los CEB por cuestiones de seguridad, sin embargo visité el 87% de los mismos, la Dirección de cada centro me otorgó el permiso para realizar el cuestionario y la guía de observación de clases como también conocer las instalaciones físicas de la institución.
- Se elaboró una guía de observación de clase y se aplicó únicamente a tres docentes, ya que fue difícil encontrar a maestros sirviendo esta asignatura.
- Se realizó el análisis de datos en base a porcentajes del cuestionario aplicado.
- Se analizó la guía de observación de clases para extraer luego las conclusiones correspondientes.

### b) Aspectos sobre el Marco Teórico

- La construcción de la parte epistemológica de la investigación me sirvió para confirmar la importancia que reviste hoy en día la clase de Educación Física para el nivel escolar y la dimensión pedagógica que ésta tiene para la formación integral de las personas.
- Pude comprobar que existe una brecha enorme entre lo planteado por la UNESCO a través de la Carta Internacional de la Educación Física y las condiciones en que se desarrolla el proceso de enseñanza y aprendizaje de la Educación Física en los CEB de San Pedro Sula

- Lo preescrito en el Currículo Nacional Básico difiere mucho de lo que se lleva a cabo en la práctica en los CEB de San Pedro Sula.
- El enfoque holístico que busca darle el Currículo Nacional Básico a nuestro sistema educativo, desaparece en la práctica educativa; los saberes puramente cognitivos están sobre lo socio afectivo y psicomotor.
- De acuerdo a lo planteado por los diferentes autores citados en el marco teórico, la educación física debe ser comprendida como uno de los derechos fundamentales de todas las personas; sin embargo, a través del presente trabajo, nos hemos dado cuenta que en los CEB de San Pedro Sula existe una violación permanente a este derecho, no solo por el personal docente sino por autoridades educativas y el Estado mismo.
- Mientras la UNESCO señala la necesidad de preparar al especialista de la Educación Física, nuestro sistema educativo busca convertirla en una sub especialidad.
- De acuerdo a lo expuesto en el marco teórico y según los resultados obtenidos en la investigación, la Educación Física continúa en un estatus inferior con respecto a las demás asignaturas, no solo como clase, sino como profesión. Mientras el Estado dice buscar el mejoramiento de la calidad de vida y brindar una formación integral, en la realidad esto ha quedado solo a nivel de discurso.

### c) Aspectos de los Resultados de la Investigación

- La formación académica de los docentes que sirven la clase de Educación Física en los CEB de San Pedro Sula es muy limitada.
- Existe apatía para asistir a cursos de actualización; entre algunos de los factores que pueden limitar la motivación para este tipo de capacitación está en que la mayoría sobrepasa los 40 años de edad.
- El tiempo que le dedican los docentes a la clase de Educación Física en los CEB de San Pedro Sula no corresponde a lo establecido en el CNB (tres veces por semana)

- A pesar que 38 de los 234 entrevistados dijeron servir la clase de EF tres veces por semana, apenas pude observar a tres docentes sirviendo la misma, ya que la clase está siendo obviada dentro del proceso educativo, en resumen LOS DOCENTES NO ESTÁN SIRVIEDO LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS CEB de San Pedro Sula.
- El tipo de planificación que predomina en los CEB de acuerdo al cuestionario aplicado es anual; apenas 20 de los 234 entrevistados utilizan el plan diario; sin embargo, de los tres docentes que se atrevieron a servir la clase, ninguno mostró plan alguno. Cabe señalar, que 179 profesores de los 234 entrevistados dijeron desconocer el Programa de Educación Física para los CEB (76%); la guía de Educación Física que proporciona el INICE solo es conocida por 76 de los 234 docentes entrevistados.
- La evaluación sumativa sigue teniendo predominio sobre la evaluación formativa y solo 13 de los 234 docentes entrevistados dijeron aplicar la evaluación diagnóstica; esto nos hace concluir que la clase de Educación Física se sirve más como mero esparcimiento donde al estudiante se le asigna un porcentaje por uniforme y asistencia para su promoción de fin de año.
- Al no contar con programas, el docente prácticamente desconoce los contenidos conceptuales, actitudinales y procedimentales para desarrollar la clase de Educación Física en los CEB. No existe un enfoque holistico en nuestro sistema educativo, en la práctica se sigue observando un proceso fraccionado, en donde lo más importante sigue siendo la transmisión de conocimientos teóricos. La salud, el desarrollo armónico corporal de los escolares y el desarrollo de actitudes y valores, continúan en la zaga de la acción educativa.
- Los espacios fisicos están siendo subutilizados; existen muchos CEB que cuentan con bastante espacio fisico en San Pedro Sula, sin embargo no están acondicionados adecuadamente, por lo que el lugar para la actividad fisica se ve muy reducido.
- Las canchas deportivas no están adaptadas para el nivel escolar; los campos de fútbol y baloncesto tienen dimensiones para adultos, esto irrespeta las características

individuales de los escolares y deteriora el proceso de enseñanza de las actividades deportivas (ver fotos en anexos)

- El uso de material deportivo y de apoyo para la clase de Educación Física en los CEB es insuficiente; el Estado ha eludido completamente esta obligación. Son los docentes y alumnos los que adquieren o compran los materiales, pero lógicamente no es suficiente para la cantidad de alumnos que atienden. Sumado a esto, el docente no conoce sobre el confeccionamiento de materiales elementales para apoyo a la clase de Educación Física. Una clase de Educación Física sin materiales no es atractiva para los escolares.
- Existe un marcado énfasis en el método Mando Directo, aunque éste método tiene sus variantes, sigue predominando el mando directo tradicional, donde el maestro coloca en hileras a los estudiantes y todos realizan la actividad al unísono de acuerdo a la orden del docente; el alumno sólo escucha y ejecuta.
- De acuerdo a las clases observadas, persiste una tendencia tradicionalista en el proceso de la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física.
- El deporte en las escuelas no es utilizado como medio para el desarrollo de habilidades, sino que por el contrario, se utiliza como un fin competitivo; participan solo una minoría de estudiantes que son entrenados por personas ajenas al personal docente.

## d) Aspectos Bibliográficos

- La Carta Internacional de la Educación Física fue un material que me ayudó a argumentar con mejor criterio la importancia y dimensión pedagógica de la Educación Física para los CEB.
- Todos los autores citados reconocen la importancia de la actividad física en la escuela.
- El autor Mario López proporciona bibliografía actualizada sobre las tendencias de la Educación Física que me sirvieron para argumentar con mejor criterio la

necesidad que la Educación Física sea debidamente servida en los CEB de San Pedro Sula.

- En Honduras existe una escasa bibliografía actualizada sobre Educación Física, sin embargo, logré adquirir varios textos que me sirvieron para enriquecer la información.
- Adquirí Copia del Currículo Nacional Básico, el cual me parece, según lo preescrito, que llevado a cabo tal como está planteado, contribuiría enormemente a mejorar la calidad de la educación en los CEB; lastimosamente aún no se cuenta con las herramientas psicopedagógicas en su totalidad para llevar a cabo con eficiencia y eficacia este proceso en los CEB de San Pedro Sula. En resumen, no falla lo preescrito en el CNB sino su aplicación.

# Recomendaciones

## a) A nuestras autoridades educativas.

- El Estado debe retomar su compromiso de proporcionar las condiciones óptimas para el desarrollo de un proceso educativo de calidad dentro de los CEB de San Pedro Sula brindando los materiales en cantidad suficiente, así como la adecuación de las instalaciones físicas que garanticen una atención eficiente y eficaz para las actividades físico deportivas de los escolares.
- Los docentes que sirven la asignatura de Educación Física en los CEB deben ser especialistas en la materia y estar en capacitación constante; el Estado debe velar por el cumplimiento de esta norma.
- Las recomendaciones hechas por la UNESCO señaladas en el marco teórico para la actividad física, debería ser tomadas en cuenta para el desarrollo del proceso educativo en nuestro país.
- Poner en práctica un enfoque holístico y prospectivo en el proceso de la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física en particular y de la educación en general en los CEB de San Pedro Sula. Esto no debe ser solo parte de un discurso.

- La clase de Educación Física deberá ser servida un mínimo de cuatro horas semanales. Tal como señaló el Dr. Hans Bloss, en una conferencia brindada a docentes de Educación Física del Centro Universitario Regional de San Pedro Sula, quien expresó "deberá pensarse en una escuela móvil y no la estática que actualmente tenemos".
- Las instalaciones físicas para la práctica del deporte y la educación física, deberán estar de acuerdo a las edades de los escolares, respetando alturas, tamaños y distancias.
- La clase de Educación Física deberá ser sujeta a supervisión por parte de la Dirección Departamental y por las autoridades del mismo Centro.

**b) Para los docentes**

- Obtener la especialidad de Educación Física para trabajar en los CEB
- Servir la clase de Educación Física un mínimo de tres veces por semana.
- Planificar de acuerdo al programa del CNB y al contexto donde labora.
- Tomar en cuenta la evaluación diagnóstica, sumativa y formativa durante el proceso de la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física.
- Capacitarse sobre la enseñanza y aprendizaje tanto de la Educación Física así como en deporte escolar.
- Aplicar diferente metodología en la enseñanza y aprendizaje de la clase de Educación Física.
- Incluir dentro de la planificación de cada clase los contenidos conceptuales, actitudinales y procedimentales.
- Aprender a confeccionar materiales de apoyo para la clase de Educación Física.
- Gestionar la adquisición de suficiente material de apoyo para la clase de Educación Física.
- Utilizar el deporte escolar en los niveles I y II como medio para el desarrollo de habilidades y destrezas y no como fin competitivo.

- Velar porque las instalaciones para la actividad física sean adecuadas para el desarrollo del proceso de la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física.
- Promover dentro de los CEB ante los demás compañeros docentes, sobre la importancia de la Educación Física y la necesidad de que los escolares gocen de oportunidades de participar de la actividad física en sus diferentes campos.

# BIBLIOGRAFÍA


1. Almanaque Mundial, 1976, **Historia de los Deportes**, Pág. 8, Editorial América, SA, Panamá, Panamá

2. Boullón, 2002, **Las Actividades Turísticas y Recreacionales**, pp. 50,51, Editorial TRILLAS, México, D.F.

3. Berruezo, Pedro, 1995, **El cuerpo, el desarrollo y la psicomotricidad**, pp. 2-7, Revista de Estudios y Experiencias N° 49 Vol. 1, Madrid, España

4. Corbunei, Jaume, 1999, **Escuela y Entorno**, pp. 212-213, Vol. 1, Editorial Morata, Madrid, España

5. Cárdenas, Luis A., Rodríguez, Céspedes A., Torres, Rosa M., 2000, **El MAESTRO PROTAGONISTA DEL CAMBIO EDUCATIVO**, Pág. 18, Editorial Mugisterio, Bogotá, Colombia

6. Correa, Cecilia, 2001, **Puntualizando algunos escenarios del tercer milenio**, Pág. 11, Editorial Magisterio, Bogotá, Colombia

7. Cagigal, José M., **Aprendizaje y enseñanza de la educación física y el deporte**, Editorial Océano, Pág. 16

8. Delor, Jacques, 1996, **La educación encierra un tesoro**, Pág. 13-120, Editorial UNESCO, Quito, Ecuador

9. Delor, Jacques, 1998, **Un pasaporte para toda la vida: la educación básica**, Pág. 143, Editorial UNESCO, Quito, Ecuador

10. Díaz B, Frida, Hernández, Gerardo, 1999, Estrategias docentes para un aprendizaje significativo, Editorial Ingramex, México, D.F.

11. FIEP, 1970, **Manifiesto Mundial**, artículo 1

12. Galera, citado por Rivadeneyra, 1990, **Selección y optimización de los recursos materiales favorecedores del desarrollo de la educación física**, Pág. 1, Editorial Revista efedeportes.com

13. Getchell, Bud, 1989, **Condición física cómo mantenerse en forma**, Pág. 17, Editorial LIMUSA, México DF

14 . Lineamientos del Currículo de Educación Básica, 2003. 3.1 **Conceptualización del nivel de Educación Básica**, Tegucigalpa, Honduras

15. Lacayo, Mirna, 2003, **Tesis Preferencias Recreativas de los estudiantes del Sistema Presencial de Tegucigalpa de la Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán,** Pág. 60, Dirección de Postgrado, UPNFM, Tegucigalpa, Honduras

16. López, Mario, 2002, **Educación y enfoque prospectivo**, Pág. 2, documento en información, Tema la Educación Física en escenarios futuros.

17. López, Mario, 2002, **La Educación Física y el Deporte en escenarios futuros**, Cátedra: epistemología de la Educación Física, Pág. 2, Buenos Aires, Argentina

18. López, Mario, 2004, **Exigencia del Cambio**, Pág. 12, Curso Internacional de Especialización, Módulo 1, Buenos Aires, Argentina.

19. Lumpkin, 1986, citado por Lopategui, L. **Objetivos o dominios de la Educación Física**, Pág. 14, revista digital, www.saludmedd.com/edfisica-Cpl.html

21. Manual de Educación Física y Deportes, 2003, **Actividad Física y Salud**, Pág. 166, Editorial Océano, Barcelona, España

22. Mariño, Ruano 1986, **Introducción a la Psicología del Deporte**, Pág. 25, Editorial, Madrid, España

23. Muska, Moston; Ashworth, Sara, 2001, **LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA**, pp. 29-81-199-221 Editorial Hispano Europea, Barcelona, España

24. Pila, Augusto, 1986, **EDUCACIÓN FÍSICO DEPORTIVA enseñanza aprendizaje**, Editorial Augusto Pila Teleña, Madrid, España

25. Plan de Estudios, 2001, **Profesorado en Educación Básica en el grado de licenciatura**, Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán, Tegucigalpa, Honduras

26. Roncal, Federico, 2004, **Nuevo Paradigma Educativo y visión integral del aprendizaje**, Pág. 31, Editorial Programa de formación Lasallista, Guatemala, Guatemala

27. Rosseau, 1762, citado por Newman y Newman, **Desarrollo del niño**, Pág. 24, Editorial LIMUSA, México DF

28. Reeck, Arnold; Barbany, J.R.; Bienjarz, Irene; Carranza Marta; Fuster, Juan; Hernández, José, 1985, **La educación física en las enseñanzas medias y Teoría y Práctica**, Pág. 52, Editorial Sirven Grafic SA, Barcelona, España.

29. Sacristán, Gimeno, 1998, **El currículo: reflexión sobre la práctica**, Pág. 10, Editorial Morata, Madrid, España

30. Sotelo, Ignacio, 1999, **Educación y Democracia**, Pág. 54, Vol. 1, Editorial Morata, Madrid, España

31. Sheldon, Fordham, Leaf, Carol, 1989, **Educación Física y Deportes**, Pág. 101, Editorial LIMUSA, México D.F.

32. Shude, Franz, 1971, **El sentido de la Educación Física**, Pág. 3, Editorial Científico Médica, Alemania

33. Tofler, Alvin, 1970, **El shock del futuro**, Pág. 22 Editorial Litografía Roses, España

34. UNESCO, 1976, **Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte**, Artículo Primero "La práctica de la Educación Física y el deporte es un derecho fundamental para todos

35. Viciana, Jesús, 2001, **El proceso de la planificación educativa en Educación Física,** Pág. 2, revista digital efedeportes.com, España

36. Villas, Fabián, 2002, **Conferencia Central**, Encuentro Internacional de Tiempo Libre y Recreación, Pág.1, FUNLIBRE, Bogotá, Colombia

# ANEXOS

## ANEXO 1

## GUÍA DE OBSERVACIÓN DE CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS CEB DE SAN PEDRO SULA

1. ¿Los alumnos se ven interesados en el desarrollo de las actividades?

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

2. ¿Las actividades propuestas favorecen que el alumno relacione lo que ya sabe con el nuevo contenido (aprendizaje significativo)?

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

3. ¿Las actividades permiten a los alumnos tomar decisiones en la ejecución de las acciones más que reproducir modelos de movimiento?

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

4. ¿La diversidad del alumnado y su atención constituye un aspecto destacado dentro de la clase?

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

5. ¿El profesor favorece que los alumnos participen en la evaluación de los aprendizajes ya sea a través de la Coevaluación como de la autoevaluación?

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

6. ¿Los métodos de enseñanza predominantes en la clase son.

| | |
|---|---|
| **Descubrimiento guiado, Resolución de problemas** | **5** |
| **Enseñanza Recíproca, Grupos Reducidos** | **4** |
| **Trabajos por grupos, programas individuales** | **3** |
| **Asignación por Tareas** | **2** |
| **Mando directo** | **1** |

7. ¿El profesor reconduce el proceso de la clase cuando observa o evalúa situaciones no deseadas en clase?

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

8. Los feed back que el profesor proporciona a los alumnos son:

| Siempre Aprobadores | Casi siempre Aprobadores | A veces Aprobadores | Casi nunca Aprobadores | Nunca Aprobadores |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

9. ¿La comunicación profesor-alumno permite el intercambio de ideas y se en un clima de confianza, aceptación y respeto mutuo.

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

10. El profesor propone las actividades de aprendizaje demuestra tener en cuenta el nivel de posibilidades reales de los alumnos.

A nivel perceptivo

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

A nivel de toma de decisiones

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

A nivel de ejecución

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

11. ¿Las actividades que se presentan a los alumnos son variadas y atienden una amplia gama de estímulos motores?

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

12. ¿Los objetivos se concretan a partir del valor formativo, intrínseco de la actividad conductual?

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

13. ¿Las actividades de aprendizaje se enlazan con otras áreas del currículo? (Relación interdisciplinaria)

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

14. ¿Las actividades de aprendizaje abarcaron aspectos:

Conceptuales

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

Motrices

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

Actitudinales

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

15. ¿Los medios empleados satisfacen la necesidad de ejercitación y práctica de los alumnos?

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | | 2 | 1 |

16. ¿Al evaluar, el profesor tiene en cuenta los diferentes niveles de competencia motriz y de ritmos de aprendizaje de los alumnos?

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

17. ¿Se aprecia correspondencia entre los objetivos, las actividades de aprendizaje y las actividades de evaluación desarrolladas?

| Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|---|---|---|---|---|
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 |

**EVALUACIÓN**

1. Se suman y promedian las evaluaciones de todos los items

2. A partir del promedio obtenido se evalúa la clase de:

- INTEGRAL: Promedio entre 5 y 4.5
- CON TENDENCIA INTEGRAL: Promedio entre 4.4 y 3.5
- ENTRE INTEGRAL Y TRADICIONAL: promedio entre 3.4 y 2.6
- CON TENDENCIA TRADICIONAL: promedio entre 2.5 y 1.6
- TRADICIONAL: promedio entre 1.5 y 1
-

Bibliografía: BLÁZQUEZ, D. 2001, La Educación Física. Inde Publicaciones. Barcelona

**ANEXO N° 2**

UNIVERSIDAD PEDAGÒGICA NACIONAL
FRANCISCO MORAZÀN
CUR-SPS
MAESTRÌA EN CURRICULO

Test para profesores que sirven la asignatura de Educación Física en los Centros de Educación Básica de San Pedro Sula

## Objetivos

1. Obtener información sobre la formación académica de los profesores que sirven la asignatura de Educación Física en los Centros de Educación Básica de San Pedro Sula
2. Conocer los espacios fisicos con que cuenta la institución
3. Recibir información sobre los materiales de apoyo que son utilizados para el desarrollo de la clase de Educación Física
4. Recibir información sobre el proceso metodológico para el desarrollo de la clase de Educación Física

Estimado(a) compañero(a) maestro(a), con el propósito de generar una propuesta metodológica sobre la enseñanza de la Educación Física en los Centros de Educación Básica, hemos decidido hacer una investigación sobre las condiciones en que se sirve esta asignatura en dichos centros, por lo que de antemano le brindamos las gracias por su colaboración al responder el siguiente cuestionario, no sin antes asegurarles que esta colaboración será estrictamente confidencial

Nombre del Centro donde labora _____

Sexo_____ Edad_____

Dirección del Centro donde labora_____

**4. ¿Las instalaciones son amplias o reducidas?**

☐ Amplias ☐ Reducidas

**5. ¿Los espacios físicos son adecuados para la clase de Educación Física?**

☐ Adecuados ☐ Inadecuados

**6. ¿Qué material de apoyo utiliza para el desarrollo de la clase de Educación Física?**

☐ Pelotas ☐ Aros ☐ Bastones ☐ Cuerdas ☐ Conos

☐ Bancas ☐ Grabadora otros_____

**7.¿Quién proporciona el material para las actividades físico-deportivas en la escuela?**

☐ El Estado ☐ Los docentes ☐ La Dirección ☐ La comunidad

☐ Los Estudiantes

**8. ¿Es suficiente el material de apoyo con que cuenta para el desarrollo de la clase de Educación Física?**

☐ Si ☐ No

**9. ¿Conoce el Programa de Educación Física para los Centros de Educación Básica?**

☐ Si ☐ No

**10. ¿Cuenta con alguna guía de Educación Física para el desarrollo de la clase?**

☐ Si ☐ No

**11. El tiempo semanal dedicado a la clase de Educación Física es de:**

☐ Una vez por semana ☐ Dos veces por semana ☐ Tres veces por semana

☐ Más de tres veces por semana ☐ No se imparte

**12. El tiempo de duración de la clase de Educación Física es de:**

☐ 30 Minutos ☐ 40 Minutos ☐ 45 Minutos ☐ 60 Minutos

**13. Tipo de planificación utilizada para el desarrollo de la asignatura de Educación Física**

☐ Anual ☐ Mensual ☐ Semanal ☐ Diaria

☐ Todas

**14. Métodos más utilizados para el desarrollo de la clase de Educación Física**

☐ Mando Directo ☐ Mando Pedagógico ☐ Exploración de Movimiento

☐ Resolución de problemas ☐ Descubrimiento Guiado ☐ Ayuda Mutua

☐ Por Tareas Otros_____

**15.¿ Utiliza los deportes dentro de la clase de Educación Física?**

Si No

**15. Tipo de evaluación utilizada en el desarrollo de la clase de Educación Física:**

☐ Diagnóstica ☐ Sumativa ☐ Formativa ☐ Todas

**17. Exponga al menos cinco motivos por lo cual piensa usted que la clase de Educación Física no se sirve en los CEB de San Pedro Sula**

A continuación se le presentan una serie de preguntas; por favor, marque con una "X" dentro del espacio situado a la izquierda de la palabra (s) que corresponda a la respuesta correcta.

**1. Título académico que posee**

- ☐ Maestro de Educación Primaria
- ☐ Ciencias Naturales
- ☐ Ciencias Sociales
- ☐ Ciencias Matemáticas
- ☐ Letras inglés
- ☐ Educación Especial
- ☐ Letras Español
- ☐ Educación Física
- ☐ Técnica Industrial
- ☐ Hostelería y Turismo
- ☐ Preescolar
- ☐ Arte

Otros especifique_____

**Si aún no se ha graduado, ¿en qué especialidad está matriculado en la universidad?**

_____

**2. Ha recibido cursos de capacitación en los últimos tres años sobre:**

- ☐ Volibol
- ☐ Fútbol
- ☐ Baloncesto
- ☐ Atletismo
- ☐ Natación
- ☐ Recreación
- ☐ Planificación
- ☐ Educación Física
- ☐ Balonmano
- ☐ Ninguno

Otros_____

**3. El Centro donde usted labora cuenta con las siguientes instalaciones:**

- ☐ Cancha de fútbol
- ☐ Cancha de Baloncesto
- ☐ Patio de Juegos
- ☐ Todas
- ☐ Patio de Recreo
- ☐ Vestidores
- ☐ Cancha de Volibol
- ☐ Ninguna

**ANEXO N° 3**

# CENTROS DE EDUCACIÓN BÁSICA DE SAN PEDRO SULA

Foto N° 1

Foto N° 2

Foto N° 3 **CEB "REPÚBLICA DE CUBA"** foto N° 4

**COMENTARIOS**

Si bien es cierto éste CEB cuenta con espacio para la actividad física, necesita que sea acondicionado para que la clase de Educación Física sea servida en mejores condiciones. En la foto N° 1 se puede observar una cancha de baloncesto que también sirve para la realización de actos culturales. La cancha no posee las medidas reglamentarias (26x14 mts) pero al menos está bajo techo. En la foto N° 2 aparece el patio de juegos, pero también tiene necesidad de acondicionamiento, lucen sucios y son muy pocos para la cantidad de alumnos en la escuela. En las fotos N° 3 y 4 se puede ver un espacio para patio de recreo, sin embargo, por la inseguridad en el barrio, algunos maestros lo utilizan para aparcar sus autos. Este CEB no posee cancha de fútbol.

## ANEXO N°

Foto N° 5

Foto N° 6

## CEB "PEDRO NUFIO"

Foto N° 7

Este CEB casi no cuenta con espacio suficiente y adecuado para el desarrollo eficiente y eficaz de las actividades fisicas y deportivas.

No cuenta con ninguna cancha, tampoco tiene patio de juegos, lo que existe el patio de recreo, que se convierte en un patio multiusos.

Casos como estos hay varios, esto es una prueba de que el Estado no vela por la implementación de instalaciones para la práctica física y deportiva de los escolares.

Foto N° 8

Foto N° 9

**CEB "REPÚBLICA DE HONDURAS"**

Foto N° 10

Foto N° 11

Foto N° 12

Este CEB "República de Honduras" al igual que el CEB "Primero de Febrero" poseen bastante espacio físico para poder desarrollar la clase de Educación Física y actividades deportivas; pero se puede observar a simple vista que urge sean acondicionados. En las fotos N° 10 y 11 se encuentran unos niños jugando baloncesto, pero se pudo constatar que los aros están colocados a una altura superior a los 3 metros, cuando lo que se necesita es que los aros estén colocados a una altura de 2.60 metros como máximo, esto para no interferir con el buen desarrollo del movimiento correcto para la ejecución del tiro a la canasta.

Foto N° 13

Foto N° 14

**CEB "ESTEBAN MENDOZA"**

Foto N° 15

Foto N° 16

**COMENTARIO**

La cancha de baloncesto solo tiene un aro, y el único que tiene está colocado a una altura que no es adecuada a la edad escolar, es decir, debería tener una altura máxima de 2.60 de acuerdo al reglamento del mini baloncesto, pero, tal como se observa en la foto N° 14, este aro está colocado 3.05m del suelo Este CEB cuenta con una cancha de fútbol con un buen engramillado, pero con medidas para adulto; no hay medidas estándar para niños, lo que los pedagogos recomiendan es reducir tamaños y distancia de acuerdo a la edad de los niños y niñas, es decir que no realicen un sobre esfuerzo durante la actividad física .Puede dividirse en 4 partes y así formar mini canchas para fútbol siete o fútbol cinco. No hay patio de juegos y el patio de recreo necesita ser acondicionado, tal como se observa en la foto N° 16

Foto N° 17

Foto N° 18

**CEB "15 DE SEPTIEMBRE"**

Foto N° 19

Foto N° 20

## COMENTARIO

Este CEB cuenta con un patio para recreo, tal como se observa en la foto N° 18; cuenta con una cancha de baloncesto con solamente un aro (Foto N° 20); no tienen cancha de fútbol. En la foto N° 21 se puede constatar que el único aro de la cancha de baloncesto está situado a una altura mayor de los 2.60 metros.

Foto N° 21

Foto N° 22

Foto N° 23

Foto N° 24

**CEB "Teniente Edgardo Alaniz"**

Foto N° 25

COMENTARIO

Este CEB es el que mayor espacio físico cuenta a nivel de San Pedro Sula, sin embargo, las instalaciones para la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física y los deportes se encuentran un estado lamentable, tal como se observa en las fotos N° 23 y 25; en la foto N° 24 encontramos a un grupo de niñas jugando la cuerda durante el recreo; las niñas se organizan ellas solas como una forma de suplir el poco tiempo que se les atiende en la clase de Educación Física. En la foto N° 26 y 27 nos muestran el estado calamitoso de los aros de la cancha de baloncesto.

Foto N° 26

Foto N° 27

Foto N° 28

Foto N° 29

## CEB "Froylán Turcios"

Foto N° 30

## COMENTARIOS

Este CEB posee una cancha de baloncesto muy pequeña y con un solo Tablero; y en la foto N° 30 se puede observar las condiciones lamentables en que se encuentra la cancha de fútbol; este CEB posee también espacio suficiente para poder acondicionar un campo de juegos y otro para recreo, pero tal como sucede con los demás CEB, el Estado ha hecho caso omiso en la adecuación de las instalaciones para la Educación Física y las actividades deportivas. En estas condiciones es difícil hablar de una educación integral.

ANEXO N° 4

# CARTA INTERNACIONAL DE LA EDUCACION FISICA Y EL DEPORTE

## PREAMBULO

La conferencia general de la organización de las naciones unidas para la educación, la ciencia y la cultura, reunida en Paris en su 20a. Reunión, el día 21 de noviembre de 1978.

Recordando que la carta de las Naciones Unidas proclama la fe de los pueblos en los derechos fundamentales del hombre y en la dignidad y el valor de la persona humana, y afirma su resolución de promover el progreso social y elevar su nivel de vida.

Convencida de una de las condiciones esenciales del ejercicio efectivo de los derechos humanos depende de la posibilidad brindada a todos y cada uno de desarrollar y preservar libremente sus facultades fisicas, intelectuales y morales y que en consecuencia se deberia dar y garantizar a todos la posibilidad de acceder a la educación fisica y el deporte.

Convencida de que la preservación y el desarrollo de las aptitudes fisicas, intelectuales y morales del ser humano mejoran la calidad de vida en los planos nacional e internacional. Afirmando que la educación fisica y el deporte deben reforzar su acción formativa y favorecer los valores humanos fundamentales que sirven de base al pleno desarrollo de los pueblos, subrayando, por consiguiente, que la educación fisica y el deporte han de tender a promover los acercamientos entre los pueblos y las personas, así como la emulación desinteresada, la solidaridad y la fraternidad, el respeto y la comprensión mutuos, y el reconocimiento de la integridad y la dignidad humanas.

Considerando que los paises industrializados y los paises en desarrollo asumen responsabilidades y obligaciones comunes para reducir la disparidad que subsiste entre unos y otros en lo que respecta al libre acceso de todos a la educación fisica y al deporte

Teniendo en cuenta asi mismo la magnitud de los esfuerzos que se habrán de realizar para que el derecho a la educación y al deporte se plasme en realidad para todos los seres humanos ,subrayando la importancia, para la paz y la amistad entre los pueblos de la cooperación entre las organizaciones internacionales gubernamentales y no gubernamentales competentes, responsables de la educación fisica y el deporte. Proclama la siguiente carta internacional, a fin de poner el desarrollo de la educación fisica y el deporte al servicio del progreso humano, favorecer su desarrollo y exhortar a los gobiernos, las organizaciones no gubernamentales competentes, los educadores, las familias y los propios individuos a inspirarse en ella, difundirla y ponerla en practica.

Articulo Primero. La practica de la educación fisica y el deporte es un derecho fundamental para todos.

1.1 Todo ser humano tiene el derecho fundamental de acceder a la educación fisica y al deporte , que son indispensables para el pleno desarrollo de su personalidad.

El derecho a desarrollar las facultades físicas, intelectuales y morales por medio de la educación física y el deporte deberá garantizarse tanto dentro del marco del sistema educativo como en el de los demás aspectos de la vida social.

1.2 Cada cual, de conformidad con la tradición deportiva de su país, debe de gozar de todas las oportunidades de practicar la educación física y el deporte, de mejorar su condición física y de alcanzar el nivel de realización deportiva correspondiente a sus dones. Se han de ofrecer oportunidades especiales a los jóvenes, comprendidos los niños de edad preescolar, a las personas de edad y a los deficientes, a fin de hacer posible el desarrollo integral de su personalidad gracias a unos programas de educación física y deporte adaptado a sus necesidades.

Articulo Segundo. La educación física y el deporte constituyen un elemento esencial de la educación permanente dentro del sistema global de la educación.

2.1 La educación física y el deporte, dimensiones esenciales de la educación y la cultura, deben desarrollar las aptitudes, la voluntad y el dominio de si mismo, de cada ser humano y favorecer su plena integración en la sociedad. Se ha de asegurar la continuidad de la actividad física y la practica deportiva durante toda la vida, por medio de una educación global, permanente y democratizada.

2.2 En el plano del individuo, la educación física y el deporte contribuyen a preservar y mejorar la salud, a proporcionar una sana ocupación del tiempo libre y a resistir mejor los inconvenientes de la vida moderna. En el plano de la comunidad, enriquecen las relaciones sociales y desarrolla el espíritu deportivo, que mas allá del propio deporte, es indispensable para la vida en sociedad.

2.3 Todo sistema global de educación física debe atribuir a la educación física y al deporte el lugar y la importancia necesarios para establecer el equilibrio entre las actividades físicas y los demás elementos de la educación y reforzar vínculos.

Articulo Tercero. Los programas de educación física y deporte deben de responder a las necesidades individuales y sociales.

3.1 Los programas de educación física y deporte han de concebirse en función de las necesidades y las características personales de los participantes, así como de las condiciones institucionales, culturales, socioeconómicas y climáticas de cada país. Estos programas han de dar prioridad a las necesidades de los grupos desfavorecidos de la sociedad.

3.2 Dentro de un proceso de educación global, los programas de educación física han de contribuir, tanto por su contenido como por sus horarios, a crear hábitos y comportamientos favorables a la plena realización de la persona humana.

3.3 El deporte de competición, incluso en sus manifestaciones espectaculares debe de seguir estando, según el ideal olímpico, al servicio del deporte educativo, del que es

culminación y ejemplo, y ha de permanecer al margen de toda influencia de intereses comerciales fundados en la búsqueda de beneficios.

Articulo Cuarto. La enseñanza ,el encuadramiento y la administración fisica y el deporte deben de confiarse a un personal calificado.

4.1 Todo el personal que asume la responsabilidad profesional de la educación fisica y el deporte debe tener la competencia y la formación apropiadas. Se ha de reclutar con cuidado y en numero suficiente y el personal disfrutara de una formación previa y de un perfeccionamiento continuos, a fin de garantizar niveles de especialización adecuados.

4.2 Un personal voluntario, debidamente formado y encuadrado, puede aportar una contribución inestimable al desarrollo general del deporte y estimular la participación de la población en la practica y la organización de las actividades fisicas y deportivas.

4.3 Debería crearse las estructuras apropiadas para la formación de personal de la educación fisica y el deporte.
La situación social y jurídica de personal que se forme ha de corresponder a la función que asume.

Articulo Quinto. Para la educación fisica y el deporte son indispensables instalaciones y materiales adecuados.

5.1 Deben proveerse e instalarse el equipo y los materiales apropiados en cantidad suficiente para facilitar una participación intensiva y en toda seguridad en los programas escolares y extraescolares de Educación Física y Deporte.

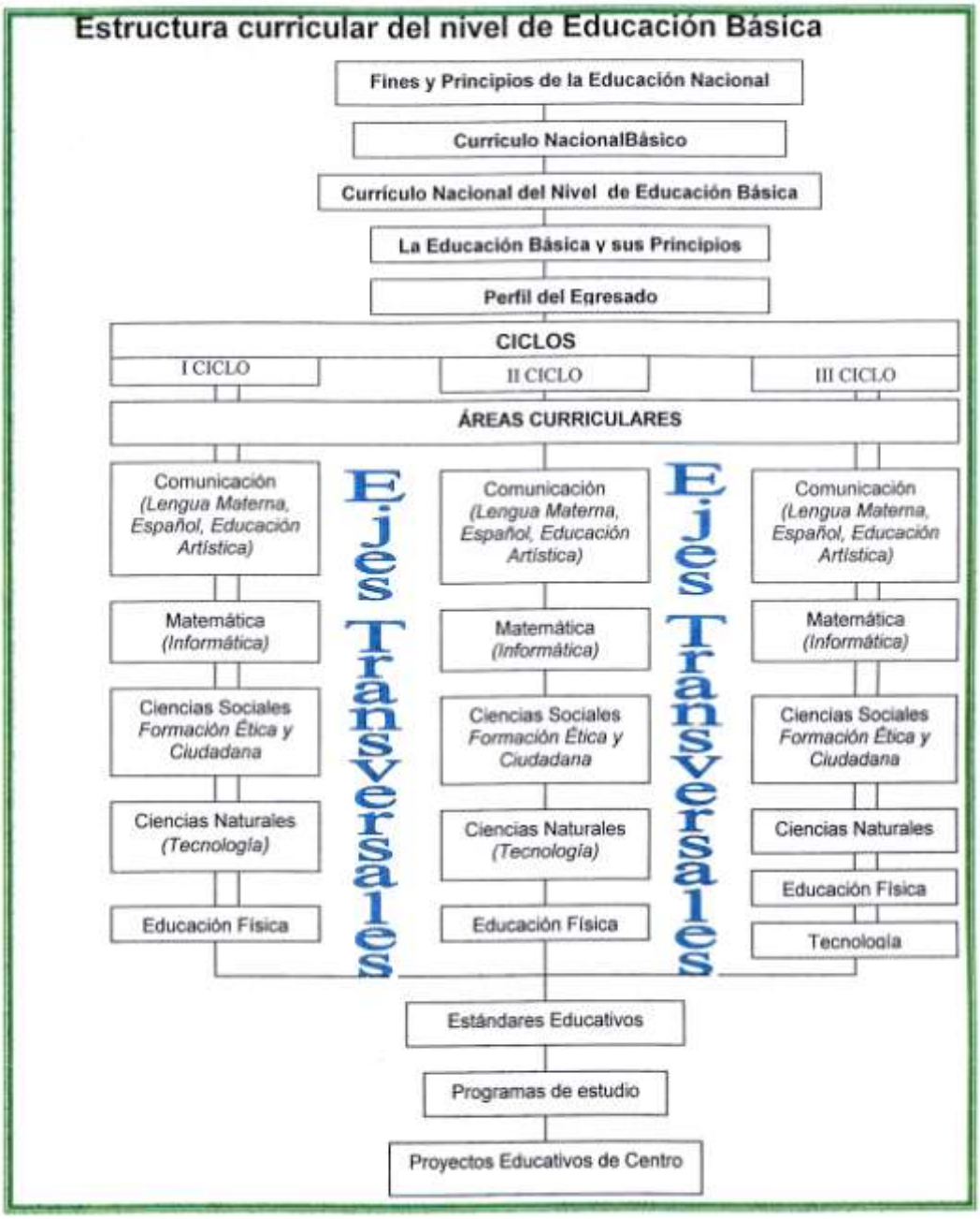
5.2 Los gobiernos, los poderes públicos, las escuelas y los organismos privados competentes deben aunar sus esfuerzos a todos los niveles y concentrarse para planificar el establecimiento y la utilización óptima de las instalaciones, el equipo y los materiales destinados a la educación fisica y el deporte.

5.3 En los planes de urbanismo, y de ordenación rural se han de incluir las necesidades a largo plazo en materia de instalaciones, equipos y material para la educación física y el deporte, teniendo en cuenta las posibilidades que ofrece el medio natural.

Artículo Sexto. La investigación y la evaluación son elementos indispensables de la educación fisica y el deporte.

6.1 La investigación y la evaluación, en materia de educación fisica y deporte, deberían favorecer el progreso del deporte en todas sus formas y contribuir a mejorar la salud y la seguridad de los participantes, asi como los métodos de entrenamiento y las técnicas de organización de gestión. De este modo, el sistema de educación se beneficiaria con innovaciones apropiadas para mejorar tanto los métodos pedagógicos como el nivel de los resultados.

ANEXO N° 5


Estructura curricular del nivel de Educación Básica
Fines y Principios de la Educación Nacional
Currículo NacionalBásico
Currículo Nacional del Nivel de Educación Básica
La Educación Básica y sus Principios
Perfil del Egresado
CICLOS
I CICLO
II CICLO
III CICLO
ÁREAS CURRICULARES
Comunicación (Lengua Materna, Español, Educación Artística)
Matemática (Informática)
Ciencias Sociales Formación Ética y Ciudadana
Ciencias Naturales (Tecnología)
Educación Física
Ejes Transversales
Comunicación (Lengua Materna, Español, Educación Artística)
Matemática (Informática)
Ciencias Sociales Formación Ética y Ciudadana
Ciencias Naturales (Tecnología)
Educación Física
Ejes Transversales
Comunicación (Lengua Materna, Español, Educación Artística)
Matemática (Informática)
Ciencias Sociales Formación Ética y Ciudadana
Ciencias Naturales
Educación Física
Tecnología
Estándares Educativos
Programas de estudio
Proyectos Educativos de Centro

## 3. Lineamientos del Currículo de Educación Básica

### 3.1 Conceptualización del nivel de Educación Básica

La Educación Básica es el período de aprendizaje que proporciona a todos los niños y niñas una educación que hace posible la adquisición de elementos básicos de la cultura; asegura la práctica consciente de los valores esenciales para una convivencia armónica en la sociedad. En este nivel, se busca desarrollar en la niñez y la juventud el sentido crítico y autocrítico, el pensamiento reflexivo, racional y lógico, así como la creatividad.

### 3.2 Finalidad del nivel de Educación Básica

Generar los aprendizajes de la expresión oral y escrita, la lectura, el cálculo y la geometría; generar la autonomía de acción en su entorno natural y social, la capacidad para asumir con responsabilidad sus deberes y derechos, prepararles para la vida activa y para acceder a la formación científica y humanista, y a la formación técnica y profesional.

### 3.3 Objetivos del nivel de Educación Básica

**3.3.1** Desarrollar las capacidades semióticas (comunicativas y lingüísticas) en el idioma materno, en español y un idioma extranjero de tal forma que le permita intercambiar y construir sus ideas, pensamientos y sentimientos de modo que se facilite las relaciones interpersonales y sociales.

**3.3.2** Propiciar el desarrollo del espíritu de cooperación, servicio, solidaridad, tolerancia, ayuda mutua, justicia, respeto, participación y responsabilidad en la vida escolar, familiar, comunitaria y en otros contextos sociales.

**3.3.3** Desarrollar la madurez emocional, la autoestima, el equilibrio psicológico y la percepción de su propia identidad para potenciar la capacidad de organizar su vida y tomar decisiones, desempeñarse e interactuar de forma adecuada con el entorno social y natural.

**3.3.4** Generar situaciones de aprendizaje que promuevan los valores éticos, cívicos, socioculturales e históricos; el respeto a los derechos

humanos, tanto en el ámbito nacional como internacional; la comprensión de situaciones interculturales.

**3.3.5** Valorar la práctica de la educación física, el arte y el deporte como medio para conservar la salud física y mental, y favorecer el desarrollo personal, la convivencia armónica y la mejora de su calidad de vida.

**3.3.6** Apreciar y utilizar los diferentes medios de representación y expresión artística, valorando la dimensión del patrimonio histórico y cultural de la nación y de otras culturas.

**3.3.7** Valorar la salud a través de la práctica de hábitos y actitudes para mejorar el bienestar propio y colectivo, y el equilibrio del ambiente.

**3.3.8** Desarrollar el pensamiento científico y tecnológico y humanista para la transformación de su entorno natural y social en beneficio individual y colectivo.

**3.3.9** Promover actitudes hacia el cambio y las innovaciones, los avances científicos, tecnológicos y artísticos, favoreciendo el desarrollo de su iniciativa y creatividad con el fin de mejorar las condiciones de vida.

**3.3.10** Desarrollar habilidades y destrezas que le permitan incoporarse eficientemente al mundo productivo en forma individual y colectiva.

### 3.4 Perfil del egresado y egresada del nivel de Educación Básica

La alumna y alumno al egresar del nivel de Educación Básica debe manifestar las siguientes conductas:

**3.4.1** Se comunica, utilizando el lenguaje verbal, simbólico y corporal en forma efectiva y apropiada.

**3.4.2** Practica y respeta los valores, los derechos y los deberes en relaciones de igualdad de género de una sociedad pluricultural.

**3.4.3** Valora su autoestima, su identidad y la seguridad en si mismo/a para construir su proyecto de vida y tomar decisiones.

**3.4.4** Practica ejercicios físicos con motivos de recreación, socialización, conservación de la salud física y mental.

**3.4.5** Hace uso de los diferentes medios de representación y expresión artística, expresando su identidad personal y social.

**3.4.6** Utiliza el tiempo libre en actividades constructivas, artísticas y deportivas, en beneficio personal y colectivo.

**3.4.7** Muestra hábitos y actitudes de prevención, promoción y conservación de su salud y del medio ambiente.

## e. Educación Física y Deportes

Alcances del área de Educación Física y Deportes.

Incorpora la práctica de destrezas, capacidades físicas y conocimientos relacionados con el desarrollo y cuidado del cuerpo, la salud, la mejora de la imagen corporal y estética, y la condición física. Además promueve la recreación y el deporte con el propósito fundamental de mejorar la calidad de vida. Es parte fundamental para que los y las alumnas conozcan y formen integralmente su cuerpo, su mente y su espíritu; para que adquieran actitudes y habilidades a través de actividades físicas racionalmente planificadas, científicamente concebidas y bien dosificadas, que gradualmente progresan en dificultad para ser aplicadas a cualquier situación de la vida. A través de ella conocemos los principios, las reglas y los medios científicos que se deben emplear para el desarrollo armónico de las facultades corporales, manteniendo el principio funcional, morfológico, psíquico y el perfecto dominio de todo el mecanismo de movimiento y por ende de la salud en general.

Objetivos del área de Educación Física y Deportes.

- Desarrollar las habilidades y destrezas motrices y físicas, favoreciendo su desarrollo óptimo según las etapas de crecimiento y madurez física y mental.

- Conocer y valorar su cuerpo a través de la realización de actividades físicas que representen un medio de expresión y una fuente de recreación para así cuidar la salud, contribuir al desarrollo integral y aprovechar de la mejor forma el tiempo libre.

- Valorar la cultura del movimiento como un medio para la recreación, el ejercicio físico, desarrollar actitudes positivas individuales y colectivas. Y adoptar hábitos de higiene, de salud y vida, como resultante del cuidado del cuerpo.

- Practicar y valorar las actividades físicas al aire libre que promuevan una actitud positiva hacia la naturaleza.