



# X CONGRESO INTERNACIONAL DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA



ISBN: 978-1-951198-81-7



## CONTEXTUALIZACIÓN INVESTIGATIVA EN LA EDUCACIÓN, CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE IX



## PRÓLOGO

El presente libro de investigación, publicado bajo el sello Editorial Redipe en coedición Redipe Evenhock. Nodo Centro Oriente. Capítulo Cuba.

Es el resultado de trabajos que derivan de procesos investigativos, seleccionados entre los participantes al X Congreso Internacional de Educación y Pedagogía CIDEP, organizado por la Red Iberoamericana de Pedagogía (REDIPE), en alianza con instituciones cubanas en el mes de Julio de 2021, con una intensidad de 32 horas.

De este modo Redipe avanza en su compromiso de generar oportunidades y capacidades para promover la apropiación, generación, aplicación, transferencia y socialización del conocimiento con el que interactúan agentes educativos de diversos países.

Julio César Arboleda, PhD

Director Redipe, [direccion@redipe.org](mailto:direccion@redipe.org)

## GENERALIDADES

**Título original:**

### CONTEXTUALIZACIÓN INVESTIGATIVA EN LA EDUCACIÓN, CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE **IX**

#### **Compiladores**

Daniela Milagros Palacio González

Mayda Gutiérrez Pairo

Ángela González Padrón

MSc. Yerenis Sarahis Tamayo Rodríguez

MSc. Osniel Echevarría Ramírez

**ISBN: 978-1-951198-81-7**

Libro de investigación

Varios Autores

Primera Edición, Octubre de 2021

SELLO Editorial: REDIPE (95857440), New York – Cali en coedición Editorial Redipe-Evenhock. Capítulo Cuba Red de Pedagogía S.A.S. NIT: 900460139-2 Editor: Julio César Arboleda Aparicio

#### **CONSEJO EDITORIAL DEL SIMPOSIO**

- EVENHOCK: Osniel Echevarría Ramírez, Coordinador de Redipe Nodo Cuba. Universidad de Las Tunas; Yerenis Sarahis Tamayo Rodríguez, Coordinadora del Macroproyecto Iberoamericano Evenhock-Redipe, coordinadora Nodo Centro Oriente de Redipe, Capítulo Cuba. Universidad de Las Tunas.
- UNIVERSIDAD DE CIENCIAS PEDAGÓGICAS "ENRIQUE JOSÉ VARONA": Dr. C. Milda Lesbia Díaz Massip, Rectora; Dr. Cs. Nancy Chacón Arteaga, Coordinadora general de Redipe Nodo Cuba; Dr. C. Damián Pérez Guillerme, UCP/Coordinador Macroproyecto Iberoamericano Sentipensante; Dr. C. Gudelia Fernández-Pérez de Alejo, Coordinadora Redipe Cuba.
- UNIVERSIDAD DE LA HABANA: Dr. C. Lidia Ester Cuba Vega, Decana FENHI; MSc. Odalys Rodríguez Perea, Directora Centro de Estudios en Gestión de Ciencias e Innovación. Instituto Superior de Tecnologías y Ciencias Aplicadas (InSTEC); Odalis Fundora Arencibia, Directora de Comunicación Institucional en la Universidad de La Habana.
- ESCUELA LATINOAMERICANA DE MEDICINA: Dr. C. Antonio López Gutiérrez, Rector de la ELAM. Dr. C. Inidia Rubio Vargas, IFAL, Directora general del Capítulo Cuba de Ridge/Redipe: Red Iberoamericana de Gestión, Dirección, Liderazgo e innovación educativa.
- UNIVERSIDAD DE MATANZAS: Dr. C. Leyda Finalé de la Cruz, Rectora Universidad de Matanzas; Bárbara Maricely Fierro Chong, Coordinadora REDIPE Capítulo Cuba. Profesora del Centro de Estudios Educativos (CENED), UM.

-UNIVERSIDAD AGRARIA DE LA HABANA: Dr. C. Mario Hernández Pérez, Coordinador Redipe  
Nodo Cuba, UNAH.

– Coordinador Redipe, Universidad de Artemisa-Asociación de Pedagogos Cubanos -  
UNIVERSIDAD DE PINAR DEL RÍO: Dr. C. Ana Isis Valdés Valdés, Investigadora  
Universidad de Pinar del Río Hermanos Montes de Oca.

## **COMITÉ CIENTÍFICO REDIPE**

Valdir Heitor Barzotto, Universidad de Sao Paulo, Brasil

Manuel Salamanca López Ph D, Universidad Complutense de Madrid, España

Agustín de La Herrán Gascón, PhD Universidad Autónoma de Madrid, España

José Manuel Touriñán, Ph D, Coordinador Red Internacional de Pedagogía Mesoaxiológica,  
Ripeme Redipe.

Carlos Arboleda A. PhD Investigador Southern Connecticut State University (USA)

Mario Germán Gil Claros, Grupo de Investigación Redipe.

Rodrigo Ruay Garcés. Coordinador Macroproyecto Investigativo Iberoamericano Evaluación  
Educativa. Chile

Julio César Arboleda, PhD Dirección General Redipe. Grupo de investigación Educación y  
Desarrollo humano, Universidad de San Buenaventura. Santiago de Cali, Valle del Cauca,  
Colombia-New York, EE UU.

[simposio@redipe.org](mailto:simposio@redipe.org), [direccion@redipe.org](mailto:direccion@redipe.org) [www.redipe.org](http://www.redipe.org) [www.facebook.com/redipe](https://www.facebook.com/redipe), [www.twitter.com/redipe](https://www.twitter.com/redipe)

## CONTENIDO

1.1 LA COMBINACIÓN DE MOVIMIENTO LANZAR- CAPTURAR EN NIÑOS/ÑAS DEL PROGRAMA EDUCA TU HIJO. Lic. Ricardo Andrés Villegas Pentón.....	8
1.2 ACTIVIDADES LÚDICAS PARA ESTIMULAR LA COMPETENCIA MOTRIZ DE LOS NIÑOS DE CINCO A SEIS AÑOS MSc. Idania Blanco Cepero. ....	15
1.3 LA PREPARACIÓN DEL PROMOTOR DEL PROGRAMA EDUCA A TU HIJO EN LA LABOR DE ATENCIÓN A LOS PREESCOLARES CON DISCAPACIDAD FÍSICO MOTORA EN VILLA CLARA MSc. Reina Lidia González Linares. ....	21
1.4 COMPORTAMIENTO DE INDICADORES PSICOMOTRICES EN INFANTES DE 5-6 AÑOS CON RETRASO PSICOMOTOR, COMO INDICIO COMPETENCIA MOTRIZ. MSc. Idania Blanco Cepero. ....	31
1.5 JUEGOS PARA MEJORAR HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN NIÑOS Y ADOLECENTES DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA. Idalmes Fariñas Ceballos.....	37
1.6 EL VAK COMO ESTILO DE APRENDIZAJE, PARA LA ENSEÑANZA DEL BASEBALL5 Lic. Yasai Torres Galindo.....	43
1.7 LA PREPARACIÓN DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA. UNA PROPUESTA DE SOLUCIÓN. Lic. Yaneisi Montalbán Pérez.....	50
1.8 LA ASESORÍA A METODÓLOGOS MUNICIPALES Y JEFES DE CÁTEDRA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Lic. Yudiel Pacheco Pérez. ....	56
1.9 LA INCLUSIÓN DE ESCOLARES HIPERTENSOS EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA Yuliet Borroto Acosta.....	63
1.10 LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA LABOR EDUCATIVA EN LOS HOGARES DE MENORES SIN AMPARO FAMILIAR Lic. Mery Hernández-Rivero. ....	69
1.11 LA PREPARACIÓN A PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD. Miriam Novoa Pérez. ....	78
EPÍGRAFE II.....	85
2.1 JUEGOS CON TAREAS DEL BALONCESTO PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES EN NIÑOS Y ADOLESCENTES Yaney Zerquera González.....	85

2.2 CONJUNTO DE JUEGOS PARA EL DESARROLLO DE LA RESISTENCIA EN ESCOLARES DE OCTAVO GRADO	
Lic. Maday Rodríguez Marañón. ....	91
2.3 LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL NIVEL MEDIO SUPERIOR EN CUBA	
Lic. Eric Bravet Díaz. ....	100
2.4 LA DEFENSA PERSONAL EN EL BALONCESTO. SU ACCIONAR COMO DEPORTE MOTIVO DE ESTUDIO EN PREUNIVERSITARIO	
Lic. Yoelvis González Portal. ....	106
2.5 LA CAPACIDAD FÍSICA FUERZA EN EL PRE UNIVERSITARIO. SU PROCESO EVALUATIVO	
Lic. Fernando Nieblas Martínez. ....	112
2.6 EL TRABAJO DE LA RESISTENCIA A LA FUERZA EN LA EDUCACIÓN FÍSICA DEL NIVEL SUPERIOR	
Carlos Javier Hernández Bombino. ....	118
2.7 EL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA. LO EXTRACURRICULAR PARA ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE COMUNICACIÓN SOCIAL	
Lic. Alberto Torres Arias. ....	124
2.8 BASES TEÓRICAS DEL AUTOCONTROL Y SU RELACIÓN CON LA CAPACIDAD RESISTENCIA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS.	
Lic. José Luis Pausa Hernández. ....	130
2.9 EL AUTOAPRENDIZAJE DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS CON DIFERENTES PATOLOGÍAS EN LA COLUMNA VERTEBRAL. ASPECTOS TEÓRICOS	
Lic. Lisandra Olivera Rojas. ....	136
2.10 LA FORMACIÓN DEL PROFESIONAL UNIVERSITARIO. ALCANCE DE LOS CONTENIDOS DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA.	
Dr. C. Mayda Gutiérrez Pairol. ....	142
2.11 EJERCICIOS PARA EL TRABAJO DE LA RESISTENCIA A LA FUERZA EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS ESTUDIANTES DE 1ER AÑO DE LA CARRERA DE INGENIERÍA HIDRÁULICA	
MSc. Oslaida Quesada Jova. ....	148
Epígrafe III. ....	153
3.1 INDICADORES FISIOLÓGICOS CARDIOVASCULARES EN ESTUDIANTES DE MEDICINA	
Lic. Eirina Pernas Cano. ....	153
3.2 LESIONES MÁS FRECUENTES EN LOS ESTOMATÓLOGOS. TRATAMIENTO MEDIANTE EJERCICIOS FÍSICOS TERAPÉUTICOS.	
MSc. Armando Gabriel Padrón Gómez. ....	160

### 3.3 LA INCLUSIÓN DE ESCOLARES CON DISCAPACIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA DESDE LA COMPETENCIA PEDAGÓGICA DEL PROFESOR

Dr. C. Daniela Milagros Palacio González.....167

### 3.4 CULTURA FÍSICA Y REHABILITACIÓN INTEGRAL EN DISCAPACITADOS FÍSICO- MOTORES

MSc. Diana Pérez Rodríguez.....173

### 3.5 ESCOLARES PRIMARIOS CON DISCAPACIDAD FÍSICO-MOTORA. ESTUDIO DE CASOS SOBRE SU CONDICIÓN FÍSICA.

Dr. C. Daniela Milagros Palacio González.....179

### 3.6 ATENCIÓN EDUCATIVA A LA DIVERSIDAD EN LOS HOGARES DE MENORES SIN AMPARO FAMILIAR

Lic. Mery Hernández-Rivero.....187

### 3.7 LA PREPARACIÓN METODOLÓGICA A PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN EL CONTEXTO DE LA AGENDA 2030

Lic. Miriam Novoa Pérez.....197

Epígrafe IV.....205

### 4.1 PROGRAMA DE RECREACIÓN FÍSICA MULTIFACTORIAL PARA LA PARTICIPACIÓN DE JÓVENES EN MANICARAGUA

Lic. Arildo Hernández Sánchez.....205

### 4.2 LA ANIMACIÓN TURÍSTICA PARA CLIENTES EXTRANJEROS EN EL HOTEL "LOS CANEYES" DE VILLA CLARA.

Lic. Iván Eras Alfonso.....214

### 4.3 LA CAZA DEPORTIVA EN VILLA CLARA. APUNTES HISTÓRICOS

Lic. Julio Gumá Amador.....218

### 4.4 ACTIVIDAD FÍSICA RECREATIVA, SU EFECTO EN LA MEJORA DE LA SALUD DE ADULTOS MAYORES HIPERTENSOS.

Dr. C. Ángela González Padrón.....224

### 4.5 LA EDUCACIÓN EN Y PARA EL TIEMPO LIBRE. UNA MIRADA FUTURISTA

Lic. Juan Pablo Machado Almanza.....231

Epígrafe V.....237

### 5.1 CONTENIDOS NECESARIOS EN LA PREPARACIÓN DEL ENTRENADOR DEL PARADEPORTE

Lic. Osma Manuel Chaviano Castro.....237

### 5.2 LA CONDICIÓN FÍSICA DE ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL PARA LA INICIACIÓN DEPORTIVA EN GIMNASIA RÍTMICA.

MSc. Gricelda Monteagudo Leal.....242

## EPÍGRAFE I

### EDUCACIÓN FÍSICA CONTEMPORÁNEA EN LA PRIMERA INFANCIA Y ENSEÑANZA PRIMARIA

#### 1.1

#### **LA COMBINACIÓN DE MOVIMIENTO LANZAR- CAPTURAR EN NIÑOS/ÑAS DEL PROGRAMA EDUCA TU HIJO.**

Lic. Ricardo Andrés Villegas Pentón.

Centro de procedencia Combinado Deportivo “Condado Sur”. [rvpenton@uclv.cu](mailto:rvpenton@uclv.cu)) <https://orcid.org/0000-0001-8640-1770>

Mayda Gutiérrez Pairol.

Universidad Central Marta Abreu de Las Villas Facultad Cultura Física. Centro de Estudio Cultura Física y Deporte. [mpairol@uclv.cu](mailto:mpairol@uclv.cu), <https://orcid.org/0000-0002-7868-8218>

Carmelo Diosdado Miranda Corrales.

Universidad Central Marta Abreu de Las Villas. Facultad Cultura Física. [camcorrales@uclv.cu](mailto:camcorrales@uclv.cu) (<https://orcid.org/0000-0003-3795-605X>)

#### **RESUMEN**

Los avances experimentados en la educación cubana a través del Programa social de atención educativa “Educa a tu Hijo” en la cual se integran los profesionales de la Cultura Física para contribuir a mejorar la motricidad a través de la integración de todas las dimensiones de educación y desarrollo, que favorecen a que los niños/ñas alcancen una formación integral de la personalidad, hoy sigue siendo un reto. El trabajo investigativo se desarrolla en el Consejo Popular Condado Sur del municipio Santa Clara. Tiene como objetivo caracterizar el estado actual de la combinación de movimiento lanzar - capturar entre las edades de 2- 4 años en niños/ñas del Programa Educa tu Hijo. Este accionar se desarrolla en la actividad conjunta con la participación de las promotoras, ejecutaras, la familia y los niños/ñas, estos últimos como fin esencial. Fueron utilizados métodos científicos investigativos tales como los de nivel teórico, del nivel empírico, y los métodos estadísticos que contribuyeron a revelar las potencialidades e insuficiencias en niños/ñas al ejecutar dicha combinación, así como comprobar la preparación que presenta la familia para reforzar tan importante combinación. Lo anterior deja abierta las brechas para introducir un resultado científico que posibilite a través de los medios de la Educación Física mejorar la combinación lanzar–capturar por constituir uno de los movimientos fundamentales y complejos que adquieren los niños/ñas en estas edades a través de las actividades del programa y el uso del tiempo libre de las familias

**Palabras clave:** Juegos de movimiento, combinaciones de movimiento, motricidad, programa educa tu hijo. niños/ñas

#### **INTRODUCCIÓN**

En los momentos actuales la educación es el medio eficaz para resolver los problemas fundamentales de los niños/ñas, siempre que existan y se crean las condiciones para lograr un

bienestar social general. La educación cubana parte de crear realidades que se generalizan en el escenario internacional por los resultados que en ella se evidencian. El modelo cubano asume la equidad, sin marginación de ningún tipo, con un nivel de calidad uniforme en el proceso de la educación y la instrucción que comienza en la primera infancia de 0 a 6 años de edad.

Para lograr estos objetivos es necesario sentar las bases desde el Programa social de atención educativa “Educa a tu Hijo” (PETH) que tributa a la primera infancia para que el niño/ña adquiera los conocimientos básicos para su posterior desarrollo, contando para ello con una atención educativa que se brinda como vía no institucional.

Este programa auspiciado por la UNICEF se lleva a cabo en el país con la finalidad de preparar a la familia para que estimulen oportunamente el desarrollo de sus hijos. Este permite fortalecer la atención de los niños/ñas teniendo en cuenta las transformaciones biológicas, psicológicas y sociales que asumen al transitar por los diferentes períodos etarios de 0 a 6 años de edad, en interacción con su contexto medio ambiental.

Es menester para alcanzar su éxito perfeccionar las vías para incorporar los conocimientos, los métodos, las formas y procedimientos de preparación de las personas responsabilizadas con esta tarea de educar e instruir a niños/ñas desde 0 a 6 años de edad a través de las diferentes dimensiones de educación y desarrollo, que conforman el programa.

El PETH para su funcionamiento tiene un grupo de agentes comunitarios educativos que lo integran los grupos coordinadores a nivel del consejo popular y a los consejos de círculos infantiles. Son pilares para este trabajo las promotoras seleccionadas para realizar las acciones de capacitación y asesoramiento a los ejecutores. Estos por su parte, son las encargadas de trabajar directamente con las familias de los niños/ñas que se integran al programa.

Las tareas implementadas en el PETH parten de un proceso instructivo – educativo que abarca las dimensiones de educación y desarrollo en correspondencia con las exigencias de las edades y sexos del grupo entre 2- 4 años, potencia también los factores de la Educación Física al tener como base los procesos propios de la dimensión motricidad entre los que se encuentran: los ejercicios físicos, el juego de movimiento y ella se relaciona con la higiene, la salud, la expresión corporal en combinación con la música, todo ello contribuye al desarrollo general de las capacidades físicas condicionales, coordinativas, y al avance de los movimientos naturales del ser humano.

El contenido fundamental que aborda la ponencia es el referido a la motricidad, por su concepción según Vega (2000,9) tomado de Watson, Herminia en Tendencias contemporáneas de la Educación Física, son las formas de adaptación al mundo exterior, por cuanto el desarrollo motor del niño-niña está determinado por múltiples y complejos factores biológicos y sociales indispensables para su evolución. Los aspectos heredados, los biológicos, contienen el potencial real de los pequeños y el medio ambiente, fundamentalmente social puede influir ya sea positiva o negativamente.

Tanto los promotores como los ejecutores deben dominar las variadas formas de trabajo que pueden ser empleadas, el diagnóstico detallado de cada niño/ña, los medios de enseñanza a emplear en correspondencia con la cantidad que tiene el grupo clase, los ejercicios y juegos a emplear, su relación con la amplitud del área de trabajo, entre otros.

La motricidad se trabaja de manera integrada con el resto de las dimensiones. En ella se complementan la motricidad fina, la cual trabaja todo lo relacionado con las acciones que

implican pequeños grupos musculares de cara, manos y pies, concretamente, a las palmas de las manos, los ojos, dedos y músculos que rodean la boca. Es la coordinación entre lo que el ojo ve y las manos tocan (óculo-manual). Según Mendoza A. (2017,1)

Por su parte, tomado de Mocha, J (2018,2) la motricidad gruesa es la capacidad y habilidad que posee el cuerpo para ejecutar diversos movimientos, una de las premisas que hay que tener presente es la creación de hábitos motrices que, en palabras de Caballero (citado en Molina, 2017), deben ser desarrollados mediante una correcta organización y planificación; las prácticas de Educación Física deben enfocarse hacia la mejora de la coordinación motriz durante la etapa del desarrollo infantil, para proporcionar a los infantes actividades estabilizadoras, lúdicas y psicomotrices.

Los estudios e investigaciones más recientes relacionados con el PETH y que corresponden a la temática que se investiga se encuentra la titulada: La capacitación profesional de las promotoras del programa Educa tu Hijo de los autores: Díaz Elizabeth; López, María Magdalena; Bermúdez, Bárbara (2015), y el titulado Actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños del programa Educa a tu Hijo de González, V; Arays Hernández y Alejandro Valero (2019).

La importancia y justificación de la investigación se centra en fortalecer la combinación de movimiento lanzar – capturar a través de aspectos teóricos- prácticos entre los que se incluyen los medios de la Educación Física. Es menester la labor de sensibilización y concientización de las gestoras y la familia en su papel a favor de potenciar en niños/ñas la motricidad.

La situación problemática se direcciona hacia las insuficiencias en los niños/ñas de 2 – 4 años relacionadas con la combinación lanzar – capturar al no vencer de manera satisfactoria los requerimiento de la edad y lo que se evalúa en el expediente del PETH.

**Problema científico:** ¿Cómo contribuir a mejorar la combinación de movimiento lanzar – capturar de niños/ñas integrados al Programa Educa tu entre 2 y 4 años de edad?

Se determinó como **objeto de estudio:** la combinación de movimiento de formas básicas.

El **campo de acción:** los ejercicios y juegos para la combinación de movimiento lanzar – capturar en niños/ñas de 2 a 4 años de edad.

**Objetivo general:**

Proponer un sistema de acciones que contribuya a mejorar la combinación de movimiento lanzar – capturar en niños/ñas de 2 a 4 años del PETH a través de acciones teóricas, ejercicios y juegos.

## **DESARROLLO**

Desde la teoría es importante asumir conceptos fundamentales, argumentos, reflexiones, que tributan al trabajo del PETH en ellos se asume el posicionamiento de los siguientes:

La comunidad, (...) agrupación de personas que se perciben como una unidad social, donde se evidencia una estructura organizativa, se comparte un territorio, intereses y necesidades afines, interactuando entre si y promoviendo acciones a favor del crecimiento personal y colectivo, donde se manifiestan sentimientos de pertenencia como expresión de su identidad comunitaria. Fernández (2008, 7).

Por su parte, relacionado con la familia existe un acercamiento al libro Nociones de Sociología, psicología y pedagogía de González, A y Reinoso, C. (2002, 34) y del se trabaja con el concepto de las autoras que expresa: la familia como célula social básica, como grupo primario, ofrece al educando las primeras relaciones afectivas y modelos de comportamiento positivos y negativos, razón está que exige la intervención de las instituciones educativas, en particular, la escuela con métodos, técnicas e instrumentos que viabilicen la acción educativa – formadora del sistema familiar. (2002, 33)

Una institución que prestigia junto con la escuela en la comunidad es el Combinado Deportivo, constituye un factor importante en la comunidad, ya que tiene entre sus tantos objetivo, la atención a todas las instituciones, organizaciones e individuos que conforman la comunidad mediante actividades físicas, deportivas y recreativas con el propósito del mejoramiento de la salud y calidad de vida de los integrantes de esta, y en el cual se apoyan los especialistas de la cultura física, el deporte y la recreación para el desarrollo de su trabajo con las familias de la comunidad. Aquí, se encuentra uno de los miembros permanentes del PETH, pues se encarga desde sus tareas trabajar con las familias y los niños/ñas a mejorar y potencial de manera interdisciplinaria la motricidad en sus diferentes variantes.

### **Metodología y métodos.**

Conformado por etapas la tesis se encamina hacia:

Después de la compilación, generalización y concreción de las potencialidades e insuficiencias del estudio y sus aspectos colaterales que inciden de manera directa e indirecta en la investigación, la etapa siguiente fue la elaboración del sistema de acciones con la inclusión de contenidos teóricos, ejercicios y juegos, culminando la investigación con la valoración del sistema de acciones a través de los especialistas.

#### Método investigativos.

De los métodos del nivel teórico y empírico que se utilizan en el trabajo investigativo se ha seleccionado la observación. Del artículo científico titulado “El estudio de la Motricidad infantil” de la autora González Rodríguez C, (2003) se asume el análisis realizado sobre las baterías de Ozerestki relacionadas con la motricidad infantil (1956) y otros autores. En ellas se reúnen aspectos de interés para el estudio de esta investigación como:

- La coordinación gruesa como fina
- Las habilidades y combinaciones de estas.
- Los patrones básicos fundamentales o habilidades motrices básicas.
- La coordinación corporal.

Todos apuntan hacia los movimientos naturales del ser humano como: caminar, correr, saltar, escalar, trepar, reptar, así como todas las alternativas de lanzar, conducir, rodar, entre otras.

De todos los test o pruebas analizadas anteriormente los autores de esta investigación escogieron el sistema instrumental para la medición de la motricidad de los niños/ñas de 1 a 6 años (SIMEM - C.G.) y que ha sido aplicado en Cuba en varias investigaciones para diagnóstico poblacional.

La metodología utilizada para su puesta en práctica es explicada a continuación.

Los indicadores que componen la batería se observan en correspondencia con la edad, atendiendo a los objetivos a vencer por cada grupo plasmado en el PETH.

Los niños/ñas de la muestra son 15. Comprendidos entre las edades de 2 – 4 años. De ambos sexos. De ellos son niñas 4 y niños 11.

1. Se elabora un protocolo de observación.
2. En ese protocolo se anota de manera individual la ejecución de la acción. Se anotará la cantidad de niños que responden a cada alternativa de ejecución.
3. Las observaciones se realizan individualmente pero dentro del grupo de edad que corresponda.
4. Con posterioridad se valoran las acciones de forma grupal.

La muestra se divide en tres grupos de cinco cada uno y con la presencia de la familia. Su intervención estará en función de los niveles de ayuda que necesite el niño/ña.

- El primer grupo, conformado por 6 niños/ñas realiza lanzar pelota hacia arriba y captura.
- El segundo grupo, compuesto por cuatro niños/ñas realiza lanzar pelota hacia el frente y captura por debajo.
- El tercer grupo, constituido por cinco niños/ñas lanza pelota con dos manos al frente y coloca objeto a distancia para atrapar.

Desde el punto de vista grupal se instrumentan los ejercicios y juegos que se incorporan en la actividad conjunta, el registro se desarrolla por edades. Se alcanza diagnosticar el desarrollo que tienen en la combinación lanzar – atrapar sin ejercicios estándares y con variedad de juegos.

### **Resultados del diagnóstico.**

- Lanzar pelota hacia arriba y captura.

Los niños/ñas tienden a lanzar la pelota con una sola mano, presentan dificultades con la diferenciación, a otros la pelota cuando la lanzan le pica al lado, al frente, síntoma que les falta orientación y coordinación para capturar la pelota, también les rebota en las manos.

Es un movimiento complicado, al mirar hacia arriba para tratar de capturar la pelota pierden el equilibrio, dan traspiés, otros se caen y necesitan algunos niveles de ayuda de la familia para alcanzar los objetivos.

- Lanzar pelota hacia el frente y captura por debajo.

En este ejercicio los niños/ñas todavía no lanzan de manera correcta la pelota al frente, en oportunidades se les va de las manos y la pelota sale en picada. Algunas repeticiones el lanzamiento les sale de manera rodada porque todavía no coordinan bien el agarre y la coordinación del cuerpo.

La captura es un movimiento muy difícil, no son capaces de colocar bien el cuerpo (ubicación, dirección de pies y manos) falla la coordinación, manipulación y agarre de la pelota. Las mismas les rebotan en las manos o se les escapa por debajo de las piernas.

- Lanza pelota con dos manos al frente y coloca objeto a distancia para atrapar.

Este ejercicio es desarrollado por la mayoría de manera satisfactoria, lo imitan muy bien, pero el resto de las repeticiones la lanzan con dos manos lo mismo por encima de la cabeza, de abajo hacia adelante y uno de manera lateral. De la muestra solo uno realizo siempre el ejercicio con las dos manos al frente.

La colocación para la captura todavía presenta dificultades, visto en la orientación y coordinación. Al colocar los objetos su agarre es adecuado con respecto a aquellos que tienen figuras deformes y logran cubrir sus manos con un agarre superior e inferior, no así los que presentan superficies planas y lisas.

### **Análisis y propuesta de solución.**

Los movimientos de lanzar y atrapar de manera aislada son simples, pero se complejizan en cuanto logras combinarlo.

1. Son necesarios para los niños/ñas de 2 – 4 años de edad porque contribuyen a lograr una adecuada coordinación entre la vista y las extremidades tanto superiores como inferiores
2. Ayudan a mejorar la percepción de la distancia, así como la rapidez de su reflejo.
3. Es necesaria para tomar conciencia de su cuerpo, al vencer variantes de ejercicios individuales, en pareja, grupo y equipo.
4. Muy buenos para mejorar la lateralidad.

La combinación de lanzar – atrapar puede ser realizada por diferentes medios, distancia, altura, en las instituciones docentes y en la propia casa, elevando el nivel de creatividad de la familia para que alcance paulatinamente tan difícil combinación al arribar a la edad de cinco años.

Selección de ejercicios y juegos por parte de las promotoras, ejecutoras y familia para mejorar la combinación de lanzar – capturar en niños/ñas de 2 – 4 años del PETH.

Trabajar la motricidad fina, gruesa y los juegos de movimiento, estos últimos deben ser dinámicos, variables y brindar múltiples posibilidades de movimiento para satisfacer la gran movilidad de estas edades en estudio. Los juegos pueden ser adaptados al contexto familiar y comunitario.

### **CONCLUSIONES**

La caracterización del estado actual de la combinación de movimiento lanzar – capturar en edades de 2 – 4 años perteneciente al PETH en el municipio Santa Clara, demuestra niveles desiguales de ejecución no solo entre las edades 2-3 y 3-4 años sino también entre niños y niñas.

Las mayores insuficiencias en el lanzar se centran en el agarre correcto de la pelota, cuando esta rebasa los límites de los dedos de la mano, respecto a la captura lo más significativo resulta, el miedo por parte de las niñas y luego la no retención o parpadeo de la pelota en o entre las manos.

Este estudio permite identificar los ejercicios y juegos seleccionados que se deben integrarse al sistema de acciones. Se tiene en cuenta los resultados del diagnóstico y los objetivos a cumplimentar por año de vida.

## **BIBLIOGRAFÍA.**

- Agrelo Estrada, O. (2017) Selección de temas de Educación Física Preescolar. Editorial Pueblo y Educación.
- Díaz Elizabeth; López, María Magdalena; Bermúdez, Bárbara (2015) La capacitación profesional de las promotoras del programa educa tu hijo. Universidad y Sociedad [online]. 2015, vol.7, n.3, pp.100-107. ISSN 2218-3620.
- Educación Preescolar. Programa segundo ciclo. Segundo y tercer año de vida. (2017) Editorial Pueblo y Educación.
- Educación Preescolar. Programa tercer ciclo. Primera Parte. Cuarto y quinto año de vida. (2017). Editorial Pueblo y Educación.
- Fernández Díaz, A. (2008) Algunas consideraciones sobre el cómo en la interrelación de los centros docentes y la comunidad. Editorial Pueblo y Educación.
- González, A y Reinoso, C. (2002) Nociones de Sociología, psicología y pedagogía. Editorial Pueblo y educación.
- González Rodríguez C, (2003) "El estudio de la Motricidad infantil". Revista Digital - Buenos Aires - Año 9 - N° 62 <http://www.efdeportes.com/>
- Roa González, Silvia Victoria, Arays Hernández Garay, Alejandro Valero Inerarity. Fecha de publicación. 2019/12 Revista Conrado Volumen 15 Número 69 Páginas 386-393
- Valdés Cabot, M de la C.(2017) Orientaciones metodológicas. Segundo año de vida. Educación de la Primera Infancia. Provisional. Editorial Pueblo y Educación.
- Watson Brown. H. (S/A) Tendencias Contemporáneas de Educación Física. Departamento: Educación Física. UCCFD "Manuel Fajardo"

## **ACTIVIDADES LÚDICAS PARA ESTIMULAR LA COMPETENCIA MOTRIZ DE LOS NIÑOS DE CINCO A SEIS AÑOS**

MSc. Idania Blanco Cepero.

Profesora Auxiliar Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Facultad de Cultura Física.  
Email: iblanco@uclv.cu. ORCID: 0000-0002-5894-6291

Dr. C. Daniela Milagros Palacio González.

Profesora Titular. Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Facultad de Cultura Física.  
Email: dpalacio@uclv.cu ORCID: 0000-0002-3708-2578

Lic. Juan Antonio Palacio González.

Prof. Cultura Física. INDER. VC. Email: jpalacio@nauta.cu ORCID:

### **RESUMEN**

El desarrollo de la competencia motriz en los niños entre los cinco y seis años comienza a gestarse desde edades anteriores. La falta de coordinación al ejecutar acciones motrices presentadas en algunos niños de la infancia preescolar provoca la desmotivación hacia las actividades físicas y en consecuencia a la adquisición de competencias motrices necesarias para el próximo nivel escolar. Las actividades lúdicas que recurrentemente se aplican con estos niños no son suficientes para llevarlos a trascender a un nuevo estadio de desarrollo motor, que puede mejorar su desenvolvimiento y solucionar problemas en la vida cotidiana. La presente investigación tiene como objetivo: Diseñar actividades lúdicas para contribuir a estimular la competencia motriz de los niños preescolares en estudio. Se utilizaron los métodos y/o técnicas, los cuales posibilitaron arribar a conclusiones que de ser llevadas a cabo pueden ser de gran utilidad para el desarrollo integral del niño en la citada etapa.

**Palabras clave:** actividades lúdicas, competencia motriz, infancia preescolar.

### **INTRODUCCIÓN**

A pesar de la importancia que tiene la motricidad en la vida de las personas, la realidad escolar no propicia reflexiones sobre las funciones que cumple la motricidad en la vida del niño a la vez que se desconoce en la generalidad de los casos cómo lograr su competencia motriz desde lo que ya saben hacer, y en qué dirección deben proyectarse los apoyos para una mayor aprehensión de la motricidad propia que le permita adecuarse a las exigencias del siguiente nivel educativo y de la vida.

Esta situación en ocasiones se ha exhibido en el proceso educativo, las insuficiencias en las orientaciones de las actividades prácticas que se proyectan, hacen que la motricidad natural se asuma desde una perspectiva normativa fundamentalmente, sin que los profesores se preocupen de los procesos que se libran a partir del desarrollo de la motricidad. Como derivación de este problema, las relaciones de enseñanza aprendizaje en el preescolar, lejos de ampliar las posibilidades motrices de los niños a través de acciones fundamentadas en el conocimiento

científico de la competencia motriz de estos, se orientan hacia la transmisión de información por parte de los profesores y la reproducción de las mismas por parte de los infantes.

En este sentido para el desarrollo motor de la etapa que se estudia se mantiene que lo que define la competencia motriz son las habilidades motrices básicas, fundamentos estos para la posterior adquisición de las capacidades específicas o complejas, como las deportivas, contenido a desarrollar en el siguiente nivel escolar., sin embargo en la realidad se observan niños de la infancia preescolar que presentan torpeza motora, manifiesta por una clara falta de coordinación que les lleva a chocarse con los objetos; tienen dificultades al atrapar; en la carrera, los saltos, los lanzamientos son imprecisos y poco fluidos y su carencia la muestran tanto en estas habilidades que implican una motricidad gruesa como las que implican una motricidad fina (a menudo su escritura es pobre y presentan dificultades en la manipulación de piezas, juegos de construcción, maquetas).

La competencia motriz ha sido abordada por autores como Ruiz (2004); García Pérez. A. (2011); Ruiz y Graupera (2003); Méndez-Pérez (2012); González (2015); Urrutia; Otaegi y Arruza (2018). Estos autores coinciden en que la competencia se logra a partir de conocimientos, procedimientos e interacción con los demás. En definitiva, saber en qué consiste el desarrollo de la competencia motriz requiere indagar en el proceso de cambio que supone llegar a ser competente en la adquisición y dominio de habilidades motrices que nuestra sociedad reconoce como apropiadas para cada edad, y cuyo nivel de desarrollo va a influir en la realización de tareas en el contexto familiar, recreativo/social y académico. Aspecto que se exige en el nuevo currículo en perfeccionamiento del preescolar cubano.

En el ámbito de la Educación Física, específicamente (Ruiz, 1996); define como competencia motriz, el conjunto de conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos que intervienen en las múltiples interacciones que realiza un sujeto en su medio y con los demás. Este hecho destaca cómo la Educación Física se adelantó más de una década al resto de los ámbitos educativos, definición que se asume en la investigación.

Lo anteriormente expuesto corrobora las deficiencias presentadas en los niños del grado preescolar de la escuela Rubén Carrillo del municipio Santa Clara, provincia Villa Clara, donde más del 90% proceden de influencias educativas en condiciones del hogar, bien positivas o negativas, también del programa Educa a tu hijo, que tiene por objetivo la preparación de la familia para el desarrollo integral de sus hijos, ambos con lagunas en la dimensión motricidad, por lo que se debe trabajar en consecuencia a la estimulación de su competencia de manera que les permita la resolución de problemas motrices en diversos contextos, lo que genera la siguiente situación problemática: Necesidad de contribuir a estimular la competencia motriz de los niños de cinco a seis (5 a 6) años de la escuela Rubén Carrillo del municipio Santa Clara.

En este sentido el problema científico de la investigación se centra en ¿Cómo contribuir a estimular la competencia motriz de los niños de cinco a seis años de la escuela Rubén Carrillo?

En correspondencia con el problema planteado se formula el siguiente objetivo general: Diseñar actividades lúdicas para contribuir a estimular la competencia motriz de los niños de cinco a seis años de la escuela Rubén Carrillo. Los objetivos específicos son: Diagnosticar la competencia motriz de los niños de cinco a seis años de la escuela Rubén Carrillo. Elaborar actividades lúdicas para contribuir a estimular la competencia motriz de los niños de cinco a seis años de la escuela Rubén Carrillo. Valorar las actividades lúdicas propuestas mediante su implementación y

el criterio de usuarios. Se utiliza una población de 20 niños de la infancia preescolar (cinco a seis años), compuesta por 12 hembras y 8 varones, de la escuela primaria Rubén Carrillo. También participa una población compuesta por una maestra del grado preescolar y una auxiliar. Engloban la participación, 20 familias de los niños integrantes del grupo investigado, la directora del centro y la metodóloga municipal de la primera infancia de (Santa Clara).

## **DESARROLLO**

En el desarrollo de la investigación se involucró un conjunto de métodos que permitió cumplir el objetivo trazado y dar respuesta al problema científico, asumiendo como base metodológica más general de la investigación científica el dialéctico-materialista que permitió realizar análisis, determinar puntos de vista. Se utilizaron, además, métodos del nivel teórico, empírico y estadístico- matemático, la distribución empírica de frecuencia.

**Análisis de los resultados en el diagnóstico inicial.** Al contrastar la información aportada por diferentes métodos el análisis de documentos, la observación y la encuesta a la maestra y la auxiliar, el punto de convergencia se centra en:

- La literatura por donde se orientan las maestras no aparecen acciones en la dimensión motricidad donde se pretendan el tipo de intervención que el profesor desencadene en la actuación motriz de los niños y comprobar si constituyen vías adecuadas para que puedan desempeñarse desde perspectivas diversas.
- Limitado conocimiento y preparación de la maestra y la auxiliar respecto a las vías para lograr la integración de la motricidad gruesa y fina para contribuir a estimular la competencia motriz de los niños de cinco a seis años.
- Predominio de la directividad de la maestra en el proceso educativo.
- Preferencias de los niños por las actividades de dibujos, recortes, rasgados, juegos audiovisuales, televisor, Tablet, juegos en las computadoras. (motricidad fina).
- Limitadas respuestas motrices de los niños ante situaciones diversas.

Para el diseño de las actividades lúdicas se utilizaron las técnicas participativas, tormenta de ideas y la reducción de listado. Las actividades lúdicas que se proponen para contribuir a estimular la competencia motriz se pretende que los niños lo realicen en las diferentes formas organizativas del programa Educación Preescolar, en sus jornadas diarias. Las actividades deben permitir que los niños movilicen su pensamiento desde lo que saben hacer, para ser utilizado en diferentes situaciones de su entorno.

Se realizarán dos talleres de trabajo y seis actividades lúdicas para la integración de conocimientos teóricos prácticos, con una duración de dos horas quincenales los talleres y 30 minutos las actividades lúdicas, donde participarán la maestra, la auxiliar, un familiar del niño, también notificarán los niños de cinco a seis años, de la escuela representada. Las actividades lúdicas pueden incrementarse según el interés de los participantes en agregar alguna otra que esté en relación con el tema y siempre con el propósito de integrar, sistematizar y consolidar conocimientos. Se concibieron vinculadas entre sí, de manera tal que el facilitador deba prepararse (condiciones previas) para la siguiente actividad. Se realizarán en el local de la escuela "Rubén Carrillo". La maestra que impartirá las actividades lúdicas recibirá una preparación previa según el tema que corresponda.

Seguidamente se explica el contenido de la misma. El tema, que se abordará en las actividades lúdicas propuestas, los objetivos de cada una de las actividades se determinan en correspondencia con el tema a que se refiere, el contenido, se determina para cada actividad y están en correspondencia con los objetivos que se persiguen en función de lograr contribuir a estimular la competencia motriz, los métodos, predominan aquellos que inciten la discusión, la actividad productiva y la estimulación del pensamiento creador en la solución de los problemas que se presenten en relación con el tema a tratar.

La propuesta de las actividades lúdicas atraviesa por cuatro fases, caldeamiento y devolución, que permiten la creación de un ambiente de confianza e integración y caldea o “calienta” al grupo para la tarea fundamental de la sesión, la devolución implica sintetizar lo que el grupo ha hecho y devolvérselo. La introducción temática, marca la relación lógica entre el tema anterior y lo que se trabaja en este; debe ser cuidadosamente planificado. El desarrollo, es el instante en que el grupo realiza la tarea, implica una selección cuidadosa de las técnicas que se utilizarán, de modo que se adecuen a la temática y permitan el logro de los objetivos de la sesión. Al concluir se resume o sintetiza lo fundamental tratado en la sesión.

La orientación de la próxima actividad, es el momento donde se les orienta al grupo, las temáticas a abordar en la próxima sesión. El cierre: Es el momento donde se recogerán los criterios y opiniones que el grupo tiene acerca de la sesión, o las vivencias afectivas que esta le ha provocado. Las temáticas fundamentales a tratar en las actividades lúdicas constituyen la Lecturas de Educación Física Preescolar y su Didáctica. Editorial Pueblo y Educación. Importancia de la competencia motriz en los niños de cinco a seis años de edad, y finaliza con un taller integrador, así como el impacto que reviste la propuesta de actividades lúdicas. Se elaboraron ocho actividades lúdicas para contribuir a estimular la competencia motriz de los niños en estudio.

### **Actividades para contribuir a estimular la competencia motriz de los niños de cinco a seis años.**

**Actividad No.1** Tema: Lecturas de Educación Física Preescolar y su Didáctica. Editorial Pueblo y Educación. (Taller de trabajo). Objetivo: Reflexionar entre los participantes acerca de la importancia de las habilidades y capacidades motrices en la estimulación de la competencia motriz. Contenidos: Las habilidades y capacidades motrices para contribuir a estimulación de la competencia motriz de la Infancia preescolar. Método: Diálogo productivo. Medios: Láminas, botella, Libros: “Lecturas de Educación Física Preescolar y su Didáctica” Editorial Pueblo y Educación. “Programa cuarto ciclo” de la Educación Preescolar, segunda parte. Editorial Pueblo y Educación

**Desarrollo de la actividad:** es un primer taller que comenzará con la técnica participativa ¿Quién es? (presentación), que permitirá que cada participante se presente, se conozca y se cree un clima favorable. Se forma en círculo, se gira una botella y comienza aquel que se encuentre de frente a esta. Luego de la presentación se darán a conocer algunas ideas básicas que permitirán la cohesión grupal y la comunicación abierta de los participantes durante el desarrollo de cada una de las actividades.

Debe mantenerse en el tema, evitar apartarse del objeto de análisis. Involucrarse en la discusión, cada participante analizará un mismo problema en aras de darle la solución más convincente, esclarecer cualquier inquietud que se origine en la discusión, en caso de que algún participante

esté callado, preguntarle qué piensa acerca del tema. Compartir el tiempo, dar oportunidad a todos para expresar su opinión. Animarse unos a otros. Responsabilidad con su comportamiento, cada cual es responsable de respetar la opinión de cada uno, aunque no esté de acuerdo. A continuación, se realizará un debate acerca de la importancia que tienen las habilidades y capacidades motrices para contribuir a la estimulación de la competencia motriz de los niños de la infancia preescolar, los deberes y responsabilidades como maestras y familias.

Finalmente se argumentarán las vivencias que posean la maestra y la familia en cuanto a las habilidades y capacidades que dominan los niños, y la forma de ejecución. Se ejemplificarán nuevas vías para la motivación de los niños a la práctica de actividades físicas en aras de estimular su competencia motriz. (Juegos didácticos).

El facilitador interactúa con los participantes, realiza conclusiones de los elementos más importantes abordados en el taller. A continuación, la maestra, la auxiliar y familias valorarán cómo se sintieron durante la realización del taller y se les pregunta si quieren añadir algo más al respecto. Se recomienda a los familiares diferentes bibliografías en las que ellos puedan consultar los temas de su interés, para una mayor preparación. Luego se les informará la temática a tratar en la próxima actividad.

**Actividad # 2** Tema: ¿Quién manda? Objetivo: Lograr que una parte de su cuerpo sea la “que mande” o lidere (va hacia adelante). Contenidos: Interrogantes. ¿Cómo caminarían si su nariz fuera la que manda? Si fuera la oreja, espalda, cadera, codo, mano. Por turno los niños indicarán quién manda. ¡A movernos! Motricidad fina y gruesa. Método: Práctico, juego, el verbal, senso-perceptuales auditivo, diálogo productivo. Medios: El ejercicio físico, juegos, medios materiales, (maquetas, láminas etc.) Procedimiento organizativo: Dispersos.

**Desarrollo de la actividad:** La maestra les preguntará a los niños. ¿Alguna vez han hecho bailar las partes chiquitas del cuerpo, como por ejemplo la nariz, los dedos, la boca? Bueno, ahora vamos a hacer bailar a los ojos, a ver ¿Cómo lo hacen? Permitir que los niños inventen sus propios movimientos, y sean creativos. Formulará el objetivo de manera que pueda lograr la combinación de la motricidad fina y gruesa con el fin de que el niño pueda identificar cuando utilizar una u otro tipo, desde lo que ya sabe. Las preguntas se realizarán en situaciones problemáticas, provocando incertidumbres y estimulando la reflexión del niño sobre su proceso de aprendizaje, y por ende su competencia motriz. La evaluación se realizará a través de preguntas que realice a los niños, ejemplo: ¿Cómo lo hiciste?, Hiciste bien el baile o todavía te falta?, ¿Qué debe hacer para bailar mejor? También estimulando su actitud: ¡Qué bien bailantes!, si te esfuerzas un poco más te queda mucho mejor, etc.

**Actividad # 3** Tema: Las manos mágicas. Objetivo: Aplicar los diferentes componentes de Psicomotricidad, tipo de motricidad y habilidades motrices básicas a desarrollar. Contenidos: Componentes psicomotores (corporeidad), motricidad gruesa, (HMB) parado, sentarse, acostado, girar. Métodos: práctico, juego, el verbal, senso-perceptuales auditivo, diálogo productivo. Medios: el ejercicio físico, juegos, medios materiales, (guantes, medias cintas etc.) Procedimiento organizativo: dispersos

**Desarrollo de la actividad:** la maestra les coloca algo que resalte las manos (guantes, medias, cintas o colores en cada mano). Explica a los niños que “estas manos son mágicas y pueden comunicar; por ejemplo:

Si levanto las manos, ustedes se paran, si las bajo, ustedes se sientan o se acuestan, si las roto, ustedes giran, si las sacudo hacen el movimiento de temblar. La evaluación se realiza a través de preguntas que la maestra formule a los niños, ejemplo: ¿Cómo lo hiciste?, ¿Hiciste bien el ejercicio o todavía te falta? ¿Qué debes hacer para mejorar? También estimulando su actitud: ¡Qué bien bailaste!, si te esfuerzas un poco más te queda mucho mejor, etc.

### **Análisis de los resultados en el diagnóstico final.**

El punto de convergencia en la constatación de los datos obtenidos con la en la observación, la entrevista, así como los resultados del criterio de usuarios, a la maestra, la auxiliar; y la familia se centra en la elevación del nivel de desarrollo de los niños al ser competentes en las respuestas motrices ante situaciones cambiantes dada en la ejecución de las diferentes habilidades y capacidades motrices, en las actitudes y superación los diferentes problemas motrices planteados (motricidad gruesa) sentimientos de cooperación y alegría mostrado hacia sus compañeros en las actividades realizadas, y estado emocional positivo.

Elevación de la preparación de la maestra y la auxiliar respecto a la estimulación de la competencia motriz de los niños de cinco a seis años, manifestadas en la orientación de las tareas a los niños, y los niveles de desarrollo ofrecidos.

La maestra y la auxiliar manifiestan encontrarse preparadas para elaborar otras actividades destinadas al cumplimiento de los objetivos propuestos, las familias desde el hogar sienten que pueden ejecutar actividades con los niños para su seguimiento, e involucrarse en las acciones logrando mayor motivación en las mismas y la competencia motriz de los niños.

### **CONCLUSIONES**

En el diagnóstico inicial se corroboró insuficiencias en la competencia motriz de los niños de cinco a seis años, un limitado conocimiento de la maestra y la auxiliar respecto a las vías para lograr la integración de la motricidad gruesa y fina. En el programa del IV ciclo de la Educación Preescolar no aparecen actividades en el área de la Educación Física donde se pretendan el tipo de intervención que el profesor desencadene en la actuación motriz de los niños y comprobar si constituyen vía adecuadas para que los niños puedan desempeñarse desde perspectivas diversas. Se apreciaron dificultades en la motricidad gruesa en las habilidades que debían dominar los niños en la etapa que se estudia.

Las actividades lúdicas diseñadas se dirigen a contribuir a estimular la competencia motriz de los niños de cinco a seis años, en ellas se les ofrecen conocimientos teóricos y prácticos en relación a la temática, se integran todas las dimensiones e involucra la participación activa de los encargados de la educación del niño, igualmente se les dan variantes, sugerencias y alternativas de medios, para incidir de forma positiva en el desarrollo integral de la Infancia preescolar.

En la implementación de la propuesta se comprobó su efectividad mediante la participación activa de la maestra, la auxiliar y la familia en las actividades lúdicas, en la creatividad manifestada por los niños en las diferentes habilidades motrices básicas (motricidad gruesa y fina). La maestra, auxiliar y familias manifestaron satisfacción en relación con las temáticas, estructura metodológica y contenido de la propuesta para contribuir a la estimulación de la competencia motriz los niños.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- González Romero, F. (2015). La competencia motriz en el currículo de educación física de la enseñanza obligatoria en España y en canarias. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria
- García Pérez. A. (2011). Influencia de un programa de educación física basado en las competencias motrices, digitales y lingüísticas, en la transmisión y adquisición de valores individuales y sociales en un grupo de 5º de educación primaria. Universidad de Granada. España.
- Ruiz Pérez, L.M. y Graupera Sanz, J.L. (2003). Competencia motriz y género entre escolares españoles. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 3 (10) pp. 101-111 <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista10/artcompetencia.htm>.
- Méndez-Pérez M. A. (2012). Competencia motriz y coordinación en escolares de 6 a 8 años desarrollo de un instrumento de evaluación. Tesis Doctoral. Universidad de Castilla-La Mancha. España.
- MINED (2013). Lecturas de Educación Física Preescolar Col. de autores del perfeccionamiento en la primera infancia. Edit Editorial Pueblo y Educación.
- Ruiz Pérez, L. M. (1995,2004) Competencia Motriz, problemas de coordinación y deporte. Revista de Educación, núm. 335 (2004), pp. 21-33
- Urrutia Gutiérrez, S.; Otaegi Garmendia, O.; y Arruza Gabilondo. J. A. (2018). Competencia motriz, percepción de competencia y práctica físico-deportiva en adolescentes.

### **1.3**

#### **LA PREPARACIÓN DEL PROMOTOR DEL PROGRAMA EDUCA A TU HIJO EN LA LABOR DE ATENCIÓN A LOS PREESCOLARES CON DISCAPACIDAD FÍSICO MOTORA EN VILLA CLARA**

MSc. Reina Lidia González Linares.

Prof. Auxiliar. DPE. Villa Clara. Cuba. Correo: reinalidia67@nauta.cu ORCID: 0000-0001-5959-0701

Dr. C. Daniela Milagros Palacio González.

Prof. Titular. UCLV. Villa Clara. Cuba. Correo: dpalacio@uclv.cu ORCID: 0000-0002-3708-2578

MSc. Idania Blanco Cepero.

Profesora Auxiliar Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Facultad de Cultura Física.

Correo: iblanco@uclv.cu. ORCID: 0000-0002-5894-6291

## **RESUMEN**

Con el presente artículo se pretende dar respuestas a preguntas como: ¿Encuentran todos los preescolares con discapacidad Física Motora y sus padres la solución a sus necesidades? ¿Están

preparados los promotores del Programa Educa a tu Hijo para enfrentar la atención a la diversidad del preescolar con discapacidad física motora? Ante estas interrogantes surge la realización del presente trabajo el cual aborda la superación de los promotores del Programa Educa a tu Hijo utilizando la modalidad del curso de superación cuyos objetivos son determinar las necesidades básicas de preparación del promotor del Programa Educa a tu Hijo en la labor de atención a los preescolares con discapacidad física motora del municipio Santa Clara; diseñar programa de curso de superación para la preparación a este educador para la labor de atención a los preescolares con discapacidad física motora, y validar el programa diseñado para el curso de superación de estos promotores por criterio de especialistas. Se utilizaron métodos teóricos, empíricos y estadísticos para la recogida y procesamiento de la información. Después de realizar el análisis de los resultados arribamos a la conclusión que la validación de la propuesta trajo como resultado la satisfacción de las necesidades de superación, materializadas en una mejor atención al preescolar con Necesidades Educativas Especiales por discapacidad física motora dándose respuesta a los elementos inicialmente cuestionados, todo esto es posible con la utilización de diferentes métodos investigativos.

**Palabras clave:** Programa Educa a tu Hijo, discapacidad física motora, necesidades educativas especiales, preescolar

## INTRODUCCIÓN

Dadas las condiciones socioeconómicas existentes en muchos países y zonas geográficas de Iberoamérica y a partir de las estimaciones de la Organización Mundial de la Salud, se puede afirmar que al menos 10 de cada 100 personas en el mundo y dentro de éste en el área Iberoamericana, están afectadas por algún tipo de discapacidad, aproximadamente más de 500 millones, y que, a la vista de los índices de crecimiento poblacional en América Latina y el Caribe, las condiciones sanitarias, la violencia, los accidentes y otras causas se prevé un notable aumento en el número absoluto de personas discapacitadas en la región.

En la actualidad y aunque esta cifra haya sido cuestionada y su verificación en muchos países no ha sido posible, muchos expertos calculan que para las regiones de Latinoamérica y el Caribe la prevalencia de la discapacidad puede alcanzar entre 12 y 15 por ciento de la población, más de 60 millones; la mayoría jóvenes por supuesto con grandes ganas de prepararse para ser útiles, independientes y con una calidad de vida equiparada a lo que se considera normal.

En el caso de Cuba, están identificadas las necesidades para que las personas con discapacidad se integren social y laboralmente y resulta una perentoria necesidad el desarrollo de los servicios y programas dedicados a esta finalidad.

Nuestro país donde se construye una sociedad socialista cuya esencia radica en la igualdad y fraternidad entre los hombres y donde se cultivan entre otros valores el humanismo, el colectivismo y la ayuda mutua tiene que tributársele a estos principios sobre los que crece y se desarrolla, una base material y humana que los sustente. En este empeño han de participar todos los factores de la sociedad.

Uno de los procesos por el perfeccionamiento de nuestra sociedad lo representa sin dudas, el Programa de Rehabilitación de las personas con discapacidad, donde nos queda mucho por hacer en el empeño de educar al pueblo en el respeto y consideración hacia estas personas, partiendo de la premisa de que discapacitado puede ser cualquiera de nosotros mismos en un momento determinado de la vida y que la discapacidad, es una forma no conveniente, pero no despreciable de poder mirar al mundo y disfrutar la vida desde otras perspectivas. Preparar desde

el punto de vista profesional y humano a todo el personal que de una forma u otra interviene en la formación y atención de estas personas para que puedan desarrollar exitosamente con toda la carga de ternura, amor y cariño que merece tan humana labor, es una de las tareas básicas del sistema nacional de educación.

Nuestro Comandante en Jefe refiriéndose a la atención de estos niños como ejemplo del carácter universal de nuestra educación expresó:

“Nuestra educación tiene un carácter universal; se ha creado, se ha constituido y se ha desarrollado en beneficio de todos los niños del país; tenemos que a todos atenderlos, tenemos que a todos educarlos, tenemos que enseñarles a todos lo que se le pueda enseñar a todos y a cada uno de ellos! Ese es el principio...”.

Si analizamos los subsistemas de Educación Especial y Preescolar encontramos modalidades y vías de atención que permiten comprobar lo anteriormente expresado por Fidel entre ellas encontramos la **atención ambulatoria** que reciben los menores con discapacidad motora o enfermedades que no pueden asistir a instituciones por diferentes razones o porque poseen determinados impedimentos que no se lo permiten; **la labor de orientación y seguimiento** y **la atención clínica y educativa** que reciben estos menores por parte de los equipos de los Centros de Diagnóstico y Orientación y la **atención sistemática** que también se les ofrece a sus padres desde su nacimiento tanto por el médico de familia como el educador promotor desde del Programa Educa a tu Hijo.

Si toda obra educacional auténtica entraña siempre una profunda cuota de amor y entrega esta última modalidad de la Educación Preescolar la reclama de manera marcada, porque tiene la importante tarea de preparar a los padres para la educación y cuidados de los niños y niñas con y sin discapacidad para contribuir y estimular positivamente su desarrollo, por su universo tan diverso tienen también la misión de enfrentar y suplir lo que la naturaleza y en ocasiones la sociedad han negado al ser humano.

Estos educadores pertenecen a los que en el mundo creen en el mejoramiento humano, en las posibilidades que tiene el hombre de crecerse ante sus dificultades y encarar la adversidad con espíritu y convicción de que se puede seguir adelante. Ellos desde sus experiencias pedagógicas hacen realidad en nuestro país el derecho de todos a la educación desde las edades más.

El promotor del Programa Educa a tu Hijo es el profesional de la educación que dedica lo mejor de sus esfuerzos en la preparación de los padres para la educación de niños y niñas con y sin discapacidad dedicándole mayor atención a los que poseen menores con discapacidad tanto físicas motoras como mentales o de otra índole, es aquel que busca todo lo que ayuda, todo lo que pueda ponerse al servicio de los educandos, todo lo que pueda ser útil a un menor con discapacidad, buscan el apoyo e integración de este menor con discapacidad a partir del permanente diálogo profundamente humano y rigurosamente profesional.

Este grupo de educadores representa la aspiración de un grupo reducido, pero no despreciable de niños que de no disponer de una solución alternativa como ésta, se convertirían en un problema social y familiar.

Este precisamente es uno de los objetivos finales de la labor del educador promotor, quien llevan a la familia no sólo el conocimiento sino ante todo, un mensaje de solidaridad, amor y optimismo, salvando en ocasiones y en otros reduciendo al mínimo las dificultades que se presentan en el medio social en que éstos niños y niñas con y sin discapacidad se desarrollan.

En nuestro país la atención psicopedagógica de los prescolares con discapacidad física motora se efectúa a través de cuatro alternativas: el Programa Educa a tu Hijo, el aula hospitalaria, la escuela especial y el círculo especial y salones especiales. Estas alternativas de atención tienen sus especificidades a partir del cumplimiento de objetivos concretos en correspondencia con las particularidades individuales de los educandos. Los menores que presentan mayores afectaciones dentro de esta categoría son los que reciben tratamiento ambulatorio a partir del sexto año de vida, antecediéndole a esta la atención y preparación de los padres a través del programa Educa a tu Hijo que constituye otra modalidad de atención de los niños y niñas preescolares con y sin discapacidad en nuestro país; sin embargo todas tienen un vínculo común coincidente con el propósito del subsistema nacional de Educación Especial, la incorporación activa de estos alumnos a la sociedad.

Teniendo en cuenta que la persona con discapacidad física motora *es aquella que por una alteración del S.N.C., una malformación, un accidente genético, un trauma congénito o adquirido, se ve imposibilitada o frenada para realizar las actividades motrices propias de su grupo etáreo, pudiendo o no presentar agravantes de tipo sensoriales e intelectuales.* OMS, (2015)

Estas situaciones nos permiten hacer una valoración acerca de las actividades que previenen e intervienen los educadores promotores de estos menores; además con ello analizamos cómo deben organizar las influencias y acciones psicopedagógicas para que sean oportunas, tempranas y desarrolladoras de capacidades y potencialidades en ellos.

Estos profesionales tienen que enfrentarse además de la discapacidad física-motora, a diversas limitaciones que se producen como consecuencia de ella como son: Limitaciones en la autonomía física, a pobres vivencias sociales, inmadurez intelectual, alteraciones del lenguaje, dificultades en las relaciones interpersonales, carencias afectivas, disfuncionalidades familiares, frecuentes frustraciones, dificultades en la autovaloración y la autoestima, etc. Bernadt y Col de autores. (2015)

Ante estas irregularidades la preparación del promotor debe estar dirigida a: la adaptación y la transformación del medio para que este a su vez contribuya a la transformación y desarrollo personal, para que se pueda producir desarrollo en el niño; la atención debe estar despojada de lástima, sobreprotección, rechazo u otro sentimiento que no facilite este crecimiento.

Debe organizar la atención de forma tal que se busquen alternativas para alcanzar un mismo resultado por diferentes vías y evitar que se produzcan la dependencia, inseguridad y ansiedad y puedan enfrentar situaciones más o menos complejas.

La estimulación de vivencias sociales para lograr la aparición de nuevas motivaciones y alternativas compensatorias para una vida activa y desde su realidad física cumplan con los deberes que la sociedad demanda y disfruten de los derechos de la niñez.

Búsqueda de alternativas y acciones psicopedagógicas dirigidas al desarrollo de capacidades y habilidades comprometiéndolo a nuevos aprendizajes acordes a los de su grupo etario para evitar que se produzca una inmadurez intelectual.

Preparar a la familia para la estimulación del menor haciéndolo reconocer que sus esfuerzos sólo no deben dirigirse a la limitación física del menor sino a las potencialidades que podemos encontrar en él para su desarrollo por ejemplo el lenguaje, pues éste desempeña un papel importante en el desarrollo intelectual y emocional.

Lograr que el establecimiento de las relaciones interpersonales, no se tornen difíciles y las nuevas amistades no creen en el niño la sobreprotección ni la minusvalía.

Ampliar en el niño la capacidad de amar desde su propio cuerpo, su familia, la naturaleza y a todos los sentimientos positivos que del niño se espera.

Trabajar por la integración y el equilibrio entre todos los miembros para que cada uno pueda cumplir con su rol, se sientan satisfechos y disfruten conjuntamente con el menor con discapacidad de la seguridad, tranquilidad, estabilidad emocional y placer que reporta pertenecer a una familia donde todos se aceptan, se aman y se unen para crecer y ser felices.

Partiendo de la realidad de sus posibilidades individuales con el propósito de evitar las dificultades en la autovaloración y autoestima, los cuales aparecen como resultado de todas sus características.

Por lo referido anteriormente nos percatamos que el universo profesional del promotor del Programa Educa a tu Hijo es amplio y complejo por lo que cabe preguntarnos *¿Acaso no es un reto para este promotor garantizar la calidad de la atención de la diversidad de los menores que atiende? ¿No es un reto identificar acertadamente y de manera oportuna las carencias de los menores con discapacidad física motora y definir la esencia y las causas directas de estas, para decidir una estrategia psicoeducativa eficaz en cada caso?*

Realmente constituye un reto especial la preparación de este educador pues éste de manera general durante mucho tiempo, no ha sido preparado para educar a la diversidad, por lo que resulta evidente que el personal que se desempeña en la educación y atención de niños y niñas con discapacidad física motora necesitan continuar perfeccionando su preparación metodológica, pedagógica y psicológica pues no están lo suficientemente preparados para enfrentar las distintas tareas que realizan con los menores e influir en las diferentes áreas de apoyo, en las que debe interactuar, en su trabajo con menores con discapacidad física motora.

En el estudio realizado al respecto, consideramos que estas insuficiencias están generadas por diferentes factores entre los cuales tenemos:

Los promotores son graduados en Educación Preescolar y no recibieron en pregrado con profundidad contenidos relacionados con la atención del niño con discapacidad física motora y la superación que han recibido no ha estado en correspondencia con sus necesidades básicas.

Ante esta problemática y conociendo las insuficiencias que poseen los promotores del Programa Educa a tu Hijo en su labor de atención y educación surge la siguiente ***interrogante científica***:

*¿Cómo contribuir a la preparación del promotor del Programa Educa a tu Hijo en la labor de atención a los preescolares con discapacidad física motora?*

Para dar respuesta a esta interrogante trazamos los siguientes **objetivos**.

- Determinar las necesidades básicas de preparación del promotor del Programa Educa a tu Hijo en la labor de atención a los preescolares con discapacidad física motora del municipio Santa Clara.
- Diseñar un programa para un curso de superación que prepare a este educador para la labor de atención a los preescolares con discapacidad física motora.

- Validar el programa diseñado para el curso de superación de estos promotores por criterio de especialistas.

## DESARROLLO

En el estudio se empleó una población de 12 promotores de las VNF en el municipio Santa Clara. Sus características aparecen en la siguiente tabla.

**Tabla 1 Datos generales de los promotores**

No	Sexo	Edad	Nivel	Experiencia	C. Popular	Cantidad de familias que atiende	Antecedentes de preparación
1	f	31	Lic	10	J. Martí	4	no
2	f	37	TM	15	Centro	3	no
3	m	34	TM	17	Centro	5	no
4	m	25	Lic.	7	Centro	3	no
5	f	31	Lic.	12	Centro	3	si
6	m	38	Lic.	15	J. Martí	4	no
7	f	38	TM	15	J. Martí	4	no
8	m	32	TM	13	J. Martí	3	si
9	f	29	TM	10	J. Martí	3	no
10	f	30	MS	11	Vigía-Sandino	5	no
11	m	26	MS	5	Vigía-Sandino	4	no
12	m	31	Lic.	13	Vigía-Sandino	4	no

También se utilizó una población de 10 especialistas para la valoración de la propuesta de programa del curso.

**Tabla 1 Datos generales de los especialistas**

No	Sexo	Edad	Grado Científico	Experiencia Laboral	C. trabajo	Experiencia en PETH	Superación impartida sobre el tema
1	F	30	Lic	10	CI. Que Siempre Brille el Sol.	4	si
2	F	40	MSc.	15	Direc. Prov Educación	13	si
3	F	43	MSc.	17	Direc. Prov Inder	15	si
4	F	29	Lic.	7	Direc Munic. Inder	3	si
5	F	38	Lic.	12	Direc Prov Inder	6	si
6	F	38	MSc.	15	Direc Municipal Educación	10	si
7	F	39	MSc.	15	Direc Prov Educación	8	si
8	F	40	MSc.	13	Direc Municipal Educación	7	si
9	F	29	Lic.	10	Direc Municipal Educación	4	si
10	F	31	Lic.	11	Direc Municipal Educación	6	si

Entre los *métodos* empleados se utilizaron métodos teóricos, empíricos y matemáticos estadísticos. Entre los empíricos se utilizó la revisión documental, la encuesta y la observación. Para el procesamiento de los datos se usó la triangulación y el análisis porcentual.

De la triangulación de los métodos de recogida de la información, emanaron las siguientes regularidades relacionadas con la preparación de los promotores:

Las principales necesidades básicas de superación de los promotores del Programa Educa a tu Hijo se concentraban en:

- Limitaciones en el conocimiento de la Orientaciones e indicaciones del trabajo del Programa Educa a tu Hijo.
- El poco dominio de las patologías clínicas de los menores que atienden.
- Carencias en el conocimiento de la Situación Social del Desarrollo de estos niños.
- Inadecuado proceder educativo en correspondencia con las discapacidades de los menores y sus particularidades psicológicas.
- Poco conocimiento sobre el trabajo educativo con la familia.

A partir de esta situación real se considera la necesidad de una propuesta de superación que supliera las anteriores necesidades.

### **Propuesta de diseño del curso**

El diseño de la superación a partir de la determinación de las necesidades ha posibilitado a estos promotores reflexionar acerca de su desempeño profesional, logrando en ellos una actuación diferente al educar y preparar no sólo al niño con discapacidad física motora sino también al entorno familiar y social del mismo, con un enfoque más científico y con intereses investigativos, convirtiendo estos conocimientos en un estilo de trabajo, matizado por la observación permanente de todos los elementos que favorecen el pleno desarrollo del escolar, haciendo el Proceso Docente Educativo, un medio eficaz para alcanzar, sobre bases científicas y de manera consciente, eficiencia en la atención al niño con discapacidad físico motora.

En la atención a la persona con discapacidad Cuba goza de gran prestigio internacional; aquí podemos exhibir muestras de las más altas, humanas y solidarias tareas que se realizan en el mundo con vistas al desarrollo integral y social de escolares; pero a pesar de esto continuamos perfeccionando nuestros subsistemas de Educación, ejemplo de ello lo constituye el presente curso de superación para promotores del Programa Educa a tu Hijo, el cual contempla conocimientos imprescindibles para que éste reflexione y comience actuar de un modo diferente al enseñar, educar e instruir a la comunidad, la familia y al propio niño con discapacidad física motora de edad preescolar.

El curso que se propone posee un carácter integrador, dado este por la relación que se establece entre los fundamentos teóricos generales que se abordan y la práctica educativa del contexto familiar y comunitario de cada promotor, concretándose con la capacidad que posee el colectivo de promotores y ejecutores para, sin convertir estos conocimientos en una carga más en la labor diaria, crear un estilo de trabajo, matizado por la observación permanente de todos los elementos que favorecen el pleno desarrollo del preescolar con discapacidad, haciendo el proceso educativo interactivo tanto familiar como social un medio eficaz para alcanzar, sobre bases científicas y de manera consciente, eficiencia en la atención al niño con discapacidad física motora desde las edades más tempranas.

### **Presentación del programa del curso**

**TITULO:** El promotor del Programa Educa a tu Hijo y la atención a la diversidad del preescolar con discapacidad física motora

## **Fundamentación del curso**

La labor del Programa Educa a tu Hijo se caracteriza por la atención sistemática a diferentes aspectos de la vida del preescolar por lo que exige de este una preparación metodológica elevada desde el punto de vista fisiológico, psicológico y pedagógico para asumir con éxito distintas tareas de la educación y preparación de estos menores y su familia partiendo de su caracterización psicoeducativa, para que de esta forma pueda diseñar adecuadamente los objetivos a trazarse en el trabajo con el menor, seleccionar adecuadamente de acuerdo a sus características y sus necesidades educativas, los contenidos a recibir, así como también seleccionar métodos, procedimientos y medios adecuados que preparen a los padres adecuadamente, con vistas al logro de una atención integral al menor con discapacidad, así como la corrección y/o compensación de las características neuropsicológicas, neuromusculares, motrices e intelectuales.

El presente programa cumple las expectativas actuales y como objetivos fundamentales tiene ampliar los conocimientos del educador promotor del Programa Educa a tu Hijo desde el punto de vista metodológico y demostrar cómo desarrollar al máximo las potencialidades del preescolar con discapacidad física motora.

Este programa se impartirá como curso de superación para los promotores del Programa Educa a tu Hijo que brindan preparación a los padres de los preescolares con discapacidad. En él se ofrecen los fundamentos de una pedagogía que le facilite la adecuada atención de estos niños con vistas a su mejor incorporación a la vida social activa.

Las temáticas a trabajar se han seleccionado a partir de la determinación de necesidades básicas de superación de los promotores. Consideramos que en los temas a trabajar en el curso se contemplan los conocimientos imprescindibles para que el promotor reflexione y comience a actuar diferente al enseñar y educar al niño, la familia y la comunidad del menor con discapacidad física motora, así como para emprender esta tarea con un enfoque más científico y con intereses investigativos.

### **Objetivo General**

- Preparar al promotor del Programa Educa a tu Hijo a través de un curso de superación para la preparación de los padres de los preescolares con discapacidad física motora para propiciar la integración de estos a la sociedad desde las edades tempranas.

### **Objetivos específicos:**

- Explicar las bases fisiopatológicas de la discapacidad física motora para actuar con conocimientos en el proceso de orientación y prevenir la aparición de agravantes en los preescolares.
- Modelar estrategias de colaboración integrando en la dirección del proceso elementos esenciales en la educación del preescolar con discapacidad física motora.
- Aplicar alternativas que debe utilizar el promotor del Programa Educa a tu Hijo para la atención integral al niño con discapacidad física motora.

## PLAN TEMÁTICO Y DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO.

TEMAS		H/C	CTP	S	CP	C	TOTAL
I.	Fundamentos básicos del curso	2	2	-	-	-	2
II.	Alteraciones del SNC incidencia en las discapacidades	8	4	2	-	2	8
III.	Consideraciones generales sobre anatomía y fisiología del sistema endocrino. Su relación con el sistema nervioso.	2	2	-	-	-	2
IV.	Alteraciones más frecuentes del sistema osteomioarticular que causan discapacidades físicas –motoras.	8	2	2	2	2	8
V.	Trastornos más frecuentes del sistema cardiorrespiratorio en los niños con discapacidades físicas – motoras.	2	2	-	-	-	2
VI.	Alteraciones cromosómicas y genéticas como causa de discapacidad.	2	-	-	-	2	2
VII.	Regularidades psicológicas de los menores con insuficiencias físicas – motoras.	8	-	2	2	4	8
VIII.	La atención a la diversidad bajo el enfoque de una pedagogía diferenciada.	6	-	-	4	2	6
Total		38 h/c	12	6	8	12	38 h/c

### Resultado de la valoración de los especialistas

Los especialistas al realizar el análisis de cada uno de los temas consideran que la superación recibida ha permitido a los promotores la satisfacción de necesidades profesionales porque le ha posibilitado actuar con conocimiento en el Proceso Docente Educativo.

Los contenidos del curso los incitan a reflexionar sobre el papel que debe desempeñar como educador y como trabajador social de la educación, así como a encontrar respuestas adecuadas a las diversas inquietudes de los niños y su familia, profundizando en las diferentes alteraciones que acompañan la discapacidad de estos, lográndose estimular la motivación profesional para la superación, en ellos.

El 90% de los especialistas refieren que la utilización esta modalidad de superación y el empleo de métodos en correspondencia con sus necesidades y a las sugerencias ofrecidas en la determinación de estos, permite la actualización y complementación de su perfil profesional.

El curso no solo se promueve la reflexión entre los promotores sobre diferentes elementos importantes del Proceso Docente Educativo de estos preescolares, sino que se encausan nuevas acciones que serán necesarias realizar para continuar perfeccionando la labor del promotor del Programa Educa a tu Hijo, para una mejor atención al niño con discapacidad física motora desde las edades más tempranas.

El 95% de los especialistas afirmaron que con los contenidos del curso este profesional adquirirá una buena preparación desde el punto de vista fisiológico, psicológico y pedagógico para asumir con éxito diferentes tareas en el proceso de preparación de los padres a partir del diseño adecuado de los diferentes instrumentos pedagógicos y con ello trazarse los objetivos para el trabajo, lo que facilita la selección de los contenidos acordes a sus posibilidades, así como, los

demás elementos a tener presente en para desarrollar al máximo sus potencialidades y lograr su futura incorporación social activa.

Todos los especialistas afirman que la evaluación final del curso declara posee un carácter integrador, pues propician al promotor, analizar situaciones reales existentes relacionadas con la educación de los preescolares con discapacidad física motora.

Los contenidos abordados en el sistema de conocimientos del curso, son imprescindibles para los promotores pues no lo recibieron en el pregrado ni en la superación postgraduada.

En el curso se declara la atención a la diversidad bajo el enfoque de una pedagogía diferenciada, lo que facilita un marco propicio para el desarrollo de una preparación que transforme las acciones aisladas en favor de la atención de estos niños, en un estilo coherente de trabajo pedagógico sobre la base del mejoramiento profesional y humano.

El 100% de los especialistas consideran que la labor de la familia y la comunidad resulta un tema esencial en el programa del curso ello le imprime un impacto social que presupone la transformación gradual de ambos.

## **CONCLUSIONES**

Las necesidades básicas de superación de los promotores de las VNF estaban dadas por:

- El poco dominio de las patologías clínicas de los menores que atienden.
- Carencias en el conocimiento de las regularidades psicológicas de estos niños.
- Inadecuado proceder educativo en correspondencia con las discapacidades de los menores y sus particularidades psicológicas.

El diseño del curso de superación profesional realizado, a partir de sus necesidades permitió elevar la preparación del promotor del Programa Educa a tu Hijo; alcanzando un mejor desempeño profesional en la atención al preescolar con discapacidad física motora.

Las valoraciones realizadas por los especialistas, sobre el curso de superación diseñado a partir de las carencias e insatisfacciones detectadas en el desempeño profesional de los promotores del Programa Educa a tu Hijo, corrobora que existe total correspondencia entre los diferentes componentes del P.D.E planificados y las necesidades básicas de superación de estos docentes.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Galindo Socarrás, O. La superación de los maestros ambulantes dirigida al desarrollo de la motricidad articularia en escolares con diagnóstico de disartria. Tesis en opción al grado de Doctor en Ciencias Pedagógicas, 2017.

Gómez León M. I. Discapacidad Motriz, de la Neurociencias Al Aula: Manual Práctico/Científico para educadores. Independently Published, 2021

Instituto De Ciencias Pedagógicas. Documentos normativos y metodológicos sobre el perfeccionamiento. La Habana, 2016.

Fajn S. Jugar en la Primera Infancia: Proyectos Institucionales en contextos diversos, Noveduc, 2020

- Leyva Fuentes M, Barreda García M. (2017) Precisiones para la atención educativa a los escolares primarios con necesidades educativas especiales asociadas o no a discapacidades. Editorial Pueblo y Educación, 2017.
- López, J. Una mirada al estado de cumplimiento de los objetivos de la educación para todos formulados en el Marco de acción de Dakar, Senegal, 2000, ICCP, 2017.
- Naciones Unidas. CEPAL. Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Una oportunidad para América Latina y el Caribe. 2016.
- Pascual Fis A. (2017). Nosotros también jugamos. Juegos adaptados para niños con alteraciones motrices.. Editorial Deportes. La Habana. Cuba, 2017.
- Schiller P. La capacidad cerebral en la Primera Infancia. Cómo lograr el desarrollo óptimo. Ediciones Madrid, 2015
- Zayas Bazán Carballo, Y., Gómez Cardoso, Ángel & Barbina Torres, M. (2019).La labor del maestro ambulante: retos en la atención a educandos con discapacidad intelectual. Revista Científica *Olimpia*, 2019.

#### 1.4

### **COMPORTAMIENTO DE INDICADORES PSICOMOTRICES EN INFANTES DE 5-6 AÑOS CON RETRASO PSICOMOTOR, COMO INDICIO COMPETENCIA MOTRIZ.**

MSc. Idania Blanco Cepero.

Profesora Auxiliar Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas. Facultad de Cultura Física. Email: [iblanco@uclv.cu](mailto:iblanco@uclv.cu). ORCID: 0000-0002-5894-6291

Dr. C. Daniela Milagros Palacio González.

Profesora Titular. Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas. Facultad de Cultura Física. Email: [dpalacio@uclv.cu](mailto:dpalacio@uclv.cu) ORCID: 0000-0002-3708-2578

Lic. Juan Antonio Palacio González.

Prof. Cultura Física. INDER. VC. Email: [jpalacio@nauta.cu](mailto:jpalacio@nauta.cu)

### **RESUMEN**

La dimensión Motricidad debe proyectarse hacia la estimulación del desarrollo psicomotriz en los infantes, como un beneficio para su desarrollo y su vez de la competencia motriz en esta etapa. El problema científico se centra en ¿cómo se comporta del desarrollo psicomotriz en los niños/as de 5-6 años con retardo psicomotor del Círculo Infantil “Que Siempre Brille el Sol” ?, de Santa Clara, para lo cual se traza el siguiente objetivo: diagnosticar el comportamiento actual del desarrollo psicomotriz en los niños de 5 -6 años con retardo psicomotor. Los métodos aplicados fueron el inductivo-deductivo y el analítico sintético como teóricos; entre los empíricos el análisis documental, la encuesta, la observación, la entrevista técnicas participativas, criterio a usuarios, la triangulación metodológica y la distribución empírica de frecuencia. La población está constituida por 20 niños de 5-6 años de edad del círculo infantil antes mencionado, que presentan indicios de retardo psicomotor. Los resultados obtenidos reflejan que el desarrollo de estos

componentes en los niños evaluados, es insuficiente, evidenciado en el grado de inseguridad, poco dominio y dificultad a la hora de ejecutar los diferentes indicadores evaluados. Las docentes afirmaron que los contenidos dirigidos al desarrollo de los componentes psicomotores, no permiten estimular la competencia motriz.

**Palabras clave:** competencia motriz, infancia preescolar, motricidad, psicomotricidad, retraso psicomotor

## INTRODUCCIÓN

La motricidad influye de forma notable en el psiquismo del individuo, hasta el punto de que el proceso intelectual depende de la madurez del sistema nervioso. Es decir, entre lo físico-fisiológico y lo intelectual existe una estrecha influencia. Desde los primeros momentos de su vida, el niño/a responde a estímulos del medio ambiente a través del movimiento. En su relación la psicomotricidad no sólo se fundamenta en esta visión unitaria del ser humano, corporal por naturaleza, sino que cree haber encontrado la función que conecta los elementos que se pensaban separados del ser humano, el cuerpo y el espíritu, lo biológico y lo psicológico, por lo que no puede reducirse a un simple método, se trata más bien de un peculiar modo de acercamiento al niño/a y al desarrollo de sus posibilidades motrices, expresivas y creativas en su globalidad) a partir del cuerpo.

Desde el punto de vista psicomotriz existen niños que presentan manifestaciones individuales que repercuten en sus comportamientos y provocan una significativa variación de lo que se puede considerar como un desarrollo evolutivo normal, adecuado, habitual o típico de determinada edad. La carencia o demora en la adquisición de logros del desarrollo que se esperan de ellos en una etapa de la vida y comprometen seriamente áreas importantes del mismo, si en la base se encuentra una concepción dirigida a que todos de forma individual alcancen el mayor nivel de logros para lo cual se hace necesario garantizar condiciones educativas que den respuestas a ellos, consideraciones éstas muy relacionadas con los criterios acerca de la concepción que se define de niños con insuficiencias.

Para el estudio, se considera el retraso en el desarrollo psicomotor la dificultad en el curso normal del desarrollo, caracterizado por: la identificación, la falta de progresos en la adquisición de un nivel de logros del desarrollo motor que se esperan en una etapa o edad determinada, o en períodos prudenciales de tiempo con relación a lo normativo para el grupo en que la mayoría de los niños los adquieren. (Martínez y cols.; 2002, p 45). Es evidente que, al considerar la intervención temprana en la motricidad, como la que promueve el desarrollo de los niños de 0 a 6 años, con la intención de prevenir, disminuir o eliminar posibles insuficiencias en su desarrollo, una vez más, esta cobra un lugar significativo en todo el proceso educativo en estas edades; como medio de estimulación de la competencia motriz en estos infantes.

La competencia motriz ha sido abordada por autores como Ruiz (2004); García Pérez. A. (2011); Ruiz y Graupera (2003); Méndez-Pérez (2012); González (2015); Urrutia; Otaegi y Arruza (2018). Específicamente Ruiz (2004a, pp. 21-33), afirma que la "Educación Física escolar tiene entre sus responsabilidades el desarrollo de la competencia motriz y el deporte, ya que es una de las vías que puede ayudar a alcanzar este objetivo". Plantea este autor que son numerosos los escolares que se benefician de los efectos educativos que la práctica deportiva otorga, pero para poder disfrutarlos se hace necesario el dominio de técnicas y procedimientos de actuación, algo que no resulta fácil para escolares que poseen problemas evolutivos de coordinación motriz y están presentes en todas las clases de Educación Física.

En la práctica pedagógica del IV Ciclo del C/I “Que Siempre Brille el Sol” del municipio de Santa Clara, se evidencian elementos referidos por los autores citados en párrafos anteriores, y corroborada por los resultados de la evaluación diagnóstica realizada a los niños/as de dicho círculo, los cuales reflejaban un retraso psicomotriz con relación a lo que indica la teoría en el desarrollo motor, pues sus movimientos eran torpes, ejecución de actividades poco eficaces, se les dificultaba realizar ajustes de patrones de movimiento ante los problemas planteados en las sesiones de Educación Física, debido a que en ciclos anteriores no se planificaban actividades intencionadas a enriquecer su competencia motriz.

Para ratificar lo anteriormente planteado la presente investigación genera la siguiente situación problemática: necesidad de conocer el estado de los componentes psicomotrices de los niños/as de cinco a seis años del C/I “Que Siempre Brille el Sol”. El problema científico se formula en ¿cómo se comporta del desarrollo psicomotriz en los niños/as de cinco a seis años del C/I “Que Siempre Brille el Sol”?, para dar solución al problema se traza el siguiente objetivo: diagnosticar el comportamiento actual del desarrollo psicomotriz en niños/as de 5 -6 años de vida en el mencionado círculo.

La importancia del presente estudio estriba en la novedad del tema, no existiendo suficientes investigaciones al respecto, constituyendo una fuente de estudio para el desarrollo integral en la infancia preescolar desde la dimensión motricidad ante los crecientes retos que se dirimen en la actualidad en las instituciones encargadas de la educación del niños/as. Además, constituye la tarea No. 1 Exploración e intervención en la Primera Infancia y primaria del proyecto, Perfeccionamiento de la enseñanza-aprendizaje de la Educación Física, sustentado en tendencias pedagógicas contemporáneas.

## **DESARROLLO**

Para la investigación se utilizó una población de 20 niños/as de la infancia preescolar (cinco a seis años), compuesta por 12 niñas y ocho niños, del C/I “Que Siempre Brille el Sol”. También participa una población compuesta por una maestra y la auxiliar, las cuales brindaron la información acerca del trabajo en el desarrollo motor del mencionado ciclo. También participan la directora del centro y la metodóloga municipal de la Primera Infancia (Santa Clara). Entre los métodos teóricos se utilizó el analítico sintético: que facilitó el análisis de las concepciones y definiciones teóricas sobre juegos psicomotores, desarrollo psicomotor, llegando a realizar una síntesis de dichos elementos en la edad preescolar, además, fueron analizados los resultados de los distintos métodos e instrumentos aplicados.

Se manejó además el Inductivo deductivo: se utilizó para determinar la problemática a partir de la experiencia, se parte de lo general a lo particular. Como métodos empíricos: El análisis documental: permitió profundizar en la estructura de los programas de Educación Preescolar, y en las orientaciones metodológicas existentes acerca del desarrollo de la motricidad. Se analizó además los folletos del programa Educa a tu hijo de estas edades y documentos del nuevo currículo del preescolar en perfeccionamiento; Lecturas de Educación Física Preescolar editado en el (2013), por colectivos de autores del Ministerio de Educación (MINED).

La observación no participante: fue empleado para constatar las necesidades del trabajo de los componentes psicomotores, mediante los juegos que se aplican, para ellos, se observaron 10 actividades programadas de Educación Física en los niños/as de cinco a seis años del C/I “Que Siempre Brille el Sol”. La entrevista: esta técnica se aplicó a la maestra, la auxiliar y la directora encargadas de la motricidad de los niños/as del centro referido, con el objetivo de valorar las

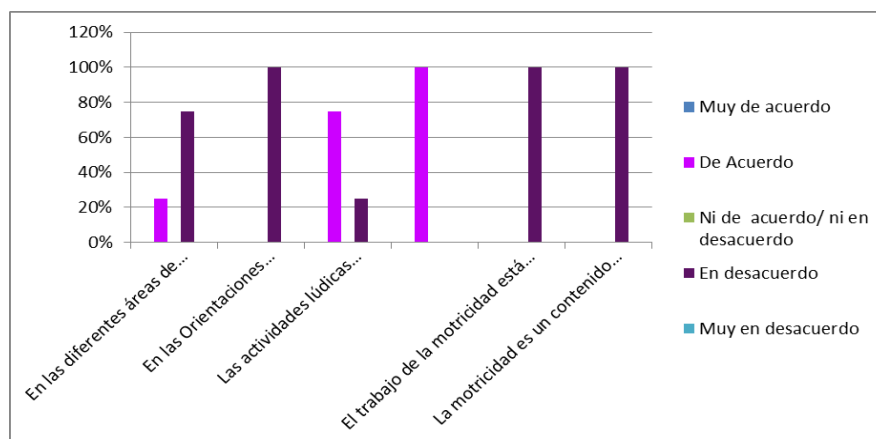
formas de trabajo según lo orientado en los programas de Educación Preescolares. La triangulación metodológica: se utilizó en el diagnóstico para contrastar la información aportada por diferentes métodos con el objetivo de conocer las necesidades del trabajo de los componentes psicomotores, mediante los juegos que se aplican, y análisis de las orientaciones metodológicas planteadas en los programas.

El método Estadístico Matemático, la Distribución Empírica de Frecuencia: Se realiza con el propósito de representar los resultados de las observaciones realizadas, así como los resultados de la encuesta, entrevista y de la aplicación de las técnicas participantes. Se ha creado una escala de valores para poder cuantificar los resultados: a) Bien b) Regular c) Mal.

### Resultados de la entrevista a los docentes

Como resultado de la entrevista a la maestra, la auxiliar y la directora se pudo evidenciar en el Gráfico. 1 que, en las diferentes áreas de desarrollo en los Programas de Educación Preescolar, está definido la estimulación de competencia motriz, una de ellas, para el 25% plantea estar de acuerdo, mientras dos que representa el 75% manifiesta no estar de acuerdo. En tal sentido este indicador se evalúa de regular, aunque en el área de motricidad no está bien definida la estimulación de la competencia motriz, se reconoce que el trabajo de la psicomotricidad se ve limitado por su conocimiento y ejecución. (Gráfico. 1)

**Gráfico. 1 Resultado de la entrevista a las docentes**



Fuente: Datos propios

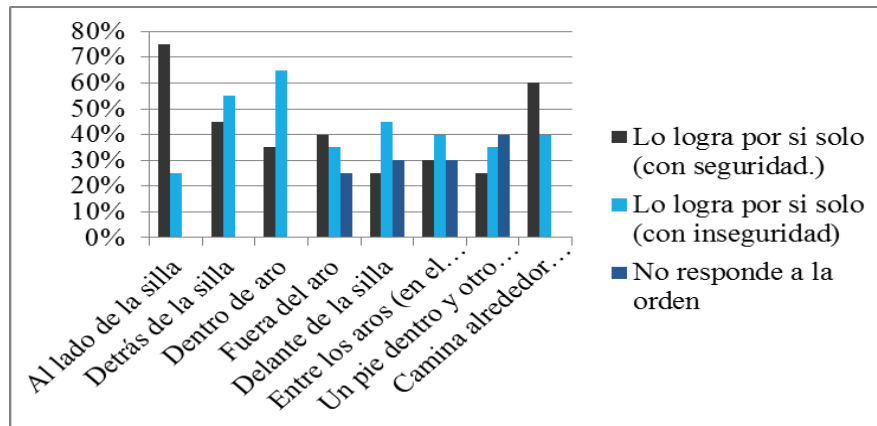
En lo referido a las orientaciones metodológicas en las diferentes áreas, están bien explicadas las formas para estimular la competencia motriz, el 100% manifiestan no estar de acuerdo, pero aluden que no les brinda herramientas del como concebir los juegos para el cumplimiento de los objetivos propuestos. El indicador se evalúa de mal. Refieren las entrevistadas que las actividades lúdicas reflejadas en los programas para el desarrollo motor de los niños/as les resultan aburridas (monótonas), dos de ellas, que representa el 75% plantean estar de acuerdo, mientras una que representa el 25% manifiesta estar en desacuerdo. (Gráfico. 1) Se infiere que el indicador está evaluado de mal, ya que la mayoría manifiestan que le son monótonos a los niños/as.

Concerniente al dominio de las docentes respecto al área de la motricidad, el 100%, de las entrevistadas manifiestan estar de acuerdo. (Gráfico. 1) El indicador se evalúa de bien, se deduce que poseen conocimiento del desarrollo motor del niño de cinco a seis años de edad. Relacionado si el trabajo de la motricidad está bien definido en las diferentes áreas, pero al abordarlos en las actividades no se integran, las tres entrevistadas manifiestan estar en

desacuerdo lo que se infiere que no se integra a las demás áreas de desarrollo, por lo que el indicador se evalúa de mal. En cuanto al área de motricidad como contenido único de la Educación Preescolar, el 100% manifiesta estar en desacuerdo por lo que el indicador se evalúa de bien, es decir reconocen las demás áreas de desarrollo, aunque la trabajan por separado, no la reconocen como aspecto único. Por lo que el indicador se evalúa de bien.

## Resultado de la observación a los componentes psicomotrices en los niños/a

**Gráfico. 2. Resultado de la observación a los componentes psicomotrices en los niños/a**



Fuente: Datos propios

Como se aprecia en el Gráfico 2, los resultados de la observación para medir el comportamiento del desarrollo psicomotriz en niños/as de 5 -6 años de vida, reflejó que en el indicador # 1, referido al lado de la silla, al ritmo de las claves 15 niños/as, que representa el 75 % responden por si solo con seguridad, cinco niños/as, que representa el 25 % responden por si solo con inseguridad. (Gráfico. 1). Este indicador se evalúa de bien, porque el mayor porcentaje responde a los niños/as que realizan la tarea con seguridad. En el indicador referido a colocarse detrás de la silla, al ritmo de las claves nueve niños/as, que representa el 45% responden por si solo con seguridad, 11 niños/as, que representa el 55 % responden con inseguridad. (Gráfico. 2). Ello implica que el indicador sea evaluado de regular, por la inseguridad mostrada por la mayoría de los niños/as.

Al colocarse dentro del aro, al ritmo de las claves (indicador 3) siete niños/as, que representa el 35 % responden por si solo con seguridad, 13 niños/as, que representa el 65 % responden por si solo con inseguridad, en tal sentido el indicador se evalúa de regular. En el indicador # 4, referido fuera del aro, al ritmo de las claves, ocho niños/as, que representa el 40 % responden por si solo con seguridad, siete niños/as, que representa el 35 % responden por si solo con inseguridad, y cinco niños/as que representan el 25% no responden a la orden; este indicador se evalúa de mal, por el porcentaje de niños/as que realizan la tarea con inseguridad o no responden a la orden.

En el indicador # 5, referido delante de la silla, al ritmo de las claves, cinco niños/as, que representa el 25% responden por si solo con seguridad, nueve niños/as, que representa el 45 % responden por si solo con inseguridad, y seis niños/as que representa 30% no responden a la orden. (Gráfico. 2) Este indicador se evalúa de mal, porque el mayor porcentaje responde a los niños/as que realizan la tarea con inseguridad, o no responden a la orden, tomando los valores totales. En el indicador # 6, referido entre los aros, (en el medio), al ritmo de las claves, seis niños/as, que representa el 30 % responden por si solo con seguridad, ocho niños/as, que

representa el 40 % responden por si solo con inseguridad., seis niños/as, que representa el 30 % se ubica incorrectamente (Gráfico. 2). La evaluación del indicador es de mal.

En el indicador # 7, referido un pie dentro y otro fuera del aro, cinco niños/as, que representa el 25 % responden por si solo con seguridad y siete niños/as, que representa el 35 % responden por si solo con inseguridad, y ocho que representa el 40% se ubican incorrectamente. Este indicador se evalúa de mal, porque el mayor porcentaje responde a los niños/as que realizan la tarea con inseguridad, o se ubican incorrectamente. En el indicador # 8, referido camina alrededor del aro, al ritmo de las claves niños/as, doce niños/as que representa el 60 % responden por si solo con seguridad, ocho niños/as, que representa el 40 % responden por si solo con inseguridad (Gráfico. 2). Este indicador se evalúa de bien, porque el mayor porcentaje oscilan entre los niños/as que realizan la tarea por si solos con seguridad.

En resumen, según los resultados del instrumento, queda explicito que el desarrollo de los componentes de la psicomotricidad, en los niños/as del C/I “Que Siempre Brille el Sol” del municipio de Santa Clara, es limitado, si parte que de ocho indicadores a medir cuatro presentan dificultad, (4,5,6,7) referidos a los indicadores fuera del aro, al ritmo de las claves, delante de la silla al ritmo de las claves, entre los aros, (en el medio), al ritmo de las claves y un pie dentro y otro fuera del aro, el resto oscilaron entre siete y 13 niños/as en el promedio de ubicación respecto al implemento, dado por la variabilidad de las acciones motrices, en la complejidad y coordinación motriz de las acciones realizadas, en los niños/as de cinco a seis años de edad en correspondencia con los logros motores alcanzar en el ciclo. Se evalúa en general de regular debido a las características del ciclo y los logros motores medibles en el mismo.

## **CONCLUSIONES**

El desarrollo de los componentes psicomotrices en los niños/as de cinco a seis años con retraso en el desarrollo psicomotriz del C/I “Que Siempre Brille el Sol” es insuficiente, evidenciado en el grado de inseguridad, poco dominio y dificultad que presentan los mismos a la hora de ejecutar los diferentes indicadores evaluados.

Las docentes encargadas del desarrollo de la motricidad en los niños/as de cinco a seis años con retraso en el desarrollo psicomotriz del C/I “Que Siempre Brille el Sol”, reflejó que los contenidos que están dirigidos al desarrollo de los componentes de la psicomotricidad, no permiten estimular la competencia motriz.

## **BIBLIOGRAFIA**

González Romero, F. (2015). La competencia motriz en el currículo de educación física de la enseñanza obligatoria en España y en canarias. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria

García Pérez. A. (2011). Influencia de un programa de educación física basado en las competencias motrices, digitales y lingüísticas, en la transmisión y adquisición de valores individuales y sociales en un grupo de 5º de educación primaria. Universidad de Granada. España.

Ruiz Pérez, L.M. y Graupera Sanz, J.L. (2003). Competencia motriz y género entre escolares españoles. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 3 (10) pp. 101-111 <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista10/artcompetencia.htm>.

Martínez M., F. y cols. (2002) La atención clínico-educativa en la edad preescolar. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación, p. 45.

Méndez-Pérez M. A. (2012). Competencia motriz y coordinación en escolares de 6 a 8 años desarrollo de un instrumento de evaluación. Tesis Doctoral. Universidad de Castilla-La Mancha. España.

MINED (2013). Lecturas de Educación Física Preescolar Col. de autores del perfeccionamiento en la primera infancia. Edit Editorial Pueblo y Educación.

Ruiz Pérez, L. M. (2004) Competencia Motriz, problemas de coordinación y deporte. Revista de Educación, núm. 335 (2004), pp. 21-33

Urrutia Gutiérrez, S.; Otaegi Garmendia, O.; y Arruza Gabilondo. J. A. (2018). Competencia motriz, percepción de competencia y práctica físico-deportiva en adolescentes.

## 1.5

### **JUEGOS PARA MEJORAR HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN NIÑOS Y ADOLESCENTES DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA.**

Idalmes Fariñas Ceballos

Licenciada en Cultura Física, profesora de Educación Física. Educación, Cuba. idalmes.farinas@nauta.cu ORCID: 0000-0001-7412-6907

Yaney Zerquera González

Licenciada en Cultura Física, profesora de Educación Física. ORCID: 0000-0003-0589-4050

Correo: leidianis.zerquera@nauta.cu

Ricardo Andrés Villegas Pentón.

Centro de procedencia Combinado Deportivo Condado Sur. rvpenton@uclv.cu) <https://orcid.org/> ORCID 0000-0001-8640-1770

### **RESUMEN**

La Educación Física tiene como finalidad contribuir al perfeccionamiento del desarrollo integral de los niños y jóvenes, mediante las actividades físicas, deportivas y recreativas, y coadyuvar a la educación de un joven capaz de conducirse activa y conscientemente al servicio de la construcción de la sociedad socialista, saludable, con un desarrollo multilateral de sus capacidades y habilidades físicas con la posesión de hábitos dinámicos, con conocimientos de sus recursos físicos funcionales y dotados de valores morales que le permita enfrentarse a las tareas señaladas por la sociedad; está encargada de desarrollar y perfeccionar en el individuo, capacidades físicas, habilidades motrices básicas y deportivas. De seis a ocho años de edad la actividad fundamental del niño es el juego, ellos no solo corren, además disfrutan, siendo esto importante para su desarrollo psíquico. El desarrollo de las habilidades motrices básicas de los alumnos de 2do grado de la Escuela Primaria Ramón Ríos Montalvo de Caibarién se ha visto afectado a pesar de poseer las condiciones físicas y psicopedagógicas para su desarrollo. La investigación tiene como objetivo: rediseñar juegos menores para la contribución al desarrollo de las habilidades motrices básicas en segundo grado desde la Educación Física.

**Palabras Clave:** básicas; capacidades; desarrollo; habilidades; integral; motrices.

## INTRODUCCIÓN

El creciente reconocimiento social del papel de la escuela como el más importante agente educativo al que la sociedad le encarga directamente la noble y difícil misión de la formación de las nuevas generaciones, constituye uno de los rasgos característicos del desarrollo de la época actual.

Entre otros factores el crecimiento del reconocimiento social del papel de la escuela se relaciona con los requerimientos de la época en que vive, matizada por los resultados de la revolución científico técnica, cuyo impacto en la práctica social es tan grande y en ocasiones tan rápido, que crea la necesidad de formar a las nuevas generaciones con una concepción que asegure unas nuevas condiciones.

La educación es un factor clave del desarrollo y mientras el personal sea más profesional podrá transformar su entorno en función de que el alumno no sea un ente pasivo. Cuba no está exenta de estas transformaciones, ya que al igual que en otros países, los estilos tradicionales de enseñanza constituyen un problema para el desarrollo del aprendizaje del niño y el adulto, lo cual requiere que sea realizada la preparación de éste, y la eficacia de los centros de formación, con vistas a que aporten ciudadanos productivos y participativos. (<https://www.significados.com/educacion-fisica/2017>)

Se debe tener en cuenta que estos aspectos no se dan por separado, sino que se deben lograr su interrelación y concatenación para formar el hombre nuevo que existe en la sociedad socialista. Por lo tanto, la Educación Física está encargada de desarrollar y perfeccionar en el individuo habilidades motrices y deportivas y capacidades físicas, además, crea condiciones altamente favorables para el desarrollo de cualidades volitivas y morales.

Según destacados autores plantean que: “el juego es una actividad que está presente en todos los seres humanos. Los etólogos han identificado como un posible patrón fijo de comportamiento en la ontogénesis humana, que se ha consolidado a lo largo de la evolución de la especie (filogénesis). Su universalidad es el mejor indicativo de la función primordial que debe cumplir a lo largo del ciclo vital de cada individuo. Habitualmente se le asocia con la infancia, pero lo cierto es que se manifiesta a lo largo de toda la vida del hombre, incluso hasta en la ancianidad”.

El juego es una tarea fundamental para el correcto y adecuado desarrollo físico, psíquico y social del niño, estos tienen como derechos disfrutar plenamente de juegos y de la recreación las cuales deberán estar orientadas hacia fines educativos, universalmente es reconocida la importancia de los mismos en el desarrollo integral del individuo, es también un medio muy efectivo de la Educación Física. (<https://repositorio.uho.edu.cu/jspui/handle/uho/4760>)

Muchos autores, consideran el juego como un factor importante para el desarrollo tanto físico como psíquico del ser humano, especialmente en su etapa infantil, el desarrollo infantil está directa y plenamente unido con el juego, debido a que además de ser una actividad natural y espontánea a la que el niño le dedica todo el tiempo posible, a través de él, el niño desarrolla su personalidad y habilidades sociales, sus capacidades intelectuales y psicomotoras y, en general, le facilita tener experiencias que le enseñan a vivir en sociedad, a conocer sus posibilidades y limitaciones, a crecer y madurar.

El juego es uno de los primeros lenguajes del niño, una de sus formas de expresión más natural, a través del mismo, el niño irá descubriendo y conociendo el placer de hacer cosas y estar con otros, es uno de los medios más importantes que tiene para expresar sus más variados sentimientos, a través de la solución de problemas en la realización de los juegos, los niños y niñas desarrollan la creatividad, además de fomentar de manera no planificada el desarrollo de las habilidades motrices básicas desde edades muy tempranas a partir de los movimientos que se realizan con el propio progreso evolutivo. (Ruiz Aguilera.2019)

En el horario escolar de segundo grado, al igual que en primero, hay un tiempo dedicado al juego que debe ser estrictamente respetado por el maestro, pues responde a una necesidad no solo física sino también psíquica del niño. El juego contribuye al desarrollo físico del escolar y además es un elemento educativo de gran importancia para su desarrollo psíquico

En el transcurso del juego los niños no solo corren, saltan, disfrutan y esto es muy importante para su desarrollo, se comunican, interactúan y cuando participan en juego de roles posibilitan que el maestro aprecie la forma en que reflejan las relaciones que se dan entre las personas que lo rodean en el medio social familiar en que se desenvuelven.

Es importante para el trabajo con los niños, que la maestra(o) conozca las características anatómicas, psicológicas y las particularidades motrices de cada etapa del desarrollo, para dirigir adecuadamente el proceso de enseñanza, en este caso se analizan los niños de 2do grado que tienen aproximadamente siete años Es un niño cuya experiencia se ha enriquecido por la ampliación de su campo social de acción y sobre todo por su primer año de vida escolar.  
<https://revistas.udca.edu.co/index.php/ruadc/article/view/1047>

En ocasiones, el interés por aprender decae en los alumnos de los grados intermedios segundo y tercero. Quizás influye en esto la motivación social de ser escolar, ser pionero, los niños que cursa el segundo grado tiene aproximadamente siete años. Es un niño cuya experiencia se ha enriquecido por la ampliación de su campo social de acción y sobre todo por su primer año de vida escolar

En todos los casos es conveniente recordar que primer y segundo grado constituyen la primera etapa del primer ciclo, que los niños de ambos grados son muy similares y que es precisamente el trabajo escolar el que fundamentalmente irá favoreciendo y promoviendo su desarrollo y marcado las diferencias de lo que pueden hacer los niños de un grado y otro. Es conveniente recordar que la etapa de la vida de los seis hasta los once o doce años se conoce como etapa de la edad escolar, ya que la actividad de aprendizaje ocupa un lugar central en la vida del niño y favorece un conjunto de transformaciones fundamentales de él.

En lo que se refiere el desarrollo físico, el niño de este grado presenta algunos cambios con respecto al alumno de primer grado. Si se observa detenidamente un grupo de escolares que se inicia en la escuela y los que están en segundo grado es posible apreciar un ostensible aumento de estatura. Las extremidades han crecido y su cuerpo en desarrollo exige movimiento, actividad física.

Un elemento que el maestro debe tener en cuenta para favorecer el desarrollo físico de los niños es entender la formación de hábitos posturales correctos para preservar la columna vertebral de posibles desviaciones.

Los procesos cognoscitivos están en estos niños aún en tránsito de procesos involuntarios a voluntarios que permiten a los alumnos de estas edades la realización de actividades con un nivel

superior de exigencia, lo cual es posible tanto por el avance de la maduración del sistema nervioso como por la mayor experiencia que el niño alcanza como resultado de las actividades intelectuales que ha realizado en primer grado y también fuera de la escuela.

Ya en segundo grado el grupo escolar es más estable, alcanza mayor significación para el niño; por eso las relaciones que establezca en él tienen mayor repercusión emocional en su vida.

Las insuficiencias anteriormente analizadas permiten establecer el siguiente problema científico ¿cómo contribuir al desarrollo de las habilidades motrices básicas (saltar, correr lanzar y atrapar) segundo grado de la Escuela Primaria Ramón Ríos de Caibarién?

Objeto de investigación: proceso de enseñanza aprendizaje de la Educación Física.

Objetivo General: Rediseñar juegos menores para contribuir al desarrollo de las habilidades motrices básicas en segundo grado desde la Educación Física.

Importancia de la investigación: Este trabajo se realiza con el propósito de lograr el desarrollo de las habilidades motrices básicas, las relaciones interpersonales, la independencia y el entusiasmo por la actividad física de los alumnos de segundo grado de la escuela primaria Ramón Ríos Montalvo, de Caibarién, desde la educación Física.

## **DESARROLLO**

Población: 60 alumnos de segundo grado de la Escuela Primaria Ramón Ríos de Caibarién.

Muestra: Se utilizó para la investigación un grupo de 20 alumnos de segundo, que representa el 33,3. %, (8 hembras y 12 varones) de la Escuela Primaria Ramón Ríos Montalvo.

Métodos del nivel teórico: Permiten abordar el problema sobre la base del razonamiento y posibilitan la interpretación.

Análisis síntesis: Permite analizar materiales sobre el objeto de investigación y simultáneamente descomponer en sus distintas etapas los elementos que inciden en los niños de 6 a 8 años para así estructurar los contenidos del fundamento teórico y de la propuesta de juegos menores.

Inducción deducción: Se utiliza para definir las dificultades detectadas en el desarrollo de la capacidad de rendimiento físico en los alumnos de 2do grado y generalizarlas, con vistas a confeccionar el sistema de actividades participativas propuestas.

Histórico Lógico: Se utilizó para precisar las dificultades de los alumnos en el desarrollo de las habilidades motrices básicas en la enseñanza de primaria en Cuba y otros países.

Métodos del nivel empírico: (permiten constatar la realidad del objeto de investigación proporcionando en la práctica, datos necesarios para abordar con científicidad el problema y cumplir el objetivo propuesto.)

Encuesta realizada a los alumnos: Para constatar la motivación de estos hacia la realización de actividades.

Observación: Para constatar el modo de actuación de los estudiantes ante las actividades del grupo, principalmente el desarrollo habilidades motrices.

Análisis de documentos: Para constatar en qué medida los mismos contribuyen a informar y enriquecer los conocimientos sobre el desarrollo de capacidades físicas en la enseñanza primaria.

Método experimental: Se utiliza un pre-experimento pedagógico para transformar la muestra, donde se analizan los estados iniciales y finales para constatar la efectividad de la propuesta.

Métodos del nivel matemático y/o estadísticos: Permiten hacer una agrupación estructural de todos los hechos o fenómenos que se prestan a una agrupación numérica. Se utilizó el paquete estadístico SPSS para el análisis estadístico descriptivo de los resultados obtenidos.

Al hacer la comparación entre el inicio y el final del preexperimento se observa que hubo un aumento de calidad en todos los indicadores por lo que fue validado satisfactoriamente, lo cual se corrobora con los resultados siguientes:

- En la observación de las actividades de Educación Física
  - Pasó del 50% de los niños y niñas se encontraban motivados para la realización de estas actividades físicas, al 95%.
  - Del 80% niños y niñas realizan las actividades físicas, se elevó al 100%.
  - Del 55% que le gustan saltar, se elevó al 90%.
  - Del 40% de los niños y niñas que prefieren lanzar y atrapar, se elevó al 90%.
  - Al analizar las preferencias por los juegos se observa que del 60%, que les gustan, los juegos del 70%, pasó al 100%, es decir que todos prefieren los juegos en cualquiera de sus formas, ya que con relación a los ejercicios físicos del 60%, bajó a un 33%.
  - Del 80% de los niños y niñas que preferían las actividades con ambos sexos, del 50% con sexo opuesto y del 60% con el mismo sexo, subió a 100% con ambos sexos.
- En relación con la encuesta a los niños y niñas
  - Del 60% de los niños y niñas que planteaban que les gusta la clase de Educación Física ascendió al 100% y todos las prefieren por la mañana.
  - Del 80% de los niños le gusta realizar juegos, ascendió al 100%.
  - En cuanto a las actividades motrices básicas de 14 niños que les gustaba saltar que representa el 70%, ascendió al 100%, del 80% que les gustaba correr, también ascendió al 100% y por último de 25% que preferían lanzar/atrapar, subió al 90.
  - Del 20% de los niños encuestados que les gustaba jugar con niñas ascendió al 60% con niños y niñas y el 100% prefiere jugar con ambos sexos en dependencia del juego a realizar.

En el presente se hizo un profundo análisis de los resultados del trabajo por la aplicación de una guía de observación realizada como diagnóstico a los niños/as de 6 a 8 años que estudian en la escuela Ramón Ríos Montalvo.

Esto nos permitió establecer con claridad nuestra situación problemática como se refleja en la introducción, pudiéndose apreciar que los errores más significativos están en la incorrecta

ubicación de la vista durante la carrera, la incorrecta amortiguación de la caída en el salto, así como la coordinación de movimientos en el lanzamiento y atrape.

En el reflejamos los resultados de la entrevista realizada a los profesores de educación física de esta escuela, donde pudimos constatar que existen las mismas dificultades en los elementos estudiados, el 100% coincide en sus criterios.

Se aprecia en la habilidad de Lanzar y Atrapar que el 28.1% están evaluado de Bien, el 42,7% evaluado de Regular y el 29.1% de mal.

Al evaluar la carrera el 22.9 % evaluado de Bien, el 40.6 % de regular y el 36.4% de mal, los errores mas frecuentes son, incorrecta ubicación de la vista en el momento de la carrera y en salto el 13.5% evaluado de Bien, el 33.3% evaluado de regular, 53.1% de mal, el error más común consiste en la incorrecta amortiguación de la caída al ejecutar el salto.

Los resultados no son nada satisfactorios según los indicadores evaluados que se aprecian en el grupo etario estudiado.

Otro instrumento que tuvimos en cuenta para nuestra investigación fue la aplicación de un a entrevista a los profesores de educación física con el objetivo de conocer como se manifiesta el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños y niñas de 6 a 8 años en la escuela primaria Ramón Ríos Montalvos del municipio de Caibarién. Estos coinciden en que estos niños por ser muy pequeños, la institución no permite la realización de actividades extracurriculares, que esta puede ser una razón por la cual los resultados en la participación efectiva en las actividades programadas en las clases no sean los esperados, pues la realización de las habilidades motrices básicas tales como correr, saltar, lanzar y atrapar, se realicen con errores, también plantean que estos infantes necesitan realizar más actividades (juegos) que respondan al desarrollo de las habilidades motrices básicas.

## **CONCLUSIONES**

A partir de la investigación realizada en función de la elevar la capacidad de rendimiento físico de los alumnos de 2do grado de la Escuela Primaria Urbana Ramón Ríos Montalvo de Caibarién se arriba a las siguientes conclusiones:

Se determinaron el fundamento teórico y metodológico sobre cómo desarrollar las habilidades motrices básicas en los niños de 2do grado de la Enseñanza Primaria.

Se detectaron las principales dificultades que tenían los niños durante el Proceso de Enseñanza Aprendizaje de la Educación Física:

- Poca motivación para la participación en la clase de Educación Física y la realización de ejercicios físicos.
- Poca motivación y conocimiento de las actividades motrices básica (lanzar/atrapar, correr y saltar).
- Poco conocimiento de los niños y niñas con relación a los juegos apropiados para su edad.

Se elaboró un sistema de actividades con jerarquización del juego, que puede ser rediseñado en dependencia del diagnóstico individual y grupal de los niños y niñas, ya que fue elaborado siguiendo las necesidades educativas declaradas, sobre la base de satisfacer las necesidades del desarrollo de la formación multilateral y armónica de su personalidad.

## BIBLIOGRAFÍA

CD Universalización de la cultura Física –ISCF Manuel Fajardo /Carpeta Teoría y metodología de la Educación Física /Teoría y Práctica de los juegos /Educación Física.

Estévez Gullell, Migdalia. La Investigación Científica en la actividad física: su Metodología, Migdalia Estévez /Margarita Arroyo Mendoza. Cecilia González Ferry. La Habana: Deporte, 2006

Ruiz Aguilera. A/Teoría y Metodología de la Educación Física y el deporte escolar. Editorial Pueblo y Educación, 2019.Wikipedia.

CD Universalización de la cultura Física –ISCF Manuel Fajardo /Carpeta Teoría y metodología de la Educación Física /Teoría y Práctica de los juegos /Educación Física.

Programa de juegos menores para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en párvulos de 3 y 4 años 2018 (<https://repositorio.uho.edu.cu/jspui/handle/uho/4760>).

### 1.6

#### EL VAK COMO ESTILO DE APRENDIZAJE, PARA LA ENSEÑANZA DEL BASEBALL5

Lic. Yasai Torres Galindo

Profesor Instructor (yasai@uniss.edu.cu). Docente investigador. Facultad de Cultura Física. Universidad de Sancti Spiritus. Cuba. <https://orcid.org/0000-0002-5737-8472>

#### RESUMEN

Aprender es el proceso de asimilar información que resulta en un cambio en nuestro comportamiento relativamente permanente, producto de la experiencia o la práctica (López Sáez, 2018). Hacer alusión al término “estilos de aprendizaje” es referirse a que cada persona pueda utilizar un método o estrategia específica que le facilite la comprensión de cualquier tema. Cada individuo aprende de forma diferente y es a través de los distintos modelos y teorías existentes sobre estilos de aprendizaje que es posible identificar como aprende cada quien, y para el profesional del magisterio se convierte en la herramienta eficaz que le permite entender los comportamientos diarios en el aula, como se relacionan con la forma en que están aprendiendo los alumnos y el tipo de acción que pueden resultar más eficaces en un momento dado. De ahí que el objetivo del presente artículo, se basó en la aplicación del VAK como estilo de aprendizaje, para la enseñanza del Baseball5 a profesores de Educación Física de la educación primaria, en provincia de Sancti Spiritus. La investigación se desarrolló con una muestra intencionada de dieciséis profesores de Educación Física y los ocho metodólogos municipales. Se utilizaron diferentes métodos teóricos tales como: Analítico – sintético, Inductivo – deductivo, los métodos empíricos: Análisis de documentos, Encuesta, sesiones en profundidad y Para el procesamiento de los datos obtenidos, se utilizó el software Excel.

**Palabras clave:** Baseball5, Educación Física, Capacitación, VAK.

#### INTRODUCCIÓN

En los últimos años se ha hecho un considerable y creciente énfasis en todo el mundo para elevar los estándares educativos. La Educación Física en nuestro país actualmente vive un proceso de carácter experimental de perfeccionamiento de los programas de Educación Física, a todos sus

niveles educativos orientado hacia modelos educativos de calidad y de excelencia, en donde el alumno es el eje central de un proceso pertinente de enseñanza-aprendizaje.

Una forma de lograr esto es a través de la transformación y el desarrollo curricular. La transformación de los planes de estudios se ha comenzado en muchos países para educar mejor a los estudiantes, donde los programas de Educación Física están bajo fuerte presión para demostrar que sus prácticas son efectivas para preparar a los estudiantes para una vida activa saludable y exitosa (Balázs, Susan, & Henriette, 2016).

En todos estos cambios y transformaciones de los programas educativos, el profesor de Educación Física es pieza clave, ya que es quien filtra con su personalidad y profesionalidad todas las influencias que reciben los estudiantes, siendo la actitud de éstos durante las clases primordial para la motivación del alumnado.

El programa de perfeccionamiento desde su primera edición en el 2016 hasta la actualidad, ha pasado por tres etapas, en las se han realizados diversas modificaciones como las presente en estos últimos tiempos con la inclusión del Baseball5, en el programa del Deporte Para Todos. Por ser este deporte novedoso, de poco tiempo de práctica y con la ventaja de poderse practicar en cualquier parte, requiriendo solo del uso de una pelota de goma, si lo comparamos con deportes relacionados con él, como el Béisbol y el Softbol, es más asequible para su desarrollo y puestas en práctica como parte del programa del Deporte para Todos.

Para la enseñanza del Baseball5 dentro del programa del Deporte para Todos en la provincia Sancti Spíritus se hace necesario capacitar a los profesores de Educación Física.

Aunque se cuenta con los programas, como documento rector, indicaciones metodológicas y hasta un proyecto a nivel nacional "MI ESCUELA CAMPEONA" donde hacen referencia al Baseball5, estas no reflejan acciones metodológicas ni indicaciones, para capacitar a profesores de la Educación Física, con el objetivo de incorporar este nuevo deporte a su puesta en práctica.

Con los instrumentos aplicados como la entrevista y encuesta se pudo comprobar que existen deficiencias por parte de los profesores de la Educación Física del nivel primario en provincia Sancti Spíritus de los conocimientos del deporte en cuanto a:

Características del terreno.

Las reglas que lo rigen.

Los fundamentos básicos de la ofensiva y defensa.

Todos ellos esenciales para su práctica y desarrollo.

Las problemáticas halladas, traen como consecuencia la incorrecta interpretación de los aspectos teóricos, metodológicos y prácticas, necesarios para la enseñanza del Baseball5. Por lo que se hace necesario, y es la finalidad de este estudio, contribuir a la capacitación docente, en la orientación, práctica y desarrollo del Baseball5 en la provincia de Sancti Spíritus, utilizando como herramienta pedagógica e instructiva el estilo de aprendizaje del VAK.

(Nicoletti, Balmaceda, J, Schiaffino, & Godoy, 2013) plantean que *"los estilos de aprendizaje son características cognitivas, y comportamientos psicológicos que sirven como indicadores de cómo los estudiantes perciben, interactúan y responden a los distintos ambientes de aprendizaje"* (p. 558)

Los estilos de aprendizaje, son entendidos como los modos particulares de apropiar conocimientos y procesar la información (Gómez Bustamante, Jaimes Morales, & Severiche Sierra, 2017).

De acuerdo con (Aragón García & Jiménez Galán, 2009), entre los estilos más difundidos están el activo-reflexivo-pragmático-teórico: modelo de David Kolb, que se basa en el modo de procesar la información. El sensoriales-intuitivos, visuales-verbales, secuenciales-globales y activos-reflexivos: modelo de Felder & Silverman, basado en la categoría bipolar. El racionales-cuidadosos-experimentales-emocivos: modelo de Ned Herman, basado en las preferencias del pensamiento. Y el visual-auditivo-kinestésico: Modelo Programación Neurolingüística (PNL) basado en los sistemas de representación.

Relación con al modelo de Programación NeuroLingüística (PNL), cuando hablamos de estilos de aprendizaje nos referimos a que cada persona utiliza métodos o estrategias para aprender, algunas de las cuales pueden ser utilizadas con mayor frecuencia en el proceso de aprendizaje, pero pueden variar de acuerdo a las circunstancias, (Freiberg Hoffmann & Fernández Liporace, 2015).

Para (Díaz Mosquera, 2012), el modelo PNL surge de los postulados de Richard Bandlery John Grinder y se fundamenta en tres componentes:

Programación: referido a la aptitud humana de producir y utilizar programas de comportamiento.

Neurológico: conformado por las percepciones sensoriales que determinan el estado emocional propio de cada persona.

Lingüístico: alusivo a la comunicación verbal y no verbal.

Este modelo, por sus posibilidades aplicativas y relevancia académica; se asume como soporte teórico-metodológico fundamental para desarrollar en presente programa de capacitación. El objetivo principal de esta investigación es evaluar el efecto del programa de capacitación VAK para la enseñanza del Baseball<sup>5</sup> en profesores de Educación Física de la provincia de Sancti Spiritus.

El estilo VAK proviene del Modelo PNL, fue propuesto por Dun, Dun & Price (1985), quienes explican el aprendizaje a partir de la ejercitación de los canales de representación visual, auditivo y kinestésico.

Visuales. Los cuales al pensar en imágenes les permite establecer una mejor relación entre ideas y conceptos, absorbiendo con mayor rapidez la información

Auditivos. Son los que aprenden mejor oyendo las explicaciones, leyendo en voz alta o bien explicando la información a otras personas.

Kinestésicos. Son los que asocian la información a sensaciones y movimientos del cuerpo.

Con la aplicación del VAK, el estudiante, bajo la orientación docente; escoge automáticamente su canal de preferencia. Las dos primeras representaciones (visual y auditivo), son ejercitadas principalmente durante el proceso teórico-metodológico, mientras que la última (kinestésica) se ejercita con mayor persistencia durante la práctica, permitiendo al capacitador, considerar *“las diferencias de los seres humanos para aprender”* (Girardo Botero & Bedoya Hernández, 2006, p.1) y al mismo tiempo evaluar grupal e individualmente el avance del programa.

La aplicación de programas de capacitación a través del VAK, se han insertado en diferentes campos educativos, donde varios investigadores destacan su eficiencia como son los casos de: (Reyes Rivero, Céspedes Gómez, & Molina Cedeño, 2017); (Yáñez et al., 2018); (Álvarez, Bernabé, & Gálvez, 2018); (Galindo Reyes, Cerda Cristerna, & Suárez Franco, 2019) y (Chávez Oviedo & Reynosa Navarro, 2019), donde todos ellos refieren de forma general a que cuando a los estudiantes se les enseña según su propio estilo de aprendizaje, aprenden con más eficiencia, también expresan que en estudios experimentales confirmaron que el rendimiento de los alumnos después de aplicar el programa fue mayor que cuando no recibieron dicho programa, –demostrando– una relación directa entre los procesos cognoscitivos y los campos de representación visual, auditivo y kinestésico. El estudio de caso realizado por (Duque Cajamarca, 2010), presentado en el IV Congreso Mundial “Estilos de Aprendizaje”, México, 2010; rescató múltiples logros pos aplicación del VAK en el proceso enseñanza-aprendizaje, entre ellos:

Un conveniente acercamiento docente-estudiante, permitiendo que el educando evacúe dudas, sistematice lo aprendido y pueda aplicarlo a la práctica.

Motivó un análisis individual para corregir posibles inconsistencias en su relación objeto-sujeto.

Permitió que asuman su auto-liderazgo, aumentando su complementariedad en función de un producto final de forma consciente.

Contribuyó para que mejoren además de comprensión lectora y ortografía, las capacidades del pensamiento e innovación.

Ayudó a que mejoren sus relaciones interpersonales, practiquen la autocrítica grupal, asuman compromisos de superación en equipo y desarrollen sentido de pertenencia.

Mejoraron la capacidad para elevar la calidad de sus productos académicos y sustentarlos con solvencia a partir del aporte diversificado, pero enfocado en un mismo objetivo.

Desarrolló la relación armónica docente-alumno y alumno-alumno, aportando nuevas metodologías de trabajo en aula, dedicación estudiantil y cumplimiento de metas acordadas.

## **DESARROLLO**

El programa de capacitación propuesto, presenta circuitos progresivos de entrenamiento organizado en seis etapas:

**Etapas 1:** Es el momento instructivo donde el capacitador explica y demuestra las acciones de juego, para ello se basa en los fundamentos teóricos, metodológicos y prácticos convenientes. Durante esta explicación-demostración el estudiante pone en práctica, fundamentalmente, los canales visión y audición, entrando en un “proceso de construcción que pueda producir algún cambio en los conceptos previos o cambiarlos por completo” (Rodríguez Fernández, Mato Cadórniga, & Pereira Mariño, 2016, p.312).

**Etapas 2:** El alumno escucha, observa y reflexiona de acuerdo a los fundamentos teóricos, metodológicos y prácticos pertinentes. Para lograr la escucha activa, (Subiela García, Abellón Ruiz, Celdrán Baños, Manzanares Lázaro, & Satorres Ramis, 2014), recomiendan hacer silencio para generar confianza en el interlocutor, demostrar disposición de escucha estableciendo una conexión empática, limitar los elementos distractores, preguntar cuando sea necesario aclarar algún punto y automáticamente volver a la posición de escucha. Con respecto a la observación, esta “va a contribuir en la apropiación y adquisición de conocimientos y a permitir toda una

elaboración mental para procesar la información” (Durán Chiappe, 2013, p.76). El capacitador debe garantizar que este momento educativo no sea unilateral, por el contrario, motivar la participación activa de los estudiantes utilizando técnicas auto-reflexivas como la exploración de conocimientos previos, la problematización, la casuística y la construcción del conocimiento.

**Etapa 3:** El alumno, con la ayuda y la supervisión del capacitador ejecuta los aprendizajes adquiridos en etapas anteriores, apropiándose de la base teórica y los fundamentos metodológicos necesarios para luego poner en práctica los aprendizajes, utilizando los tres canales de representación.

**Etapa 4:** El capacitador evalúa y corrige la ejecución, utilizando la observación directa para verificar la correcta ejecución técnica en forma parcial. La observación directa permite “el registro sistemático, válido y confiable de comportamientos y situaciones observables”.(Sampieri, Collado, & Lucio, 2014, p.399). Si algunos alumnos no logran ejecutar correctamente el ejercicio, entonces se necesita regresar a etapas anteriores, esta decisión se toma basada en evidencias concretas. Si todo marcha de acuerdo a lo planificado, es necesario (antes de seguir avanzando) reconocer el nivel de logro alcanzado por los estudiantes

**Etapa 5:** El alumno ejecuta consciente que “la enseñanza de un deporte ha de promover que el jugador comprenda la lógica interna del deporte que aprende, de manera que éste pueda organizar su acción de juego de una forma autónoma, intencional y reflexiva” (Jiménez Jiménez, 2011, p.40). Desarrolla elementos esenciales del juego aplicado instantáneamente las técnicas aprendidas en etapas precedentes. En caso de una incorrecta ejecución técnica, el capacitador; cuando es un error aislado, corrige directamente al infractor al culminar su ejecución, explicando y demostrando la forma adecuada. Si el error fuera generalizado, se detiene la ejecución para hacer una nueva demostración instructiva. Nuevamente se retoma la práctica hasta que la ejecución cumpla con los parámetros técnicos homologados. Al finalizar la ejecución se refuerzan los avances alcanzados en forma cualitativa.

**Etapa 6:** Al finalizar la práctica se realiza la meta-cognición por ser uno de los “conceptos que han encontrado un puesto importante dentro de la psicología educativa y en la psicopedagogía” (Ugartetxea, 2001, p.51). En este momento el capacitador verifica hasta qué punto el alumno ha interiorizado los fundamentos técnicos del deporte llevados a la práctica dentro de la sesión. Confirma los avances alcanzados y se corrige posibles inconsistencias.

El desarrollo óptimo de cada etapa, propicia que la enseñanza del Baseball5 sea relevante a la necesidad formativa diagnosticada en la provincia de Sancti Spíritus, porque viabiliza la formación no solo de metodólogos deportivos, sino de profesores de Educación Física con alto desempeño en cuanto a Conocimiento, Técnica y Normas del Baseball5.

La población, como plantean Ernesto Hernández Calderín y otros (2002: 61), citado por (Toledo Díaz, 2012, p.109), “[...] cualquier conjunto de elementos que tenga una o más propiedades comunes definidas por el investigador, pudiendo ser desde toda la realidad, hasta un grupo muy reducido de fenómenos para la finalidad del trabajo”. Atendiendo a este criterio, la investigación se realiza en la provincia de Sancti Spíritus, que posee un total de 292 escuelas primarias, de ellas ocho se encuentran en la tercera (III) etapa del perfeccionamiento, una por cada municipio. La cobertura de la fuerza técnica es de 352 desglosada en, 204 del sexo masculino (M) y 148 femenino (F).

En la investigación se trabajó con la siguiente muestra intencionada: veinticuatro profesores, desglosados en: dieciséis profesores que laboran en las ocho escuelas que se encuentran en la

tercera etapa del perfeccionamiento del territorio y los ocho metodólogos municipales, encargados, a través de las preparaciones metodológicas, de hacerle extensivo al resto de los profesores de Educación Física del territorio.

Se le aplicó a la muestra el pretest y postest con un nivel de confianza superior al 95% y un margen de error inferior al 5%. Para explicar el soporte teórico del programa se utilizó un aula equipada con computadora. La secuencia metodológica del programa se diseñó mediante un Diagrama de Flujo, en forma vertical descendente y de constante retroalimentación por ser este “el método más extendido y popular para realizar el diseño gráfico de procesos”.(Ramonet, 2014).

Para desarrollar la parte metodológico-práctica y la enseñanza de los fundamentos básicos se partió del Béisbol, deporte muy a fin al Baseball5. Se realizaron ejercicios sin pelota por ser la base primaria de las acciones del juego con la pelota. Luego se insertaron ejercicios con la pelota partiendo del fildeo, pase y lanzamientos. Como complemento a esta secuencia se combinaron los ejercicios (con y sin pelota). También se trabajaron ejercicios en la ofensiva como el golpeo de la pelota y el corrido de bases, para el golpeo de la pelota se trabajaron con ejercicios muy similares a los del deporte de Trinquete. Para el desarrollo de estos ejercicios, se utilizó una pelota de Tenis de campo, porque permiten mayor una mayor facilidad para la realización de los ejercicios defensivos. Todas las sesiones prácticas se desarrollaron en un terreno acondicionado según las reglas de la Confederación de Béisbol y Softball 2020.

El estudio se desarrolló bajo el método cuantitativo, utilizando el método estadístico para establecer un análisis causa-efecto (Sampieri et al., 2014) sobre el efecto del programa VAK para la enseñanza del Baseball5 en profesores de Educación Física en la provincia de Sancti Spíritus. Para de análisis y procesamiento de datos se utilizó el software Excel, ello permitió la obtención de gráficos ilustrativos confiables. Como técnica se utilizó la encuesta la utilización de este instrumento, sirvió para comprobar los niveles de Conocimiento, Habilidades y Reglamento que poseen los profesores participantes en el programa de capacitación.

Se pudo observar en los resultados comparativos de los niveles alcanzados en la dimensión Conocimiento, encontrando que en el pre-test el nivel de mayor porcentaje, correspondiente a 33.3% fue el Muy bajo, en tanto que después de la aplicación del programa VAK, el nivel que alcanzó mayor frecuencia, con un 58.3% fue el Muy Bueno, lo que indica la influencia positiva del programa sobre el conocimiento, en la enseñanza del Baseball5 en los profesores de Educación Física.

Con respecto a los resultados comparativos de los niveles alcanzados en las habilidades motrices básicas, encontrando que en el pre-test el nivel de mayor porcentaje, correspondiente a 45.8% fue el Muy bajo, en tanto que después de la aplicación del programa VAK, el nivel que alcanzó mayor frecuencia, con un 54.2% fue el Muy Bueno, lo que indica la influencia positiva del programa en la enseñanza del Baseball5 en los profesores de la Educación Física.

En los resultados comparativos de los niveles alcanzados en el conocimiento del Reglamento oficial, encontrando que en el pretest el nivel de mayor porcentaje, correspondiente a 45.8% fue el Muy bajo, en tanto que después de la aplicación del programa VAK, el nivel que alcanzó mayor frecuencia, con un 62.5% fue el Muy Bueno, lo que indica la influencia positiva del programa sobre el reglamento, en la enseñanza del Baseball5 en los profesores de Educación Física.

## CONCLUSIONES

La aplicación del programa de capacitación basado en el modelo VAK, mejora significativamente la enseñanza del Baseball5 en los profesores de Educación Física de la provincia de Sancti Spíritus. Se pudo determinar que el programa de capacitación basado en el modelo VAK mejora significativamente del Conocimiento, las habilidades motrices básicas y el reglamento oficial del Baseball5.

Por otro lado, los profesores de Educación Física en Sancti Spíritus, no han sido capacitados adecuadamente e ignoran los aspectos cognitivos, técnicos y los fundamentos básicos del Baseball5, no tenían un orden establecido para la enseñanza y los métodos y procedimientos que utilizan en sus clases, lo cual retrasaban el proceso de enseñanza-aprendizaje. Con los resultados obtenidos en la segunda evaluación, se pudo demostrar que, con una secuencia lógica del proceso de enseñanza-aprendizaje partiendo desde lo más simple hasta lo más complejo, los profesores mejoraron y elevaron su nivel de conocimiento acerca del Baseball5, para poder ponerlo en práctica.

## BIBLIOGRAFÍA

- Álvarez, R., Bernabé, R., & Gálvez, M. (2018). Estilos de aprendizaje basado en el modelo de programación neurolingüística y rendimiento académico de los estudiantes del quinto de secundaria. *Ciencia Y Desarrollo*, 21(2), 43–47. doi:10.21503/cyd.v21i2.1630
- Aragón García, M., & Jiménez Galán, M. (2009). Diagnóstico de los estilos de aprendizaje en los estudiantes: Estrategia docente para elevar la calidad educativa. *Revista de Investigación Educativa*, 9, 23–43. Retrieved from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=283121714002>
- Balázs, F., Susan, C., & Henriette, D. (2016). Satisfaction and preferences of PE students and the head of the PE department : meeting the new curricular expectations. *JOURNAL OF HUMAN SPORT & EXERCISE*, 11(1), 1–18. doi:10.14198/jhse.2016.111.01
- Chávez Oviedo, Á., & Reynosa Navarro, E. (2019). Efecto del programa de capacitación VAK para la enseñanza del balonmano en profesores de Educación Física. *Revista Universidad Y Sociedad*, 11(5).
- Díaz Mosquera, E. (2012). Estilos de Aprendizaje. *Eidos*. Retrieved December 18, 2019, from <https://revistas.ute.edu.ec/index.php/eidos/article/view/88>
- Duque Cajamarca, P. (2010). Reflexión inicial sobre las actividades VAK utilizadas en el proceso de enseñanza aprendizaje de la asignatura de ética y responsabilidad social del programa de trabajo social de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca. In J. A. García Cué, M. Sanizo Rincón, & J. Velázquez (Eds.), . Montecillo, México: IV Congreso Mundial de Estilos de Aprendizaje. Conferencia Magistral sustentada en el congreso. Colegio de Postgraduados.
- Durán Chiappe, S. (2013). La importancia de la observación y el juego en la educación infantil. *Lúdica Pedagógica*, 1(8), 74–78. Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/323650961\\_La\\_importancia\\_de\\_la\\_observacion\\_y\\_el\\_juego\\_en\\_la\\_educacion\\_infantil/fulltext/5aa1e26f45851543e63b459a/La-importancia-de-la-observacion-y-el-juego-en-la-educacion-infantil.pdf](https://www.researchgate.net/publication/323650961_La_importancia_de_la_observacion_y_el_juego_en_la_educacion_infantil/fulltext/5aa1e26f45851543e63b459a/La-importancia-de-la-observacion-y-el-juego-en-la-educacion-infantil.pdf)
- Freiberg Hoffmann, A., & Fernández Liporace, M. M. (2015). Estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios ingresantes y avanzados de Buenos Aires. *Liberabit*, 21(1), 71–79.

## LA PREPARACIÓN DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA. UNA PROPUESTA DE SOLUCIÓN.

Lic. Yaneisi Montalbán Pérez

Metodóloga Municipal de Educación Física Escolar, Manicaragua, Cuba. <https://orcid.org/0000-0002-2882-3346>.

Lic. Yudiel Pacheco Pérez.

Metodólogo Provincial de Educación Física Escolar, Villa Clara, Cuba. <https://orcid.org/0000-0002-3014-8650>.

Lic. Miriam Novoa Pérez.

Licenciada en Psicología. Psicopedagoga del Centro de Diagnóstico y Orientación. Cuba. [mirita.novoa68@gmail.com](mailto:mirita.novoa68@gmail.com). <https://orcid.org/0000-0003-4265-0995>.

### RESUMEN

En la actualidad con la situación que se ha presentado en el mundo con la covid-19 es aún más necesario contar en la formación del profesor de Educación Física, con nuevas cualidades, mayor profesionalidad, sólidos valores así como un desempeño docente educativo con mejor preparación en contenidos y un amplio desarrollo en sus habilidades profesionales, por lo que se requiere una sistemática preparación que contribuya a desarrollar un proceso de transformación en sus clases para el trabajo integral de los escolares, debido a que la sociedad demanda cada vez más de un profesional competente, que pueda transformar y enriquecer su práctica. El trabajo se desarrolla utilizando el método histórico-lógico y un exhaustivo análisis de documentos, así como entrevistas, observación y encuestas. Las exigencias que impone la situación mundial actual hace necesario diversificar la preparación e impartición de actividades para alcanzar logros desde la educación física, la importancia del presente trabajo es que presenta una propuesta de solución.

**Palabras clave:** Educación Física, preparación, profesores, talleres.

### INTRODUCCIÓN

En la actualidad la Educación Física ha ampliado sus responsabilidades, desde potenciar las condiciones físicas básicas o el desarrollo de determinadas destrezas, hasta atender otros aspectos como: lo afectivo, lo cognitivo, lo tónico-emocional y lo simbólico. Considerando además, el problema social ligado a la salud, el excesivo sedentarismo en los jóvenes, resulta imprescindible entonces que, en los diferentes contextos, se tenga en cuenta la imperiosa necesidad de movimiento en la infancia y se consoliden hábitos de actividad física, desde los primeros años de vida (Gil, Contreras, Gómez & Gómez, 2008).

En el contexto de la Educación Física, el trabajo metodológico tiene como objetivo fundamental lograr que el profesor desarrolle con eficiencia su labor docente-educativa. Este debe estar encaminado, principalmente, al análisis de las tendencias, métodos y enfoques que facilitan la integración de los contenidos y la capacidad de formar a un profesional capaz de comportarse de manera eficaz y adecuada en una determinada comunidad. De esta manera, el trabajo metodológico contribuirá a elevar el nivel científico-pedagógico-investigativo del profesor como factor ineludible para la formación de una personalidad integral en el estudiante.

Uno de los aspectos importantes a tener en cuenta es la constante superación de los docentes. Es importante que adquieran una formación más amplia en este ámbito, necesitando un reciclaje permanente para aprovechar la riqueza de contribuciones actuales que los profesionales del ámbito de la educación física y del deporte nos aportan con publicaciones, experiencias prácticas, congresos, etc. En los centros educativos deben emplearse nuevas metodologías de enseñanza-aprendizaje de los deportes colectivos. Sería importante que el alumnado adquiriera el suficiente gusto por la actividad deportiva practicada en la escuela para seguir haciendo deporte en horario extraescolar y ahí el docente tiene un papel fundamental.

El profesor de educación física debe dominar la asignatura que imparte, sus contenidos y enriquecerlos, desarrollarla con la calidad requerida, ejercer adecuadamente la labor educativa e instructiva, orientar, controlar y evaluar a los estudiantes para lograr que se apropien de los conocimientos, teniendo presente los objetivos y contribuir a su formación integral. Todo esto debe estar presente de forma permanente, para así lograr una docencia de calidad y no olvidar que son educadores de las actuales y futuras generaciones.

Se precisa de profesores capaces de formar profesionales bien preparados y comprometidos con su trabajo, flexibles para dar respuestas a las nuevas necesidades y demandas, innovadores y con recursos para transformar su realidad inmediata” (Valliant, 2009, p. 14).

Las tendencias actuales en la formación permanente del profesorado destacan como contenidos fundamentales a tener en cuenta en tal formación: la educación permanente de la personalidad del profesor, el carácter desarrollador de la práctica, para construir teorías y juicios sobre ella, las experiencias personales, el intercambio con otros, la toma de conciencia de sus vivencias, el desarrollo de competencias profesionales; la transformación del conocimiento en contenido, las intenciones y la toma de decisiones, para conseguir las transformaciones, el autoconocimiento personal, para transformar su desempeño (Mendoza, 2011).

Las indicaciones del presidente del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER) para el curso 2017-2018 hacen referencia en su tercer punto a: trabajar con creatividad y sistematicidad para lograr que la Educación Física mantenga su lugar tradicional como asignatura preferida por todos los alumnos de las escuelas de educación general, politécnica, laboral, especial y educación técnica-profesional y superior.

**Objetivo General:** diseñar un sistema de talleres para la preparación de los profesores de Resolución 391 de la enseñanza primaria, de forma emergente para asumir los retos de las clases de la educación física contemporánea.

La importancia del trabajo radica en que se contribuye con una propuesta sistema de talleres que contribuyan a la preparación metodológica de los profesores de Educación Física para el logro de mejores resultados.

## **DESARROLLO**

**Metodología:** Con vista a darle la científicidad requerida a esta investigación, fueron empleados los siguientes métodos y técnicas de la investigación científica.

**Histórico lógico:** Se utiliza para estudiar la trayectoria por la que ha transitado la preparación metodológica de los profesores de EF en el municipio.

**Encuesta:** realizada a los profesores experimentados para constatar los contenidos más importantes que deben conocer los profesores.

Entrevista: a directivos de la educación física para conocer los objetivos de prioridad que deben dominar los profesores para impartir una clase de educación física contemporánea.

Análisis de documentos: para constatar en qué medida los mismos contribuyen a enriquecer y orientar los conocimientos de estos profesores en la enseñanza primaria.

Resultados de las encuestas realizadas a los metodólogos y jefes de cátedras de Educación Física del municipio.

En la pregunta 1, referida a los problemas que más inciden en las visitas a estos profesores son: insuficiente conocimiento de los contenidos motivo clase, no seleccionan métodos y procedimientos adecuados para trabajar, no corrigen errores, no se trabaja las diferencias individuales.

En la pregunta 2, referida a los problemas que inciden en la preparación de los profesores el 81,81% (8) planteó que existen barreras las cuales están dadas por la falta de personal con experiencia que los oriente sistemáticamente, se hace difícil realizar una labor diferenciada en las preparaciones metodológicas en las escuelas y el 18,18% considera que la barrera está en la falta de tiempo para prepararse debido a los horarios y el día de superación que coincide con la preparación metodológica del municipio.

En la pregunta 3, referida a las sugerencias para mejorar la preparación de los profesores, el 100% plantea que se desarrollen, talleres y seminarios y otras actividades metodológicas que estimulen la preparación de los profesores de Educación Física.

Resultados de la entrevista grupal

En la pregunta # 1 el 63 % (7 profesores) de ellos no tienen ninguna experiencia, el 36,6% (4 profesores) fueron monitores cuando eran estudiantes.

No todos los docentes no tienen el dominio el contenido a impartir en clase, no hay dominio de la dosificación y planificación de las clases, hay desconocimiento de los deportes motivo clase como son baloncesto, gimnasia rítmica, fútbol y su dominio, solo 2 profesores contestaron positivamente la pregunta para 18,1%.

Los profesores coinciden en que los talleres son importantes porque se pueden realizar o planificarse según los problemas que tienen al enfrentarse a la clase, se pueden realizar clases prácticas y teóricas para enriquecer su conocimiento. Pueden intercambiar criterios en cuanto a los métodos y procedimiento, planificación de clases, dosificación, confección de TC, trabajo con las diferencias individuales entre otros.

Resultados de la encuesta a profesores

Referida al conocimiento de los documentos que norman la preparación metodológica de los profesores de Educación Física en formación que laboran en las escuelas primarias: el 36,36% lo conocen el 63,63% lo desconocen. Anexo

El 81,81% de los profesores no se sienten totalmente preparados pues no dominan las exigencias didáctica-metodológicas para el desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje de la asignatura y el 18,18 (3) se sienten preparados solamente en la gimnasia básica.

Referida al dominio de los contenidos motivos clase 90,2% (7) no tiene dominio.

Dirigida a conocer cómo sugieren que sea desarrollada esta actividad el 100% se refirió a talleres, conferencias, seminarios que les permitiera, primero prepararse en el contenido a impartir, resolver actividades y elaborar nuevas preguntas, intercambiar los criterios que tienen desde su auto preparación, valorar si las formas en que se planificaron sus clases.

Como se puede observar en los resultados de la encuesta a los profesores se constató lo planteado en la situación problemática acerca de la falta de conocimientos y preparación para el tratamiento del objeto de investigación.

La constatación empírica de los resultados obtenidos, procesados y analizados con anterioridad permitió llegar al siguiente inventario de problemas encontrados en los profesores que participaron en la investigación: Insuficiente diagnóstico en el desempeño profesional pedagógico, falta de herramientas para mejorar el desempeño profesional pedagógico, generalmente la motivación de los profesores por la superación y auto superación no es eficaz, insuficiente trabajo metodológico para el desempeño profesional pedagógico e insuficiente importancia a la clase como vía para el desempeño profesional pedagógico de los profesores de Educación Física.

Para solucionar las dificultades constatadas se propone un sistema de talleres.

Objetivo general del sistema de talleres: contribuir a la preparación permanente de los profesores de Educación Física en formación, utilizando el taller metodológico como forma de organización del proceso, contribuyendo así a la preparación permanente y actualizada de estos, perfeccionando el desempeño profesional pedagógico.

#### Objetivos específicos

Fortalecer el desarrollo de la preparación de los profesores de Educación Física a en su desempeño profesional pedagógico en la actividad de Educación Física.

Aplicar la teoría del conocimiento como alternativa educativa para el mejoramiento profesional y humano.

Actualizar los conocimientos de la clase de Educación Física para un mayor desarrollo de los sentimientos de cubanía.

#### Metodología de los talleres

Para la ejecución de los talleres se elaboró una metodología que considera el enfoque participativo, orientado a la acción, en el cual toda actividad se realiza para favorecer la sensibilización de los miembros con los objetivos de cada taller. Es necesario disponer del tiempo y la sistematización necesarios en el trabajo de orientación. Cada taller consta de los siguientes momentos:

Etapa inicial: Cada taller debe tener el título que lo identifique, expresando de forma breve su esencia y transmitiendo la idea del asunto a tratar. Al comienzo se debe crear un clima psicológico favorable y concentrarse en la actividad. A partir del segundo taller se establece el nexo con el tema abordado en el encuentro anterior. Se pueden aplicar técnicas participativas en algunos casos, se realizará una valoración por parte de los participantes de los temas abordados, se establece el intercambio sobre qué se trató, qué pensaron, qué les llamó más la atención, si tienen alguna pregunta, duda o preocupación. Ese momento permite actualizar el diagnóstico, reafirmar aspectos de interés y dar continuidad al sistema de talleres.

Se realizará la presentación del tema para lo cual se emplearán diversas vías.

Etapa de ejecución: Es la parte donde se produce el desarrollo del tema mediante diversas interrogantes, las cuales permiten a los participantes realizar reflexiones, intercambiar experiencias. Es el momento de la mayor adquisición de conocimientos y movilización de la personalidad del sujeto.

El facilitador debe estructurar su secuencia de acciones: incógnitas, tareas y orientaciones. Cada taller se divide en introducción, desarrollo, conclusiones.

Introducción del primer taller: se realiza una presentación del fundamento teórico y el de la estrategia elaborada, mediante la cual se exponen las ideas esenciales, con los argumentos que las respaldan. Se emplean alrededor de treinta minutos en este aspecto y posteriormente se comienza el contenido relacionado con la figura del profesor guía. A partir del segundo taller el investigador presenta las diferentes temáticas que se debatirán para perfeccionar el trabajo educativo en la Educación Superior.

Desarrollo del taller: se da apertura al debate, que es conducido por el propio facilitador. En caso de algún planteamiento polémico, se somete al análisis colectivo, que el investigador estimula con el fin de lograr la suficiente argumentación alrededor del objeto de discusión

Conclusión del taller: Se escucharán los criterios de los profesores de Educación Física en torno al tema, orientación de tareas independientes.

Etapa final: se dedica a la evaluación del taller a través de las valoraciones individuales y colectivas; de la coevaluación cuando el trabajo es en plenaria; la heteroevaluación con la labor en equipos y la autoevaluación cuando se trabaja en pequeños grupos, se realiza la motivación hacia los contenidos que abordarán en próximos talleres.

**Taller N° 1.** “La preparación metodológica de los profesores de educación física en formación en la enseñanza primaria. Su importancia”: el profesor debe tener en cuenta que para que la clase llegue con calidad es necesario que él se auto prepare para cada clase a impartir.

**Taller N° 2** Orientaciones generales para profesores de Educación Física: El profesor debe conocer sus direcciones de trabajo y las funciones que desempeña. Elevará su conocimiento sobre el papel que le corresponde para lograr la formación ético humanista del futuro profesional. Este taller le permitirá a los mismos debatir y apropiarse de aspectos importantes de trabajo, prepararse para su conducción.

**Taller N° 3** Análisis de la relación objetivos–contenido, aspectos a tener en cuenta en la formulación de los objetivos: se propone la metodología adecuada para lograr los objetivos teniendo en cuenta grado y unidad a trabajar.

**Taller N° 4** Métodos y Procedimientos organizativos en clase de Educación Física: se propone para que el profesor pueda definir al planificar que procedimiento ó (os) emplear para cada capacidad o habilidad.

**Taller N° 5** Como trabajar con las habilidades motrices básicas. Se propone para el profesor tenga un dominio teórico metodológico para trabajar con dichas habilidades teniendo en cuenta el grado y la unidad que está trabajando con el alumno.

**Taller N° 6** Como trabajar con las capacidades físicas. Se propone para que el profesor tenga un dominio teórico metodológico para trabajar con dichas capacidades teniendo en cuenta el grado y la unidad que está trabajando con el alumno, así como dosificar las cargas.

**Taller N° 7** Los juegos, tipos de juegos, su importancia dentro de la clase: se propone por su importancia para desarrollar las habilidades motrices, se trabajará la metodología de los juegos y su trabajo educativo.

**Taller N° 8** (Teórico-Práctico) La parte inicial de la clase: se propone desde la planificación dejada como tarea en el taller anterior el profesor pueda desarrollar los conocimientos adquiridos en dicho taller. Teniendo en cuenta que capacidad se va a trabajar en la clase.

**Taller N° 9** (Teórico-Práctico) La parte principal de la clase: se propone desde la planificación dejada como tarea en el taller anterior el profesor pueda desarrollar los conocimientos adquiridos en dicho taller, y como desarrollar las habilidades y capacidades en esta parte de la clase.

Resultado del criterio de los especialistas sobre la viabilidad de los talleres.

El criterio de especialistas se aplicó con el objetivo de adquirir criterios valorativos de los talleres para posterior aplicación. Los diez especialistas seleccionados poseen experiencia en la temática de la preparación docente. Pertenecen a las Direcciones provincial y municipal de Deportes y Educación de Villa Clara, en ellas atienden la superación profesional. Poseen una experiencia de trabajo de más de 15 años, todos son graduados de nivel superior con categorías académicas de máster y un doctor en ciencias de la Cultura Física. De manera que: 9 (Máster) 1 (doctor)

Para la valoración de la propuesta fueron sometidos A una encuesta que incluyó siete ítems relacionados con indicadores de la viabilidad de los talleres.

Principales criterios valorativos de los especialistas

- Un 80% de los especialistas consideran adecuado el objetivo general, mientras que el 20% refieren está muy abarcador.
- El 100 % concuerdan que la estructura de los talleres permite el abordaje teórico y práctico de la preparación.
- El 100 % considera que la propuesta diseñada esta adecuadamente fundamentada y se corresponde con las necesidades de superación de los profesores.
- El 100% considera que existe coherencia y lógica entre las formas de organización de la preparación escogidas; y el procedimiento presentado permite implementación.

Todos los especialistas concuerdan que los talleres permiten perfeccionar el desempeño profesional pedagógico al sustentarse en una base metodológica, adecuada a la enseñanza primaria 1er Ciclo.

Se aportaron recomendaciones encaminadas a mejorar la propuesta, estas fueron incorporadas en ellos. Los resultados de la valoración de los especialistas, permitió conocer la viabilidad de los talleres, para su puesta en práctica con los profesores de la Resolución 391 de la enseñanza primaria en el municipio Manicaragua.

## **CONCLUSIONES**

La Educación Física de calidad aporta de manera significativa formar escolares educados integralmente y contribuye a aumentar la competencia motriz y a mejorar su salud física. También contribuyen a lograr una disposición favorable para disfrutar de la actividad física, como parte de una vida saludable alejada del sedentarismo que pudiera acarrear el aislamiento social provocado por la Covid-19.

Es necesaria la preparación continua de los docentes de la Educación Física con una serie de actividades metodológicas interrelacionadas entre sí, con un enfoque dinámico que posibiliten la solución de los problemas con creatividad teniendo en cuenta las circunstancias y el entorno en que se desenvuelven.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Bolaños, G., & Woodburn, S. (2009). Guía didáctica de educación física escolar. En G. Bolaños, & S. Woodburn, Colección Pedagógica Formación Inicial de Docentes Centroamericanos de Educación Básica (págs. 15-87). San José: Editorama.
- Calero, S., & González, S. A. (2014). Teoría y Metodología de la Educación Física. Quito, Ecuador: Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.
- Farinola, G (2020). Propuesta de evaluación de la condición física para población general: Batería Dickens. Educación Física y Ciencia, ISSN: 2314-2561 [Vol. 22 Núm. 1 \(2020\)](#) / Argentina.
- Giblin, S., Collins, D. & Button, C. (2014). Physical literacy: importance, assessment and future directions. Sports Medicine, 9(44), 1177-1184.
- Gil, P., Contreras, O., Gómez V, S., & Gómez B, I. (2008). Justificación de la educación física en la educación infantil. Educación y Educadores, 159-177.
- López, A. & López, J. (2012). Educación Infantil. Las habilidades motrices básicas. EFDeportes, 1-9. <http://www.efdeportes.com/efd175/educacion-infantil-las-habilidades-motrices-basicas.htm>
- Mendoza, N (2011). La formación del profesorado en Educación Física con relación a las personas con discapacidad, España.
- Vaillant, D. (2009). Desarrollo profesional docente. ¿Cómo se aprende a enseñar? Madrid, Nancea, S. A. de Ediciones, España.

## LA ASESORÍA A METODÓLOGOS MUNICIPALES Y JEFES DE CÁTEDRA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Lic. Yudiel Pacheco Pérez.

Licenciado en Cultura Física, Metodólogo Provincial de Educación Física Escolar. INDER, Cuba. [estuche@nauta.cu](mailto:estuche@nauta.cu); ORCID: 0000-0002-3014-8650

Lic. Yaneisy Montalván Pérez.

Metodóloga Municipal de Educación Física Escolar, Manicaragua, Cuba. <https://orcid.org/0000-0002-2882-3346>.

### RESUMEN

La investigación surgió por la necesidad de proveer a los metodólogos y jefes de cátedra de Educación Física con acciones para perfeccionar su nivel metodológico, por los retos actuales de la Educación Física contemporánea en la enseñanza media; donde se manifieste un enfoque físico-educativo-inclusivo. La importancia de la asesoría en la práctica real y el contexto donde se desempeña el profesor es innegable. Situación problemática: insuficiente preparación de los metodólogos y jefes de Cátedra de Educación Física en cuanto al enfoque físico-educativo-inclusivo. Esto condujo plantear el siguiente problema científico: ¿cómo perfeccionar la asesoría a metodólogos y jefes de cátedra de Educación Física que redunde en mayor calidad de la clase?, para dar respuesta al problema se declara como **objetivo**: diseñar acciones para el perfeccionamiento de la asesoría a metodólogos y Jefes de Cátedra de Educación Física en Villa Clara con un enfoque inclusivo. En la investigación se trabajó con una población de 13 metodólogos municipales de la enseñanza media y otra de 35 jefes de cátedra. También se utilizó un grupo de 10 especialistas. Se utilizaron los métodos del nivel teórico: análisis síntesis, inducción deducción, histórico lógico y métodos del nivel empírico: análisis de documentos, encuestas, entrevistas y triangulación. La implementación se pretende llevar a cabo en el sistema de trabajo del INDER, organismo rector de la Educación Física con una interrelación con las etapas de desarrollo de la capacidad de dirección que facilita la preparación de los metodólogos y jefes de cátedras de la Educación Física.

**Palabras Clave:** acciones; asesoría; jefes de cátedra; metodólogos y preparación

### INTRODUCCIÓN

La asesoría constituye una forma de organización de la preparación más ajustada a la práctica real y al contexto donde se desempeñe el directivo, ejecutada desde el puesto de trabajo; permite renovar la atención a la diversidad de necesidades de aprendizaje, debe ser intencionada, diferenciada, contextualizada y desarrolladora, dirigida al aprender a saber hacer y a provocar cambios en los modos de actuación de los directivos.

El término asesoría se deriva del verbo latino *assidére*, significa "*estar sentado al lado*" y se ha empleado en múltiples direcciones del conocimiento, en las diferentes épocas. En la actualidad ha tomado un significado particular y forma parte del vocablo empleado por el sistema educativo de las universidades, es utilizado como forma de preparación en el puesto de trabajo.

En el análisis del estudio bibliográfico se destacan los resultados de autores como Alcántara (1990); Mace (1990); Pérez (1997); Rodríguez (1998); Martínez (2000); Gómez (2004); Turón

(2008); Gil (2009); Borges (2012), estos aportan estudios teóricos y experiencias en relación con la asesoría, que avalan los fundamentos teóricos del trabajo.

La asesoría se destaca entre las formas organizativas de la preparación de los directivos educacionales, en este contexto es destinada a ejercer una función articuladora-integradora con el resto de las funciones, procesos y/o actividades que desarrollan los Órganos de Cuadros y Talento Humano de las universidades.

La asesoría en el ámbito educativo ha sido definida por diferentes especialistas. Según la Comisión Coordinadora del Sistema Único de Preparación y Superación de Cuadros del Estado y su reserva (2017), es una forma de capacitación en el puesto de trabajo, dirigida al mejoramiento del desempeño de funciones a partir de cambiar acciones insatisfactorias y reforzar acciones satisfactorias.

Para Aubrey (1990), es un proceso de ayuda y apoyo, orientado hacia el cambio o la mejora, *un modelo de cambio democrático*, coherente, responsable y comprometido; para Bolívar (1997, 1999) es un modelo de colaboración profesional basado en un compromiso ético y deontológico en busca de la mejora de los aprendizajes para todos; según Nonaka & Takeuchi (1999), son *fases apropiadas para generar, dinamizar y promocionar el conocimiento profesional*.

Este proceso tiene *funciones redimensionadas*: comunicación, intercambio, corresponsabilidad, innovación, *una gramática de cambio horizontal y desde la innovación*, con supervisión crítica, desde un enfoque integrador, holístico con visión sistémica y constructivista guiado a la auto-reconstrucción y al desarrollo, desde zonas próximas de desarrollo potencial. (Domingo, 2001, 2003).

Otros especialistas también definen el término asesoría de esta manera: *"la forma organizativa que en el caso del proceso de formación de los cuadros y directivos educacionales, articula de manera coherente sistémica y sistemática, el contenido de las acciones de superación y preparación concebidas, con el fin de enfrentar de manera personalmente diferenciada, la solución de aquellos problemas profesionales, relativos al desempeño de un determinado puesto, existente dentro de la estructura de dirección del organismo, en correspondencia con las necesidades específicas en tal sentido identificadas"*. (Borges, 2012, p. 4)

Por otra parte, Martínez (2000, p. 9), plantea que *"es un servicio que se brinda a los miembros de una institución educativa o a un individuo en el puesto de trabajo, dirigida a la corrección, complementación y/o actualización de conocimientos, hábitos, habilidades y modo de actuación de los ejecutivos educacionales"*.

En general las definiciones resultan de valor, precisan su carácter diferenciador, la implicación del asesor y el asesorado, le otorgan a este último un papel protagónico, las funciones y finalidad de la asesoría. En el caso de los directivos la asesoría constituye una forma de organización de la preparación en el puesto de trabajo, que responde a las potencialidades y necesidades de aprendizaje en correspondencia con el perfil del cargo; permite dar solución a un problema profesional de dirección dirigido al mejoramiento del desempeño de sus funciones.

El término de asesoría se sustenta en el enfoque histórico - cultural, de Vigotski (1989), *"el desarrollo humano considera los factores biológicos y sociales como premisas del desarrollo y lo psicológico como una nueva instancia resultante de la interacción de los factores biológicos y sociales"*.

De igual manera se refiere al concepto de zona de desarrollo próximo, la evaluación y el diagnóstico no deben tener un carácter clasificatorio y cuantitativo, sino explicativo y descubridor de potencialidades de desarrollo (Vigotsky, 1995).

Este planteamiento encierra un diagnóstico cualitativo, basado en la comprensión de que el grado de desarrollo del aprendizaje se aprecia mejor desde la perspectiva de lo que los directivos saben hacer o no, sus causas y también el pronóstico de lo que pueden llegar a saber hacer.

La asesoría en el contexto de la Educación Física es abordada por López (2006); este autor emite consideraciones muy importantes acerca del asesoramiento y apoyo al profesor para elevar la efectividad de la clase de Educación Física. En este sentido afirma que “la labor de asesoramiento que realizan los metodólogos o asesores para apoyar la actividad docente de los profesores, debe estar dirigida a elevar la eficiencia y calidad de las actividades que estos desarrollan y nunca a suplantar o imponer criterios en su labor”. López 2006)

En correspondencia con la idea anterior, es de suma importancia que los asesores posean conocimiento de las potencialidades y necesidades de aprendizaje de cada funcionario y puedan ofrecer las acciones hasta alcanzar los niveles de desarrollo posible, que no es más que su zona de desarrollo próximo. La asesoría a los funcionarios del INDER podrá contribuir a que todos aprendan de forma significativa, si se introducen cambios en actitudes para enseñar, qué enseñar y cómo enseñar, en correspondencia con las exigencias actuales.

Teniendo en cuenta todos los autores antes referidos, el autor del presente artículo considera que la asesoría a los directivos de la Educación Física es un proceso teórico-práctico-evaluativo, que podrá contribuir a que todos aprendan de forma significativa, si se introducen cambios en actitudes para enseñar, que enseñar y como enseñar, en correspondencia con las exigencias contemporáneas. Responder a un problema profesional en la educación física, requiere del diagnóstico y pronóstico del problema profesional en la educación física, del dominio de conocimientos teórico- prácticos, de saber demostrar en la práctica ajustada al contexto donde se desarrolla el metodólogo y jefe de cátedra. Resulta necesario considerar la asesoría como una relación de ética profesional, de credibilidad, confianza y colaboración.

En la actualidad existe insuficiente preparación de los metodólogos y jefes de Cátedra de Educación Física en cuanto al enfoque físico-educativo-inclusivo. Esto condujo plantear el siguiente problema científico: ¿cómo perfeccionar la asesoría a metodólogos y jefes de cátedra de Educación Física que redunde en mayor calidad de la clase? como objetivo: diseñar acciones para el perfeccionamiento de la asesoría a metodólogos y Jefes de Cátedra de Educación Física en Villa Clara con un enfoque inclusivo.

El aporte científico del presente trabajo radica en destacar la importancia de la asesoría con sus diferentes acciones ejecutivas como una forma de organización de la preparación más ajustada a la práctica real y al contexto donde se desempeña el profesor de educación Física en la actualidad.

## **DESARROLLO**

La investigación se realiza en la provincia de Villa Clara. La **población** está compuesta por 80 funcionarios de la Educación Física en la provincia. De ella se seleccionó una **muestra** de 48 funcionarios. 13 metodólogos municipales y 35 Jefes de Cátedra de la Enseñanza Media.

Los **métodos** utilizados fueron inductivo deductivo; analítico sintético; el sistémico estructural. Además el análisis documental; la encuesta, la entrevista, el criterio de especialistas. Los datos se procesaron a través de triangulación.

La observación a sesiones de superación organizadas por el Dpto. de Educación Física tanto por el INDER, como por el MINED, para verificar la aplicación de conocimientos.

La encuesta a los metodólogos con el fin de obtener información, acerca de las necesidades de asesoramiento que poseen para su labor metodológica en el municipio. La entrevista a especialistas en Superación y Educación Física para recopilar opiniones y criterios acerca de los contenidos o conocimientos básicos que deben incluirse en el programa de asesoría. La triangulación metodológica, para la verificación concurrente de los datos obtenidos en los diferentes métodos.

Funcionarios	Cantidad	Sexo		Nivel Cultural
Metodólogos	13	7	6	Licenciados
J' de Cátedra	35	20	15	

Tabla 1. Características de la población. (Fuente: elaboración propia)

**Regularidades emanadas de la triangulación**

La encuesta aplicada a los Jefes de Cátedra arrojó como principales elementos la carencia de conocimientos relacionados con fundamentos teóricos y metodológicos de la dirección del proceso de la Educación Física en la enseñanza media. Reflejaron también, limitaciones en el desarrollo de habilidades de planificación de la clase; limitaciones en el uso de procedimientos y técnicas para la observación; para la medición de la efectividad de la clase; para transmitir conocimientos en general de Educación Física

La encuesta a los metodólogos también refleja carencias para la asesoría a sus subordinados expresados en poco uso de métodos para determinar los factores cualitativos de la clase, no estructuran bien la Guía para la observación y evaluación del desarrollo de las habilidades motrices deportivas, entre otras.

Los documentos revisados reflejan la ausencia de contenidos y acciones relacionadas con la preparación teórico-metodológica de los funcionarios. Las regularidades permiten afirmar la necesidad de diseñar acciones para el perfeccionamiento de la asesoría a metodólogos y Jefes de Cátedra de Educación Física en Villa Clara con un enfoque inclusivo.

**Representación gráfica de las acciones para el perfeccionamiento de la asesoría a metodólogos y Jefes de Cátedra de Educación Física en Villa Clara con un enfoque inclusivo.**



Las conferencias se implementaron en el marco de los espacios de preparación metodológica y superación de los implicados. Los talleres se ajustaron a las potencialidades y necesidades de aprendizaje de cada metodólogo y jefe de cátedra.

En los intercambios se tomó en cuenta el carácter contextualizado, considerando la interacción entre el metodólogo, jefe de cátedra y el contexto de la escuela o departamento, docentes, estudiantes, es lo singular para cada directivo.

En cada acción se creó un clima favorable, de interacción y comunicación efectiva, se promovió la escucha, y la experiencia del metodólogo y jefe de cátedra, el empleo del estilo democrático y participativo.

Primó en las acciones una relación de colaboración profesional e igualitaria para el intercambio comunicativo. Se permitió al dar opción al asesorado, que exprese inquietudes, expectativas, esfuerzos de cambio. El que conoce al profesor de Educación Física es el metodólogo y jefe de cátedra.

### **Procedimiento para la implementación de la asesoría a los metodólogos y jefes de cátedras de la Educación Física en la provincia de Villa Clara para la evaluación profesoral, según los referentes de Martínez Quijano (2000).**

1. Proceso de negociación entre asesor y el asesorado (metodólogo y jefe de cátedra). Para lo que se requiere de la manifestación de las necesidades del servicio, posibilidades reales.
2. Realización del diagnóstico, requiere buscar la explicación, las causas posibles de la situación actual del metodólogo y jefe de cátedra para obtener la información requerida para trazar su desarrollo, según la observación, entrevista profesional, análisis documental, determinación de los puntos débiles y fuertes concreción del problema.
3. Realización del pronóstico, asume un carácter prospectivo, es la predicción de lo que se pretende que llegue a saber hacer y saber ser para llegar a la situación deseada, es el resultado de decisiones encaminadas a generar las condiciones que propiciarán un nivel deseado de dicho elemento.
4. La planificación de la asesoría y las acciones correctivas que permitan la transformación deseada o la potenciación.
5. La organización en cuanto a la implementación de fuentes bibliográficas e identificación del banco bibliográfico en relación con el tema.
6. La ejecución de la asesoría a partir del desarrollo de las acciones.
7. La evaluación como proceso de retroalimentación.

### **Valoración de las acciones para el perfeccionamiento de la asesoría, por parte de los especialistas.**

El criterio de especialistas se aplicó con el objetivo de adquirir criterios valorativos de las **acciones** para su puesta en práctica en etapas posteriores. Fueron consultados especialistas con amplia experiencias en la temática de la asesoría metodológica. Proceden del Departamento

de Superación en las Direcciones provincial y municipal de Deportes y Educación de Villa Clara, y de la Facultad de Cultura Física.

La experiencia de trabajo de los especialistas es de más de 15 años, conformados por: Licenciados en Cultura Física (Metodólogos y Directivos), algunos Licenciados en Educación Especial.

De manera que:

7 Licenciados en Cultura Física. (4 Máster). 3 Licenciado en Educación Especial. (2 Máster).

### **Resultados obtenidos sobre los criterios de los especialistas:**

- El 100 % concuerdan que las acciones diseñadas facilitan el perfeccionamiento de la asesoría con un enfoque inclusivo.
- El 100 % considera que la propuesta de las acciones diseñadas se corresponde con las necesidades de superación emanadas del diagnóstico.
- El 100 % concuerdan que las adaptaciones incluidas facilitan la función de dirección de los metodólogos y jefes de Cátedra.
- El 100% coincide que el objetivo general de las acciones favorece la organización y planificación del proceso de la EF en la provincia.
- El 100% considera que existe coherencia y lógica entre las formas de organización de la preparación escogidas; y el procedimiento presentado permite implementación.

En cuanto a la correspondencia de las acciones diseñadas con las exigencias del Perfeccionamiento actual en la Educación Física, un 95% considera que si corresponde, el 5% no emite un criterio negativo, pero sugiere valorar los resultados de su aplicación.

Se aportaron sugerencias y valoraciones, encaminadas a mejorar la propuesta de actividades que fueron incorporadas en ellas. Los resultados de la valoración de los especialistas, permitió conocer la viabilidad de las acciones, para su puesta en práctica en la población seleccionada.

### **CONCLUSIONES**

Las consideraciones emitidas, evidencian la responsabilidad del metodólogo y jefe de cátedra de Educación Física de perfeccionar cada día más su labor docente-educativa, de elevar su nivel científico y técnico-pedagógico, para que todos estos factores que inciden en la eficiencia y calidad de la clase puedan materializarse en el proceso enseñanza-aprendizaje.

Las acciones diseñadas se enmarcan en el propio proceso de trabajo y formación continua de los funcionarios, contextualizadas en la práctica de la educación física en la enseñanza media.

Los especialistas consultados emitieron criterios favorables sobre las acciones diseñadas, tanto de su estructura interna como del procedimiento para su implementación.

### **BIBLIOGRAFÍA**

López Rodríguez, A. La Educación Física. Más educación que física. La Habana. Editorial Pueblo y Educación. 2006.

Alcántara, A. (1990). La Tutoría en la Enseñanza Universitaria. México.

- Borges, R. (2012). La asesoría, elemento integrador en el funcionamiento de los departamentos de dirección científica educacional. Conferencia. Santiago de Cuba.
- Gil, M. C (2009). Momentos de la asesoría/ UNAM Boletín SUAYED Sistema de educación abierta y universidad a distancia No.16 sept.
- González Rodríguez, C.; Hernández Vega, A. I. (2017). El Asesoramiento Pedagógico-Didáctico al profesorado universitario: Estudio exploratorio en el contexto de la Universidad de La Laguna.
- Gómez, J. (2004). La consultoría y la asesoría en la Dirección Científica Educacional. Departamento Dirección Educacional. ISPEJV. Material en Soporte Electrónico, Ciudad de La Habana, Cuba.
- Martínez, M. (2000). Asesoría educacional: una reflexión teórico práctica sobre el trabajo en el nivel de la Dirección Municipal de Educación. Instituto Superior Pedagógico "Enrique José Varona". La Habana.
- Myllese, M. (1990). Promoción y Formación de Ejecutivo. La Habana: Editora Ciencias Sociales.
- López, A., y Vega Portilla, C. (2006). El asesoramiento y apoyo al profesor para elevar la efectividad de la clase de Educación Física. En LA CLASE DE EDUCACION FISICA. Actualidad y perspectivas.

## 1.9

### LA INCLUSIÓN DE ESCOLARES HIPERTENSOS EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA

Yuliet Borroto Acosta

Licenciada en Cultura Física, profesora de Educación Física, MINED, Cuba. Correo: lorperez@uclv.cu

Miriam Novoa Pérez

Licenciada en Psicología. Psicopedagoga del Centro de Diagnóstico y Orientación. Cuba. mirita.novoa68@gmail.com.orcid.0000-0003-4265-0995.

#### RESUMEN

La inclusión es la expresión máxima de la naturaleza humana en los inicios del siglo XXI, reflejada en la búsqueda de la convivencia, la participación y el crecimiento personal desde la sociedad y la Universidad". El trabajo: la inclusión de niños hipertensos en la clase de Educación Física Escolar" responde a este reto que tiene la sociedad hoy y es parte del estudio que se viene desarrollando en la escuela primaria Osvaldo Socarras, el que tiene como objetivo analizar la teoría vinculada con este tema. Para el desarrollo de este trabajo se utilizaron métodos del nivel teórico: analítico-sintético; e inductivo deductivo, los que permitieron profundizar en la teoría relacionada con la inclusión educativa desde el marco de la clase de Educación Física. La sistematización lograda conlleva asumir: que la escuela inclusiva es la que está preparada para incluir a todo niño, considerando que la diversidad es una condición básica del ser humano. En esta nueva perspectiva, el niño se integra en un lugar preparado para él, respondiendo a sus

necesidades educativas especiales. La clase de Educación Física promueve la atención a las diferencias individuales y para garantizar la inclusión de todos, debe concebirse bajo el enfoque integral físico educativo que tiene como premisa fundamental conceder una gran importancia al alumno como sujeto activo, constructor de su propio aprendizaje.

**Palabras clave:** Educación Física, niños hipertensos, clase, alumno

## INTRODUCCIÓN

En Cuba, la hipertensión arterial representa una enfermedad de alto riesgo cardiovascular y se encuentran dentro de las diez primeras causas de muerte, Según Macías Dueñas y De la Noval, el 15% de la población rural y el 30% de la urbana son hipertensos.

Ante el aumento de la hipertensión arterial en la edad infantil, es necesario que la escuela como centro abierto a la diversidad, logre la inclusión de estos menores a todas las actividades que se desarrollan en la institución.

En las últimas décadas, en medio de significativos cambios epistemológicos, políticos, socioculturales y éticos se abre paso el discurso de Educación en la diversidad y Pedagogía de la diversidad como una respuesta ante la necesidad de defender las culturas, las raíces y las proyecciones de cada país.

La diversidad analizada desde este enfoque , propicia la elevación del nivel de conciencia en relación con esta la problemática y el incremento de las acciones a favor de la verdadera equidad en su abordaje, el auge del movimiento por la integración escolar y social de las personas con necesidades educativas especiales y el creciente reconocimiento de la validez de los enfoques personalizados del proceso docente educativo en las corrientes pedagógicas de fin de siglo.(Bell y Musipay, (citado por (González, 2014) .

Para la escuela es un reto la educación dentro de la diversidad por lo que se requiere cambios en la forma de interactuar, pensar, comprender y ofrecer oportunidades de aprendizaje, considerando la diversidad de necesidades y las diferencias de contextos, razón por la se ofrece como alternativa más viable proporcionar una respuesta educativa individualizada, comprensiva y diversificada.

La pedagogía de la diversidad y la inclusión debe considerar que todos los niños pueden aprender y desarrollarse. La escuela debe ser una institución abierta a la diversidad, preparada para educar a todos sus alumnos, brindar las ayudas que ellos necesitan. El niño debe estar en el contexto educativo más socializador, más integrador y desarrollador posible. Por lo que es preciso programar y diseñar actuaciones que faciliten la inclusión social y que impliquen el desarrollo de habilidades sociales, aprender a convivir, respetar y valorar a los otros. Estas habilidades no siempre se aprenden en la individualidad, se aprende a convivir conviviendo, dentro de las instituciones, en los espacios públicos, en la comunidad.

La inclusión es un conjunto de procesos orientados a eliminar o minimizar las barreras que limitan el aprendizaje y la participación de todo el alumnado. (Rosales, 2014)

La educación inclusiva persigue formar a mujeres y hombres desde la perspectiva de su individualidad, teniendo en cuenta su interacción con los demás. No podemos ser sin atender a nuestra relación con quienes nos rodean. La educación inclusiva no es una moda, es

impostergable que se aplique para la formación de mujeres y hombres preparados para la vida en convivencia. (González, 2014)

Este estudio tiene como *objetivo*: analizar la teoría vinculada a la inclusión de los escolares hipertensos a la clase de Educación Física escolar.

## DESARROLLO

La Hipertensión Arterial (HTA) en la edad pediátrica es una entidad frecuentemente infra diagnosticada con características propias en cuanto a diagnóstico, etiología y manejo que la diferencian del adulto. Su prevalencia en nuestro medio está creciendo en los últimos años influida por factores ambientales como el sobrepeso, la ingesta de sal y alcohol o el sedentarismo. Cada vez hay más estudios que relacionan la presión arterial (PA) en la infancia con la de la edad adulta, en el sentido de que un niño con cifras elevadas de PA tiene más riesgo de convertirse en un adulto hipertenso. Además, las alteraciones incluso leves de la PA en edades tempranas de la vida se traducen en HTA con lesión orgánica asociada en edades adultas. Todo esto pone de manifiesto la importancia del diagnóstico y tratamiento terapéutico de la HTA, por el pediatra de Atención Primaria, en la infancia.

En la población pediátrica, la PA es un parámetro muy variable, presentando valores de normalidad que varían según el sexo, y además aumentan progresivamente a lo largo de los años con el crecimiento y desarrollo corporal. En condiciones normales, la PA sistólica aumenta de forma rápida durante el primer mes de vida, extendiéndose este aumento hasta los cinco años. Entre esta edad y el inicio de la pubertad, la PA sistólica y diastólica (PAS y PAD) aumentan a un ritmo anual de 1-2 mmHg y 0,5-1 mmHg, respectivamente, con mínimas diferencias entre varones y mujeres.

Según los percentiles de PA correspondientes a la edad, el sexo y la talla, se distinguen las siguientes categorías diagnósticas:

- PA normal: PAS y PAD <P90.
- PA normal-alta: PAS y/o PAD ≥P90 pero <P95 (en adolescentes también ≥120/80 mmHg, aunque estos valores estén por debajo del P90).
- Hipertensión estadio 1: PAS y/o PAD ≥P95 y <P99 + 5 mmHg.
- Hipertensión estadio 2: PAS y/o PAD >P99 + 5 mmHg.

La mayoría de los casos de HTA en población pediátrica suelen ser de causa secundaria, es decir, consecuencia de otra patología subyacente, si bien cada vez hay más casos de HTA primaria o esencial, en los que no hay una causa identificable. Las causas más frecuentes de HTA cambian según la edad del paciente.

La HTA está aumentando considerablemente entre niños mayores y adolescentes, en relación con la alarmante prevalencia de obesidad y síndrome metabólico que se da en nuestro medio.

Las causas de HTA más frecuentes por grupos de edad según Ojeda y Herrero (2014):

Entre 6 y 10 años: • Enfermedad parenquimatosa renal • Estenosis de la arteria renal • HTA esencial.

Entre 10 y 18 años: • HTA esencial • Enfermedad parenquimatosa renal • Estenosis de la arteria renal.

La visión de la hipertensión arterial (HTA) en el niño ha variado en los últimos años a partir de los conocimientos de la HTA del adulto tiene sus orígenes en la infancia.

La obesidad, considerada como la epidemia del siglo XXI, también está presente en la niñez y ha contribuido al incremento de la HTA en niños y adolescentes, y a la existencia del síndrome metabólico, que acelera la aterosclerosis o incrementa la posibilidad de afectación de órganos diana.

La prevalencia de HTA en niños es aproximadamente de un 3 a 5%, aunque se ha incrementado en los últimos años relacionado con la epidemia de la obesidad. En los adolescentes se han encontrado alteraciones de la presión arterial (prehipertensión HTA) hasta de 10 a 15 %, y en los obesos es más frecuente la HTA con una probabilidad de 3 a 5 veces mayor que la de los no obesos 3,11. Se ha descrito que la tensión arterial tiende a mantenerse en el mismo canal percentil a lo largo de la vida, por lo que los niños con presiones más altas son más propensos a convertirse en adultos con HTA.

La presión arterial del niño varía de acuerdo con la edad, el sexo y la talla; los niños más corpulentos tienen presiones más elevadas que los niños de la misma edad con talla y peso inferior, los niños obesos tienen presiones más altas que los niños más delgados, la talla parece ser el indicador más sensible relacionado con la presión arterial, independiente de la edad cronológica.

Se plantea que el 60% de los hipertensos podrían dejar de tomar medicamento siempre que cumplan las siguientes recomendaciones:

- Vigilar su dieta, incorporando a la misma bastante fibra dietética.
- Incorporarse a la práctica sistemática del ejercicio físico sobre todo el aerobio, así como ejercicios de acondicionamiento físico general o gimnasia de mantenimiento.
- Utilizar técnicas de relajación y ejercicios calmantes con la regulación de la respiración.
- Controlar el peso del niño si el este tiene sobrepeso, bajar de peso o mantener el mismo mientras crece.
- Involucrar a toda la familia, porque puede ser difícil para el niño adoptar, cambios saludables de estilo de vida, si los demás miembros de la familia no son un buen ejemplo.

Lo más importante en la HTA infantil es su prevención, y es la infancia el momento ideal para ello. Deben participar en esta batalla el equipo de salud mediante la toma de la tensión arterial como parte del examen físico, la educación sanitaria y dar a conocer los estilos de vida saludable para evitar la aparición de señales aterosclerótica tempranas.

La clase de Educación Física como medio para la inclusión educativa

La Educación Física es una de las materias del currículo que mayores aportes y oportunidades ofrece a una persona al encuentro con sí mismo y quién tiene una alta responsabilidad en ayudar y educar en la satisfacción sobre tal cual es y a mejorar lo que ya tiene de natural como una manera de mantener niveles de auto concepto (el conjunto de representaciones, imágenes, juicios y conceptos) que la persona tiene de sí mismo, engloba el conjunto de elementos que la persona utiliza para describirse a sí mismo ,y de autoestima (es la parte emocional y resulta de la combinación de las informaciones objetivas que uno tiene sobre sí mismo y de la valoración

subjetiva que uno hace de la información, por tanto comprende los aspectos evaluativos y afectivos hacia uno mismo) .

La autora considera que la clase de Educación Física para promover la atención a las diferencias individuales y garantizar la inclusión de todos, debe concebirse bajo el enfoque integral físico educativo que tiene como premisa fundamental conceder una gran importancia al alumno como sujeto activo, constructor de su propio aprendizaje. (López, 2003)

En las clases de Educación Física las diferencias individuales se destacan por múltiples factores. Resultan las más evidentes: la talla, el peso corporal, la fuerza muscular, que son reconocibles a simple vista, mientras que otras requieren de una observación sistemática y del empleo de métodos, técnicas e instrumentos científicos, tales como: la motivación, las condiciones socio culturales, etc. Ante una Educación Física tradicional, igual para todos, caracterizada por el mando directo, las diferencias individuales son por lo regular olvidadas, lo cual incide desfavorablemente en los más débiles o retrasa el desarrollo de los más aventajados.

Pero estas concepciones de un currículo abierto exigen sobre todo una actuación profesional pedagógica acorde con las actuales exigencias y de un profesor de Educación Física capaz de ser un orientador, un investigador, un creador dentro del proceso enseñanza aprendizaje para dar respuesta a la necesidad de lograr la integralidad en la diversidad.

Por ello el profesor de Educación Física tiene ante sí un reto impostergable: cómo lograr materializar, a través de vías concretas, la integralidad del proceso enseñanza aprendizaje, caracterizado por un enfoque integral físico educativo, en una diversidad donde están presente las diferencias individuales y sociales de los alumnos, así como la diversidad de contextos donde este proceso se desarrolla.

En lo relativo al estudiante, implica utilizar todos los resortes de que dispone en su personalidad en relación con los que aporta el grupo de clase, involucrando a los propios estudiantes en la construcción de las condiciones más favorables para el aprendizaje.

Es imprescindible llevar a los profesores de Educación Física a pensar y actuar diferente, a que propicien en sus clases el intercambio, la participación consciente, productiva y creadora de sus alumnos. Orientar, pero dejar hacer, plantear tareas que tengan que resolver aplicando conocimientos, interrelacionándose tanto en la clase como fuera de ella, teniendo como otras opciones de ese accionar de los alumnos, su participación en el horario del deporte participativo, o en su tiempo libre en parques o áreas deportivas, contribuyendo así a la formación física, social, intelectual, política y laboral de las generaciones futuras.

La escuela del siglo XXI debe caracterizarse por su permanente renovación y la optimización del proceso educativo en el que ocupa un espacio importante tanto el desarrollo intelectual, creativo, físico y el estético, todo ello como aproximación a la excelencia humana.

La Educación Física ante estas demandas, está llamada a:

- Preservar, desarrollar y promover la salud de la población mediante la práctica de la actividad física.
- Estimular a los alumnos para que tengan mejores desempeños en el uso del movimiento, de tal manera que pueda transferir lo que aprenden en Educación Física a la vida.
- Llegar con dicha práctica a todos y cada uno de los participantes con calidad (no solo calidad técnica), sino atender el fenómeno físico educativo en su contexto histórico social.

En consonancia con estas demandas educativas también la Educación Física perfila sus propias demandas:

- Lograr una Educación Física para la vida.
- Crear nuevos estilos de vida.
- Influir en el incremento de la calidad de vida.
- Propiciar el desarrollo humano y social.
- Fomentar el desarrollo de valores generales y específicos a través de la actividad física y el deporte.

Teniendo en cuenta estos presupuestos teóricos analizados, la autora considera, que la práctica de ejercicio físico, reduce el riesgo de contraer enfermedades cardíacas y evita el riesgo de muerte por esta causa, la diabetes tipo II, ayuda a combatir los problemas de peso y a prevenir o reducir la hipertensión, así como a reducir la osteoporosis, el estrés, la ansiedad y la depresión.

El ejercicio físico fortalece el corazón al hacerlo latir más fuerte los músculos aumentan también su capacidad de usar oxígeno, y se libera más oxígeno en ellos, lo que aumenta la capacidad de trabajar. Cuando esta práctica se hace regular el corazón funciona más eficaz y paradójicamente, va a necesitar latir menos veces para funcionar igual que cuando está en reposo.

Aspectos a tener en cuenta para tratar la diversidad en la Educación Física:

- Reconocer la diversidad como un fenómeno de la modernidad en los grupos escolares y sociales.
- Reconocer el tratamiento de la diversidad, como camino ineludible para avanzar en la búsqueda de mejorar la calidad de desarrollo de la Educación Física.

Algunas recomendaciones fundamentales que deben ser concretadas en el proceso:

- Aprender a dar tratamiento a la diversidad en los grupos.
- Encontrar la mejor concepción didáctica que permita atender la diversidad.
- Estudiar mejores formas de diagnóstico reveladores de las diferencias de los alumnos.
- Implicar a la familia y el grupo.

## **CONCLUSIONES**

La escuela inclusiva está preparada para incluir a todo niño, considerando que la diversidad es una condición básica del ser humano. En esta nueva perspectiva, el niño se integra en un lugar preparado para él. Respondiendo a sus necesidades educativas especiales. La escuela se define como un lugar para la diversidad.

La clase de Educación Física para promover la atención a las diferencias individuales y garantizar la inclusión de todos, debe concebirse bajo el enfoque integral físico educativo y tiene como premisa fundamental conceder una gran importancia al alumno como sujeto activo, constructor de su propio aprendizaje.

El profesor de Educación Física es un profesional que dado su perfil puede brindar una atención sistemática a los menores que hoy padecen de hipertensión arterial, para ello requiere de una preparación la que inicialmente recibió en el pregrado, pero que necesita profundizar a partir del diagnóstico de la enfermedad y de los conocimientos de la Cultura Física Terapéutica.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Castellanos D, y otros (2002) aprender y enseñar en la escuela, Editorial Pueblo y Educación, La Habana.
- González, D. (2014). Modelo Teórico-Methodológico para la estimulación del talento en la formación del profesional del Derecho mediante proyectos de investigación asociados a centros de interés. Tesis doctoral en Ciencias Pedagógicas. Universidad Central "Marta Abreu" de las Villas. Centro de Estudios de Educación.
- López, A. (2003). El proceso de enseñanza y aprendizaje en la Educación Física. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.
- Llapun, R y González, R, (2015) Revista Cubana de Pediatría [Http://scielo. Sid.cu](http://scielo.sld.cu)136 Hipertensión Arterial en niños y adolescentes.
- Orozco, M. (2013) Didáctica. La escuela especial y educación inclusiva un horizonte singular y diverso para igualar las oportunidades de desarrollo.
- Valdez, B. y Navarro, D y Muñoz, G y Granada, M y Borges, R. (2000). Programa de actividades física para el tratamiento de la hipertensión.

### **1.10**

#### **LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA LABOR EDUCATIVA EN LOS HOGARES DE MENORES SIN AMPARO FAMILIAR**

Lic. Mery Hernández-Rivero.

Metodóloga Integral. Dirección Municipal de Educación. Santo Domingo. Correo electrónico: [meryh@sd.vc.rimed.cu](mailto:meryh@sd.vc.rimed.cu). orcid. 0000-0002-0664-9631.

MSc. Reina Lidia González Linares.

Prof. Auxiliar. DPE. Villa Clara. Cuba. Correo: [reinalidia67@nauta.cu](mailto:reinalidia67@nauta.cu) ORCID: 0000-0001-5959-0701

## **RESUMEN**

La investigación se desarrolla en el Hogar de menores sin amparo familiar de Santo Domingo y está relacionada con la capacitación del personal de esta institución para desarrollar la labor educativa de los menores atendiendo a la diversidad. Tiene como objetivo: Diseñar una estrategia de capacitación dirigida al personal del Hogar para fortalecer la labor educativa vinculada a la actividad física de los menores atendiendo a la diversidad. Se utiliza una metodología mixta aplicando métodos teóricos, empíricos y estadístico-matemáticos, e instrumentos como: análisis de documentos, encuesta, observación y entrevista. El diagnóstico revela debilidades en la preparación del personal: limitados conocimientos de los documentos rectores sobre la atención educativa a la diversidad y de la importancia de la actividad física en la formación integral de los menores; poco dominio del diagnóstico; no se logra una comunicación asertiva y el sistema de planificación del Hogar no favorece su preparación para el trabajo educativo vinculado a la actividad física y la atención a la diversidad. La estrategia de capacitación diseñada tiene 4 etapas: diagnóstico, planificación, ejecución y evaluación; cada una con objetivos y acciones específicas. Se distingue por su concepción sistémica. Concluye planteando que la aplicación de

la estrategia de capacitación, permitió valorar su efectividad, a partir de los avances evidenciados durante la capacitación, así como en los resultados de los instrumentos aplicados en la etapa de evaluación con respecto a la etapa de diagnóstico, con resultados superiores en la preparación del personal desde el punto de vista cognitivo, procedimental y actitudinal.

**Palabras clave:** Actividad física; Capacitación; labor educativa; diversidad; hogar; menores

## INTRODUCCIÓN

La humanidad, desde sus orígenes, ha sido, es y será diversa. Una diversidad en que las personas se manifiestan de diferentes formas ante determinadas situaciones, este fenómeno a nivel de la sociedad y en las instituciones educativas impone la necesidad de concebir una labor educativa para lograr atender las diferencias individuales de los infantes. (Fuentes, 2016, pág. 1)

Se trata entonces de una educación de calidad. El reto de formar a las nuevas generaciones exige de la integración y coherencia de las acciones educativas que reciben los menores. Todos los agentes educativos deben estar preparados para realizar un proceso educativo eficiente. Educar para la diversidad es una necesidad, constituye una tarea hermosa y a la vez muy compleja.

En la ley de leyes de Cuba, se refleja la especial protección por parte del Estado, la sociedad y las familias a los niños y adolescentes para garantizar su desarrollo integral. (Constitución de la República de Cuba, 2019, pág. 24) Esta siempre ha sido la política del estado en pos de lograr una educación inclusiva. De ahí que las instituciones educativas tengan como prioridad la atención, instrucción y educación de todos los niños por igual; prestando especial atención a los menores con necesidades educativas especiales.

Durante 35 años de creados los Hogares de menores sin amparo familiar en Cuba (en lo adelante HMSAF), reflejan el carácter humanista de la Revolución Cubana. En ellas, se atienden los niños y adolescentes a los cuales la vida privó de la felicidad de tener a su lado a los padres naturales. No solo alojan a los que tienen condición de huérfano o abandonado, sino también a hijos de familias disfuncionales que no pueden brindar la atención para que sean en el futuro hombres útiles y preparados para la vida.

Para lograr una labor educativa de calidad es importante integrar los componentes de la formación de los educandos, entre ellos; la educación artística, estética, patriótica, moral y física. Así se expresa en el fin de la educación cubana “Formar a las nuevas generaciones y a todo el pueblo en la concepción científica del mundo, es decir, la del materialismo dialéctico e histórico; desarrollar a toda su plenitud humana las capacidades intelectuales, físicas y espirituales del individuo y fomentar en él, elevados sentimientos y gustos estéticos; convertir los principios ideopolíticos y morales comunistas en convicciones personales y hábitos de conducta diaria”. (Rojas, 1978)

De gran importancia resulta potenciar la actividad física como parte de la labor educativa en estos Hogares, teniendo en cuenta que esta responde a la necesidad de formar individuos sanos, fuertes, resistentes física y espiritualmente. A través de ella, el niño expresa su espontaneidad, fomenta su creatividad, le permite conocer, y valorarse a sí mismo y a los demás. Por ello, es indispensable la variedad de las diferentes actividades en el juego, recreación y deporte para implementarlas continuamente. Y es que la actividad física contribuye a la manifestación del niño como sujeto social, favoreciendo la comunicación y relación con sus pares a través del trabajo en equipo y la conformación de grupos. (Fernández J. , 2009, pág. 1)

A pesar de que la literatura consultada no ofrece suficientes elementos sobre la labor educativa en los Hogares, resultan de interés los aportes realizados. Por ejemplo: (Kaddur, 2005, pág. 691) expresa la necesidad de mejorar la formación de los profesionales de los centros de menores. Se plantea por (Ramis A. , 2016, pág. 287) que la evaluación de la calidad es un proceso que contribuirá a la mejora de la atención de los centros residenciales y al bienestar de los menores. En tanto, (Trujillo, 2009, pág. 221) destaca el derecho de los menores a recibir una protección de calidad humana. Insiste (Mateus, Gómez, & Rodríguez, 2018, pág. 13) en la necesidad de lograr cambios en la gestión educativa de los internados con alumnos sin amparo familiar, de manera que satisfagan las necesidades educativas y afectivas, para garantizar su permanencia en el centro, la inserción al empleo, la conformación de una familia y su integración social. Considera vital (Soler, 2005, pág. 6), preparar al personal para que pueda educar con amor.

Los autores citados reconocen la necesidad de elevar la formación del personal en estas instituciones. Sin embargo, no se han constatado en la literatura científica, resultados que aporten a la capacitación de su personal. De igual manera, no se han registrado investigaciones que aborden las potencialidades de la actividad física, el deporte y la recreación, para la labor educativa en estas instituciones.

En Cuba, los HMSAF están destinados a los menores desde 6 a 17 años de edad (Decreto Ley 76, 1984, pág. 1) A estos centros ingresan menores procedentes de familias disfuncionales, algunos abusados, con trastornos psicológicos y psiquiátricos. Ello exige un trato afable, tacto pedagógico, paciencia, conocimientos, hábitos, habilidades y actitudes. Se requiere de una capacitación ardua de su personal, incluyendo las potencialidades que ofrece la actividad física en la formación integral de los menores.

Si bien es cierto que se ha trabajado en la selección del personal, la práctica pedagógica revela que no siempre se intenciona la preparación de estos recursos humanos, lo que ha sido corroborado en el Hogar de menores sin amparo familiar de Santo Domingo. Mediante visitas, observaciones e intercambios con trabajadores; se ha podido constatar, que el personal tiene limitaciones en su preparación, adolecen de herramientas, métodos y procedimientos para educar. No utilizan la actividad física y recreativa como parte de la labor educativa. Son limitadas las acciones de capacitación que se desarrollan en este centro.

Los elementos expuestos caracterizan la situación problemática: Es insuficiente la capacitación del personal del Hogar de menores sin amparo familiar de Santo Domingo para desarrollar la labor educativa vinculada a la actividad física de los menores. Se determina como **problema científico**: ¿Cómo contribuir a la capacitación del personal del Hogar para fortalecer la labor educativa vinculada a la actividad física de los menores atendiendo a la diversidad? Se plantea como hipótesis: Si se aplica una estrategia de capacitación al personal del Hogar de Santo Domingo, entonces puede contribuirse a fortalecer la labor educativa vinculada a la actividad física de los menores atendiendo a la diversidad. La investigación se desarrolla en el municipio de Santo Domingo. De una población de 15 trabajadores, la muestra es de 15. Tiene como objetivo: Diseñar una estrategia de capacitación dirigida al personal del Hogar para fortalecer la labor educativa vinculada a la actividad física de los menores atendiendo a la diversidad.

## **DESARROLLO**

Para el desarrollo de esta investigación se utilizó el enfoque mixto porque se realizó una integración sistemática de los métodos cuantitativos y cualitativos con el fin de obtener una representación más completa del fenómeno. El tipo de investigación utilizada es explicativa,

dirigida a responder las causas del fenómeno, el por qué y en qué condiciones ocurre. Para el cumplimiento del objetivo planteado, se utilizaron diversos métodos de investigación.

Del nivel teórico: Histórico-lógico: para determinar en la fundamentación teórica, los antecedentes del tema objeto de estudio; analítico-sintético: permitió analizar las particularidades del fenómeno objeto de estudio, al analizar investigaciones relacionadas con el tema; inductivo-deductivo: para observar la realidad, realizar comparaciones, hacer deducciones pertinentes, razonamientos lógicos y generalizaciones necesarias en el tema que se aborda; sistémico-estructural: para el análisis de las relaciones más importantes entre las etapas y acciones de la estrategia de capacitación diseñada, el orden lógico de las acciones concebidas en la estrategia, estrechamente interrelacionadas y su carácter sistémico.

Del nivel empírico: Análisis de documentos: permitió constatar en los documentos rectores, normativos y metodológicos, la concepción de la atención educativa a la diversidad en los HMSAF y su vinculación con la actividad física; observación: para constatar cómo los educadores desarrollan la atención a la diversidad en los diferentes procesos que se desarrollan en la institución, así como el aprovechamiento de las potencialidades que ofrece la actividad física para la labor educativa; entrevista: (al personal docente), para constatar el dominio que poseen acerca de la atención educativa a la diversidad de menores que atienden, de las potencialidades que ofrece la actividad física en la formación integral de los educandos, el dominio de normativas de la institución, de las características psicológicas y de las edades, así como del diagnóstico psicopedagógico; encuesta: (al personal no docente), para constatar el dominio que posee el personal no docente del Hogar para el desempeño de sus funciones y para desarrollar una labor educativa de calidad con los menores de la institución, en estrecha vinculación con las actividades físicas que se desarrollan; triangulación metodológica: para contrastar la información obtenida, teniendo en cuenta la relación entre los métodos de investigación empleados. Esta técnica facilitó la precisión en la investigación y búsqueda de explicaciones alternativas, útil en el logro de la confiabilidad y credibilidad de los datos obtenidos para su posterior interpretación. Los datos fueron analizados desde distintos ángulos con el fin de incrementar la validez de los resultados, reconociendo que cada método no debe tratarse de forma independiente.

Del nivel estadístico-matemático: se utilizó el análisis porcentual.

La investigación se realizó en la etapa comprendida desde mayo de 2019 hasta julio de 2020.

Consecuentemente con la lógica de la investigación se analizaron los resultados de los diferentes métodos aplicados que posibilitaron la determinación de las necesidades. Se aplicaron los instrumentos: análisis de documentos; la observación a procesos, donde fueron observadas 7 actividades; la entrevista a los 3 docentes de la institución y la encuesta a los 12 trabajadores no docentes.

Una vez concluida la aplicación y análisis de los instrumentos se realizó la triangulación metodológica lo que permitió precisar las principales regularidades arrojadas por el diagnóstico del estado actual de la preparación del personal del Hogar de menores sin amparo familiar del municipio de Santo Domingo, para desarrollar la labor educativa vinculada a la actividad física de los menores.

Fortalezas:

- El centro cuenta con toda la documentación establecida para este tipo de institución.
- Los trabajadores se sienten comprometidos con su labor.

- Existe convenio con la Dirección Municipal de Deportes para promover la actividad física.
- Los trabajadores reconocen la necesidad de la preparación para la atención educativa a la diversidad en el Hogar.

#### Debilidades:

- En la documentación analizada no se refleja la atención a la diversidad, existiendo poco dominio sobre el tema.
- Limitado conocimiento de los documentos rectores de la institución
- Poca implicación del personal en el desarrollo de actividades deportivas.
- No siempre se logra una comunicación asertiva con los menores.
- Poco dominio del diagnóstico de los menores del Hogar, así como de las características psicológicas y de las edades.
- Actitud poco interactiva del personal en la solución de los problemas que se presentan.
- Limitados conocimientos sobre la atención educativa a la diversidad y de la importancia de la actividad física en la formación integral de los menores.
- El sistema de planificación del Hogar no favorece la preparación del personal para desarrollar la labor educativa vinculada a la actividad física de los menores desde atención a la diversidad.

La estrategia que se diseñó tuvo como objetivo general: Capacitar teórica y metodológicamente al personal que labora en el Hogar de menores sin amparo familiar para fortalecer la labor educativa vinculada a la actividad física de los menores desde la atención a la diversidad. Tiene como objetivos específicos: Debatir las ideas y elementos esenciales que aparecen en los documentos rectores que norman el trabajo de la institución en función de ofrecer conocimientos elementales acerca del funcionamiento del Hogar; Argumentar las particularidades de la atención educativa a la diversidad, de la actividad física y su importancia para la formación integral de los Menores, mediante el intercambio, el estudio y análisis del expediente social, de las experiencias positivas desarrolladas, así como de situaciones problemáticas que se presentan en la práctica en este tipo de centro; demostrar en la práctica los conocimientos, habilidades, experiencias y modos de actuación que contribuyen a elevar la calidad en el desempeño del personal del Hogar para desarrollar la labor educativa vinculada a la actividad física de los menores.

La estrategia de capacitación se estructuró en cuatro etapas: diagnóstico, planificación, ejecución y evaluación.

**Primera Etapa: Diagnóstico.** Objetivo: Determinar el estado actual de la preparación del personal que labora en el Hogar de menores sin amparo familiar para desarrollar una labor educativa de calidad, vinculada a la actividad física de los menores desde la atención a la diversidad. Abarcó la etapa comprendida entre los meses de noviembre y diciembre/2019. Las acciones realizadas fueron:

- Aplicación de una prueba diagnóstica inicial al personal docente para constatar los conocimientos que poseen acerca de las particularidades de la labor educativa en la institución, del diagnóstico integral de cada menor, así como de la atención a la diversidad y la importancia de la actividad física.
- Observación a una actividad de capacitación: para constatar las acciones de preparación que desarrolla la dirección de la institución con su personal, en función de lograr elevar la calidad del trabajo educativo vinculado a la actividad física de los menores desde la atención a la diversidad.

- Taller de intercambio y reflexión sobre los resultados alcanzados en la labor educativa vinculada a la actividad física de los menores, como resultado de las acciones de capacitación desarrolladas con el personal de la institución.

Los resultados de los instrumentos aplicados en esta etapa evidencian que el personal tiene poco dominio de la comunicación asertiva, no poseen suficientes conocimientos acerca de las particularidades de la labor educativa en el Hogar, de la importancia que tiene la actividad física en la formación integral de los menores, de cómo atender la diversidad y no logran el pleno dominio del diagnóstico. Además no se sienten satisfechos con la preparación recibida.

**Segunda Etapa: Planificación.** Objetivo: Diseñar las acciones de capacitación a partir de la determinación de objetivos, contenidos, métodos, procedimientos, medios de enseñanza, formas organizativas y de evaluación. La planificación se realizó teniendo en cuenta el carácter flexible de la estrategia, pues aunque en ella se definieron acciones que no podían faltar en la capacitación del personal, se concibió de acuerdo al contexto en que se desarrolló y a los resultados del diagnóstico, lo que permitió realizar cambios necesarios durante su ejecución. Se desarrolló entre los meses de enero y febrero/2020. En esta etapa se realizaron las acciones siguientes:

- Selección de los facilitadores y ejecutores. F/C Primera semana de enero.
- Análisis del diagnóstico del estado actual de la capacitación de los docentes para desarrollar un trabajo educativo de calidad desde la atención a la diversidad, fortalezas y debilidades desde el punto de vista individual y colectivo. F/C Segunda semana de enero.
- Coordinaciones con los facilitadores y ejecutores para la puesta en práctica de la estrategia. (Equipo del Centro de Diagnóstico y Orientación, Asesora de salud escolar y trabajo preventivo, Directora y Psicopedagoga de la Escuela Especial, Metodólogos, especialistas de la Dirección Municipal de Deportes). F/C Segunda semana de enero.
- Diseño de las acciones de capacitación. F/C: Segunda quincena de enero hasta el 15 de febrero. Responsable: Investigadora
- Determinación de los contenidos, métodos, procedimientos, medios de enseñanza y formas de organización de las acciones de capacitación. F/C: Segunda quincena de enero hasta el 15 de febrero.
- Establecimiento de los momentos en que se desarrollarán las diferentes acciones. F/C: Segunda quincena de enero hasta el 15 de febrero.
- Preparación de los ejecutores para que estén en condiciones de enfrentar la tarea. F/C: Última semana de febrero. Responsable: Investigadora

Se logró la integración de los especialistas y facilitadores de la educación especial y de la Dirección municipal de Deportes. Se desarrollaron 3 sesiones de preparación de los ejecutores para que estuvieran en condiciones de enfrentar la tarea, y se determinaron de los contenidos, métodos, procedimientos, medios de enseñanza y formas de organización de las acciones de capacitación.

**Tercera Etapa: Ejecución.** Objetivo: Desarrollar las acciones planificadas para la capacitación del personal que labora en el Hogar, tanto desde el punto de vista grupal como individual, a partir de la posibilidad que ofrece la utilización de las acciones dentro y fuera del puesto de trabajo, propiciando que se apropien de conocimientos (saber), las habilidades (saber hacer), las motivaciones (deseos de hacer), las actitudes (saber ser). Se ejecutaron las 17 acciones de capacitación al personal del Hogar diseñadas en la etapa de planificación de la estrategia, mediante el empleo de diferentes formas de organización de la capacitación, entre ellas: Reunión

metodológica (1); Actividad teórica inicial (1); Autopreparación e intercambio con especialistas (En las acciones de capacitación, mediante la orientación, control y evaluación del estudio independiente de los participantes); Visualización y debate de películas, documentales, videos. (4); Sesiones de debate y reflexión (2); Talleres metodológicos (4); Despacho metodológico. (1) (Acción diferenciada con el personal docente); Talleres reflexivos (2); Charla educativa (1); Taller de creación (1). Las acciones de capacitación se desarrollaron en la etapa comprendida entre los meses de marzo a junio/2020, fueron concebidas con frecuencia semanal para el desarrollo de las sesiones de capacitación.

Se logró desarrollar con calidad las 17 acciones de capacitación, ordenadas lógicamente y estrechamente relacionadas en correspondencia con las necesidades de capacitación diagnosticadas. Durante la ejecución de las acciones de capacitación se logró evaluar a los participantes de forma oral y escrita, lo cual fue reflejado en el registro de evaluación. Se fueron recogiendo los criterios y opiniones de los participantes para enriquecer las actividades prácticas durante las sesiones de trabajo. Se intercambiaron con los facilitadores para constatar la evolución en el aprendizaje de los participantes.

**Cuarta Etapa: Evaluación.** Objetivo: Valorar el desarrollo alcanzado en la preparación del personal que labora en el Hogar a través de los resultados obtenidos en las diferentes formas de organización del proceso. Se realizaron las siguientes acciones: análisis de los resultados de la evaluación sistemática; valoración del desarrollo de las diferentes acciones realizadas en la preparación; aplicación de encuesta de satisfacción al personal del Hogar; aplicación de la prueba pedagógica final al personal docente y taller final de evaluación. Las acciones concebidas se desarrollaron en el mes de julio/2020.

La aplicación de la estrategia de capacitación revela su efectividad, teniendo en cuenta que los resultados alcanzados en la capacitación del personal del Hogar de menores sin amparo familiar de Santo Domingo, son superiores durante la etapa de evaluación con respecto a la etapa de diagnóstico. Con la aplicación de la encuesta de satisfacción al personal del Hogar se constataron los siguientes resultados:

- El 100 % de los encuestados expresa que la capacitación recibida le resultó muy útil y alegan esencialmente que le ha permitido conocer sobre los objetivos de trabajo de la institución, sobre el diagnóstico de los menores del Hogar, la importancia de la comunicación, cómo atender a los menores en cada una de las actividades que se desarrollan en este centro y cómo resolver conflictos que se presentan.

Mencionan otros aprendizajes logrados con la capacitación recibida, 6 de los encuestados (40%), entre ellos: el papel de la unidad del colectivo, la necesidad del trabajo cooperado con especialistas del CDO, de la Escuela Especial, y de la dirección de Deportes; que se requiere en el personal del Hogar fortalecer su sensibilidad, humanismo y amor para atender a la diversidad en la labor educativa que se desarrolla en este tipo de institución.

- El 100% de los encuestados expresa que se sienten comprometidos para desarrollar una labor educativa exitosa y para promover la actividad física en función de la formación integral de los menores.

- Respecto a la satisfacción que poseen con la capacitación recibida en el Hogar, lo evalúan: 10 educadores en el Nivel Alto (66,7%) y 5 en el Nivel Medio (33,3%). Fundamentaron su respuesta 6 de ellos (40%)

- Al responder en qué condiciones se encuentran para desarrollar su trabajo y contribuir a una labor educativa de calidad en el Hogar, 4 educadores (26,7%) reconocen que se sienten preparados; mientras que 9 (60%) se consideran medianamente preparados. El resto de los encuestados, 2 (13,3%) refieren que no están preparados.

- Ofrecen recomendaciones para fortalecer la preparación de los educadores del Hogar 6 personas (40%), entre ellas mencionan: realizar sesiones de intercambio con otros Hogares de menores sin amparo familiar de la provincia para conocer otras experiencias positivas en el trabajo educativo, darle continuidad a la capacitación en temas relacionados con la atención a la diversidad y la labor educativa en el Hogar, la promoción y desarrollo de la actividad física, e incrementar el número de actividades prácticas y demostraciones.

- El 100% argumenta por qué la capacitación ofrecida contribuye a desarrollar una labor educativa de calidad. Entre las recomendaciones que ofrecen para su perfeccionamiento, reiteran: la necesidad de intercambiar experiencias con otros Hogares de la provincia, desarrollar otras sesiones de capacitación con el personal no docente, que permitan mediante demostraciones y actividades prácticas capacitarlos para un mejor desempeño en su puesto de trabajo y en cómo implicarse en todos los procesos educativos que se desarrollan en la institución.

### **Ejemplo de una acción de la Estrategia de Capacitación.**

**ACCIÓN # 13. Tema:** La atención a la discapacidad, un reto del trabajo en los Hogares. **Objetivo:** Valorar mediante la visualización del video, la actitud de los personajes y el mensaje que transmite con respecto a la atención a la discapacidad para lograr adecuados modos de actuación por parte de los educadores del Hogar. Forma de organización: Debate y Reflexión

#### **Metodología a seguir:**

Invitar a los educadores a la visualización del video "Cuerda". Antes de proyectar el video es importante que conozcan su sinopsis.

La historia se desarrolla en un orfanato donde se encuentran niños de diferentes edades y características, un día internan a un niño con discapacidad físico motora que es rechazado por los demás niños. María la protagonista del video es una niña habilidosa, talentosa y amable, la cual desde que llega el niño se acerca a él y le brinda ayuda para lograr insertarlo a la vida social activa buscando alternativas diversas, entre ellas, las cuerdas, como actividad física y recreativa, proporcionando alegrías al niño aún con su enfermedad, lo que hace feliz a María. El desenlace de la historia fue muy triste, pero a su vez reconfortante, María se convirtió en maestra de la enseñanza especial.

Es importante que mientras visualicen el video tomen notas relacionadas con: la actitud de los personajes: María, niño con discapacidad, maestra, niños del grupo; la importancia que tiene el ejercicio físico para el desarrollo integral de los niños y para la atención a la discapacidad; las enseñanzas del video; el papel de la institución, los sentimientos y las decisiones de María y los demás niños del grupo. Deben prestar especial atención a los recursos en que María se apoya para ayudar a su amigo y establecer relación de lo observado durante el video y su labor diaria en el Hogar de menores sin amparo familiar.

#### **Visualización del video. Preguntas para el debate:**

- ¿En qué lugar se desarrolla el video? - ¿Qué problemas en la atención educativa se reflejan en el video? Explique. - ¿Cuáles son los personajes del video? - ¿Cuáles son los personajes

positivos en esta historia? Argumente. - ¿Cuáles son los personajes negativos? Argumente. - ¿Qué opinan acerca del papel que desempeñan los educadores en el orfanato en la atención a la diversidad? - ¿Cómo valoran la actitud de María? - Compare la actuación de María y de los demás niños. - ¿Logra María con su accionar satisfacer las necesidades afectivas del niño enfermo? - ¿Qué opinan del desenlace final del video? - Comente la intencionalidad del director del video. - ¿Se relaciona el video con la labor en los Hogares? ¿Por qué?; - Explique cómo deben actuar los trabajadores del Hogar para la atención a estos menores.

- ¿Cómo pueden los trabajadores del Hogar promover la cultura física y el deporte participativo en el Hogar?

Conclusiones: ¿Qué cualidades debe poseer el personal del Hogar para implicarse de forma eficaz en el trabajo del centro con relación a la discapacidad? Se utiliza la técnica del papelógrafo, donde se irán anotando con un plumón de color fuerte y en elaboración conjunta, cuáles son esas cualidades.

## **CONCLUSIONES**

El diagnóstico realizado reveló que el personal del Hogar de menores sin amparo familiar del municipio de Santo Domingo presenta fortalezas y debilidades en su preparación para fortalecer la labor educativa vinculada a la actividad física de los menores atendiendo a la diversidad.

La aplicación de la estrategia de capacitación propuesta, permitió valorar su efectividad, a partir de los avances evidenciados durante el desarrollo de las acciones de capacitación diseñadas, así como en los resultados de los instrumentos aplicados en la etapa de evaluación con respecto a la etapa de diagnóstico, con resultados superiores en la preparación del personal desde el punto de vista cognitivo, procedimental y actitudinal en función de fortalecer la labor educativa vinculada a la actividad física de los menores atendiendo a la diversidad

## **BIBLIOGRAFÍA**

Constitución de la República de Cuba (Zunilda González y Fidel Aguirre ed.). (2019). La Habana. Cuba: Editora Política.

(1984). Decreto Ley 76. Decreto Ley, La Habana.

Fernández, J. (marzo de 2009). La importancia de la Educación Física en la escuela. Buenos aires, Año 13(130). Obtenido de <http://www.efdeportes.com>

Fuentes, M. L. (2016). La labor preventiva desde el mejoramiento de las prácticas inclusivas en la atención a la diversidad. La Habana: Pueblo y educación .

Kaddur, H. (2005). Atención educativa en centros de acogida de menores: el caso del centro Avicena de Melilla. Universidad de Granada, Didáctica y Organización Escolar. Granada: Universitaria.

Mateus, J., Gómez, J., & Rodríguez, R. (enero-febrero de 2018). La gestión educativa para la integración social de niños sin amparo familiar incluidos en el internado "17 de septiembre", (100). Órbita Científica, 24(100), 1-16.

Ramis, A. (2016). Evaluación de la calidad de la atención residencial en Mallorca. Tesis doctoral, Universidad de les Illes Balears, España.

## LA PREPARACIÓN A PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

Miriam Novoa Pérez.

Licenciada en Psicología. Psicopedagoga del Centro de Diagnóstico y Orientación. Cuba.mirita.novoa68@gmail.com.orcid.0000-0003-4265-0995.

Lic. Yudiel Pacheco Pérez. Licenciado en Cultura Física, Metodólogo Provincial de Educación Física Escolar. INDER, Cuba. estuche@nauta.cu: ORCID: 0000-0002-3014-8650

### RESUMEN

La investigación se realizó a partir de los conocimientos teóricos y metodológicos sobre la Educación Física y lo relacionado con la diversidad en las clases de educación física del segundo ciclo de la enseñanza primaria. El presente trabajo tiene como objetivo proponer un sistema de talleres para la preparación de los profesores de educación física para la atención educativa a la diversidad. En la realización de este trabajo se utilizan diferentes métodos y técnicas de investigación científica como: revisión bibliográfica y análisis documental, observación y entrevistas. Al conocer la poca preparación de los profesores y las dificultades que tienen los Programas respecto a la atención educativa a la diversidad de los profesores en las clases de Educación Física, en consideración de los sustentos teóricos que guían los procederes de los alumnos y profesores para llevar a cabo un proceso de aprendizaje desde una posición de sujeto activo. Los talleres diseñados fueron sometidos a la opinión crítica de los especialistas, la cual fue valorada como adecuada y necesaria para su implementación en la práctica y al alcance de todos los escolares de la enseñanza primaria desde la diversidad porque responden a las exigencias de lo establecido en los Programas de Educación Física.

**Palabras clave:** Diversidad; Discapacidad física; Educación Física; Programas de Educación Física; preparación; Taller metodológico.

### INTRODUCCIÓN

Debido a los nuevos adelantos de la ciencia y la técnica que se introducen a diario en el sistema educacional, tanto a nivel mundial como en el nacional, dicha formación de profesores de educación física adquiere en la actualidad una connotación diferente. Uno de ellos es el referido a la atención a la diversidad que hay que desarrollar en cada una de las diferentes enseñanzas, y específicamente en las de la educación primaria, donde por las características de las edades, requiere de una especial atención.

Los primeros acercamientos sobre atención a la diversidad se sitúan a partir de la realización del Fórum Internacional de la UNESCO sobre educación celebrado en Jomtient, Tailandia, en 1990. En la conferencia efectuada en Ginebra, 18 de julio de 2008 de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura se abordaron diferentes temáticas tales como lo referido a la inclusión como principio de orientación del proceso, la preparación a los docentes y el perfeccionamiento profesional permanente sobre la inclusión en escuelas regulares como desarrollo de la educación futura y la atención a la diversidad de manera general.

Con dichas transformaciones se busca desarrollar en ellos la participación activa de todos los educandos en correspondencia a sus con sus discapacidades logrando motivación hacia las

actividades que les ofrezcan conocimientos, habilidades, desarrollo de sus capacidades psíquicas y físicas, así como de iniciativas, toma de decisiones, creatividad y búsqueda de solución a los problemas del proceso docente educativo, cada vez más complejos, todo lo cual tributará a su formación para incorporarse a la sociedad en que viven, como hombres y mujeres útiles, transformadores y creativos. El profesor de educación física debe tener la capacidad y los recursos disponibles para enfrentar y detectar situaciones de riesgo que se le puedan presentar con el alumnado cuando dentro de ellos se encuentren alumnos con alguna discapacidad para dar una respuesta inmediata antes de que esta se agrave y pueda terminar de una forma desacertada, dando lugar a actitudes negativas.

Diversidad: es un término derivado del latín que implica desemejanza, diferencia, variedad, heterogeneidad.

Coincidiendo con lo expresado por López Melero (2010) referenciado en el artículo de Viviana Nardelli cuando dice: “El concepto de diversidad no se refiere sólo a handicap, sino a todos los colectivos menos favorecidos de la sociedad, (...) que por una causa u otra están situados en la frontera o fuera del sistema olvidándose intencionalmente que la diversidad es lo más genuinamente natural del ser humano” (Nardelli, 2019). La Diversidad no implica segregar, separar, educación diferente, implica igualdad de oportunidades para todas y todos.

Los cuatro tipos en los que se clasifica la discapacidad son: física, sensorial, psíquica y mental (Moreno-Rodríguez, 2012) este autor refiere lugar, la discapacidad física y orgánica hace referencia las limitaciones que pueda tener una persona en un entorno/contexto normalizado como consecuencia de una deficiencia en las funciones y estructuras corporales, de los sistemas osteoarticulares y neuromusculotendinosos.

Referido a la atención a la diversidad, desde la propia Agenda 2030 se hace alusión en sus propósitos a la necesidad de (...) proporcionar una educación de calidad, inclusiva e igualitaria a todos los niveles: enseñanza preescolar, primaria, (...). Todas las personas, sea cual sea su sexo, raza u origen étnico, incluidas las personas con discapacidad, (...), deben tener acceso a posibilidades de aprendizaje permanente que las ayuden a adquirir los conocimientos y aptitudes necesarios para aprovechar las oportunidades que se les presenten y participar plenamente en la sociedad. (...) (p. 8)

De igual manera se explicita que los niños y los jóvenes de ambos sexos son agentes fundamentales del cambio y encontrarán en los objetivos que se proponen desde la Agenda, una plataforma para encauzar su infinita capacidad de activismo hacia la creación de un mundo mejor. (Agenda 2030, p. 14)

Consecuente a lo anterior y a los objetivos de la presente investigación, la investigadora pudo constatar la existencia de estudios realizados por diferentes autores desde diferentes latitudes, sobre esta temática, desde el contexto educativo, (Valencia-Peris, Miguel-Alfaro, & Garcia, 2020) con una investigación acerca de la falta de preparación que reciben los profesionales de educación física durante su formación inicial para la atención educativa a la diversidad, Rodríguez, R. M., (2008) que propone nuevas competencias profesionales del profesorado relacionadas con la atención educativa a la diversidad étnico-cultural, Bautista-Vallejo, J.M. & López, N.R., (2001) propone los principios de la actividad lúdica y las relaciones entre el juego didáctico y la atención a la diversidad.

En Cuba se destacan investigaciones como Castellanos, D.; Castellanos, B.; Llivina, M.J.; Silverio, M.; Reinoso, C. & García, C.(2002) todos abordaron la temática de la diversidad desde

el contexto educativo; Borges, S., Orosco, M.,( 2014) proponen un cambio de conciencia en la educación en general a partir del trabajo de todos por la igualdad de derechos y la equidad de las ideas básicas para llevar a cabo este proceso con una educación de calidad, Pérez, E.A. (2017) analiza la experiencia de la inclusión como un proceso por el sistema educativo a partir de experiencias de inclusión en la Universidad de Holguín.

Si bien refiere (Fernández, Ruiz, & Patón, 2017) en los resultados de su investigación y en acuerdo, concibe que la preparación de los profesores de educación física ésta debe ser permanente, alimentada por sus experiencias en su práctica educativa.

Es por ello que la preparación de los profesores de educación física, constituye también un aspecto muy importante en el desarrollo de los procesos educativos y se concibe como el proceso permanente de adquisición, estructuración y reestructuración de conocimientos, habilidades y valores para el desempeño de su función, desde la escuela se debe asumir la formación y preparación de los maestros lo cual implica una responsabilidad y necesidad de un trabajo metodológico sistemático y científico que se desarrolla sobre la base de las diferentes formas del trabajo metodológico que según (Mined, 2014, p. 22)

- a) Reunión metodológica.
- b) Clase Metodológica.
- c) Clase Abierta.
- d) Taller Metodológico entre otras.

La autora asume el taller metodológico como forma de preparación a los profesores de educación física ya que esta actividad se realiza en cualquier nivel de dirección con los docentes, funcionarios y cuadros y en el cual, de manera cooperada, se elaboran estrategias, alternativas didácticas, se discuten propuestas para el tratamiento de los contenidos, los métodos y se arriban a conclusiones generales.

Teniendo en cuenta lo expresado anteriormente, se constató a través del entrenamiento metodológico conjunto, inspecciones parciales, visitas especializadas, observaciones a los modos de actuación de los profesores de educación física en diferentes actividades docentes, extradocentes y resto de los espacios escolares de las escuelas del municipio que los profesores no siempre cuentan con una guía acertada para dirigir de manera efectiva las vías de tratamiento en correspondencia con la diversidad actuante en el grupo. En las clases y otras actividades, no siempre se garantizan las condiciones y exigencias necesarias para el trabajo con todos los estudiantes atendiendo a su diversidad, lo que conduce, generalmente a un deficiente proceso de desarrollo y a su exclusión dentro de este mismo proceso de enseñanza. Desde sus planes de preparación individual no se concibe actividades relacionadas con la temática de la atención a la diversidad existente en sus grupos, no se ha concebido en el currículo de formación inicial de los docentes, materiales de apoyo que contribuyan a la atención educativa.

Tomando en consideración lo anterior, se declara como situación problemática: la poca preparación que poseen los profesores de educación física del segundo ciclo del municipio Caibarién para la atención a la diversidad de sus estudiantes en la institución educativa.

Esta realidad nos pone ante la siguiente Situación Problemática: La poca preparación que poseen los profesores de educación física del segundo ciclo de la enseñanza primaria del municipio Caibarién, para la atención a la diversidad de sus estudiantes.

Estos elementos fundamentan el problema científico: ¿Cómo preparar a los profesores de educación física del segundo ciclo de la enseñanza primaria para la atención educativa a la diversidad? Para dar respuesta a esta interrogante se propone un sistema de talleres de preparación a los profesores de educación física para la atención a la diversidad.

## **DESARROLLO**

La investigación se desarrolló desde diferentes métodos investigativos y posiciones participativas. El material factual correspondiente al diagnóstico se recopiló mediante el análisis documental, entrevistas y encuestas y posiciones analíticas sintéticas, lo inductivo y deductivo no solo para generalizar el diagnóstico, sino para preparar a los profesores de educación física. Población y Muestra.

El estudio se realizó en las escuelas primarias de la ciudad de Caibarién. La Población está compuesta por el total de los maestros de Educación Primaria de la ciudad de Caibarién. La Muestra fue seleccionada por criterio no probabilístico de tipo intencional y está compuesta por los 18 profesores de educación física del segundo ciclo del municipio Caibarién.

En el desarrollo del trabajo se realizó una fase diagnóstica que permitió revelar las principales insuficiencias en la preparación que tienen los profesores de educación física del segundo ciclo en la atención educativa a la diversidad en sus clases.

Para el cumplimiento de los objetivos propuestos y así solucionar el problema científico de la investigación, se utilizaron métodos y/o técnicas como son:

Del nivel teórico:

Histórico - lógico: permitió penetrar en los antecedentes del tema y describir todo el proceso de preparación desde su surgimiento y evolución, así como la determinación de las principales transformaciones acontecidas en los profesores de educación física para la atención a la diversidad de sus estudiantes

Inductivo-deductivo: permitió el estudio profundo del problema para poder fundamentarlo científicamente y diseñar la propuesta de solución del mismo, determinar regularidades y realizar generalizaciones referidas, fundamentalmente, a la atención a la diversidad de sus estudiantes en las clases de educación física y para la integración de cada componente del sistema desde sus partes al todo integrador y viceversa.

Métodos empíricos:

Análisis de documentos: con la intención de analizar en documentos rectores y normativos del trabajo metodológico los presupuestos que se brindan para la concepción y desarrollo de temas relacionados con la atención a la diversidad.

Observación: Para obtener información acerca del tratamiento curricular a los temas de preparación a los profesores de educación física sobre atención a la diversidad y visitas a clases, para obtener información sobre las dificultades en la preparación de los maestros para la atención a la diversidad de sus estudiantes.

Entrevista estructurada: a los metodólogos de educación física, y profesores de educación física del segundo ciclo para constatar la forma que tienen concebido la preparación sobre temas relacionados con la diversidad y frecuencias de preparación, así como experiencias en el sector educacional.

Encuesta: a los profesores de educación física del segundo ciclo con el objetivo de constatar el nivel de preparación que estos poseen para la atención a la diversidad de sus estudiantes, así como las concepciones que poseen acerca de la temática en aras de seleccionar los especialistas que evaluarán el programa y emitir sus valoraciones.

La investigación se realizó entre septiembre del 2018 hasta mayo del 2019. La fase de diagnóstico se realizó en septiembre del 2018 y la segunda fase mayo del 2019.

La fase de diagnóstico comprendió:

- Análisis documental.
- Encuesta.
- Entrevista

El sistema de talleres metodológicos sobre la base de fundamentos teóricos- metodológicos que lo sustentan, se planificó con una secuencia lógica según las necesidades de preparación de los profesores de educación física para atender la diversidad existente en sus grupos.

Para la conformación del sistema de talleres que contribuye a la preparación de los profesores de educación física se utilizaron como muestra 18 profesores del segundo ciclo y dos metodólogos. Se determinaron las necesidades de preparación de éstos a partir de la instrumentación de un sistema de métodos de investigación que permitieron la recopilación, instrumentación e interpretación de los datos precisos para determinar lo que debe de conocer un profesor de educación física para atender la diversidad en sus grupos, lo que hace y a partir de ahí de las diferencias obtenidas determinar sus necesidades.

Con el propósito de constatar a través del análisis de documentos normativos del trabajo metodológico, la concepción y desarrollo de temas relacionados con la diversidad en función de la preparación de los profesores de educación física para su labor. Los documentos que se analizaron fueron:

- Plan de Trabajo Metodológico
- Las Reuniones de Trabajo Metodológico.
- Planes de clases de los docentes

Esto nos permitió establecer con claridad nuestra situación problemática como se refleja en la introducción, pudiéndose apreciar la insuficiente preparación de los profesores de educación física para la atención a la diversidad, no se aprecia, desde la concepción del Plan de Trabajo Metodológico de los centros, ni en los planes de clases de los docentes, el tratamiento relacionados con la diversidad.

En los resultados de la entrevista realizada a los profesores de educación física de estas instituciones, se pudo constatar que existen deficiencias por parte de los profesores en el dominio

de los métodos, sistemas, recursos, alternativas y aspectos organizativos para la atención a la diversidad.

La observación a las preparaciones metodológicas permitió constatar en la práctica educativa no se conciben acciones que aborden las necesidades de preparación en correspondencia con sus necesidades para un mejor desempeño profesional.

Es en este momento es donde las alternativas de preparación juegan un papel fundamental, entre las cuales se encuentra el taller el cual se convierte en una forma de organización en la preparación de los profesores de educación física, entendiéndolo como el lugar donde los profesores trabajan cooperativamente para desarrollar nuevas maneras de hacer en el proceso de enseñanza aprendizaje, lugar donde se aprende haciendo junto con otros, dando motivo a la realización de experiencias innovadoras en la búsqueda de métodos activos en la enseñanza

En torno a esta necesidad es que las autoras de esta investigación proponen un sistema de talleres que responda a las necesidades de los profesores de educación física que laboran con la diversidad de sus grupos en diferentes escenarios. Estos talleres se apoyan en el enfoque histórico cultural de S. L. Vygotsky (1896-1934), que tiene su base en la psicología contemporánea, considera el desarrollo integral de la personalidad de los educandos como producto de la actividad y la comunicación en el proceso educativo y de enseñanza aprendizaje, en el que actúan como dos contrarios dialécticos lo biológico y lo social.

#### Sistema de talleres

Objetivo: Contribuir a la preparación de los profesores de educación física del segundo ciclo para la atención a la diversidad en la enseñanza primaria.

#### Subsistema I: Diagnóstico y Sensibilización.

Objetivos: Determinar las necesidades de conocimientos de los profesores en el sistema de talleres. Sensibilizar al grupo con la problemática. Concientizar en ellos la importancia del rol que desempeñan en la atención a la diversidad desde la actividad física.

#### Taller #1

Tema: Análisis crítico de las prácticas educativas de la educación física desde la perspectiva de la diversidad.

Objetivo: Explicar las consideraciones generales y actuales en la atención a la diversidad desde la educación física.

#### Subsistema II: Contenido y tratamiento acerca de la atención a la diversidad.

Objetivos: Brindar conocimientos teóricos, metodológicos y prácticos sobre la atención a la diversidad en Cuba para elevar el nivel de preparación al grupo de participantes.

Presentar el sistema de talleres para la preparación de los profesores de educación física en la atención a la diversidad en la enseñanza primaria.

#### Taller #2

Tema: Diversidad y educación. Dimensiones y Conceptos básicos.

Objetivo: analizar los fundamentos teóricos sobre la diversidad e inclusión educativa.

### Taller #3

Objetivo: Debatir acerca las actividades y recursos didácticos a emplear en la atención educativa a la diversidad, ajustado a las necesidades del grupo de estudiantes del segundo ciclo.

#### Subsistema III: Evaluación

Objetivos: Evaluar la efectividad del sistema de talleres en el desempeño del profesor de educación física en la atención a la diversidad.

Conocer el nivel de transformación del profesor de educación física, desde el punto de vista cognitivo, afectivo y volitivo.

### Taller #4

Objetivo: Evaluar el nivel de conocimientos adquirido por los profesores de educación física y la efectividad de los mismos en la atención a la diversidad.

## CONCLUSIONES

El abordaje de cada una de estas temáticas en los talleres metodológicos permitió la preparación de los profesores de educación física del segundo ciclo en la atención a la diversidad de sus estudiantes, facilitándoles recursos personales, organizativos y materiales, ajustados a las necesidades de cada alumno para que todos puedan tener igualdad de oportunidades en la participación de las actividades físicas y recreativas en la institución escolar.

## BIBLIOGRAFÍA

Bastias, J. L. (2015). Atención a la diversidad en el área de educación física para estudiantes con discapacidad en educación primaria. España.

Fernández, J. E., Ruiz, A. C., & Patón, R. N. (2017). Formación del Profesorado de Educación Física en atención a la diversidad en Educación Primaria. *Sportis*, 323-329.

Izquierdo, R. M. (2008). Atención educativa a la diversidad étnico-cultural: nuevas competencias profesionales del profesorado. *Profesorado*, 1-12.

Nardelli, N. (del 30 al 14 de septiembre-octubre de 2019). <http://congresoeducaciónfísica.fahce.unlp.edu.ar/>.

*Reglamento del Trabajo Metodológico del ministerio de Educación*. (2014). Holguin: Empresa Poligrafica de Holguin ARGRAF.

Ruiz, R. R. (2009). La atención a la diversidad en la clase de educación física. *Temas para la Educación*, 1-9.

Valencia-Peris, A., Miguel-Alfaro, P., & Garcia, D. M. (2020). La formación inicial del profesor de educación física: una mirada desde la atención a la diversidad. *Retos*, 597- 604.

## EPÍGRAFE II

### EDUCACIÓN FÍSICA CONTEMPORÁNEA EN LA ENSEÑANZA MEDIA Y SUPERIOR

#### 2.1

#### **JUEGOS CON TAREAS DEL BALONCESTO PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES EN NIÑOS Y ADOLESCENTES**

Yaney Zerquera González

Mined, profesora de Educación Física. ORCID: 0000-0003-0589-4050 correo. leidianis.zerquera@nauta.cu

Idalmes Fariñas Ceballos

Mined, profesora de Educación Física. idalmes.farinas@nauta.cu ORCID: 0000-0001-7412-6907

Yoelvis González Portal

Profesor de Educación Física. Escuela Vocacional Ernesto Guevara IPVC, Cuba. ygportal@ce.vc.rimed.cu. <https://orcid.org/0000-0001-8402-2888>

#### **RESUMEN**

La investigación se realizó a partir de los conocimientos teóricos y metodológicos sobre la Educación Física y lo relacionado con el tratamiento de las habilidades de los deportes en las clases de esta materia. El presente trabajo tiene como objetivo proponer juegos con tareas para las habilidades motrices del Baloncesto. Se parte del nivel alcanzado por los alumnos luego del diagnóstico del desarrollo actual de las habilidades combinadas del Baloncesto en las clases de Educación Física con alumnos de octavo grado y después validar por criterio de especialistas. En la realización de este trabajo se utilizan diferentes métodos y técnicas de investigación científica como: revisión bibliográfica y análisis documental, observación y entrevistas. Al conocer las dificultades que tienen los Programas respecto al trabajo de las habilidades combinadas del Baloncesto se diseñan los juegos para que se utilicen como herramientas por parte de los profesores en las clases de Educación Física, en consideración de los sustentos teóricos que guían los procedimientos de los alumnos y profesores para llevar a cabo un proceso de aprendizaje del Baloncesto desde una posición de sujeto activo. Los juegos diseñados fueron sometidos a la opinión crítica de los especialistas, la cual fue valorada como adecuada y necesaria para su implementación en la práctica y al alcance de todos los estudiantes del nivel medio porque responden a las exigencias de lo establecido en los Programas de Educación Física de 8vo grado.

**Palabras clave:** baloncesto; educación física; habilidades combinadas; juegos con tareas; programas de educación física.

#### **INTRODUCCIÓN**

En la escuela cubana actual, se están produciendo una serie de transformaciones en la proyección pedagógica para la formación integral de niños y jóvenes. Con dichas transformaciones se busca desarrollar en ellos la motivación hacia las actividades que les ofrezcan conocimientos, habilidades, desarrollo de sus capacidades psíquicas y físicas, así como de iniciativas, toma de decisiones, creatividad y búsqueda de solución a los problemas del

proceso docente educativo, cada vez más complejos, todo lo cual tributará a su formación para incorporarse a la sociedad en que viven, como hombres y mujeres útiles, transformadores y creativos.

Para Ballesta, Abruñedo, & Caparrós (2019) las tareas tienen tanto una carga cognitiva como asumida por el aprendiz. Sin embargo, habitualmente, los profesores tienden a planificar la enseñanza deportiva sobre la base de sus propias experiencias personales, desconociendo a la que van a ser sometidos los aprendices Barbero, Vera, & Castagna, 2006). Hasta donde se conoce (hay pocos trabajos que han centrado su interés en el estudio de las tareas para la enseñanza de los deportes de invasión en la Educación Física: balonmano (García-Ceberino et al., 2018) y fútbol (García-Ceberino, Feu, & Ibáñez, 2019).

En la enseñanza del baloncesto en concreto, hay diferentes trabajos que estudiaron los programas de enseñanza posicionados en dos métodos y un programa centrado en el método táctico. Sin embargo, se desconocen los estudios que comprueben si la demandada por las diferentes tareas de enseñanza durante las clases de Educación Física varía dependiendo la fase de juego empleada durante las sesiones de las unidades didácticas. Por todo ello, el objetivo de este estudio fue analizar de forma integral la que generan las tareas diseñadas por los profesores en fase de pre-servicio en formación, fase de prácticas) para la enseñanza del baloncesto en el contexto escolar en función de las fases

La experiencia de los profesores es clave, a la hora de diseñar, seleccionar y agrupar a los escolares durante las sesiones, para conseguir los objetivos de aprendizaje deseados (Clemente, Martins, & Mendes, 2015). Con el fin de facilitar el proceso de planificación y posterior control de las sesiones de enseñanza, se han diseñado y validado diferentes instrumentos como el Sistema Integral para el Análisis de las Tareas de Entrenamiento (SIATE) Ibáñez, Feu, & Cañadas, 2016). El SIATE se trata de un sistema metodológico que, a través de un análisis de las tareas de enseñanza, estudia los diferentes factores que inciden en el proceso de enseñanza de los deportes de invasión.

Del mismo modo, han surgido otras propuestas para cuantificar, de manera subjetiva, sin necesidad de emplear tecnologías costosas. Así, Ibáñez, Feu y Cañadas (2016) propusieron el Sistema Integral para el Análisis de las Tareas de Entrenamiento. Este sistema es simple, barato y adaptable a cada contexto y permite analizar las variables pedagógicas y organizativas que definen una tarea, así como cuantificar las tareas. Empleando dicho sistema en el contexto del entrenamiento deportivo,

Mancha, García-Ceberino, Antunez y García-Rubio (2018) analizaron la total de un equipo de baloncesto de formación asimismo, en el contexto escolar, González-Espinosa,

Ibáñez, y Feu (2017) compararon los niveles de las tareas diseñadas para la enseñanza del baloncesto bajo dos metodologías diferentes. Tras una revisión de la literatura son escasos los trabajos que analicen en el contexto escolar para la enseñanza de los deportes de invasión en general y del baloncesto en particular. Este tipo de estudios son más frecuentes en el contexto del entrenamiento deportivo.

El baloncesto es estudiado en los tres grados del tercer ciclo en tercero, primero y cuarto periodo respectivamente. En séptimo grado se estudia todos los elementos para la unidad ya anteriormente mencionados: técnica básicas, como objetivo ejecutar habilidades combinadas y complejas de habilidades a nivel semipulido con la técnica ofensiva y defensiva del grado, desarrollo de habilidades aplicándolas al juego según la situación que se presente, evaluando

esta unidad evaluación sistemática un trabajo de control parcial y un complejo de habilidades para todo el ciclo .

En octavo grado se estudian los elementos técnicos básicos de la unidad incorporando el gardeo como objetivo a desarrollar en este grado .los objetivos son aplicar los complejos de habilidades en situación standard y variables de las habilidades en estudio y los desplazamientos y desarrollando las habilidades mostrando todos los contenidos en situación de juegos.

En noveno grado los elementos técnicos básico base a juegos con variaciones juegos con tareas, juegos de estudios y juego oficial. los objetivos son realizar de forma semipulido estos elementos de la ofensiva y defensiva y dominar las reglas fundamentales del baloncesto, sus habilidades a desarrollar están encaminadas a la adaptación de diferentes situaciones en el juego.

En el caso de las clases de Educación Física de octavo grado de la ESBU Fe Del Valle Ramos, un por ciento de alumnos se encontraban inhibidos en extremo en el grupo, se sentían infelices, con respecto a los demás alumnos al no ejecutar habilidades combinadas y complejos de habilidades tanto a la defensiva como ofensivos presentando gran dificultad en las técnicas del baloncesto.

La justificación del estudio se centra en los de juegos con tareas para el desarrollo de las habilidades técnicas del baloncesto en los programas de Educación Física de 8<sup>v</sup> grado, ya que constituye una herramienta didáctica para los profesores de Educación Física de la ESBU Fe Del Valle Ramos. Esta realidad nos pone ante la siguiente Situación Problémica: Carencia de juegos con tareas, para el desarrollo de las habilidades técnicas del baloncesto en los programas de Educación Física de 8<sup>v</sup> grado.

Estos elementos fundamentan el problema científico de esta investigación: ¿cómo resolver las carencias de juegos con tareas para el desarrollo de habilidades técnicas del baloncesto en las clases de Educación Física de los alumnos de 8<sup>v</sup> grado de la escuela Fe Del Valle Ramos?

Objetivo: ¿diseñar juegos con tareas para el desarrollo de habilidades técnicas del baloncesto, en las clases de Educación Física de los alumnos de 8<sup>vo</sup> grado de la escuela Fe Del Valle Ramos?

## **DESARROLLO**

La investigación se realizó entre septiembre del 2018 hasta mayo del 2019. La fase de diagnóstico se realizó a partir de septiembre del 2018, en la ESBU Fe Del Valle Ramos", enclavado en el consejo popular Vigía-Sandino perteneciente al Combinado Deportivo Mártires de Barbados. De una matrícula de 120 alumnos de 8<sup>vo</sup> grado, se seleccionaron aleatoriamente una muestra de 20 alumnos, que representa un 24 %.

También se empleó una población de 6 profesores que trabajan la Educación Física en la secundaria básica, en el baloncesto en la ESBU Fe Del Valle Ramos. Además, una población de tres directivos de la Educación Física secundaria básica.

Para el cumplimiento de los objetivos propuestos se utilizaron métodos y/o técnicas como son:

Del nivel teórico: Análisis histórico: Se realiza una descripción de la evolución histórica del fenómeno en estudio. Inductivo Deductivo: para el análisis de lo particular a lo general del objeto de estudio estableciendo posteriores generalizaciones del baloncesto. Análisis y Síntesis: Se analizó de lo general a lo particular un gran cúmulo de información determinando los elementos fundamentales. El sistémico estructural.

Del nivel empírico:

Análisis documental: permitió revelar las orientaciones que se refirieren en los documentos oficiales sobre el baloncesto en los programas.

Observación: para la percepción del estado de las habilidades del baloncesto, mediante una guía con criterios e indicadores que registra la calidad de las habilidades seleccionadas.

Encuesta: para obtener información acerca de la apreciación que tienen los profesores sobre los juegos con tareas para la enseñanza-aprendizaje de las habilidades técnico tácticas de baloncesto.

Entrevista: aplicada a los directivos con el objetivo de valorar el tratamiento de las habilidades técnico tácticas de baloncesto.

La triangulación: para el contraste o conjugación de los datos provenientes de los diferentes métodos aplicados.

El criterio de especialista: para la valoración de la pertinencia y viabilidad de la propuesta de juegos con tareas.

La investigación transitó por tres fases. Una *fase diagnóstica* que permitió revelar las principales insuficiencias que tiene el proceso de enseñanza - aprendizaje del baloncesto, así como el dominio que tienen los alumnos de sus habilidades motrices deportivas; para ello implicó la aplicación de los métodos análisis documental, encuesta, observación, y la entrevista. Una segunda *fase de diseño*, donde se estructuraron los juegos con tareas. Y una *tercera fase de Valoración* y evaluación de la propuesta por especialistas.

A continuación, se describen los resultados obtenidos de la **triangulación** para contrastar las opiniones emitidas desde la encuesta, la entrevista y la observación, y obtener las principales regularidades que se presentan a continuación: **Primera Fase**

- En la interacción del profesor y los alumnos en el desarrollo de las clases de Educación Física, se observa poca oportunidad a los estudiantes de buscar soluciones a partir del conocimiento previo, se limita el análisis lógico, un desarrollo intelectual, un trabajo cooperado que les permita avanzar en su desarrollo como alumnos.
- Los profesores utilizan el juego en su plan, pero no tienen certeza de que sea utilizado adecuadamente por no tener un amplio conocimiento sobre su utilización; no obstante, consideran que el juego es la mejor forma de llevar a cabo la enseñanza del baloncesto en estas edades.
- Se reconoce la importancia que tiene la temática para el cumplimiento y selección de los juegos con tareas para las habilidades técnicas del Baloncesto en la clase de Educación Física, además la manera de acercarse a situaciones reales de juegos.
- Se han observado limitaciones en el desarrollo de las habilidades motrices deportivas y las más afectadas son: el drible con cambio de mano y de dirección, pase de pecho en movimiento, desplazamientos ofensivos y el tiro al aro en movimiento después de pase.

Segunda Fase: proceso de diseño de los juegos con tareas

Este proceso se apoya en la realización de la técnica grupal mediante el análisis y la síntesis, parte de posiciones interactivas, con la participación de los profesores y los directivos del baloncesto en la provincia de Cienfuegos, que han permitido abordar el tema y brindar una propuesta.

Los profesores actores principales del proceso, con su experiencia y resultados en la preparación de la formación deportiva en los estudiantes, actuaron como facilitadores, lograron descubrir desde el interior de su práctica los principales elementos estructurales de los juegos.

No solo las experiencias y aportes de los participantes contribuyeron al descubrimiento del camino que debían tomar las acciones, sino también, las informaciones obtenidas mediante el diagnóstico de los conocimientos, procedimientos metodológicos y demandas de la superación respecto al tratamiento de las habilidades combinadas.

Los juegos se planifican de forma tal que se presta atención al motivo de clase en la Educación Física, toma como referencia las habilidades que se imparten en cada una de ellas según sea la unidad de estudio y se determinan tanto la habilidad principal a trabajar salida del propio deporte motivo de clase de la unidad, como las habilidades alternativas que pueden emanarse en el deporte, el profesor presenta las estaciones y ofrece explicaciones procediendo de la siguiente manera, Objetivo, Contenido, Métodos, Medios, Organización, Tareas, Reglas y Variantes.

Relación de Juegos con tareas para las habilidades técnicas del baloncesto

1 Nombre del juego: Juego de los dos pases finalizando con tiro al aro.

Objetivo: Tirar al aro en movimiento después de drible.

Materiales: Balones.

Organización: Los estudiantes se organizarán en tríos de manera alterna

Tareas:

- El jugador número 2 realizará el primer pase al jugador número 1 y cortará por detrás del mismo para ocupar una posición libre en el terreno.
- El jugador número 1 debe realizar el segundo pase en movimiento y ocupar el centro del terreno.
- El jugador número 3 debe desplazarse adelantadamente por el lateral del terreno para recibir el segundo pase y tirar al aro en movimiento

2. Nombre del juego: Juego de los tres pases finalizando con tiro al aro.

Objetivo: Tirar al aro en movimiento después de drible.

Materiales: Balones.

Organización: Los estudiantes se organizarán en tríos de manera alterna.

Tareas:

- El jugador número 2 después de pasar se desplaza por un lateral del terreno.

- El jugador número 1 después de realizar el primer pase, se desplazará por el centro del terreno para recibir el pase del jugador número 3, donde culmina la acción ofensiva.
- El jugador número 3 después de realizar pase se desplazará por un lateral del terreno y ocupará una posición libre en el mismo

3. Nombre del juego: Juego de los tres pases y tiro al aro.

Objetivo: Pasar de pecho en movimiento y tirar al aro después de pase.

Materiales: Balones.

Organización: Se organizarán en tríos alternos.

Tareas:

- Se podrán realizar tres pases solamente.
- Los tres pases se ejecutarán después de realizar drible.
- El tercer pase siempre al jugador que se desplaza a la ofensiva por el centro del terreno.

Valoración de los especialistas, sobre los juegos con tareas. Tercera Fase

- Los especialistas consideran muy adecuado el profundo análisis de los resultados de la observación realizada como diagnóstico a los alumnos de la muestra
- Considera el 100% que a través de los juegos se logra apreciar los errores más significativos en la ejecución de las habilidades técnicas en el baloncesto.
- Todos los especialistas opinan que los juegos favorecen el desarrollo actual de la técnica y la táctica en la ofensiva.
- Todos los especialistas opinan que los juegos permiten la consolidación del aprendizaje más detallado del juego.
- Los juegos permiten que los estudiantes puedan enfrentarse con mayor seguridad y facilidad a las diversas situaciones del juego.
- Los juegos satisfacen la necesidad de desarrollar las posibilidades individuales de cada estudiante para dominar los elementos técnico-tácticos en el juego.
- Los juegos permiten a los estudiantes, orientarse rápidamente en situaciones complicadas, tener decisión e iniciativas y saber actuar a tiempo en el momento adecuado.

## **CONCLUSIONES**

El estado actual del desarrollo de las habilidades motrices del Baloncesto, se caracteriza, por falta de claridad, e imprecisiones en el proceder metodológico, y por la no existencia de acciones y bibliografía actualizada que norme el trabajo para el desarrollo técnico táctico por medio de los juegos.

La elaboración de la propuesta de juegos con tareas para las habilidades motrices del Baloncesto queda conformada a partir del criterio de los profesores de Educación Física, metodólogos y

entrenadores, cuyo fundamento y estructura propician el desarrollo del juego en los alumnos de octavo grado.

Los elementos esenciales que se incorporan a las habilidades motrices del Baloncesto en los alumnos de octavo grado están dirigidos a los profesores de Educación Física para que tenga en cuenta la estructura de los juegos dentro de la clase para alumnos con dificultades en las habilidades del Baloncesto.

## **BIBLIOGRAFÍA**

CD Universalización de la cultura Física –ISCF Manuel Fajardo /Carpeta Teoría y metodología de la Educación Física /Teoría y Práctica de los juegos /Educación Física.

Estévez Gullell, M.; Arroyo Mendoza, M., y González Ferry, C. (2006). La Investigación Científica en la actividad física: su Metodología. La Habana: Deporte.

Ruiz Aguilera. A. (2019). Teoría y Metodología de la Educación Física y el deporte escolar. Editorial Pueblo y Educación.

CD Universalización de la cultura Física –ISCF Manuel Fajardo /Carpeta Teoría y metodología de la Educación Física /Teoría y Práctica de los juegos /Educación Física.

La Investigación Científica en la actividad física: su Metodología.

Teoría y Metodología de la Educación Física y el deporte escolar

<http://lashabilidadesmotrices11.blogspot.com/2015/11/importancia.html>

Programa de juegos menores para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en párvulos de 3 y 4 años 2018 (<https://repositorio.uho.edu.cu/jspui/handle/uho/4760>).

Pecci, M.C., Herrero, T, López, M. y Mozos, A (2010). El juego infantil y su metodología. Madrid; McGraw-Hill/Interoamericana.

De Gainza, M. y Lares M. (2011): "Conversaciones con Jorge Fulkelman", Buenos Aires, Grupo Editorial Lumen.

## CONJUNTO DE JUEGOS PARA EL DESARROLLO DE LA RESISTENCIA EN ESCOLARES DE OCTAVO GRADO

Lic. Maday Rodríguez Marañón.

EPEF Villa Clara CEDE Ranchuelo. Email: cm6rvc@frcuba.cu

Dr. C. Osmerly Prado Sosa.

Universidad Central Marta Abreu de Las Villas. Facultad Cultura Física. Email: osmenor33@yahoo.es

Dr. C. Yoandris Espinosa Telles Universidad de Granma. Facultad Cultura Física. Email: yespinosatelles@udg.co.cu

### RESUMEN

El desarrollo de capacidades y habilidades básicas en los niños y adolescentes sigue siendo el objetivo esencial de la Educación Física contemporánea, aspecto que hoy presenta insuficiencias en diferentes grupos etareo, es por ello que: conjunto de juegos para el desarrollo de la capacidad resistencia en escolares de octavo grado es el título de la investigación que responde al problema científico: ¿Cómo contribuir a mejorar la capacidad física resistencia en alumnos de octavo grado de la ESBU Camilo Cienfuegos del municipio de Ranchuelo, en las clases de Educación Física? Para lo cual se planteó como objetivo general, diseñar un conjunto de juegos como medio para el desarrollo de la capacidad física resistencia en alumnos de octavo grado de la ESBU “Camilo Cienfuegos” en el municipio de Ranchuelo para responder al problema y objetivos propuestos se utilizaron diferentes métodos científicos tanto do nivel teórico, estadísticos e empírico entre los que se destacan: analítico-sintético, inductivo-deductivo, hipotético-deductivo, observación científica, encuesta (Profesores), Medición, Revisión de documento e distribución empírica de frecuencia, los resultados del o diagnóstico sirvió como base para el diseño del conjunto de juegos que contribuirán a el desarrollo de la resistencia como principal resultado se pudo comprobar a pertinencia y viabilidad de la propuesta por el criterio de especialista.

**Palabras clave:** Educación Física, conjunto de juegos, Resistencia, octavo grado

### INTRODUCCIÓN

La Educación Física en la sociedad socialista constituye un factor de vital importancia en el propósito de lograr en el individuo una personalidades integra y armónicamente desarrolladas. Múltiples son las investigaciones que han demostrado que la práctica sistemática de la Educación Física y el deporte fortalecen la salud del ser humano para que se desarrolle y perfeccione físicamente. Considerando que ella ejerce una influencia positiva y sustancial, en el mundo espiritual del individuo.

Los objetivos esenciales de la Educación Física según Ruiz Aguilera, A (2007) van dirigidos, fundamentalmente, hacia el perfeccionamiento de la capacidad de rendimiento físico de nuestros niños adolescentes y jóvenes. Esto implica el desarrollo de las capacidades motrices básicas y deportivas; la realización económica y racional de los movimientos, la capacidad de rendimiento general y deportivo, el desarrollo óptimo de las cualidades morales y sociales de la personalidad, para lograr una vida sana y placentera y una adecuada cultura físico-deportiva e higiénica.

Por otro lado, el ejercicio físico, como medio esencial, tiene su fundamento en el movimiento humano. Por supuesto que no todo movimiento es un ejercicio físico. Según Ruiz Aguilera (2007) "... los ejercicios físicos son movimientos seleccionados pedagógicamente, que influyen positivamente en el desarrollo de las capacidades físicas, los hábitos y las habilidades motrices". (Ruiz Aguilera, A. 2007).

Es por ello, que los juegos a seleccionar, así como la forma de dirigir el proceso dependen del tipo de habilidad motriz o capacidad a desarrollar. Pues se ha comprobado científicamente que, las capacidades motrices básicas se consolidan y perfeccionan a través del juego, la gimnasia y el deporte, en todos los niveles de enseñanza.

En este sentido diversos autores entre los que se destacan Giráldez, V. A. (2015) Julieta M (2011), Mello, A. da S.; Damasceno, L. G. (2011) Sarmiento García, L. P. (2010), señalan que en el campo de la Educación Física, el juego es una actividad que posibilita la educación, pero es indiscutible que su aplicación más pura, depende en mayor medida del objetivo del proceso de enseñanza-aprendizaje, donde se conservan intactas sus características esenciales y donde los mismos son usados hasta llevarla al máximo de rendimiento.

La revisión bibliográfica realizada, como parte de la etapa de exploración, permitió afirmar que el juego es parte de la vida del hombre, desde sus formas más simples hasta las más complejas. En la misma forma que el hombre se ha ido desarrollando, los juegos también lo han hecho. No podemos verlo solo en el aspecto educativo, sino también en el aspecto instructivo, lo que posibilita la apropiación de experiencias cognoscitivas, motrices y sociales afectivas.

De igual forma se pudo constatar que se han realizado varias investigaciones, donde se utilizan los juegos para el tratamiento de capacidades físicas. Algunos autores como Conceção (2019) Cassador Nhanga, R (2018) Henriques de Macedo, J (2018), Maquera Maquera, Y.A, Bermejo Paredes, S (2016) Mello, A. da S.; Damasceno, L. G (2011) y López Rodríguez, A. (2006) , han aplicado juegos y ejercicios, para el desarrollo de capacidades y habilidades motrices básicas en su mayoría para la enseñanza primaria y en ninguno de los casos consultados se pudo constatar el tratamiento de la resistencia general a través del juego. Todos coinciden en que los juegos son un medio de realización de clases más alegres y amenas, en la Educación Física, que adquieren gran importancia en el trabajo con niños adolescentes y jóvenes, pues propician la motivación y el interés de los participantes.

Por lo que la autora de esta investigación considera que para poder solucionar el problema del desarrollo de las capacidades físicas y en especial la resistencia, se evidencia la necesidad de que el profesor de Educación Física aplique los conocimientos y enfoques científicos de todas aquellas ciencias que constituyen el soporte fundamental en torno a las respuestas biológicas y psicológicas del organismo sometido a un régimen de trabajo físico.

La práctica profesional de la autora de más de 10 años y el análisis del programa de Educación Física para octavo grado, constata que el planteamiento del desarrollo de la capacidad física resistencia se hace implícito en los objetivos de los planes y programas sin embargo, son insuficientes las actividades que aparecen en forma de juegos o ejercicios orientados en las indicaciones metodológicas contenidas en cada una de las unidades a desarrollar dirigidas al desarrollo de la capacidad resistencia.

El análisis de los resultados de las pruebas de eficiencia física realizadas a los alumnos de octavo grado de la ESBU “Camilo Cienfuegos” en el municipio de Ranchuelo permitió constatar que más del 83% presentan dificultades en la prueba de resistencia pues sus resultados quedan por debajo de las normativas para la edad lo que muestra insuficiencias en el trabajo realizado en los grados anteriores aspecto que se mantiene al comparar los resultados al finalizar el curso escolar. Por otro lado, se realizó varias observaciones encubiertas a las clases de Educación Física de octavo grado de la misma secundaria en este municipio donde se comprobó que en el 75 % de las clases observadas no se usa el juego como método para el desarrollo de la capacidad resistencia en ninguno de los momentos de la clase. Lo que permitió a la autora determinar que la tendencia en las clases de Educación Física para desarrollar la capacidad física resistencia es realizarla mediante ejercicios y estos a su vez como única forma o método es utilizando la carrera continua.

De igual forma,, se pudo apreciar que el juego no es un métodos muy empleado por los profesores de Educación Física de secundaria básica para el desarrollo de capacidades en general y de manera particular en la capacidad de resistencia.

Las insuficiencias antes mencionadas nos sitúan ante una **situación problemática** relacionada con un insuficiente desarrollo de la capacidad física resistencia en alumnos de octavo grado de la secundaria básica Camilo Cienfuegos del municipio de Ranchuelo.

Por lo que nos proponemos el siguiente **problema científico**:

**¿Cómo contribuir a mejorar la capacidad física resistencia en alumnos de octavo grado de la ESBU Camilo Cienfuegos del municipio de Ranchuelo, en las clases de Educación Física?**

Para dar solución a este problema se plantean el siguiente objetivo general:

Diseñar un conjunto de juegos como medio para el desarrollo de la capacidad física resistencia en alumnos de octavo grado de la ESBU “Camilo Cienfuegos” en el municipio de Ranchuelo.

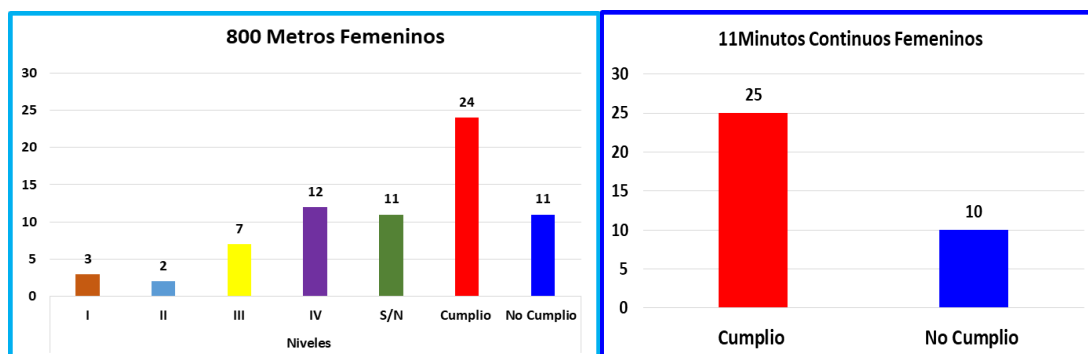
El estudio se realizó con los 172 alumnos de octavo grado de la ESBU “Camilo Cienfuegos” del municipio de Ranchuelo lo que constituye la población. De la cual se selecciona una muestra aleatoria simple integrada por 73 alumnos que representa el 42.4% de la población que realizan Educación Física de manera sistemática, de ellos 38 varones y 35 hembras.

Durante el proceder investigativo se utilizaron diferentes métodos de investigación tanto del nivel empírico como del nivel teórico entre los que se encuentran: del nivel teórico analítico sintético, inductivo deductivo del nivel práctico el análisis de documento, la observación, la entrevista, encuesta, la modelación y para el procesamiento de los resultados se emplearon métodos estadísticos- matemático a través del paquete SPS. (media, mediana, desviación

## **DESARROLLO**

Los resultados arrojados a partir de la aplicación de los diferentes métodos explicitados anteriormente, en la muestra objeto de análisis, además de servirle a la autora para la constatación empírica del problema, permiten caracterizar el desarrollo de la capacidad resistencia, la que se describe a continuación.

El diagnóstico y la caracterización de la resistencia de los estudiantes objeto de estudio, se utilizaron los resultados de las pruebas de eficiencia física que se realizaron al final del curso escolar 2018-2019 cuyos resultados se resumen en el Gráfico 3 y 4 seguidos de la valoración correspondiente.

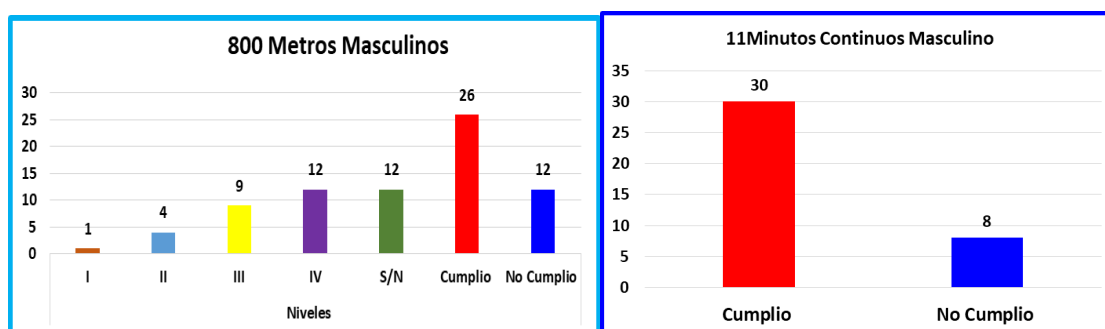


**Gráfico 3** Resumen de los resultados de las pruebas de 800 metros y 11 minutos continuos femenino

**Fuente:** Elaboración personal

El gráfico 3 muestra los resultados de ambas pruebas en el sexo femenino, donde se constata que el 54.2 % alcanza los niveles III y IV, el 14.2% los niveles I y II y el 31.4% no alcanza ningún nivel en la prueba de 800 metros, resultados que muestran las insuficiencias que hoy presenta el desarrollo de la resistencia en el octavo grado, sin embargo de acuerdo al programa de la Educación física para el grado en estudios el 75.4% cumple con las normativas y solo 28.5% no cumple con lo establecido, pues el mismo plantea que el alumno debe ubicarse en uno de los 4 niveles, sin embargo lo que se espera en este grado que más del 90% de los alumnos se ubiquen en los dos primeros niveles.

De igual manera, en la prueba de 11 minutos continuos solo el 48.5% logra mantenerse más de 8 minutos corriendo que sería un tiempo que los ubicaría en el II o III nivel, y el 51.4 % realiza tiempos inferiores a 8 minutos, resulta significativo que el 28.5% realiza tiempos inferiores a 5 minutos que se corresponde con las alumnas que tampoco alcanzan ningún nivel en la prueba de 800 metros.



**Gráfico 4** Resumen de los resultados de las pruebas de 800 metros y 11 minutos continuos masculinos

**Fuente:** Elaboración personal

El gráfico 4 muestra los resultados de ambas pruebas en el sexo Masculino, donde no se observan diferencias significativas en los resultados en relación al sexo femenino pues el 55.2 % alcanza los niveles III y IV, el 13.1% los niveles I y II y el 31.5% no alcanza ningún nivel, resultados que ratifican las insuficiencias ya constatadas en las femeninas y que hoy presenta el desarrollo de la resistencia en el octavo grado, sin embargo de acuerdo al programa de la Educación física para el grado en estudios el 78.9% cumple con las normativas y solo 21% no

cumple con lo establecido en la prueba de 800 metros, considerando lo establecido por los programas de estudio y anteriormente abordado en el análisis de los resultados femeninos.

De igual manera en la prueba de 11 minutos continuos solo el 55.2% logra mantenerse más de 8 minutos corriendo que sería un tiempo que los ubicaría del tercer nivel hacia abajo, y el 44.7% realiza tiempos inferiores a 8 minutos, solo el 18.4% realiza tiempos inferiores a 5 minutos que se corresponde con las alumnos que tampoco alcanzan ningún nivel en la prueba de 800 metros.

En los resultados presentados en ambos sexos influye como aspecto negativo la motivación y los métodos utilizados para su desarrollo aspecto que se pudo constatar a través de la revisión de documentos y la observación a las clases.

A modo de resumen se realiza un análisis de los resultados generales de ambas pruebas para ambos sexos los que se muestran en el gráfico 5.



**Gráfico 5 Resumen de Resultados de las pruebas de 800 metros y 11 minutos continuos masculinos y femeninos de los alumnos que cumplen las dos pruebas.**

**Fuente Elaboración personal**

Un aspecto importante es el análisis de los resultados de ambas pruebas, en cuanto a los alumnos que cumplen con las dos pruebas y aquellos que no cumplen según lo normado resultados que muestra el gráfico 5, en este se observa que el 60% de las hembras y el 63% de los varones cumplen con las normativas en ambas pruebas, lo que evidencia que el 40% de las hembras y el 37% de los varones incumple al menos una de las dos pruebas aspecto que demuestra que hay un menos desarrollo de la resistencia especial y más de la resistencia general si consideramos que la prueba de 11 minutos continuos presenta mejores resultados en ambos sexos pues el 68.4% cumple con las normativas según programa y mientras que en la prueba de 800 metros el 75.3% cumple con las normativas.

Es significativo que el 20% de las hembras no cumple con las normativas en ambas pruebas al igual que el 15.7% de los varones lo que permite afirmar que el 18% de los sujetos estudiados no cumplieron las normativas al terminar el octavo grado en cuanto al desarrollo de la resistencia, resultado que refuerza la necesidad de buscar métodos y medios que contribuyan desde la clase de Educación Física a revertir las deficiencias antes analizadas, propuesta que se presentan a continuación.

### **Fundamentación de la propuesta de un conjunto de juegos para el desarrollo de la resistencia en las clases de Educación Física de octavo grado.**

Al conjunto de juegos para el desarrollo de la resistencia en alumnos de secundaria básica se llega a partir de algunos criterios teóricos referidos por los distintos autores que justifican el uso de juegos con tales fines, y los resultados del diagnóstico del estado actual del objeto que se investiga.

El conjunto de juegos propuesto como solución para el problema de investigación pasa a ser un material de consulta para el profesor de Educación Física, aspecto que brinda una elevada significación práctica a la propuesta desde el punto de vista pedagógico, considerando que cada juego contiene: la metodología del juego, las reglas del juego, el número de participantes y el procedimientos organizativos del juego.

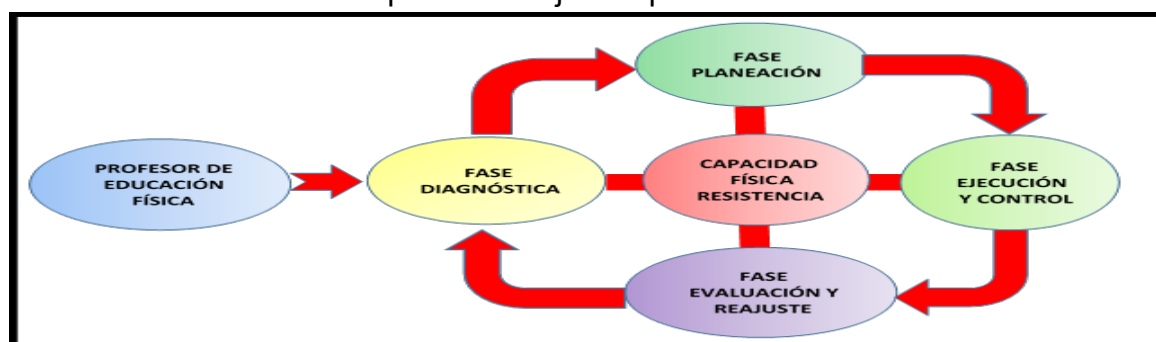
Desde el punto de vista sociológico, los juegos propuestos enfatizan el establecimiento de relaciones interpersonales, el desenvolvimiento de valores morales como la responsabilidad, respeto y la educación cívica. Naturalmente, esa concepción de los juegos, desde el punto de vista sociológico, es basada en las teorías de Huizinga. (1984) citado por Arencibia y Barrera (2011), que excluye los juegos individuales y concibe la actividad como un conjunto de papeles desempeñados por los jugadores, definiendo el concepto de juego de la siguiente forma:

“Una acción u ocupación libre, que se desenvuelve dentro de ciertos límites temporales y espaciales, de acuerdo con reglas absolutamente obligatorias, libremente aceptadas, una acción que tiene su propio fin y es acompañada por un sentimiento de tensión y de forma consciente que “Sea diferente” de lo que acontece en la vida cotidiana.” (Arencibia e Barrera, 2011, p 16-20).

El conjunto de juegos que se propone se basa en el establecimiento de determinados arreglos metodológicos y funcionales diferentes a lo aplicado hasta el momento en las clases de Educación física de octavo grado, para favorecer el desenvolvimiento de la capacidad básica de resistencia considerando los resultados del diagnóstico realizado a los alumnos de octavo grado de le ESBU Camilo Cienfuegos del municipio de Ranchuelo.

Las fases y el modelo de la propuesta en cuestión pretenden de alguna manera enriquecer la práctica pedagógica que hoy se desarrolla, sin la mínima intención de contradecir metodológicamente el programa diseñado y aprobado al efecto, sin embargo constituyen una variante alternativa que puede ser llevada en consideración para enriquecer la realización de la clase de Educación Física que tiene como objetivo el desarrollo de la resistencia como capacidad básica en este nivel de enseñanza.

Como se aprecia más adelante, el modelo que es proyectado en el gráfico 1 propone la concepción de cuatro fases: diagnóstico (1), planeamiento (2), ejecución y control (3) y evaluación y reajuste (4), colocando en el centro de atención los alumnos, una vez que estos son constantes referencias en torno a los cuales cualquier acción que produzca efectos en cada una de las fases mencionadas debe ser considerada para los reajustes pertinentes.



**Gráfico 6. Diagrama de relaciones de las fases que componen la propuesta de conjunto de juegos para el desarrollo de la capacidad resistencia.**

**Fuente. Elaboración personal**

**Fase de diagnóstico (1):** en esta fase, debe ser realizado un diagnóstico de la capacidad resistencia que poseen los alumnos de octavo grado, con base a las observaciones realizadas en la ejecución de las actividades programadas, donde se relacionan el número de errores que cometen y establecen una diferenciación entre el comportamiento que las hembras asumen en relación a los varones, a fin de establecer particularidades en su ejecución. Debe ser concebido en el inicio de cada período escolar.

**Fase de planeación (2):** En este momento es necesario desarrollar la planeación del grupo, donde a definición de los juegos a ser utilizados – de los propuestos- debe ser realizada de acuerdo con las deficiencias encontradas en la fase anterior, bien como la preparación metodológica de los profesores y la selección (o creación) de los medios de enseñanza a ser utilizados de acuerdo con los juegos seleccionados del conjunto propuesto.

**Fase de ejecución y control (3):** en esta fase, los juegos son ejecutados de forma creativa e utilizando métodos pedagógicos relevantes, dependiendo del nivel de motivación de los alumnos tanto femenina como masculina, aspecto que debe garantizar el profesor con el uso de diferentes métodos pedagógicos para el desarrollo eficiente de la capacidad resistencia. Por otro lado, un control sistemático del desarrollo de la clases debe ser establecido para corregir oportunamente las dificultades que puedan estar presentes en la ejecución de los ejercicios que componen el juego en cuestión evitando así la monotonía o desmotivación de los alumnos durante la realización de la actividad programada.

**Fase de evaluación y reajuste (4):** es en esta fase que debe ser realizada una evaluación integral de desarrollo de las clases, donde, a partir de consultas con los propios alumnos, observaciones u otros métodos pedagógicos definidos, el profesor obtiene claridad sobre los resultado obtenidos en la realización de las clases e tomando eso como referencia, reorientar o reajusta la próxima actividad programada para ser ejecutada, en la cual son proyectadas las formas de solucionar esas dificultades o errores detectados en los alumnos, convirtiéndose esta en un nuevo diagnóstico y por ende un nuevo punto de partida.

### **Conjunto de juegos para el desarrollo de la capacidad resistencia:**

El conjunto de juegos propuestos está integrado por 12 juegos de carreras combinados con diferentes habilidades básicas y deportivas como saltar, conducción de balones, pases de voleibol y drible además de la rapidez de reacción y todos responden a la siguiente estructura : Nombre del juego, objetivo, materiales, motivación, organización y formación, explicación, reglas, variante y diagrama. Del total de juegos seis se realizaran por tiempo (11 minutos) y los otros seis por distancias (1000 metros) según lo establece el programa de Educación Física para octavo grado, alguno de ellos por sus características explícitas en la descripción y organización, necesitan de canchas pavimentadas el resto no exige de condiciones de terreno salvo aquellas apropiadas de la clase de Educación Física.

Los juegos en su totalidad son el resultado de la creación de la autora y algunos premiados en eventos de clases de Educación Física por su aceptación y la motivación que logra en los alumnos, así como por la efectividad en el cumplimiento del objetivo para lo cual fueron creados, el desarrollo de la resistencia general.

Los juegos que integran el conjunto son: Encestar la argolla en movimiento, Reventar globos en movimiento, Rompecabezas en movimiento, Rodar sobre líneas, Derriba bolos, Rodar aro, La carriola, Salta y resiste, Driblear resistir y vencer, Conduce y resiste, Saca y resiste, Pasa, recibe y resiste.

## CONCLUSIONES

El desarrollo de la resistencia en los alumnos de octavo grado de la ESBU "Camilo Cienfuegos" del municipio de Ranchuelo presenta un grupo de insuficiencias determinadas por la desmotivación de los alumnos y el uso inadecuado de métodos para su desarrollo durante la clase de Educación física que hacen que más del 40% de los alumnos no cumplen con las normativas en al menos una de las pruebas de eficiencia física para medir resistencia y el 15% no cumple con la normativa de ninguna prueba de resistencia.

El conjunto de juegos está compuesto por 12 juegos de carreras combinados con diferentes habilidades básicas y deportivas como saltar, conducción de balones, pases de voleibol y drible además de la rapidez de reacción, seis se realizan por tiempo (11 minutos) y los otros seis por distancias (1000 metros) y en su totalidad son el resultado de la creación de la autora.

El conjunto de juegos para el mejoramiento de la capacidad física resistencia en alumnos de octavo grado de la ESBU "Camilo Cienfuegos" del municipio de Ranchuelo que se proponen según el 90% de los especialistas consultados satisface en gran medida el objetivo para el cual fue diseñado por su pertinencia y viabilidad práctica.

## BIBLIOGRAFÍA

- Arancibia Uehara, Y, & Barrera Reyes, G. (2011) En busca del sentido: El juego como problema social, Tesis Para Optar al Título de Sociólogo. Escuela de sociología. Chile. Disponible en <http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/975/tsoc145.pdf>. (PDF) consultado 7 de septiembre 2019
- Cassador Nhangá R. 2018 Jogos para melhoramento da resistência básica, para nadadores dos 9 – 12 anos estilo livre do Project Nadar kilamba. Tesis de grado 2019
- Conceição José de Sousa (2019) Proposta alternativa de jogos de movimento para o desenvolvimento de habilidades motoras básicas: corrida, salto e quadrúpede no ensino pré-escolar.
- Giráldez, V. A. (2015) Giráldez, V. A. Aulas con movimiento: Invitando a aprender a ras de suelo. In.: V congreso mundial del deporte escolar (Actas), A Coruña, Espanha: sportis formación deportiva, 2015. p. 2-38.
- Henriques de Macedo, J (2018). Conjunto de exercicio para o desenvolvimento da capacidade física da velocidade básica dos nadadores de 8 á 10 anos de idade, no estilo livre do projecto nadar kilamba
- Julieta M (2011) Los Juegos y Materiales Didácticos en el Preescolar. Disponible en: <http://elusodematerialesdidacticosenpr.blogspot.com/2011/01/antecedentes-historicos-del-juego-en-la.html>. Consultado el 31 de julio 2019

## LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL NIVEL MEDIO SUPERIOR EN CUBA

Lic. Eric Bravet Díaz.

Escuela Vocacional Ernesto Guevara. Villa Clara. Correo: erik.b.d@nauta.cu ORCID 0000-0002-6485-5714

Lic. Fernando Nieblas Martínez.

IPU Capitán Roberto Rodríguez Fernández. (nieblas@uclv.edu.cu) ORCID 0000-0003-3813-7558

Lic. Yoelvis González Portal.

Profesor de Educación Física. Escuela Vocacional Ernesto Guevara IPVC, Cuba. ygportal@ce.vc.rimed.cu. <https://orcid.org/0000-0001-8402-2888>

### RESUMEN

La Educación Física en Cuba transita por diferentes subsistemas de educación desde el preescolar hasta el nivel superior. Reviste gran importancia para el nivel medio superior arribar con cierto desarrollo de capacidades físicas condicionales y coordinativas, así como habilidades motrices básicas y deportivas necesarias para transitar hacia el nivel superior. En esta ponencia se establece como objetivo: identificar las principales potencialidades e insuficiencias de la asignatura Educación Físicas en el nivel medio superior para arribar al nivel universitario con mayor preparación. Son utilizados como población las escuelas del Pre universitario del municipio Santa Clara con carácter interno, Escuela Vocacional Ernesto Guevara y en condición de externa, IPU Capitán Roberto Rodríguez Fernández. Para cumplir el objetivo se utilizan métodos del nivel teórico y empírico, entre los más significativos: análisis de documentos, bibliográfico, observación, entrevista a estudiantes y profesores. Los resultados que se obtengan constituyen referentes para socializar al resto de los profesores de Educación Física que laboran en ese nivel de educación.

**Palabras clave:** Nivel medio superior, Educación Física, Pre universitario, programa de Educación Física, profesor de Educación Física.

### INTRODUCCIÓN

El triunfo revolucionario conduce a un cambio radical en la educación, diversos puntos de vista han marcado las tendencias en el estudio de esta temática que por su importancia es incluida como categoría de la Didáctica y la Pedagogía.

Varios son los autores que desde las Ciencias Pedagógicas han contribuido a enriquecer los postulados de los componentes del Proceso de Enseñanza Aprendizaje (PEA), entre ellos se pueden mencionar: Álvarez, C. (1999), Labarrere, G. (2001), Valdivia, J. (2010), Castellanos, D. (2003), Gutiérrez, R. (2005), Ruiz, A. (2010) y González, J. (2010), entre otros.

De la esfera de su didáctica especial en la Cultura Física esta Navelo R. (2004), Morales, Y. (2014) y López (2016), sus reflexiones expresan que existe una interrelación racional y armónica entre los componentes del PEA y aseveran entre otros aspectos que ello depende del proceso de enseñanza que se diseñe. De ahí que, para lograr esa racionalidad y armonía en la Educación

Física (E.F), su fundamentación teórica y práctica no puede verse como una cuestión aleatoria sino por el contrario es el resultado de un devenir histórico, con causas y hechos que la han ido conformando en su formación y desarrollo. Tomar conciencia de los orígenes de la misma, debe servir para aceptar la crítica y su dependencia con la tradición, costumbres y desarrollo.

La E.F se desarrolla en todos los subsistemas de educación en Cuba, es en la escuela a través del proceso de enseñanza - aprendizaje (PEA), que se apoya a través de sus medios principales para desarrollarlas que son: el ejercicio físico, el juego, la gimnasia y el deporte. Son utilizadas las distintas tendencias o enfoques psicopedagógicas que se han venido desarrollando a través del devenir histórico en el campo de la motricidad o de la acción motriz para alcanzar los objetivos previstos.

Dichas tendencias han sido generadoras de cambios en la estructura de las partes de la clase, en la determinación de los contenidos, los objetivos, los métodos, los medios, las actividades de aprendizaje y las actividades de evaluación y sobre todo en el protagonismo que le corresponde jugar al profesor y al estudiante en su desarrollo.

Al analizar la E.F y observar lo que pretende educar utilizando como medio la motricidad, todos los aprendizajes tienden a satisfacer la necesidad de movimiento, así como las exigencias necesarias para el crecimiento y desarrollo equilibrado, además el estudiante adquiere conocimientos, desarrolla hábitos y habilidades y en el proceso de dominio de la actividad que aprende va desarrollando sus capacidades, la que va quedando como producto cualitativamente superior del propio desarrollo.

En el nivel medio superior en Cuba se aplica el Programa de la Educación Física estructurado por unidades de estudios, en cada una de ellas aparece el contenido de la Gimnasia Básica, los deportes, Baloncesto y Voleibol, utilizando para estos últimos el cumplimiento de los complejos de habilidades, los juegos y las competencias.

Entre sus objetivos generales en el grado octavo inherentes a las capacidades físicas se expresa:

- Identificar y seleccionar los diferentes tipos de ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas condicionales y coordinativas como medio de auto ejercitación en su tiempo libre.

Dentro de la unidad de estudio Gimnasia Básica el objetivo se declara:

- Aprender, para la utilidad en su tiempo libre, de los ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas, así como las formas de ejercitarlas y medir sus resultados.

Lo anterior demuestra la importancia que se le brinda al conocimiento, enseñanza, desarrollo y perfeccionamiento de las capacidades físicas en el grado octavo de estudio.

Los deportes que más se practican en el grado son: el Baloncesto y Voleibol. Dos de los más populares del país y en el mundo, se organiza para su práctica en grados, unidades docentes, grupos clases y la comunidad.

Ambos deportes constituyen un medio para la educación de las nuevas generaciones, especialmente en el desarrollo de la personalidad, las capacidades físicas, la psicomotricidad y el mejoramiento de la salud en general.

Las exigencias de su juego contemporáneo plantean, que los estudiantes deben desempeñarse eficientemente, tanto a la ofensiva, como a la defensa.

Dominar los elementos y acciones elementales o básicas para que puedan disfrutar de sus potencialidades tanto en la clase como en el Deporte para Todo (DpT).

Sus principales resultados en el diagnóstico se centran en:

Capacidades físicas.

- Insuficiente relación entre la teoría y la práctica.
- Bajos niveles en las capacidades físicas resistencia y fuerza en el sexo femenino y la flexibilidad en el sexo masculino.
- Estudiantes con índice de masa corporal de obesidad, unida a otras enfermedades asociadas.
- Falta de creatividad de algunos profesores de E.F para enfrentar con calidad el desarrollo de las Pruebas de Eficiencia Física, así como el no cumplimiento de su secuencia lógica establecida en su metodología.

En los deportes se presenta de la forma siguiente:

- No dominio de las posiciones básicas de los deportes motivos de estudios.
- Errores en el desarrollo de algunas habilidades deportivas.
- Descoordinación en las combinaciones de habilidades elementales para lograr la secuencia de un juego fluido.
- Desconocimiento de reglas específicas de los deportes motivos de estudios. 5. Errores en la solución de las acciones tácticas ofensivas y a la defensa con no más de dos estudiantes.

Por todo lo antes expuesto se pretende en esta ponencia declara como objetivo:

Identificar las principales potencialidades e insuficiencias de la asignatura Educación Físicas en el nivel medio superior para arribar al nivel universitario con mayor preparación

## **DESARROLLO**

El Marxismo Leninismo constituye la base metodológica de la presente investigación por cuanto sus principios y método científico permiten un enfoque dialéctico materialista del fenómeno.

Metodología empleada.

El profesor para la clase de E.F realiza un diagnóstico dirigido en lo fundamental a las pruebas de eficiencia física, el desarrollo de habilidades motrices básicas y las habilidades motrices deportivas que son objeto de trabajo de los deportes que tributan al grado oncenio.

Paralelo a este diagnóstico se realizan otros test que brindan una mayor información sobre el estado anatomo-fisiológico de los estudiantes, para garantizar una correcta dosificación de las cargas en las clases, ella es el índice de masa corporal.

Con posterioridad se inicia el PEA a través de la clase de E.F. y con ella, diferentes vías y formas de controlar, valorar y evaluar los resultados que de ella se obtienen.

Entre los métodos aparecen aplicados:

Métodos teóricos. Analítico-sintético, inductivo-deductivo, el ascenso de lo abstracto a lo concreto.

Métodos empíricos.

- Análisis de documentos. Se estudian los documentos fundamentales que debe utilizar el profesor de Educación Física para enfrentar el PEA de la E.F. en especial el Programa de Pre universitario en la asignatura E.F. y la Prueba de Eficiencia Físicas.
- Análisis bibliográfico. Son estudiados textos relacionados con la epistemología de la E.F, en especial, los componentes del PEA, los conceptos, principios, categorías, enfoques, modelos y en especial la forma fundamental de docencia, la clase práctica.
- Observación. A las actividades relacionadas con la clase, el DpT y otras actividades calendariadas por el Inder.
- Encuesta. Para evaluar en qué medida las actividades planificadas contribuyen a la elevación del interés por los contenidos, la práctica de ejercicios, los gustos y preferencias, que más se aplican, entre otros aspectos.

Población.

- IPU Capitán Roberto Rodríguez Fernández. Onceno grado.
- Escuela Vocacional Ernesto Guevara. Villa Clara. Onceno grado.

Resultados del Programa de oncenno grado.

En el Programa de 11 no grado se expresa: la posición dominante de la clase está determinada por varios factores, entre los que podemos señalar los siguientes:

- Su carácter obligatorio dentro del currículum escolar.
- Se rige por una programación para los distintos grados, niveles y tipos de educación.
- Contribuye, en interrelación con de las demás asignaturas (relación intermaterias) y en unión con las formas extradocentes y extraescolares a la formación de personas integralmente desarrolladas.

Resultados bibliográficos.

Aunque se generaliza en Cuba el modelo integral físico educativo de López, A. (2006), es cierto que al aplicar dentro de la clase de E.F el deporte, también se asumen algunas características del modelo deportivo. Esto se evidencia en los elementos y acciones que tributan en la enseñanza \_ consolidación de los mismos, los métodos, formas y medios empleados. Debe diferenciar los componentes del PEA relacionados con el control y la evaluación.

La forma fundamental utilizada para concretar sus aspectos biológicos, psicológicos, sociales y de carácter educativo es a través de la clase. Según López, A. (2006) constituye el acto pedagógico en el cual se van a concretar los propósitos instructivo – educativos y las estrategias metodológicas previstas en la programación docente, último nivel de concreción del diseño y desarrollo curricular.

La clase práctica de E.F es el tipo de clase que tiene que como objetivos fundamentales que los estudiantes ejecuten, amplíen, profundicen, integren y generalicen métodos de trabajo característicos de la asignatura que les permitan desarrollar habilidades y capacidades para utilizar y aplicar de modo independiente en su vida diaria.

En la escuela, la E.F se desarrolla mediante diversas actividades de carácter físico – deportivas, recreativas que se practican de forma obligatoria donde la clase constituye la forma fundamental de organización del PEA. Este lugar preponderante de la clase se fundamenta en el hecho de que en ella se dan las condiciones necesarias para obtener la instrucción y la educación en un proceso único que permite desarrollar en los estudiantes a

través de los medios esenciales de la E.F, las capacidades perceptivo – motrices, físico – motrices, cognitivo – motrices, afectivas, así como formar actitudes, normas y valores, mediante una labor de orientación sistemática.

Al ser la clase la forma básica de expresión de la enseñanza, lógicamente, las tendencias conductista y tradicional, así como la cognitivista y constructivista, tienen formas de expresión concretas que se materializan en cada sesión, tanto en la actuación de los componentes personales del proceso (el profesor y los alumnos) como en la forma de abordar y concretar metodológicamente los componentes no personales (objetivos, contenidos, métodos, estilos de enseñanza, medios y evaluación). Todo lo cual incide de manera diferente en cada colectivo estudiantil al tener como antecedente la preparación del profesor de Educación Física, sus años de experiencias y el nivel de creatividad que inculca en su clase.

Sin entusiasmo no puede lograrse una buena clase de E.F. Cuando se orienta adecuadamente hacia el objetivo de la clase y se garantiza que el estudiante sepa qué actividades o habilidades va a realizar, qué nuevos conocimientos o habilidades debe dominar y qué relación tienen estos con lo ya conocido por él, la actividad se le presenta interesante.

La implementación de manera inteligente, armónica y sistemática de los métodos productivos, no solo en acciones de deporte como motivo de estudio, sino además en el desarrollo de las capacidades físicas, a través de la multipotencia del ejercicio físico, constituyen bases fundamentales para la preparación futura del estudiante al transitar hacia otros grados y enseñanzas superiores. Es necesario utilizar los métodos reproductivos, pero sin exceso, ambos combinados contribuyen a mejorar la condición física, los conocimientos teóricos, las reglas oficiales de los deportes y el pensamiento en general.

El profesor debe proporcionar para la actividad deportiva un enfoque problémico en variadas situaciones de juego, a través de la búsqueda de la solución, mediante la exploración guiada, todo lo cual contribuye a favorecer la agilidad en el pensamiento, la toma de decisión, lo cual contribuye al desarrollo del pensamiento estratégico.

Las actividades de carácter opcional necesitan de otros imperativos, estas edades en estudios alcanzan manifestaciones psicológicas complejas, de personalidad, carácter, modos de actuación, entre otros, los cuales son aprovechados de manera satisfactoria por aquellos profesores que alcanzan incluirse entre la lista de los más aceptados, sin que ello tenga una doble interpretación, desde el punto de vista profesional.

Por tanto, debe prevalecer un enfoque multilateral – integral, pendiente de la formación de valores, conductas y metas a cumplir. Con presencia de una gama de actividades que potencie los gustos, preferencias de los estudiantes, pero, además las necesidades apremiantes desde el punto de vista motriz, cognitivo y afectivo – motivacional, unido a otros rasgos distintivos como son: la motivación, la atención a las diferencias individuales en la labor colectiva de aprendizaje, en la cual juega un papel muy importante el control y los diferentes procedimientos de la evaluación. (autoevaluación, heteroevaluación y coevaluación).

Estas potencialidades deben ser utilizadas y aprovechadas no solo en la clase de E.F. también en el DpT y las actividades extradocentes y extraclases que tributan o tienen incidencia en la formación vocacional futura del estudiante del nivel medio superior.

## CONCLUSIONES

El nivel medio superior en Cuba tiene en la asignatura Educación Física un bagaje de conocimientos teóricos – prácticos de gran valor para potenciar en los estudiantes habilidades intelectuales, básicas y deportivas, capacidades físicas condicionales y coordinativas en la clase de E.F y el DpT.

Las insuficiencias detectadas en el PEA de la E.F, tributan en primera instancia a la preparación del profesor de Educación Física, su experiencia, nivel de motivación y creatividad para emprender el proceso de consolidación de los contenidos previstos en el programa. Se asume como elemento deficitario en este proceso formativo los medios de enseñanza.

Los estudiantes no presentan buena preparación física, demostrado en las pruebas de eficiencia física, en los complejos de habilidades de los deportes motivos de estudio, así como, varias de ellas no se sienten atraídas por la práctica sistemática del ejercicio físico y el deporte, no así como la recreación física, en especial los juegos de mesa y tradicionales.

Los profesores de Educación Física deben trazar estrategias, planes de acción, alternativas, entre otras, las cuales potencien la necesidad de la sistematicidad de la actividad física para el bien de la salud y la calidad de vida de la joven generación cubana.

## BIBLIOGRAFÍA

Alvarez de Zayas, C. (1999) Didáctica. La escuela en la vida. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

\_\_\_\_\_ (1996). Hacia una escuela de excelencia. Editorial Academia .La Habana

Castellanos, D. (2003). El estudiante talentoso y sus necesidades educativas especiales. En Castellanos, D. (Comp.) y otros. Talento. Estrategias para su Desarrollo. La Habana: Pueblo y Educación.

González, J. L. y Cabré, R. J. (2001). El empleo de las tareas docentes en el contexto del enfoque integrador y desarrollador del proceso de enseñanza aprendizaje. Un acercamiento al problema. Santa Clara: Material impreso.

Gutiérrez, R. (2005). *Hacia una didáctica formativa y optimización del proceso docente*. UCLV. Cuba.

Labarrere, G. y Valdivia, G. (2001). Pedagogía. Ciudad de La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

López. A. (2006) La Educación Física. Más educación que física. Editorial Pueblo y Educación.

López, R. (2016). La dirección del proceso de enseñanza aprendizaje de la lucha olímpica. Tesis de doctorado. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el deporte. Villa Clara.

MINED. Programa de Pre universitario. Asignatura Educación Física. Editorial Pueblo y Educación.

Morales, Y. (2014). *Sistema didáctico para la actuación competente del taekwondista escolar desde la preparación técnico-táctica*. Tesis de doctorado. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el deporte. Villa Clara.

## LA DEFENSA PERSONAL EN EL BALONCESTO. SU ACCIONAR COMO DEPORTE MOTIVO DE ESTUDIO EN PREUNIVERSITARIO

Lic. Yoelvis González Portal

Profesor de Educación Física. Escuela Vocacional Ernesto Guevara IPVC, Cuba. ygportal@ce.vc.rimed.cu. <https://orcid.org/0000-0001-8402-2888>

Lic. Yaney Zerquera González

Mined, profesora de Educación Física. ORCID: 0000-0003-0589-4050 correo. leidianis.zerquera@nauta.cu

Dr. C. Mayda Gutiérrez Pairol.

Profesor Titular. Universidad Central Marta Abreu de Las Villas. Facultad Cultura Física. Centro de Estudio Cultura Física y Deporte. mpairol@uclv.cu <https://orcid.org/0000-0002-7868-8218>

### RESUMEN

La ponencia fue resultado de un proceso investigativo que se desarrolló en el Instituto Preuniversitario Vocacional de Ciencias Exactas Ernesto Guevara de la Serna en el 11no grado, donde se impartió el deporte Baloncesto en la clase de Educación Física. Dentro del contenido del programa se trabajó con la defensa personal. La aplicación del diagnóstico detectó desconocimiento por parte de los estudiantes para enfrentar ese accionar defensivo. Por lo anterior, los profesores de Educación Física declararon el objetivo: determinar los principales aspectos básicos teóricos - prácticos y metodológicos para mejorar el accionar del sistema de defensa personal a un nivel grueso. Para alcanzar este propósito utilizaron los métodos de nivel teórico, del nivel empírico: el análisis de documentos, la observación a clases, la encuesta a profesores y del estadístico – matemático, el análisis porcentual. Su planeación se organizó en la determinación de los aspectos teóricos - prácticos básicos a la defensa, luego en la selección del sistema de defensa personal a estudiar, llamado "cercano al aro" y al final se aprobó la estructura metodológica a aplicar.

**Palabras Clave:** Baloncesto; Defensa Personal; Preuniversitario; Estudiantes; Clase de educación física; Táctica defensiva.

### INTRODUCCIÓN

Son varios los deportes que integran los Programas de Educación Física en Cuba, uno de ellos es el Baloncesto, fundado por Sr. James Naismith en los Estados Unidos en el año 1891, quien dejó plasmadas las bases esenciales para la práctica de este deporte en relación con los elementos ofensivos – defensivos. También estableció los cinco principios básicos y las trece primeras reglas oficiales para su primer partido.

El Baloncesto, uno de los deportes de más popularidad en Cuba y en el mundo, se organiza para su práctica en escuelas, universidades, áreas, colectivos laborales, en instituciones militares y escuelas deportivas.

Se desarrolla entre dos componentes necesarios para concebir el juego que son: el ataque y la defensa. Queda explícito que los estudiantes deben dominar ambos componentes para vencer los

objetivos del grado. Es evidente que esta enseñanza debe iniciarse a partir de la introducción de ejercicios destinados al mejoramiento de las capacidades generales y específicas, el desarrollo de las habilidades motrices deportivas y el componente socio - político.

Este deporte constituye un medio para la educación de los niños, adolescentes y jóvenes. Por sus potencialidades físicas, biológicas, psicológicas y sociales, entre otras, es que la enseñanza del Baloncesto en Cuba se desarrolla en dos escenarios importantes: la clase de Educación Física y el entrenamiento deportivo. Lo llamativo de ambos procesos de enseñanza - aprendizaje es que se desarrollan bajo un mismo sistema educativo, aunque dirigidos por dos instituciones diferentes: el Ministerio de Educación (Mined) y el Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación. (Inder). Por lo tanto, sus fines son diferentes. El Mined, tributa en la masividad y a potenciar la iniciación deportiva y el Inder se dedica al entrenamiento deportivo, para avanzar al alto rendimiento.

El Baloncesto en Cuba se inicia en la enseñanza primaria en su segundo ciclo, transita por la enseña media, media superior y superior. Es incluido como deporte motivo de estudio en las clases de Educación Física. Para su desarrollo, tienen garantizado el personal humano y las condiciones materiales necesarias.

Tiene un fuerte componente defensivo, donde se encuentran incluidos los elementos, las acciones y los sistemas. Es una necesidad abordar el componente defensa personal, encierra importantes cualidades y valores para formar la personalidad de los niños, adolescentes y jóvenes, así como necesaria capacidad condicional, coordinativa, cognitiva y socio-afectiva, que les sirven para la vida presente y futura.

El tema de la defensa es analizado por varios especialistas nacionales e internacionales, en el país se destaca De la Paz (1983, x) que expresa: la defensa no es más que la forma racional y efectiva de oponerse, en las diversas situaciones del juego, al sistema de ataque del contrario, con el fin de anular en todo lo posible las acciones exitosas, tanto individuales como del equipo, y posicionarse del balón para emprender el ataque contra el aro rival.

Tanto la subdivisión técnico – táctica, como sus tareas fundamentales a la defensa demuestran la complejidad de este componente del Baloncesto, para su enseñanza – aprendizaje.

Son consultados los autores Rodriguez E. (2015), Bardavío, J. y Verónica Muñoz Arroyave (2016), Messina, E. y Blanco J,(2017), a través de artículos, libros y revistas especializadas del deporte Baloncesto. Según los autores antes mencionados una muy buena preparación física, una mentalidad fresca, rápida y concentrada para construir y poner en práctica una adecuada defensa personal al tener como premisa obstaculizar el objetivo fundamental de cada equipo que es: encestar mayor cantidad de balones en el aro contrario para ganar el partido. Es la esencia a la defensa en este deporte.

También son analizados los trabajos de la facultad de Cultura Física referidos a ejercicios técnicos - tácticos a la defensa Mons Reyes, M. (2015) y Pascual Ortiz, R. (2016), que trabajan en varias categorías como son 11- 12 años, 13- 14 años, inferiores a los estudiantes de la enseñanza media superior, pero profundizan en aspectos importantes tales como: principios a la defensa, reglas, consejos, entre otros que de manera particular y generalizada se pueden incorporar para enseñar la defensa en el Baloncesto.

Esta investigación se enmarca en el onceno grado, en la unidad de Baloncesto en el IPVCE. Los contenidos abordados en las clases se corresponden con la Gimnasia Básica y los deportes,

Baloncesto y Voleibol, utilizando para su cumplimiento los complejos de habilidades, los juegos y las competencias.

Los estudiantes de preuniversitario deben dominar como parte del desarrollo de las habilidades deportivas y planteamientos táctico por equipo establecidos por el programa, una de las variantes del sistema de defensa personal a un nivel grueso, para poder desempeñarse en el juego, dentro de la clase de E.F.

No obstante, se presentan insuficiencias que imposibilitan el cumplimiento de este proceso de enseñanza - aprendizaje comprobado a partir de los vacíos con los que arriban al preuniversitario relacionados con los aspectos teórico - práctico tales como:

- Desconocimiento de las funciones como jugador a la defensa, según la posición que ocupa en el equipo.
- Pobre dominio de los principios básicos a la defensa.
- Descoordinación a la defensa como concepto de equipo.
- Algunas insuficiencias técnicas relacionadas con la técnica defensiva sin y con balón.

Todo lo anterior se pretende resolver a través del siguiente objetivo general: determinar los principales aspectos básicos teóricos - prácticos y metodológicos para mejorar el accionar del sistema de defensa personal a un nivel grueso en el preuniversitario.

## **DESARROLLO**

La investigación es cuantitativa - cualitativa. Se desarrolla teniendo como base el método científico. También se apoya en varios principios que permiten un enfoque dialéctico materialista del fenómeno.

Presenta una primera etapa diagnóstica, (en la cual se incluyen los estudiantes y profesores de Educación Física), una segunda de planificación y pilotaje de los ejercicios a la defensa seleccionados (en la propia clase y el deporte para todos), una tercera etapa de elaboración de la propuesta y última la valoración emitida por los especialistas.

Los métodos utilizados son:

Del nivel teórico y del nivel empírico para esta ponencia:

- Análisis de documentos: Se estudian los documentos fundamentales que establece el trabajo del subsistema de educación en Pre universitario, los documentos del INDER, entre otras indicaciones y disposiciones.

- Revisión bibliográfica. Para recopilar toda la información que respecto a la defensa personal en el deporte Baloncesto contribuyen a determinar los principales aspectos básicos teóricos - prácticos y metodológicos para mejorar el accionar del sistema de defensa personal a un nivel grueso.

En onceno grado, el Baloncesto como deporte motivo de estudio se ha estructurado desde sus inicios con una activa participación dentro de los últimos minutos de la parte final de la parte principal de la clase, acción que contribuye a consolidar los aspectos esenciales que se van impartiendo en clase, de motivación y comprobación de los estudiantes al poder evaluar su

estado real y lo que les falta para desempeñarse de manera satisfactoria en un deporte de tanta habilidad e inteligencia.

De los objetivos a vencer en el oncenso grado existe uno que tributa a la investigación titulado: lograr aplicar en condiciones de juegos y competencias las habilidades principales de los deportes motivo de clases que recibirán en este nivel.

Lo anterior se puntualiza con lo expresado por Gutiérrez (2009,13): el Baloncesto es un deporte provisto de una gran cantidad de elementos y estructuras ofensivas y defensivas que hacen cada vez más variadas y complejas la realización de los ejercicios, la coordinación de las acciones entre los jugadores y la toma de decisiones oportunas, por el escaso tiempo que se tiene para responder ante el contrario.

Otra arista importante del Baloncesto en Cuba se centra en el movimiento masivo que desde la clase se extiende al Deporte para Todo, es asumido en todas las escuelas como instructivo-educativo – recreativo, pues además de incorporarse para mejorar el accionar de los estudiantes con insuficiencias en el vencimiento de sus objetivos, también sirven para realizar competencias entre grupos y años y son favorecidos aquellos que más se destacan para iniciar una vida deportiva.

Aunque se generaliza en Cuba el modelo integral físico educativo de López, A. (2016), para la Educación Física, es cierto que al aplicar dentro de la clase este deporte, también se asumen algunas características del modelo deportivo. Esto se evidencia en los elementos y acciones que tributan en la enseñanza consolidación de los mismos, los métodos, formas y medios empleados.

La defensa personal constituye la base en el desarrollo de todos los sistemas que practican este deporte a la defensa. Su finalidad es que cada jugador tiene la responsabilidad de marcar a un oponente determinado, sin excluir las relaciones y cooperación con los demás compañeros de equipo.

Por tanto, eso se aviene a las exigencias que denota los parámetros evaluativos del grado. Son declaradas como invariantes evaluativas los complejos de habilidades de forma semipulida de los elementos técnicos concebidos para el grado y como centro principal de esta ponencia las acciones defensivas de forma semipulida y de los sistemas defensivos de forma gruesa.

Los contenidos enunciados a la defensa son los siguientes: Táctica defensiva: a medio y todo.

De la Paz P.L (1985:131) en la clasificación defensiva establece en las acciones de equipo la defensa hombre a hombre, la defensa presión personal, la defensa por zona, la defensa combinada o mixta, la defensa presión `por zonas, la defensa contra la ofensiva rápida, defensa contra un salto entre dos, defensa durante el rebote, el saque de banda y el tiro libre.

Según la clasificación emitida por este autor, se mantienen los postulados fundamentales del sistema de defensa personal independientemente a las variantes que ellos han fundamentado, los términos de su aplicación han tenido en consideración los criterios siguientes:

- por el tipo de estructura que se marca atendiendo a la capacidad del adversario
- en relación con el espacio que se utiliza en el terreno
- y en otras oportunidades se han valido de la unificación de varias de ellas al aplicar la intensidad en el marcaje (presión).

Otro especialista cubano, Pardo (2007, 160) establece cinco tareas fundamentales que debe resolver el equipo que se encuentra a la defensa, estas son:

- No permitirle al contrario tirar al aro sin oposición.
- Apoderarse del balón que está en manos del adversario, creando condiciones para el ataque rápido.
- Romper las relaciones entre las líneas ofensivas del equipo contrario y sus jugadores, dificultándoles la preparación para el ataque.
- No brindarle al contrario la oportunidad de realizar ataques rápidos.
- Luchar por ganar el balón que rebota en el aro, después de un tiro que ha fallado el contrario.
- Los fundamentos del Baloncesto como deporte motivo de estudio en la clase de Educación Física. Particularidades.

Escandón Prada (2018) aborda varios consejos para el estudiante que desde el Baloncesto realizan acción de defensa entre los que se encuentran:

- Lo primero es explicarles que se tienen que colocar entre su atacante y la canasta, siempre de espaldas al aro que defienden. Parece sencillo, pero según van transitando las categorías, te encuentras con jugadores que defienden por detrás de su atacante, dejándoles ir solos al aro, o dándoles la espalda, lo que les hace perderles de vista y que puedan cortar con facilidad al aro.
- Otro de los errores más comunes que cometen los defensores es el de la distancia que mantienen con el jugador con balón, el balón circula con total facilidad entre el equipo rival, ya que nuestros jugadores defienden a tres metros.
- El primer concepto que hay que marcar como premisa de nuestra defensa individual es conseguir que el jugador defienda la canasta, a su jugador y al balón. El clásico triángulo defensivo es importantísimo que cale en el jugador, ya que es la base para empezar a trabajar otros conceptos.
- A pesar de defender a un jugador concreto, tienen además una responsabilidad colectiva a la hora de defender.
- Uno de los aspectos más ventajosos para la defensa y que menos se emplea es la comunicación.
- Para realizar una buena defensa, ésta tiene que cumplir dos objetivos, que sea agresiva a la vez que inteligente.
- No hay que olvidar que, hasta que no se capture el rebote, no ha terminado la defensa.

Después que se tiene el ordenamiento de los resultados defensivos del diagnóstico se inicia la parte de planeación en la cual se ordena para la práctica desde los contenidos más simples hasta los más complejos, incorporando los conceptos que tributan en ellos, que junto con los requerimientos metodológicos defensivos van complejizando, variando y dinamizando los ejercicios diseñados.

El estudiante no debe pasar a realizar otro contenido si todavía no ha vencido los conceptos fundamentales, pero puede trabajar en otras relaciones entre las posiciones existentes en el Baloncesto aplicando los conceptos defensivos ya vencidos. En las clases se concretan estos aspectos esenciales de la defensa, donde se consolidan las acciones individuales y de grupo, antes de las acciones de equipo.

La clasificación de la defensa de equipo tiene sus diferentes representantes, para su estudio y aplicación se subdividen en varios patrones, para este estudio se realiza un acercamiento a la defensa cercana al aro o a un cuarto de terreno, la más utilizada en las clases de Educación Física.

Son asumidos para su estudio y aplicación los principales aspectos básicos establecidos entre los especialistas Kirkov, (1981) y De la Paz, (1983). La ubicación de los estudiantes a la defensa es cerca del aro, protegiendo fundamentalmente la llamada zona de los tres segundos o de restricción, por ello se puede lograr mayor cooperación y ayuda entre los defensores. Las acciones defensivas son más efectivas por la cercanía que tienen los mismos entre sí, se producen más intercepciones, asistencias, bloqueos al aro, que propicia activar el área de la llamada zona de restricción.

## **CONCLUSIONES**

El deporte Baloncesto es concebido como motivo de estudio en el programa de la Educación Física en oncenno grado. Entre sus contenidos fundamentales se encuentra la defensa y en especial, la defensa personal. Para su implementación se requiere determinar los principales aspectos básicos teóricos - prácticos y metodológicos para mejorar el accionar del sistema de defensa personal a un nivel grueso de los estudiantes.

El diagnóstico aplicado a estudiantes y profesores de Educación Física corrobora la necesidad de ordenar y proyectar los contenidos teórico, incluido la historia del deporte, la reglamentación, los principios, normas, así como los principales errores que se comenten en la defensa personal al marcar a un jugador con y sin balón.

Se asumen diferentes criterios de especialistas del deporte Baloncesto que han trabajado la enseñanza del mismo en edades de la adolescencia, sea desde la Educación Física o el entrenamiento deportivo, que constituyen experiencias aplicables que pueden ser tenidas en cuenta para mejorar el accionar de la defensa personal en los estudiantes en oncenno grado del IPVC Ernesto Guevara de Santa Clara.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Arias, J.L. (2012) Análisis de la situación de uno contra uno en baloncesto de formación. Apuntes. Educación Física y Deporte. ISSN-1577-4015 Pedagogía Deportiva.pdf
- Bardavíoy Verónica Muñoz Arroyave.(2016) Tipo defensa sobre el éxito en el lanzamiento. Baloncesto para todos: unidad didáctica de baloncesto para 2º curso de educación secundaria obligatoria. emásf, revista digital de educación física. año 7, num. 39 (marzo-abril de 2016) <http://emasf.webcindario.com>
- Blanco, J. (2016,35) La necesidad de la variabilidad del entrenamiento en jóvenes deportistas. Revista digital de educación física. año 7, num. 39 (marzo-abril de 2016) <http://emasf.webcindario.com>

## LA CAPACIDAD FÍSICA FUERZA EN EL PRE UNIVERSITARIO. SU PROCESO EVALUATIVO

Lic. Fernando Nieblas Martínez.

IPU Capitán Roberto Rodríguez Fernández (nieblas@uclv.edu.cu) ORCID 0000-0003-3813-7558

Dr. C. Mayda Gutiérrez Pairo.

Profesora Titular. Universidad Central Marta Abreu de Las Villas Facultad Cultura Física. Centro de Estudio Cultura Física y Deporte. mpairol@uclv.cu <https://orcid.org/0000-0002-7868-8218>

### RESUMEN

El presente trabajo tributa a una de las líneas de investigación de la Maestría en Metodología de la Educación Física Contemporánea al abordar el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física a partir del enfoque integral físico – educativo que se aplica en Cuba. El título del trabajo: la capacidad física fuerza en el Pre Universitario. Su proceso evaluativo. Tiene como objetivo: evaluar la capacidad física fuerza en estudiantes de 11no Grado del pre universitario IPU Capitán Roberto Rodríguez. A través del diagnóstico de las pruebas de eficiencia física se determinó las potencialidades e insuficiencias de la fuerza de brazos, abdominales y de piernas en estudiantes de ambos sexos en edades comprendidas entre 15 y 16 años. Se aplican para la obtención de estos resultados el método científico apoyado en el nivel teórico, empíricos y estadísticos a través del método descriptivo. Se pretende a partir de estos resultados mejorar dicha capacidad desde lo teórico – práctico.

**Palabras clave:** Educación física, Evaluación, Capacidad Física, Fuerza, Clase de Educación Física, Pre universitario.

### INTRODUCCIÓN

La Educación Física en la segunda mitad del siglo XX experimentó profundos cambios desde el punto de vista teórico y metodológico. Su fundamentación científica hasta ese momento era esencialmente biomédica y conductista, a ello siguió todo un proceso de desarrollo de concepciones psicopedagógicas y sociológicas que ponen en el centro al estudiante como persona, como sujeto activo, y al contexto sociocultural en el cual se desarrolla, dando lugar a diferentes paradigmas o modelos pedagógicos.

A los enfoques marcados por el conductismo y la directividad se opusieron teorías cognitivistas, no directivas del aprendizaje. En contraposición a concepciones que preconizaban un curriculum cerrado, se desarrollaron las que defienden un curriculum abierto por niveles de concreción, que da al profesor mayor protagonismo en la toma de decisiones en el Proceso de Enseñanza - Aprendizaje. (PEA).

Hoy se necesita de un profesional de la Educación Física capaz de superar un PEA de la Educación Física marcado por una pedagogía tradicional y viejos esquemas donde el profesor indica todo lo que hay que hacer y el estudiante se limita a reproducir los modelos técnicos de movimiento por un profesional de la Educación Física creativo, capaz de desarrollar una docencia integral a partir de las competencias requeridas por los sujetos y la sociedad, donde el estudiante es un ente activo y reflexivo en el proceso de aprendizaje.

Un elemento esencial del PEA desde un enfoque integral físico – educativo lo constituye la evaluación, mediante la cual el profesor comprueba el aprovechamiento obtenido por sus estudiantes y cuyos resultados le sirven, al mismo tiempo para analizar y valorar su propio trabajo.

La evaluación ejercida sobre los estudiantes constituye la base para autoevaluar su propia labor docente y sus procedimientos. Por otra parte, al dar cumplimiento a las diferentes tareas planteadas en la clase se benefician tanto el profesor como el estudiante porque se asume como medio formativo para educar y como diagnóstico permanente de los logros y dificultades de esto, ello enriquece el autoanálisis y retroalimentación del docente en su actividad específica y como base de un aprendizaje significativo.

Al analizar la Educación Física y observar lo que pretende educar utilizando como medio la motricidad, todos los aprendizajes tienden a satisfacer la necesidad de movimiento de las personas así como las exigencias necesarias para el crecimiento y desarrollo equilibrado, además el estudiante adquiere conocimientos, desarrolla hábitos y habilidades y en el proceso de dominio de la actividad que aprende va desarrollando sus capacidades, la que va quedando como producto cualitativamente superior del propio desarrollo.

La etapa de pre universitario se caracteriza por la profundización y generalización de los contenidos en correspondencia con la edad y el sexo de los estudiantes. Los profesores de Educación Física deben tener presente para lograr los objetivos del grado sus gustos, preferencias y motivaciones, así como las necesidades obtenidas de la evaluación sistemática en el PEA y su extensión al deporte para Todo.

Existe un sistema de objetivo que se deriva de lo general a lo particular y constituyen de interés para el estudio los objetivos generales que expresan:

-Realizar con éxito las tareas que desde el punto de vista de su preparación física le plantea la escuela, la familia y la sociedad.

-Identificar y seleccionar los diferentes tipos de ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas condicionales y coordinativas como medio de auto ejercitación en su tiempo libre.

Entre los objetivos específicos se concreta el siguiente:

Incentivar la necesidad de la práctica sistemática de ejercicios con tareas a realizar en el tiempo libre, (ibídem, 129) porque en la gimnasia básica la acción fundamental se centra en el trabajo continuo con un ritmo estable de 14 minutos. Los autores aunque no discrepan de este objetivo del grado acotan que la capacidad física fuerza en la base del resto de las capacidades física.

Dentro de las indicaciones metodológicas generales del programa de onceno grado se establece: Los objetivos y contenidos del Plan de Estudio están dirigidos a la profundización y generalización de los conocimientos, las capacidades físicas condicionales, coordinativas y la flexibilidad, las habilidades motrices deportivas y las cualidades psíquicas, así como los valores morales, éticos y estéticos formados en los grados anteriores. (Programas de Ciencias Naturales. Pag118).

La necesidad de profundizar y fortalecer las actividades de la Educación Física en cada grado de pre universitario no va encaminado a desarrollar solamente los contenidos de la misma, es intención de los programas y del claustro de profesores organizar acciones para que con carácter de sistema potencien la formación general integral de los estudiantes.

El desarrollo de las capacidades físicas condicionales, es una de ellas. No debe verse solamente en las tareas docentes planificadas en la clase de Educación Física, sino también en el desempeño de otras actividades relacionadas con su vida cotidiana.

Estudiar dentro de esta capacidad física la fuerza en el nivel medio superior demuestra cómo pueden los profesores de Educación Física resolver paulatinamente problemas de los estudiantes de tipo social como lo constituyen hoy los gimnasios particulares. Los jóvenes asisten sin tener conocimiento mínimo de los ejercicios que realizan y las afecciones que estos pueden provocar en detrimento de la salud. De ahí el valor y pertinencia de esta investigación.

No obstante dentro de dicha capacidad se detectan algunos aspectos que se les debe dar seguimiento entre los que se encuentran:

1. Las pruebas de Eficiencia Física aplicados en el diagnóstico inicial a los estudiantes denota insuficiencias en su dominio y ejecución práctico.
2. La necesidad que los estudiantes avancen hacia grados superiores con las habilidades y capacidades para continuar, mantener y/o mejorar su rendimiento físico, utilizando para ello los variados medios de la Educación Física.
3. Trabajar la capacidad física fuerza por ser la más afectada en el grupo de estudio seleccionados, desde los aspectos teóricos y práctico de carácter individualizado e incorporar a la evaluación otros tipos de fuerza.
4. Se demuestra en actividades de carácter formativo general insuficiencias en el cumplimiento exitoso de diferentes tareas sociales relacionadas con la capacidad física fuerza, por ser además, una población mayoritaria del sexo femenino.

Por lo que se asume como objetivo: caracterizar la capacidad física fuerza en estudiantes de 11no Grado del pre universitario IPU Capitán Roberto Rodríguez.

## **DESARROLLO**

Los estudios que identifican la pertinencia del tema para este subsistema de educación en Cuba se centran en autores tales como: Bravo, A. (2006). Metodología para el trabajo de capacidades físicas básicas (fuerza) en una unidad didáctica de habilidades específicas en el fútbol, Zurita, R. (2009); Sánchez, P. (2017). Capacidades Físicas Básicas en Educación Física; Martín, R. D. (2018). Guapi, F.I. (2019). La Educación Física como asignatura complementaria en carreras de ingeniería en la Educación Superior Ecuatoriana.

Los fundamentos que tributan al tema constituyen posicionamiento de los autores de esta ponencia y se expresan a continuación:

Ruiz, A. (2010, p. 97). Plantea “que las capacidades físicas constituyen fundamentos para el aprendizaje y perfeccionamientos de las acciones motrices para la vida, que se desarrollan sobre la base de las condiciones morfo funcionales que tiene el organismo.” Representan uno de los componentes esenciales para el desarrollo de la capacidad de rendimiento físico del individuo.

Los trabajos antes referenciados y lo planteado por Ariel Ruiz A, ha servido para en sentido general abordar la línea de investigación de la capacidad física fuerza en el pre universitario. Sus concepciones, elementos teóricos metodológicos, los medios y métodos empleados del tratamiento de la misma condicionan la necesidad de enriquecer el proceso de enseñanza aprendizaje en las edades en estudio.

Más adelante define define (2010, p.118), la carga física como “el efecto que ejerce en el organismo un estímulo motor determinado, siempre y cuando este estímulo sea lo suficientemente fuerte en correspondencia con la capacidad de rendimiento del individuo”. Se asevera a partir de este concepto que la carga física constituye la vía fundamental para el desarrollo de las capacidades físicas.

Los autores reconocen que los componentes de la carga guían el estudio a través de los problemas detectados (diagnóstico) y con ello, centrar las acciones de planeación, ejecución, control y evaluación de las tareas diseñadas de manera grupal e individual, con y sin implementos, por unidades de estudio, períodos largos, por semanas, hasta arribar a las evaluaciones final establecidas en el programa y otras de carácter novedosa que se pretenden proponer en el curso de la investigación en correspondencia para la edad, las necesidades, gustos y preferencias, estas últimas como medidor fundamental del trabajo evaluativo introducido, aspectos que tributan y/o sirven de base para la planificación de un próximo período.

### **Tipos de capacidad física fuerza a desarrollar en el preuniversitario.**

El tratamiento de la capacidad física fuerza en el pre universitario aparece insertada en la unidad Gimnasia Básica; para su ejecución se utilizan dos tipos: la fuerza rápida y la resistencia a la fuerza.

La fuerza rápida es la capacidad del sistema neuromuscular para vencer una oposición, con una elevada rapidez de contracción. Esta capacidad condicional compleja se deriva de la unión de la rapidez y la fuerza. (Ruiz, A. 2016,102)

La resistencia de la fuerza consiste en la capacidad de resistencia al cansancio del organismo durante un rendimiento de fuerza de relativa larga duración. Es determinante en deportes tales como: el judo, la gimnasia, el remo, las carreras de medio fondo en atletismo y otros. (ibim)

### **Metodología y métodos empleados:**

Las mismas se establecen en el pre universitario en el grado onceno para ser evaluadas en las prueba de Eficiencia Física 90, año 2009 -2012 a través de la fuerza de brazo, abdomen y piernas. Se utiliza las indicaciones metodológicas establecidas para la evaluación del diagnóstico las que se expresan a continuación:

Fueron utilizados las metodologías establecidas para la realización de las Pruebas de Eficiencia Física en la fuerza de brazo, fuerza de abdomen y fuerza de pierna.

Población:

Constituida por 30 estudiantes del pre universitario “IPU Capitán Roberto Rodríguez Fernández del grupo 4

Para el estudio se tomó una muestra de 20 estudiantes del pre universitario “IPU Capitán Roberto Rodríguez Fernández. “ Utilizando para ello un muestreo probabilístico intencional siendo el profesor el que imparte clases en el grupo. La misma está conformada por 8 estudiantes del sexo masculino con la edad de 15 años que representan el 40% y 12 estudiantes del sexo femenino, las cuales tienen la edad de 16 años que representan el 60%. Existen, además, en el grupo, 10 estudiantes que no cumplen los requerimientos de la muestra por estar por encima o por debajo de los niveles III y IV establecidos para esta investigación.

Dentro de la muestra se encuentran dos estudiantes obesas que se determinaron a partir de la realización de la prueba de índice de masa corporal.

Luego del análisis de los resultados del diagnóstico fueron ubicados a los estudiantes por niveles y por sexo lo cual demostró que, del sexo masculino con un total de 8 estudiantes 5 se encuentran en el III nivel que representa el 62.5% y 3 se encuentran en el nivel IV de la prueba de fuerza de brazos (Planchas) que representa el 37.5%. Las hembras en esa misma prueba se comportaron de la siguiente forma de las 12 estudiantes 3 en el III nivel que representa el 25% y 9 en el IV que representa el 75%.

En la prueba de fuerza de abdomen (Abdominales) 6 de los varones se encuentran en el nivel III que representa el 75% y 2 en el nivel IV que representa el 25%, las hembras por su parte 5 se encuentran en el nivel III que representa el 41.66% y 7 en el nivel IV que representa el 58,33%.

Al analizar la prueba de salto largo los estudiantes se comportaron de la siguiente manera 7 de los varones se encuentran en el nivel III que representa el 87.5% y 1 se encontraron en el nivel IV que representa el 12.5% a su vez 4 de las hembras se encuentran en el nivel III que representa el 33.33% y 8 en el nivel IV que representa el 66.66%. El estudio arrojó que los varones poseen una mejor capacidad física en cuanto a la fuerza de los planos musculares que intervinieron en las pruebas de eficiencia física.

Después del diagnóstico de las Pruebas de Eficiencia Física (PEF) se inicia por 15 días la impartición de las clases y con ella, el proceso de evaluación sistemática de la capacidad física resistencia a la fuerza. Los resultados obtenidos, aunque fueron superiores a los alcanzados en la PEF no rebasaron los niveles alcanzados por cada uno de los estudiantes. Por lo que todavía se deben seguir implementando otras tareas que contribuyan a lograr un salto cuantitativo en esta capacidad.

Para realizar el procesamiento estadístico de las pruebas de eficiencia física (PEF) separamos al grupo en hembras y varones, con el fin de obtener un mejor análisis.

En la prueba de fuerza de brazos del sexo masculino se determina que la moda era de 12 planchas, la media de 11 y la mediana de 12 planchas encontrándose en el III nivel de la Normativa nacional para las PEF, además se determinó que los varones están en el límite máximo para ubicarse en el II nivel de dichas normativas.

En la prueba de fuerza de brazos del sexo femenino se determinó que la moda, la media y la mediana eran de 8 planchas, encontrándose en el IV nivel de la Normativa nacional para las PEF por lo que se comprobó que las hembras se encuentran en el límite negativo para quedarse sin nivel categoría más baja de dichas normativas.

Por otra parte en la prueba de fuerza de abdomen del sexo masculino se comprueba que la moda, la media y la mediana era de 17 repeticiones, demuestra así que están en el límite máximo para ubicarse en el II nivel de Normativa nacional para las PEF, los valores en la prueba de fuerza de abdomen se comportó de manera más dispersas: la moda 9 repeticiones, la media 13 y la mediana 11 repeticiones encontrándose en el IV nivel de la Normativa nacional para dichas pruebas.

En la prueba de salto largo sin impulso de los varones la moda fue 109,7 cm, la media a su vez fue de 104,9 cm y la mediana de 108,5 cm encontrándose estos datos en III nivel de la Normativas nacionales para las PEF. Las hembras por otra parte en esta misma prueba arrojaron

datos inferiores a los esperados para su edad, la moda fue de 0,79 cm este valor demuestra que existen estudiantes que están en el límite mínimo para el IV nivel, la media es de 88,3 cm y la mediana fue de 93,1 cm la recopilación de estos datos demostró que las hembras en esta prueba se encuentran en el IV nivel de dichas normativas

## CONCLUSIONES

El programa de octavo grado en la unidad gimnasia básica contempla las PEF respecto a la capacidad física fuerza, en sus tres planos musculares orienta su realización a partir de la resistencia la fuerza. Se infiere, desde los fundamentos fisiológicos de la E.F. que la fuerza constituye la base del resto de las capacidades físicas, de ahí la necesidad de mejorar la misma, para que se directamente proporcional.

Las evaluaciones realizadas en las PEF para las dos muestras en estudio (sexo femenino y masculino) arrojan que los mejores resultados se obtienen en el sexo masculino. Aunque en algunas pruebas no se logra un acercamiento al II nivel.

Los resultados obtenidos demuestran que la evaluación en estas edades debe corresponder más a los gustos y preferencias de los estudiantes, la selección de los ejercicios de manera individual y diferenciada por sexos, así como un análisis para instrumentar aspectos de carácter teórico que contribuyan a la sistematización de los mismo desde el deporte para todo y el tiempo libre, aspecto que incluirán otras formas de control y evaluación de la capacidad física fuerza.

## BIBLIOGRAFÍA

Bravo, A. (2006). Metodología para el trabajo de capacidades físicas básicas (fuerza) en una unidad didáctica de habilidades específicas en el fútbol.

Guapi, F.I. (enero-abril ,2019). La Educación Física como asignatura complementaria en carreras de ingeniería en la Educación Superior Ecuatoriana. Revista PODIUM. Recuperado de: <http://www.podium.upr.edu.cu>

Martin, R. D. (2018, marzo 13). CAPACIDADES FÍSICAS Básica 【diciembre, 2018】 . Recuperado 7 de diciembre de 2018, de <https://padelstar.es/preparacion-fisica-padel/capacidades-fisicas-basicas-concepto-y-clasificaciones/>

Ministerio de Educación. Programa de Pre universitario. Editorial Pueblo y Educación.

Pérez San Juan (2019). Condición Física y Salud (en línea). Consultado el 04/08/2019 de: <https://mundoentrenamiento.com/condicion-fisica-y-salud/>

Ruiz, A (2010). *Teoría y metodología de la educación física y el deporte escolar*. La Habana, Cuba: Editorial Pueblo y Educación. Silva, R. (2010). *Concepción del trabajo metodológico en las instituciones educativas*. La Habana, Cuba: Editorial Pueblo y Educación.

Sánchez, P. (2017). Capacidades Físicas Básicas en Educación Física (en línea). Consultado el 29/07/2019 de: <https://mundoentrenamiento.com/capacidades-fisicas-basicas-en-educacion-fisica/>

Tema 4. Capacidades Físicas Básicas. – Educación física para niños en Ed. Primaria. (s. f.). Recuperado 7 de diciembre de 2018, de <https://sites.google.com/site/efparaninosened/indice/tema-4-capacidades-fisicas-basicas>

## EL TRABAJO DE LA RESISTENCIA A LA FUERZA EN LA EDUCACIÓN FÍSICA DEL NIVEL SUPERIOR

Carlos Javier Hernández Bombino.

Licenciado en Cultura Física. Profesor de Educación Física de la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas. Email carlosj@uclv.cu ORCID ID 0000-0002-5988-4010

Lic. Maday Rodríguez Marañón.

EPEF. Villa Clara. Email: cm6rvc@frcuba.cu ORCID ID 0000-0002-5938-4110

MSc. Oslaida Quesada Jova oquesada@uclv.cu. MES. Profesora del Departamento Didáctica del Deporte. Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Facultad Cultura Física Cuba.

MSc. Carmelo D. Miranda Corrales

MES. Profesor y Jefe del Departamento Didáctica del Deporte. Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Facultad Cultura Física Cuba. camcorrales@uclv.cu., <https://orcid.org/0000-0003-3795-605X>

### RESUMEN

La investigación se desarrolló teniendo en cuenta las insuficiencias presentadas en los estudiantes de primer año de la carrera de Ingeniería Hidráulica, de la Universidad Central "Marta Abreu de Las Villas", en cuanto al cumplimiento de los resultados de las normativas según el plan de eficiencia física en la resistencia a la fuerza, por lo el objetivo de la investigación está dado en: proponer ejercicios para el trabajo de la resistencia a la fuerza en el Baloncesto en las clases de Educación Física en los estudiantes de 1er año de la carrera de Hidráulica. En la materialización del trabajo se utilizó una primera población compuesta por 31 estudiantes de ambos sexos que conforman el grupo clase y una segunda población integrada por el metodólogo de Educación Física, jefe de departamento, jefe de disciplina y 10 profesores de Educación Física. Para darle respuesta a las interrogantes y tareas científicas se emplearon métodos y técnicas de investigación científica, así como la técnica participativa para la valoración de los ejercicios de resistencia a la fuerza seleccionados por criterio de usuarios por su competencia cognoscitiva y experiencia propician desde la teoría la asegura la calidad de la puesta en práctica, en función de preparar al estudiante para alcanzar una condición física favorable en relación con su perfil profesional y logre conscientemente adquirir hábitos de práctica del ejercicio físico para su vida futura.

**Palabras clave:** Educación Física, ejercicios, resistencia a la fuerza, clases

### INTRODUCCIÓN

La Educación Física en las universidades cubanas ha transitado por diferentes momentos desde los planes de estudios denominados A, hasta los actuales planes E.

El Ministerio de Educación Superior de Cuba orienta que cada institución ajuste sus programas de Educación Física en correspondencia con el perfil profesional, por lo que la institución objeto de estudio, podrá realizar los cambios necesarios para lograr que el proceso docente educativo de la disciplina esté acorde con el modelo del profesional que se quiere formar.

Los autores que abordan la temática como Gómez C. y Díaz (1983), Ilich, V.I. (1988), Leyva, D. (1998), Gómez, C. (2003), coinciden acerca de la preparación física profesional como la sistematización y el uso de metodología, medios y el desarrollo de capacidades físicas en función de preparar al estudiante para un mejor desempeño profesional, de ahí la necesidad de planificar una Educación Física en correspondencia con las carreras, que posibilite al estudiante alcanzar una condición física favorable en relación con su perfil profesional y logre conscientemente adquirir hábitos de práctica del ejercicio físico para su vida futura.

En la práctica de la Educación Física y el deporte se desarrollan múltiples actividades que requieren determinadas capacidades y cualidades físicas del que las realiza; una de estas capacidades, es a la que hace referencia nuestra investigación, la capacidad física resistencia a la fuerza de la cual la ciencia se ha ocupado a través de las investigaciones realizadas en el marco nacional pedagogía cubana; sin embargo, aún existen insuficiencias, pues se han podido constatar a través del diagnóstico inicial de las capacidades físicas al iniciar el curso escolar, que esta capacidad está afectada: pues los estudiantes de esta carrera no dan cumplimiento a los objetivos propuestos en relación con este indicador en la asignatura. El problema científico que sirve de partida a la presente investigación está dado por: ¿Cómo mejorar la capacidad física resistencia a la fuerza en los estudiantes de 1er año de la carrera de Ingeniería Hidráulica en las clases de Educación Física?

Para dar solución a la complejidad del problema científico declarado, se formularon el siguiente **objetivo**.

Proponer ejercicios para el trabajo de la resistencia a la fuerza en el Baloncesto en las clases de Educación Física en los estudiantes de 1er año de la carrera de Hidráulica.

Novedad científica: se manifiesta en el diseño de ejercicios para la resistencia a la fuerza dentro de la disciplina de Educación Física, para la carrera Ingeniería Hidráulica a partir de una perspectiva profesional de la Educación Física, en correspondencia con las condiciones en que se desarrollan las actividades de estudio trabajo y con el perfil de la carrera, lo que permitió:

## **DESARROLLO**

La investigación se fundamenta en la concepción dialéctica materialista como método general de la ciencia, así como en el empleo de métodos específicos del nivel empírico y del teórico: análisis-síntesis, inductivo-deductivo y la generalización, con los que se sintetizan y analizan los elementos relacionados con el objeto de estudio; se realiza la revisión de documentos tales como: planes de estudios, programas de Educación Física y los antecedentes de la asignatura de Educación Física vinculada al perfil profesional.

La medición, para obtener y valorar los resultados de los indicadores evaluados de las pruebas de eficiencia física; la observación estructurada, se aplicó a clases de Educación Física para conocer el tratamiento de la capacidad en la clase, a la actividad productiva que realizan los estudiantes de la carrera de Ingeniería Hidráulica con el objetivo de conocer las características y las exigencias físicas de la profesión.

La encuesta a los estudiantes, para conocer la forma de utilización del ejercicio físico; la encuesta a profesores de Educación Física, con la finalidad de conocer criterios de profesionales de la carrera; el criterio usuarios y especialistas, al realizar la valoración de la estructura, contenidos y metodología de los que se propone.

Métodos estadístico-matemáticos: se utilizó la estadística descriptiva, valores promedios, cálculo porcentual. Los datos se procesaron mediante el Microsoft Office Excel 2003 para Windows XP y el paquete estadístico SPSS versión 13.0.

La población está integrada por los 31 estudiantes que conforman el grupo clase de Educación Física en el primer año de la carrera de Ingeniería Hidráulica de la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas

Las tareas asumidas durante el proceso investigativo requirieron del empleo de otras poblaciones y muestras que a continuación se declaran:

Se empleó una muestra de 3 profesores que participaron en la observación estructurada, no participante en las clases de Educación Física, 16 licenciados en Cultura Física que conforman el claustro de profesores que imparten clases en la institución objeto de estudio y una muestra de 10 especialistas por criterio de inclusión en la técnica participativa tormenta de ideas para construir la propuesta de los ejercicios

Como resultado de la revisión de documentos planteamos investigaciones sobre el tema del trabajo de las capacidades físicas, se inicia con la consulta de documentos oficiales de la Educación Física que rige a nivel de país e indica lograr un aumento de la capacidad de rendimiento físico de forma tal que puedan satisfacer las exigencias sociales (en el plano laboral patriótico-militar, físico-deportivo) establecidas para su edad y sexo, mediante el desarrollo de las capacidades físicas condicionales y coordinativas complejas específicas de los deportes motrices de estudio.

Se contempla en los objetivos de la Gimnasia Básica por el grado asociado o debido del interés y la utilidad de los ejercicios físicos para el desarrollo de las capacidades físicas, así como las formas y normas para ejercitarlos y medir sus resultados porque como se puede apreciar en varios objetivos del programa se atiende el desarrollo de las capacidades físicas de manera general, pero no se especifica que hacer y cómo hacerlo, uno de los elementos que justifica la investigación, de ahí la necesidad de profundizar en la temática. En la medida que los adolescentes tengan un nivel de desarrollo de las capacidades físicas mejor será su desempeño en los ejercicios técnicos de los elementos que componen la Educación Física y mejor preparado estará para asumir las exigencias del resto de las asignaturas.

Para diagnosticar el desarrollo de las capacidades físicas, se realizaron mediciones en la segunda semana de clase del curso escolar, para ellos se utilizaron las pruebas de Eficiencia Física con el objetivo de conocer el desarrollo de las capacidades físicas, finalidad que se persigue en este trabajo.

Para dar cumplimiento al primer objetivo, se aprecian los resultados obtenidos del diagnóstico inicial en las pruebas de plancha y salto de longitud sin carrera de impulso, realizados por ambos sexos en las pruebas de Eficiencia Física al comienzo del curso. Para el análisis se utilizaron los niveles alcanzados por los estudiantes porque el grupo es heterogéneo en edad y sexo por lo que se hace necesario atenderse estas variables, utilizándose los indicadores de bien (B), regular (R) y mal (M); los estudiantes que obtuvieron nivel I fueron evaluados de B, los niveles II y III evaluados de R y los niveles IV y SN se evaluaron de mal.

En la prueba de planchas presentan en el nivel I (9) estudiantes evaluados de B, en el nivel II y III (16) estudiantes evaluados de R y en el nivel IV y sin nivel (1) estudiantes evaluados de M. Mientras que en la prueba salto de longitud sin carrera de impulso presentan el nivel I (10)

estudiantes evaluados de B, en el nivel II y III (15) estudiantes evaluados de R, y en el nivel IV y sin nivel (1) estudiantes evaluados de M, lo que permite concluir que la mayor parte de los alumnos fue evaluar de R.

De forma general existen 17 estudiantes con problemas en la fuerza de brazo (planchas) que representa el 65,3% y 16 estudiantes en la fuerza de piernas (salto de longitud) sin carrera de impulso que representa el 61,5%, por encontrarse en el nivel II, III, IV y sin nivel en estas pruebas.

Observación a clase:

Se observaron 8 clases durante 2 meses, con dos frecuencias semanales

Dentro de los aspectos observados:

De las clases observadas, el 25% estuvieron destinadas dentro de sus objetivos al trabajo de la resistencia a la fuerza en los estudiantes, el 37,5% al trabajo de la resistencia siguiendo el diagnóstico y el otro 37,5% al trabajo de la rapidez y sus variantes. Las actividades desarrolladas por el trabajo de las capacidades físicas no propician la práctica del ejercicio físico y por ende se ve limitada la atención a las diferencias individuales.

No se concibe la utilización lógica del método por el tratamiento de la fuerza en las clases, en la de las observadas, para un 75%, no le permite constatar la influencia del ejercicio físico de fuerza en el organismo.

Se utiliza el procedimiento organizativo, pero no le permite el aprovechamiento óptimo para el trabajo de la fuerza, al trabajar por grupos no le permite el control del trabajo, falta de organización y del uso racional del tiempo para la clase en la unidad del deporte objetivo de clase.

No se trabaja la capacidad combinada con la habilidad motriz Deportiva, las clases son puramente del deporte motivo de clase o de la Gimnasia Básica.

No se concibe la participación de los estudiantes en la toma de decisiones y criterios en la clase por lo que influye la falta de variabilidad de las actividades durante la clase atendiendo a las características de los estudiantes según los niveles de complejidad.

Observación

A través de las seis observaciones realizadas en el mes de noviembre, realizadas a las clases de Educación Física a los estudiantes de 11no grado del Preuniversitario José Martí del municipio Cifuentes (anexo 4), esta posibilidad conocer el trabajo de la resistencia a la fuerza.

En el aspecto 1 referido a la motivación de las actividades realizadas en el 100% de ellas se observa un trabajo adecuado. Referente a la coordinación con un balanceo adecuado de brazos y piernas durante la carrera en 4 se observa en alguna medida para un 66% y en dos no se observa para un 34%.

En cuanto a la coordinan la flexión y extensión de los brazos al pasar a otro compañero en el 100% se observa en alguna medida. El aspecto relacionado con la coordinan los brazos y las piernas en el impulso para el tiro en 4 actividades no se observa para un 83%, se observa solo en una actividad para un 17% y no se observa en una.

Cuando realizan los desplazamientos defensivos en el 66% de las actividades se observa en alguna medida y el 34% no se observa. En el 50% de las actividades no se observa el movimiento de empuje de las manos al hacer contacto con el balón.

Proceso de selección de los ejercicios:

Este proceso de selección de los ejercicios se realizó mediante el grupal sondeo de opinión partiendo de posiciones intervalos, con la participación de profesores, directivos y especialistas que permitieron abordar sobre el tema y una propuesta, quienes con sus experiencias y aportes contribuyeron a la selección y pre elaboración de los ejercicios en su estructuración para su posterior aplicación (objetivo, organización, métodos, desarrollo, gráfica, variante, evaluación).

Considerar:

- La interrelación de las variantes entre sí que garantice su integridad lógica.
- Proponer variantes para la realización de las acciones, relacionadas por igual con la capacidad como de los gestos técnicos de cada uno de los ejercicios.
- Las variantes están abiertas a cambio en dependencia del interés de los estudiantes, motivación y participación.
- Facilitar representaciones gráficas para su mayor comprensión.
- Ordenar los ejercicios acordes al principio de asequibilidad (de lo conocido a lo desconocido, de lo sencillo a lo complejo)
- Las acciones (gestos técnicos) que conforman los ejercicios deben estar especialmente abiertos a cambios en las condiciones materiales, opciones, tiempos y horas en las que se desarrollan.
- Proponer ejercicios que encierran planteamientos de situaciones problemáticas con múltiples soluciones.

Descripción de los Ejercicios – Propuesta:

Objetivo: Ejecutar ejercicios de resistencia a la fuerza que puedan ser transferibles a situaciones específicas del deporte objeto de estudio atendiendo al contenido de las habilidades motrices.

Volumen: de 2 – 4 series, 3 – 6 repeticiones, 4 – 6 ejercicios.

Días de Trabajo: 1 – 2 días de la semana.

Descripción de los Ejercicios: Circuito N°1

Objetivo: Incrementar los niveles de resistencia a la fuerza de brazos y piernas mediante ejercicios motrices específicos del Baloncesto.

Medios: Conos, Escalones de saltos, Pelota Medicinal 3Kg, Pelota de Baloncesto, Tablero y aro, Soga.

Organización: Se divide el grupo en 7 subgrupos atendiendo a las características y resultados del diagnóstico para trabajar por cada área de trabajo. El procedimiento organizativo a utilizar es el círculo de ejercicios alternando habilidades motrices del Baloncesto unida a la capacidad física.

Área N°1: Fuerza de brazo. Apoyo mixto flexión y extensión de los brazos.

Área N°2: Fuerza de pierna: semicucullas con la pelota de Baloncesto entre las piernas y brazos al frente.

Área N°3: Fuerza abdominal (tronco). Flexión mano al frente, brazos flexionados a la nuca, piernas extendidas flexionadas apoyadas al piso.

Área N°4: Fuerza de brazo. Ejercicio de manejo del balón. Pasar el balón alrededor del cuerpo.

Área N°5: Fuerza de pierna y brazo durante el salto. Tiro en movimiento debajo del aro después de drible.

Área N°6: Fuerza de pierna 1x1 tratar de quitarse el balón durante el drible.

Área N°7: Fuerza de brazo ejercicio de pase en proyección con desplazamientos laterales a corta distancia.

Variantes:

Aumentar o disminuir el número de las áreas de trabajo en dependencia de las características del grupo de trabajo, resultados del diagnóstico, insistir otros movimientos en las habilidades combinadas del Baloncesto que respondan a los intereses del contenido. Disminuir o aumentar el tiempo de trabajo o descanso. Modificar la diferencia, agregar o disminuir gestos técnicos, atendiendo diferencias individuales.

Evaluación: Se autoevalúan sus posibilidades, seguimiento de los resultados del diagnóstico, elevando conocimientos de objetivos que pueden acercarse a los parámetros de eficiencia física.

## **CONCLUSIONES**

El diagnóstico inicial del desarrollo de las capacidades físicas en los estudiantes de 1er año de la carrera Ingeniería Hidráulica de la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, arrojó que existen dificultades en las planchas y en los saltos de longitud sin carrera de impulso.

Los ejercicios fueron seleccionados para mejorar la resistencia a la fuerza de los estudiantes de la carrera Ingeniería Hidráulica de la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, mediante el procedimiento organizativo el circuito.

Los especialistas consultados coinciden en afirmar que la propuesta de ejercicios es necesaria para mejorar la resistencia a la fuerza de los sujetos en estudio.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Arizaga, M. J. (2009). El Tratamiento de la Condición Física. Evolución Histórica y Tendencias Actuales. *Revista Digital de Educación Física*. 1 (3).

Ayán, C. (2013). Valoración de la condición física en el contexto de la educación infantil: aplicaciones prácticas. *Rev. Apunts. Educación Física y Deportes* 2013, n.º 112, 2.º trimestre (abril-junio), pp. 52-62. ISSN-1577-4015

Breslow, L. (1990). Lifestyle, Fitness, and Health. En: C. Bouchard, R. J. Shephard, T. Stephens, J. R. Sutton, & B. D. Mcpherson (Eds.), *Exercise Fitness, and health: A Consensus of Current Knowledge* (pp. 155-163). Champaign, IL: Human Kinetics Books.

## EL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA. LO EXTRACURRICULAR PARA ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE COMUNICACIÓN SOCIAL

Lic. Alberto Torres Arias.

Universidad Central Marta Abreu de Las Villas Facultad Cultura Física. Departamento Educación Física y Deporte. albertoat@uclv.cu ORCID0000-0002-0732-1267

Lic. Lisandra Olivera Rojas.

Universidad Central Marta Abreu de Las Villas Facultad Cultura Física. Departamento Educación Física y Deporte. lolivera@uclv.cu ORCID 0000-0002-6486-5914

Dr. C. Mayda Gutiérrez Pairo.

Universidad Central Marta Abreu de Las Villas Facultad Cultura Física. Centro de Estudio Cultura Física y Deporte. mpairol@uclv.cu ORCID <https://orcid.org/0000-0002-7868-8218>

### RESUMEN

El Programa de Extensión Universitaria para la Educación Superior Cubana, tiene la intención de convertirse en un instrumento eficaz para la gestión del proceso extensionista en las universidades; y tiene como objetivo estratégico: Desarrollar la extensión universitaria, transformándola a partir de asumirla como un proceso orientado esencialmente a la labor educativa y política e ideológica, que promueva y eleve la cultura general integral de la comunidad universitaria. La presente investigación expone las experiencias que se aplican en el Programa de la asignatura Educación Física asumiendo como base los preceptos de la extensión universitaria acerca de la planificación y aprovechamiento de los estudiantes de la carrera de Comunicación Social Universidad Central de "Marta Abreu" de Las Villas, a partir de la participación consciente para la creación de hábitos y estilos de vida saludables, que contribuyan a la formación personal y al desarrollo social, con el objetivo de formar un profesional integral. La gimnasia aerobia, bailo terapia o actividades deportivas: festivales recreativos, actividades con balones, trabajo en el gimnasio de pesas (para ambos sexos), son varias de las opciones que se desarrollan y pueden masificarse a todas las carreras de la Institución.

**Palabras clave:** actividades extracurriculares, desarrollo físico, extensión universitaria

### INTRODUCCIÓN

En nuestros días, la educación superior cubana tiene nuevos y complejos retos, asociados a la labor extensionista y comunitaria; uno de ellos es la adecuada formación de los estudiantes para lograr un profesional cada vez más competente.

Asimismo, resulta importante destacar lo significativo de la reafirmación profesional durante los estudios universitarios, caracterizada por la consolidación de los motivos e intereses en el proceso de estudio o preparación para el desempeño de la futura profesión y en la actividad laboral misma.

El Ministerio de Educación Superior en nuestro país, en el Programa Nacional de Extensión Universitaria señala que éste " tiene la intención de convertirse en un instrumento eficaz para la gestión del proceso extensionista en las universidades, las que desde las condiciones y

realidades específicas sobre las que actúan, en particular hoy con su presencia en los municipios dispondrán del punto de partida para la formulación de sus propios programas y proyectos en correspondencia con su planeación estratégica".

La UCLV, ha diseñado varias actividades extracurriculares como recurso importante en la formación plena e integral del estudiante universitario y es por ello que este artículo se va a centrar en demostrar que dichas actividades tienen un interés educativo cuya metodología es motivadora y lúdica para que el estudiante amplíe su formación.

El objetivo del presente trabajo es describir la importancia de las actividades extracurriculares para fomentar el desarrollo físico en los estudiantes de la Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas, a partir de las experiencias que se desarrollan en las carreras de comunicación social e hidráulica.

## **DESARROLLO**

En un primer acercamiento se efectúa la observación a los estudiantes en las actividades extracurriculares deportivas, como parte del tiempo libre.

Se utilizaron como métodos teóricos: análisis-síntesis, inducción-deducción y el histórico-lógico, para el estudio de los conceptos, la progresión de la temática analizada, la revisión de la documentación y el estudio de la bibliografía revisada.

Como métodos empíricos: la revisión documental de la estrategia rediseñada a partir del curso 2018-2019, informes, actas, relatorías de eventos, fotografías, reconocimientos recibidos, y la entrevista a informantes claves, considerados como tales los profesores que imparten docencia en el Departamento de Cultura Física de la UCLV, los cuales aportaron datos cualitativos de confiabilidad e interés.

Desde los fundamentos teóricos – metodológico se estudia la definición conceptual del término programa, se ponen de manifiesto diferentes denominaciones utilizadas en forma particular en dependencia del contexto a que está referido.

El profesor e investigador (Salazar 1988, p.15), señala:

“En la actualidad está en circulación un buen número de palabras que son utilizadas indeterminadamente siendo su sentido aquel que quiera dar el interlocutor que la utiliza y que unas veces reemplaza a otras como si fueran sinónimos, en otros se solapan con contenidos comunes”.

En el caso del concepto de programa, está muy relacionado con la literatura oficial y Pedagógica de la Ley General de Educación de 1970, hace referencia a los documentos explicitadores de los objetos y contenidos de un nivel educativo y que tiene un ámbito geográfico de aplicación más o menos amplio, nación o región.

Contextualizando lo abordado con anterioridad se puede decir que el Programa de la Disciplina Educación Física (E.F), para todas las carreras universitarias está compuesto por nuevas exigencias sociales en lo referente a la finalidad e influencia que ejerce en la formación de los futuros profesionales universitarios. Esa preparación va a contribuir al avance económico, social y cultural de la sociedad cubana al apropiarse no solo de aspectos relacionados con la actividad física deportiva y recreativa, es aproximar la asignatura al perfil ocupacional del egresado lo que constituye aporte al desarrollo armónico de la personalidad, a la salud y su calidad de vida.

La disciplina se encuentra estructurada por cuatro asignaturas, las cuatro primeras establecidas para los primeros y segundos años de todas las carreras y la E.F cinco denominada "Cultura Física Terapéutica", para la enseñanza Especial. Dentro de los contenidos institucionalizados se encuentran: el juego, los deportes y la gimnasia, al tener como medio fundamental el ejercicio físico.

En el departamento de Educación Física y Deporte de la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas se aprueba concebir una preparación de este futuro profesional en dos direcciones, la que tiene como base lo expresado en el Programa Nacional de la Extensión Universitaria cuando expresa: ... "Cuando se habla de comunidad intrauniversitaria no se refiere únicamente a estudiantes y profesores, se trata de toda la población universitaria. Tanto la extensión intra como extrauniversitaria deben desarrollarse a la vez, aunque la primera ha de consolidarse para potenciar el desarrollo pleno de la segunda" (2004).

Por tanto las direcciones de trabajo para esta preparación del profesional son:

Primero. La formación del profesional de la educación desde la clase de E.F.(extensión intrauniversitaria)

Segundo. La formación del futuro profesional a través de las actividades físicas- deportivas – recreativas extensión extracurriculares.

Eso quiere decir, que tanto la primera como la segunda desarrollan actividades curriculares y ello se demuestra a continuación.

Primer aspecto: La formación del profesional desde la clase de Educación Física.

La forma organizativa fundamental que se utiliza para la formación del profesional universitario es la clase de E.F; ella brinda la posibilidad de elevar el nivel de adaptación, ejercitación y dominio de capacidades y habilidades a través de la clase utilizando repeticiones armónicamente dosificadas y adaptadas al resultado del diagnóstico físico – deportivo y médico.

Los estudiantes, como futuros profesionales, deben demostrar al transitar por los dos primeros años de su carrera un dominio en diversos temas que les permita disertar en sus diferentes escenarios tanto en los procesos instructivos – educativos como procedimentales sobre la Cultura Física lo que paulatinamente los acerca a una cultura general integral.

Se apoya en el medio fundamental que es el ejercicio físico y utiliza otras formas de ejercitación como la gimnasia, encargada de elevar el nivel de las capacidades físicas y coordinativas condicionadas a un nivel de rendimiento físico que conduce a una mejor adaptación del organismo a las exigencias de la actividad física; el juego, condiciona el desarrollo de las habilidades motrices básicas a través de una gama variable de juegos menores, tradicionales y pre deportivos y el deporte, que potencia las habilidades propias del deporte motivo de estudio y los prepara en función de poder organizar, desarrollar y participar en actividades intra o extracurriculares.

Las acciones recreativas se logran desde las propias clases, el desarrollo paulatino de las habilidades de dirección en la conducción de algunas de las partes de la misma ya sean en el calentamiento, la dirección de juegos menores, pre deportivos y deportivas contribuyen a relacionar las mismas con las edades. Los futuros profesionales que no son del área pedagógica, pero se integran a los contingentes pedagógicos deben actuar e incentivar el interés por dominar su metodología y reglamentación para que se puedan integrar mejor preparados a esa labor.

Las actividades físicas – deportivas – recreativas que se proyectan para el profesional desde el Programa de la Disciplina E.F tienen como finalidad obtener beneficios sociales, económicos y medio ambientales que meritan la generalización de sus resultados para que tributen con mayor acierto a las actividades prácticas con carácter sano desde el proceso curricular.

Segundo. La formación del futuro profesional a través de las actividades físicas- deportivas – recreativas extracurriculares.

La extensión de la Educación Física, el Deporte y la Recreación no es posible tratarla como una simple educación de lo físico, ella representa una disciplina particular que se desarrolla a través de los procesos sustantivos en la Educación Superior. Este proceso está centrado en el enfoque físico – educativo, que supone contemplar no solo el desarrollo de capacidades y habilidades sino asegurar, además el aprendizaje de conceptos, modos de actuación profesional, la formación de valores y actitudes.

Las estrategias o programas de actividades a desarrollar a partir de la Educación Física, el Deporte para todos, la Recreación Física y la Promoción de Salud, que se elaboran en cada curso escolar deben aprobarse en diferentes instancias establecidas en la universidad y tener un seguimiento trimestral del cumplimiento de las tareas allí diseñadas.

Estos planes, programas o proyectos, responden a las necesidades individuales y colectivas, emanan de sus estructuras inferiores hasta nivel de año. Es importante para su proyección valorar la situación o las condiciones económicas, (estado de las instalaciones para la práctica, implementos deportivos o medios auxiliares), el clima, el horario apropiado y las brigadas estudiantiles a los cuales se destinan la actividad.

Los estudiantes, son parte íntegra de las comunidades aledañas a las universidades, hoy necesitan diversidad de opciones para satisfacer sus necesidades físicas – deportivas recreativas, a pesar de las limitaciones económicas por las que atraviesa el país motivado por la crisis financiera mundial y la pandemia del COVID 19 que limita a adoptar otras maneras de realizar estas actividades. No obstante, los convocan a desarrollar la inteligencia, la creatividad y solucionar problemas al aplicar alternativas para suplir las limitaciones, carencias y enfrentar con optimismo el vínculo universidad – comunidad. .

Declarar dentro del proyecto social del Inder a la recreación como un subsistema definido por los motivos físicos recreativos que forman parte de la cultura física de la población con énfasis hacia el descanso activo, la salud, la creación de hábitos motores, la diversión y desarrollo individual recreativo aspectos que consideran necesarios para toda la población cubana, se convierte en un importante reto. Son aprovechadas desde lo extracurricular y contribuyen a lograr una formación plena e integral de los estudiantes universitarios.

Esta clase de actividades promueven un sentimiento de pertenencia a la institución y al grupo, ayudan a conseguir que adquieran una mayor autonomía y responsabilidad en la organización de su tiempo libre, favoreciendo la autoestima, le brindan la oportunidad de destacarse del respecto de su compañeros que evitan estas actividades y se centran en el sedentarismo y centrados únicamente en lo docente.

Se justifica la importancia de las actividades extracurriculares partiendo de la premisa que considera una educación de calidad aquella que responde a las nuevas demandas sociales de modo eficaz y proporciona no solo un incremento de su calidad de vida, sino también igualdad, justicia y oportunidades para todos. En este contexto es en el que se ha ido reconociendo la

contribución de las actividades extracurriculares para lograr una formación plena de los estudiantes.

Existente una estrecha relación entre las actividades extracurriculares y el rendimiento académico, lo cual ha abierto un importante debate dirigido a clarificar si realmente la participación del estudiante en dichas actividades es favorable o no para que éste obtenga el conocimiento y las competencias que el sistema educativo exige.

Aunque en términos generales, y sobre todo desde las últimas décadas, han predominado los estudios que encuentran un efecto positivo de la participación en actividades extracurriculares sobre el desempeño académico alcanzado por el estudiante (p.e., Jayanthi et al., 2014; Levine et al., 2014; Meléndez, 2006; Robts y Keil, 2002), los resultados siguen siendo dispares, por lo que no se puede afirmar con rotundidad que dichas actividades sean siempre beneficiosas en lo que al éxito académico se refiere (Simons, Van Rheenen y Covington, 1999; Miller y Kerr, 2002). A este respecto, es importante subrayar que, si hacemos una distinción por tipos de actividades extracurriculares, la mayoría de los trabajos existentes indican que las actividades deportivas han tenido de manera consistente una influencia positiva y significativa sobre el logro académico, mientras que la evidencia hallada en lo relativo a otro tipo de actividades ha sido mixta (Covay y Carbonaro, 2010, p. 23; Busch et al., 2014).

En la Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas, las actividades extracurriculares deportivas dentro de la extensión universitaria es un elemento privilegiado que hay que favorecer y potenciar, pues abarcan un amplísimo abanico de posibilidades y actividades que vienen a completar, los componentes básicos del proceso formativo de la Educación Superior.

En esta esfera de trabajo el departamento de Educación Física y Deporte desarrolla una extensa promoción la que brinda visibilidad en el trabajo extrauniversitario, a través de: Megaeventos, Maratones y la integración de estudiantes- atletas al deporte social en cada municipio, entre otras.

En estas actividades se continúa el trabajo formativo con los estudiantes de primero y segundo año y se profundiza con el resto de los estudiantes de años terminales, estos últimos por tener una mejor vinculación desde la práctica al potenciar el desarrollo de las habilidades profesionales y deportivas tanto para planificar, organizar y ejecutar con sus compañeros y en la comunidad.

Aquí, se convocan a participar a todos los miembros de la facultad y las actividades que se ejecutan guardan relación con los gustos y preferencias ya diagnosticados desde el inicio del curso teniendo como referente los resultados entregados por los organismos de masas y estudiantiles.

La recreación física se asume como medio para realizar actividades de diversos tipos que ejecutada en un tiempo libre, le brinda la posibilidad de disfrute tanto en una instalación cerrada, el terreno deportivo al aire libre, se alcanza placer, satisfacción y deseos de movimientos necesarios para la salud. Estas actividades se han experimentado tanto dentro como fuera de la universidad así como con estudiantes- trabajadores y hasta miembros de la comunidad. Existen otras actividades promovidas por los estudiantes apoyados por los docentes de E.F, en común acuerdo con los colectivos de años como son: viajes a la playa, competencias de clubes de excursionismo y campismo, competencias de habilidades entre Consejos Populares, entre otras.

En esta investigación, una vez seleccionados los estudiantes que conforman la muestra se procedió a comprobar mediante la observación y la encuesta el dominio que poseen referentes a

los beneficios que generan las actividades extracurriculares para fomentar el desarrollo físico y su función como proceso extensionista obteniendo los siguientes resultados.

Con respecto a los resultados de los estudiantes observados, pudimos constatar que antes de la puesta en práctica del sistema de actividades solo el 27,5%, realizaban este tipo de actividades de forma sistemática, y luego de la implementación se obtuvo un 95%. El empleo del tiempo libre en las actividades extracurriculares para fomentar el desarrollo físico se comportó en un primer momento en un 57,3%, luego de la implementación, se observó que la totalidad lo empleó para un (95%).

Estas actividades se desarrollan en las áreas deportivas de la Universidad Central, en las cuales participan estudiantes de ambos sexos, con edades entre 18 y 24 años; aunque el estudio tuvo como muestra a estudiantes de primero y segundo año, debemos señalar que a las mismas se incorporan estudiantes de todos los años, lo que hace más masiva las mismas, aportándole dinamismo, entusiasmo, deseos de participar en los días posteriores, además de fomentar y fortalece en cada uno de los estudiantes la formación integral, desarrollando valores como el humanismo, la solidaridad, la defensa de su identidad cultural entre otros.

## **CONCLUSIONES**

Las actividades extracurriculares para fomentar el desarrollo físico en los estudiantes de la Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas tuvieron un impacto positivo porque se apreció lo significativo de su aplicabilidad a través de sus resultados, y su influencia efectiva en la formación integral, pues les ayuda en el desarrollo cultural, deportivo, así como a incorporar experiencias para su futuro desarrollo y desempeño profesional.

Son las actividades extracurriculares deportivas, un espacio para descubrir potencialidades, estrechar relaciones con sus semejantes y una alternativa para el tratamiento de las diferentes habilidades: deportivas, culturales, docentes, investigativas y el fortalecimiento de los valores humanos imprescindibles en el futuro profesional, como son la responsabilidad y el humanismo, fortalecen el trabajo universitario y comunitario.

## **BIBLIOGRAFÍA**

González González, Gil Ramón y González Fernández-Larrea Mercedes. Programa Nacional de Extensión Universitaria. Pág. 7. La Habana. Cuba, 2001.

González González; Gil Ramón. Un modelo de extensión universitaria para la extensión universitaria. Su aplicación a la Cultura Física y el Deporte. Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". Pág. 21. La Habana, Cuba, 1996.

Juvier Rodríguez MN, Trujillo Juvier P, Cobas Bolaños P, Marchena Leyva GE. La orientación profesional: indicador de eficiencia en la formación de profesionales. EDUMECENTRO[Internet]. 2015 [citado 12 Nov2016] 7(4):[aprox.9p.]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?scrip=sci\\_arttext&id\\_pid=S2077-28742015000400013&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?scrip=sci_arttext&id_pid=S2077-28742015000400013&lng=es)

Maldonado Rojas M, Vidal Flores S, Retamal Contreras E. Estrategia metodológica para conocer la disciplina como orientación profesional. EducMedSuper [Internet]. 2011 [citado 28 Ago 2013];25(2):[aprox. 8 p.]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21412011000200010](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412011000200010)

## BASES TEÓRICAS DEL AUTOCONTROL Y SU RELACIÓN CON LA CAPACIDAD RESISTENCIA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS.

Lic. José Luis Pausa Hernández.

Lic en Cultura Física. Profesor de la Universidad de Ciencias Médicas Dr. Serafín Ruiz de Zarate Ruiz" email joseluispausa@gmail.com ORCID <https://orcid.org/0000-0002-7037-0010>

Lic. Eirina Pernas Cano

UCM Serafín de Zarate Ruiz. Villa Clara. Correo electrónico: epernas@uclv.cu

Dr. C. Mayda Gutiérrez Pairol.

Universidad Central Marta Abreu de Las Villas Facultad Cultura Física. Centro de Estudio Cultura Física y Deporte. mpairol@uclv.cu ORCID <https://orcid.org/0000-0002-7868-8218>

### RESUMEN

La Educación Física en el siglo XXI transita por escenarios que perduren para toda la vida. Especial significación tiene la enseñanza superior con un alcance hacia la consolidación de una formación multilateral y armónica de la personalidad, a través de una revolución cultural que se planifica en el proceso docente - educativo y se hace realidad en la enseñanza médica superior. Es a través de la capacidad física resistencia que se pretende potenciar el autocontrol de los estudiantes, como una de las habilidades que agrupa estados psicológicos esenciales para el perfil ocupacional del futuro profesional de las Ciencias Médicas en Cuba. Por lo incipiente del estudio se pretende como objetivo: caracterizar las bases teóricas del autocontrol para ser aplicado en la capacidad física resistencia en los estudiantes de la carrera de medicina. Es dentro del programa de la asignatura esta capacidad la que mayor tiempo e importancia se le dedica. Son utilizados para el estudio métodos investigativos del nivel teórico y empírico para discernir los aspectos generales y particulares necesarios en su posible implementación.

**Palabras clave:** autocontrol, capacidad resistencia, educación física, estudiante de medicina.

### INTRODUCCIÓN

La educación como parte de la superestructura política y social del país incluye a la asignatura Educación Física (E.F) que es un conjunto de actividades física sistematizadas que se realizan como parte de la formación integral de la personalidad, caracterizado como proceso pedagógico tiene su encargo social en correspondencia con el nivel educacional en el cual se aplique.

Dentro de las asignaturas del currículum que forman parte de la formación del futuro profesional universitario en Cuba está la E.F, es un hecho trascendente, porque en universidades de Latinoamérica la misma no tiene espacio curricular, ni docentes especialistas que se dediquen a ella, en casos aislados forma parte de una asignatura optativa.

Para Cuba, la E.F del nivel superior le es común al resto de las enseñanzas: el desarrollo armónico de las capacidades de rendimiento físico del individuo, el perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo, los valores morales y convicciones. Es significativo y exclusivo características intrínseca universitaria: el perfeccionamiento de las habilidades motrices básicas y

deportivas, el sistema de conocimiento centrado en el perfil ocupacional de la carrera, así como el apego a la ética profesional.

Actualmente, se hace especial énfasis en la atención al estudiante desde el 1er año de todas las carreras medicas con el objetivo de elevar su cultura física, cabe destacar el trabajo del docente en E.F por encaminar el desarrollo de conocimientos, habilidades, en contextos diferentes de actuación entre los que se destacan los componentes laboral – investigativo y el extensionista. Estos conocimientos se encuentran íntimamente relacionados y deben ser abordados con creatividad desde la perspectiva de la asignatura, en vínculo directo con la carrera, el colectivo de año y las organizaciones estudiantiles y políticas, para evidenciar la importancia y trascendencia de la misma como parte del currículo básico.

La asignatura traza sus estrategias de enseñanza, aprendizaje y educativas para resolver problemáticas como la referida a la capacidad física resistencia de vital importancia para el profesional universitario y en especial el médico, las cual en oportunidades son rechazadas, o no gustan dentro del contenido de la E.F.

El abordaje de la capacidad física resistencia en la Universidad de Ciencias Médicas Dr. Serafín Ruiz de Zarate Ruiz”, se inicia desde la clase de E.F, incorporando los principales conocimientos, métodos, procedimientos que deben dominar los futuros profesionales de la medicina a través de una enseñanza independiente y desarrolladora que encuentra su relevancia en la autogestión del conocimiento.

El desconocimiento de los referentes teóricos sobre la capacidad física resistencia en el tránsito por los diferentes subsistemas de educación provoca en la mayoría de los estudiantes de medicina y en especial en el sexo femenino, un rechazo a su práctica.

Las principales dificultades detectadas en esta capacidad se centran en:

- Insuficiencias en el desarrollo de las capacidades físicas, reflejado en los resultados obtenidos en el diagnóstico de las Pruebas de Eficiencia Física. Comprobado en más del 60% en los niveles III, IV y sin nivel.
- Bajo nivel con que desarrollan sus actividades diarias.
- Rápida aparición de la fatiga o cansancio, en el desarrollo de la clase práctica.
- Respiración agitada, no expresan capacidad de ser física y mentalmente capaz de resistir el cansancio durante la actividad, comprobado en la caminata del 8 de Octubre.
- Soportan esfuerzo físico por corto tiempo.
- Pobre variabilidad de ejercicios y juegos para trabajar la capacidad resistencia.

Todo lo anterior conduce a incentivar en los estudiantes la práctica del ejercicio físico y en especial potencial a partir de las exigencias actuales de la Educación superior los mecanismos de apropiación de los conocimientos de manera consciente y a la vez perdurable para la vida.

Existen diferentes artículos, tesis, documentos que norman en la actualidad la necesidad que tiene el estudiante universitario de ser objeto y sujeto de su propio conocimiento, en esta ponencia se desea aportar desde la E.F como la asignatura contribuye a potenciar este objetivo; para ello se consultan estudios realizados sobre el tema del autocontrol en particular a nivel universitario con carácter internacional como nacional.

Por tanto, el objetivo de la ponencia expresa: caracterizar las bases teóricas del autocontrol para ser aplicado en la capacidad física resistencia en los estudiantes de la carrera de medicina.

## **DESARROLLO**

La metodología utilizada parte del enfoque dialéctico-materialista como método general, lo cual constituye el fundamento de la investigación a partir de sus principios, leyes y categorías, la misma traza las pautas para todo el proceso investigativo.

El método fundamental utilizado fue el análisis bibliográfico, unidos al análisis- síntesis, inductivo-deductivo, así como tránsito de lo abstracto a lo concreto.

El artículo titulado Relación entre los constructos autocontrol y autoconcepto en niños y jóvenes de los autores de Fernandes Sisto, Fermio, Fabián Javier Marín Rueda y Sebastián Urquijo (2010), expresan que la evolución histórica del autocontrol transita desde 1973, por primera vez en el American Psychological Association es concebida como la habilidad para reprimir o la práctica de represión de reacciones impulsivas de un comportamiento, deseos o emociones.

La cronología desarrollada por estos tres especialistas evidencia que el psicoanalista Freud, (1922) defendió la idea de que el autocontrol estaba asociado al desarrollo de la fuerza del ego y el superego controlaría la propia conducta y el comportamiento moral, por lo tanto, sería una característica estable de la personalidad y que el comportamiento moral en su desarrollo influiría en el autocontrol.

Por su parte, al estudiar a Skinner, (1953) declarado participe de la teoría del aprendizaje expresan que su autocontrol no sería un rasgo o disposición y sí un proceso por el cual el individuo cambiaría su probabilidad de respuesta, alterando las variables en las cuales la respuesta es una función, teniendo una gran influencia del entorno social. Así, visto como resultante del aprendizaje social.

En el caso de la neuropsicología soviética Luria (1961) y Vygotsky (1962) valoran que su visión es diferente, diciendo que problemas con la inhabilidad del niño para el uso adecuado de auto instrucción verbal estaría relacionado con la falta de autocontrol de los impulsos.

En el propio artículo se destaca lo expresado por Meichenbaum (1978), quien ha enfatizado que el autocontrol no representa un proceso unitario y sí multidimensional, involucrando componentes situacionales, perceptuales, cognitivos, actitudes y motivaciones.

Como se ha podido analizar, la situación del autocontrol ha ido evolucionando para bien, con mayor objetividad, pues se incorpora para ella no procesos estables de la personalidad, sino el habla, el entorno, la relaciones que se suceden en el aprendizaje y por último y más acertado hasta ahora, lo perceptivo, cognitivo, actitudinal y lo motivacional.

En el propio artículo se analiza a Harter (1983) fue importante destacar tres aspectos relevantes para el estudio del autocontrol, siendo ellos, los procesos cognitivos básicos, los procesos de internalización y los procesos afectivos y motivacionales.

El estudio del autocontrol ha continuado en el siglo XX por varios autores, como Bandura (1971, 1976, 1978), Kanfer (1971, 1977), Kanfer y Karoly (1972), Mahoney y Thoresen (1974), Mishel y Patherson (1978).

Estudios más recientes abordan lo relacionado con el ambiente familiar se encuentra a Block, 1981; el tema del rendimiento escolar y el autocontrol por otro grupo de psicólogos como:

Risemberg & Zimmerman, 1992; (Charney, 1993; Ronen, 1994; y Hascher & Oser, 1995. Se incorporan con el tema de rasgos negativos de la personalidad como la agresividad y la impulsividad tratados por Polakowski, 1994; Pulkkinen & Hamalainen, 1995; Ogata, 1995; y Heimer, 1996; entre otros.

El autocontrol desde la gerencia en estudios realizados por Zafrilla Sánchez, J y Tomás Laencina López, en su libro: autocontrol. Colección. Formación por competencia. Escuela de administración pública (s/a, 3) expresan: el autocontrol es la capacidad de mantener el control de uno mismo y la calma en situaciones estresantes o que provocan fuertes emociones, y ante situaciones hostiles. Implica resistir positivamente en condiciones constantes de estrés”.

Arana Barrios, S. (2014) en su tesis de grado titulada Autocontrol y su relación con autoestima en adolescente en su resumen asevera: el autocontrol es una habilidad vital para el buen desempeño de la vida, que permite al individuo mantener dominio y control de sí mismo. La carencia de autocontrol es un problema generalizado que no discrimina edad, etnia o religión. Así lo expresa

En su introducción expresa y se cita textualmente Un buen autocontrol produce ciudadanos responsables, útiles, eficientes, de provecho y adaptados a la sociedad; el opuesto crea disputas y deficiencias adaptativas, conflictos y problemas sociales, que conducen a la violencia y delincuencia. (pág 1)

Luego continúa diciendo: se entiende por autocontrol al conjunto de habilidades y estrategias que posee un individuo, las cuales le permiten mantener dominio y control de sí mismo, es muy importante ya que promueve en el sujeto el desarrollo de las destrezas necesarias para adaptarse y afrontar adecuadamente las diversas situaciones de la vida.

Esta autora finaliza diciendo: el autocontrol es necesario en todos los momentos, circunstancias y etapas de la vida, es la clave para que el individuo pueda confrontar de manera apropiada los retos que acompañan a cada periodo del desarrollo (2014, 1)

La recopilación bibliográfica efectuada respecto al tema del autocontrol es extensa y variada en cuanto a tópico. Su estudio ha transitado por diferentes períodos etarios, sexos, componentes cognitivos, afectivos, conductuales vistos desde diferentes contextos, de ahí su importancia desde el punto de vista individual y social, para el logro de resultados satisfactorios.

No obstante a los muchos estudios hallados en la literatura científica, ninguno de ellos trata del autocontrol bio-físico de los estudiantes en la carrera de medicina. Por más que las investigaciones del autocontrol sean frecuentes en el ámbito nacional e internacional, existe una cierta brecha para su estudio e implementación de la capacidad física resistencia en los estudiantes de la carrera de medicina desde la clase de E. F.

Para adentrarse en el tema del autocontrol y la capacidad física resistencia en estudiantes de la carrera de medicina se ha seleccionado a Herrera R. Luisaira y Tejedor G. Saudade J. (2004) en la investigación titulada “Desarrollo del autocontrol en niños con comportamiento asociado al TDA/H. Informe de investigación cátedra: investigación educativa 5° año educación preescolar”. Plantean que existe diversidad de estrategias para resolver los comportamientos problemáticos en las clases, en concreto Redl y Wattenberg (1951) en sus estudios se han detenido en profundizar el ambiente que rodea el proceso de enseñanza – aprendizaje en la cual aparece el acto del docente y su diagnóstico, al que han llamado técnicas de influencia.

De lo abordado con anterioridad es vital para el docente de E.F además de diagnosticar las esferas motriz, cognitiva y afectiva – motivacional, dedicarle atención al ambiente que rodea la actividad física para con ello lograr mejores resultados en estudiantes que presentan dificultades en los contenidos teóricos o prácticos. Máxime si estás trabajando con estudiantes universitarios.

En esta misma investigación enfatizan que el docente utiliza técnicas para mantener el control de la clase. En ese sentido estamos en común acuerdo, pero en el nivel superior son poco utilizadas o funcionales las que ellos mencionan tales como: expulsión de los estudiantes de la clase, llamada de atención con los padres, uso de la reglamentación policial, entre otras.

En el nivel universitario los estudiantes actúan con desinterés en el desarrollo de las acciones físicas, el sedentarismo prolifera, en parte por la invasión a que está sometida la E.F con las nuevas tecnologías de la informatización, la vagancia para evitar realizar ejercicios físicos ya sea para no sudarse, no ensuciarse las ropas al sentarse en el piso, mantener el cuidado de las uñas de las manos, el pobre conocimiento de la importancia en una determinada capacidad física, sus padecimientos de su salud en vínculo con la rehabilitación a través de la actividad física, entre otras. Todas ellas necesitan de acciones correctivas, las que pueden ser efectivas o no al ser aplicadas por los docentes de E.F.

En la propia investigación se asumen a los especialistas Rimm y Masters, (1986); los que expresan que el autocontrol implica un control desde la parte interior del organismo, eso quiere decir que para ser aplicado por el docente, primero tiene que lograr esta cualidad, aplicar estrategias que promuevan y ayuden a los estudiantes a recuperar el control de su propio comportamiento, para luego introducir y trabajar el autocontrol.

Lo expresado por ambos autores (1986); es considerado el eje central del cual deben partir todas las propuestas relacionadas con la capacidad física resistencia en la cual se incorporan aspectos cognitivos, procedimentales y actitudinales para el mejoramiento desde el punto de vista individual y desde lo social, a partir de la actividad primaria de salud que desarrollan en todas las comunidades cubanas y luego en el exterior del país.

El problema de las capacidades y su desarrollo, ha sido un motivo de gran preocupación y estudio de muchos científicos de diferentes países. En la actualidad se puede plantear que desde el punto de vista marxista, el desarrollo de las capacidades del hombre es un proceso socialmente fundamentado que tiene como base la relación de las condiciones biológicas, internas y las sociales, externas.

En la psicología se definen las capacidades como "... particularidades psicológicas individuales de la personalidad que son condiciones para realizar con éxito una actividad dada y que revelan las diferencias en el dominio de los conocimientos, habilidades y hábitos necesarios para ella" (Ruiz Aguilera, 1982).

El ser humano desarrolla condiciones morfofisiológicas en su evolución etaria al ponerse en contacto con el medio, alcanza de manera paulatina una armonía entre los sistemas nervioso central, respiratorio, muscular y locomotor, que favorecen la motricidad, las capacidades físicas para la vida.

Es usual que el término resistencia sea asociado cuando la persona sea capaz de soportar esfuerzos durante largos periodos de tiempo. Son utilizados para esfuerzos no tan largos, pero que deben realizarse intensamente, también para correr largas distancias, entre otras.

Se puede expresar que la capacidad física son aquellas condiciones orgánicas básicas para el aprendizaje y perfeccionamiento de acciones motrices físico-deportivas. (Ruiz Aguilera, 2016).

Aunque existen autores que intentan extrapolar prácticas del entrenamiento deportivo al contexto de la clase de E.F y lo más erróneo, intentar introducir y convencer su teoría en el escenario de la E.F y el Deporte para Todo, cuando distan elementos tan sensibles como: objetivos, contenidos, finalidad, métodos, tiempo de duración, frecuencia semanal, disposición del estudiante para soportar grandes cargas, entre otros.

## CONCLUSIONES

Los estudios seleccionados sobre el autocontrol visto a través de diferentes psicólogo interesados en el tema, han brindado los fundamentos iniciales para comprender la importancia y necesidad de su variado tratamiento y establecimiento para lograr mejoras en el comportamiento humano.

Las insuficiencias detectadas en el accionar de los estudiantes universitarios de ciencias médicas en la capacidad física resistencia meritan la elaboración e implementación de acciones que potencien el autocontrol y de manera paralela contribuir a su labor profesional, con comportamientos adecuados y controlados en momentos de toma de decisión, tensión o estrés.

## BIBLIOGRAFÍA

Arana Barrios, S. (2014) Autocontrol y su relación con autoestima en adolescente. Tesis de Grado.

Carrasco, V., Martínez, C., Caniuqueo, A. y Díaz, E. (2014). *Caracterización de la Capacidad aeróbica de una muestra de estudiantes universitarios*. Recuperado de: [http://www.faced.ucm.cl/revief/wp-content/uploads/2013/12\\_aerobica1.pdf](http://www.faced.ucm.cl/revief/wp-content/uploads/2013/12_aerobica1.pdf)

Crespo, I., Armenteros, Z y Puentes, P.L. (enero – abril. 2019). Sistema de actividades para el desarrollo de la capacidad física de resistencia en las clases de Educación Física. *Podium. Revista de Ciencia y tecnologías en la Cultura Física. Vol. 14(1)*. (pp. 5-39). ISSN: 1996–2452 RNPS: 2148. Recuperado en: <http://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/795>

Edermaniger, L. (2019). Son más aptas las mujeres para los ejercicios de resistencia. Recuperado de: [www.freeletics.com](http://www.freeletics.com)

Fernandes Sisto, Fermio y Fabián Javier Marín Rueda y Sebastián Urquijo (2010) Relación entre los constructos autocontrol y autoconcepto en niños y jóvenes.

Guapi, F.I. (enero-abril ,2019). La Educación Física como asignatura complementaria en carreras de ingeniería en la Educación Superior Ecuatoriana. *Revista PODIUM*. Recuperado de: <http://www.podium.upr.edu.cu>

Hernández, J.J. (2018). *Primeros pasos de la Cultura Física en Cuba y sus grandes pensadores*. Recuperado en <http://m.monografias.com>

Herrera R. Luisaira y Tejidor G. Saudade J. (2004) en la investigación Desarrollo del autocontrol en niños con comportamiento asociado al TDA/H. Informe de investigación cátedra: investigación educativa 5° año educación preescolar

## EL AUTOAPRENDIZAJE DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS CON DIFERENTES PATOLOGÍAS EN LA COLUMNA VERTEBRAL. ASPECTOS TEÓRICOS

Lic. Lisandra Olivera Rojas.

Universidad Central Marta Abreu de Las Villas Facultad Cultura Física. Departamento Educación Física y Deporte. [lolivera@uclv.cu](mailto:lolivera@uclv.cu) ORCID [0000-0002-6486-5914](https://orcid.org/0000-0002-6486-5914)

Lic. Eric Bravet Díaz.

Correo: [Erik.b.d@nauta.cu](mailto:Erik.b.d@nauta.cu) ORCID [0000-0002-6485-5714](https://orcid.org/0000-0002-6485-5714)

Dr. C. Mayda Gutiérrez Pairol.

Universidad Central Marta Abreu de Las Villas Facultad Cultura Física. Centro de Estudio Cultura Física y Deporte. [mpairol@uclv.cu](mailto:mpairol@uclv.cu), <https://orcid.org/0000-0002-7868-8218>

### RESUMEN

La columna vertebral juega un papel esencial en el ser humano, pues cumple con diferentes funciones, siendo la más indiscutible la capacidad de mantener la postura; el conocimiento de sus alteraciones es fundamental en quien las posee. Este conocimiento se puede adquirir a través del autoaprendizaje, teórico y práctico desde la clase de Educación Física. El presente trabajo tiene como objetivo fundamentar los aspectos teórico – metodológicos que conducen a proporcionar una visión sobre el tema del autoaprendizaje de los estudiantes universitarios con diferentes patologías en la columna vertebral. Desde el punto de vista metodológico se emplean métodos teóricos y empíricos como la observación, entrevista, encuesta, triangulación y prueba de conocimientos. Se utiliza una población de 15 estudiantes y dos profesores. Los principales resultados se concentran en las regularidades obtenidas de la triangulación de fuentes y métodos utilizados. Se concluye en agrupar los aspectos teórico – metodológicos que proporcionan una visión sobre el autoaprendizaje de los estudiantes con diferentes patologías en la columna vertebral de la Facultad de Educación Media de la Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas.

**Palabras clave:** Autoaprendizaje, educación física, estudiantes universitarios

### INTRODUCCIÓN

La época actual se caracteriza por rápidas transformaciones en todas las esferas de la vida, de manera particular se han producido cambios notables en las vías de comunicación y estrategias de intervención humana, y con ello el sin fin de tendencias mundiales proyectadas para enfrentar los nuevos retos y exigencias.

El reto del nivel superior es acercarse a una caracterización global de los adelantos científicos técnicos y concebir una estructuración curricular apoyada por el quehacer teórico – metodológico a partir de la conjugación de los conocimientos de las ciencias generales y particulares, habilidades, actitudes, modos de actuación profesional y valores en correspondencia con su misión transformadora en bien de la sociedad.

La educación universitaria que es el apartado de mayor significación y que incide con su quehacer en el proceso cíclico económico y social, deberá buscar redefinir su orientación y

mantener vigente los rubros de la planeación, ejecución y evaluación de la educación como propósitos de la permanencia y coexistencia social en este siglo XXI.

Los rubros antes mencionados se encauzan hacia el interés de estudiar los aprendizajes de los estudiantes por una parte, también en considerar que en el autoaprendizaje inciden factores de formación que los estudiantes han adquirido con anterioridad y por la otra, aprovechar las modalidades educativas que las asignaturas ofrecen. Ambas buscan las mismas aspiraciones de formación profesional pero paradójicamente difieren unos de otros, en cuanto a sus experiencias académico-profesionales, niveles de formación alcanzados y las perspectivas sobre la formación que se tenga en el autoaprendizaje de los estudiantes. (Frida 1994).

La problemática del autoaprendizaje en estudiantes universitarios ha sido trabajada por diferentes especialistas, tales como: Collado (2007), Martínez (2004); Pérez (2013); Vázquez (2011) y Sanz (1998), quienes consideran que el autoaprendizaje se alcanza cuando los estudiantes llevan a cabo una serie de acciones y valores que les permite obtener conocimiento, los cuales desarrollan diversas habilidades que son útiles en cualquier espacio y actividad.

Uno de esos espacios para retomar los rubros de planeación, ejecución y evaluación lo alcanza la clase de Educación Física, (E.F). Marco propicio para realizar el autoaprendizaje, pues el estudiante se enfoca en aprender sobre uno o más temas en particular, de manera independiente, lo cual implica determinación, esfuerzo, responsabilidad y constancia para lograr la meta deseada, ya que buscan por sí solas la información y realizan los ejercicios necesarios hasta alcanzar el objetivo planteado.

Las problemáticas actuales se centran en la labor del docente de E.F en el nivel superior, como refieren Keim H. (1976); Frida., (1994); Ramos (2006); Col de autores (2003) y Martí (2000), su rol fundamental estriba en encauzar los conocimientos, capacidades y habilidades a los estudiantes a partir de sus propias problemáticas en la preparación física, el rendimiento físico, el desarrollo de las habilidades deportivas o en temas de salud, entre otras.

El trabajo debe estar centrado en que estudie, revise, contraste, planifique, controle, valore y evalúe por constituir este, el último espacio institucionalizado y formativo en que pueden desde la clase de E.F perfeccionar el autoaprendizaje, la autogestión del conocimiento de aquellos contenidos teóricos y medios de la E.F que le sirvan para su futura actividad profesional y para su salud.

Uno de los aspectos más contradictorios que existen en los estudiantes universitarios que arriban a la clase de E.F se refiere al desconocimiento que tienen sobre su cuerpo y en concreto su columna vertebral.

La columna vertebral juega un papel esencial en el ser humano, pues cumple con diferentes funciones, siendo la más indiscutible la capacidad de mantener el tronco erguido, ya que es un elemento de sostén que estabiliza y articula los movimientos del tronco, y sirve de punto de anclaje a músculos y órganos internos, como, por ejemplo, el diafragma o los intestinos.

Por lo que, desde la clase de E.F se presentan diferentes problemas a la hora de realizar la misma por los estudiantes, donde el profesor debe ser capaz de identificar la escoliosis, de inferir que tipo de dolor tiene el estudiante, no debe pensar que el dolor es por la mochila que carga de la casa a la universidad, o la laptop, es necesario estar al tanto también de la exploración, de pruebas de imágenes, de su evolución y tratamiento.

Existen especialistas que han investigado el accionar del autoaprendizaje en estudiantes universitarios, sin embargo, a partir de la revisión bibliográfica realizada existen limitaciones al no indagar ese tema en aquellos estudiantes que presentan patologías con desviaciones en la columna vertebral, por la importancia que reviste como elemento de sostén que, con la ayuda de la sujeción muscular y ligamentosa, estabiliza el tronco en contra de la fuerza de la gravedad de ahí que caminar erguido requiere de potentes tensores, siempre activos, que mantengan la columna vertebral y permitan el movimiento, en conjunto y de cada vértebra entre sí.

De lo anterior fundamentado se plantea como objetivo de la ponencia: fundamentar los aspectos teórico – metodológicos que conducen a proporcionar una visión sobre el tema del autoaprendizaje de los estudiantes universitarios con diferentes patologías en la columna vertebral.

## **DESARROLLO**

Se analizan los resultados a la luz de la concepción dialéctico materialista, considerando los fenómenos en estudio, y su estrecha concatenación y desarrollo a partir de las contradicciones que caracterizan al objeto de investigación.

Los **métodos** utilizados en la investigación son, del nivel teórico:

Histórico-lógico, analítico-sintético, sistémico-estructural, inductivo-deductivo y tránsito de lo abstracto a lo concreto. Todos son utilizados en la concepción teórica de la memoria escrita.

Del nivel **empírico** se utilizaron los siguientes métodos:

**Análisis de documentos:** para valorar los objetivos y normativas del autoaprendizaje en los estudiantes universitarios con escoliosis idiopáticas desde la clase de E.F en la educación superior.

**Entrevistas:** realizada a los directivos para obtener información de los estudiantes y profesores acerca del comportamiento del autoaprendizaje en sentido general y en particular con los estudiantes universitarios que padecen de escoliosis idiopáticas y que participan en las clases de E.F en la educación superior.

**Entrevista grupal:** a los docentes de E.F para obtener información del tratamiento realizado en clases, así como las herramientas que se utilizan para que los estudiantes desde el autoaprendizaje direccionen sus conocimientos, desarrollo de habilidades en cuanto a selección, ejecución y evaluación de su padecimiento.

**Encuesta:** se utiliza para obtener el criterio de los estudiantes en cuanto a las acciones teórico-prácticas sobre el autoaprendizaje con escoliosis idiopáticas desde la clase de E.F en la educación superior.

**Observación:** para observar clases y conocer el estado del cumplimiento del autoaprendizaje en los estudiantes universitarios con escoliosis idiopáticas desde la clase de E.F en la educación superior.

**Triangulación de fuentes:** para establecer las regularidades a partir de los datos obtenidos con la aplicación de los diferentes instrumentos acerca del autoaprendizaje en los estudiantes universitarios con escoliosis idiopáticas desde la clase de E.F en la educación superior.

**Triangulación metodológica:** para establecer las regularidades a partir de los resultados obtenidos en la aplicación de varios métodos acerca del autoaprendizaje en los estudiantes universitarios con escoliosis idiopáticas desde la clase de Educación Física en la educación superior.

La **población** la conforman 29 estudiantes de 1er año de la Sede Pedagógica perteneciente a la Facultad de Educación Media en las carreras de Español, Biología y Geografía.

La **muestra** se tomó de forma intencional y no probabilística, que está compuesta por 4 estudiantes del 1er año de las carreras de Biología, Geografía y Español con escoliosis idiopáticas.

### **Resultado de la Triangulación de fuentes: Regularidades**

Como resultado de este método se establecen las regularidades acerca del autoaprendizaje en los estudiantes universitarios con escoliosis idiopáticas desde la clase de E.F. en la educación superior. Se triangulan los datos emanados de la entrevista grupal: a los docentes de E.F y la observación.

Regularidades:

- El estudiante adquiere nuevos conocimientos por sí solo, para ponerlo en práctica al enfrentar las consecuencias de la escoliosis mientras realiza ejercicios de manera independiente.
- El estudiante aprovecha autodidácticamente la clase de Educación física obtener conocimientos sobre temas relacionados con las patologías del Sistema Osteomioarticular.
- Los profesores consideran que se pueden fijar, objetivos y necesidades de los estudiantes según sus propias capacidades y con los materiales que ellos consideren necesarios.
- El estudiante debe en el proceso de enseñanza desarrollar conductas que potencien niveles altos de comprensión y de control
- El estudiante debe diseñar acciones, estrategias, alternativas, entre otras para lograr el mismo.
- El estudiante se debe centrar en resolver aspectos concretos de su propio aprendizaje, y no sólo en resolver una tarea determinada.
- El estudiante debe cuestionar, revisar, planificar, controlar y evaluar su propia acción de aprendizaje.
- Los estudiantes deben aprender a planificar, monitorear y valorar de manera consciente las actitudes y limitaciones con respecto a las demandas cognoscitivas de una tarea específica. Por lo que es necesario.
- Al estudiante debe le debe asignar un rol en el que tenga que ser el actor principal de su propio aprendizaje, y así controlar y tomar decisiones propias en el proceso.

## Resultado de la Triangulación metodológica:

Como resultado de este método se obtienen las regularidades emanadas de los métodos: prueba de conocimiento, test postural y entrevista a estudiantes.

Regularidades:

- No existía conocimiento sobre la enfermedad que portaban
- Se realizan los test posturales por primera vez en la enseñanza superior
- Reconocen la importancia de la EF para la salud
- Desconocimiento de los ejercicios posturales convenientes.
- Conformidad con la categoría eximido en niveles anteriores, y no recibían tratamiento.
- En la totalidad de los estudiantes evaluados se observó más de una enfermedad asociada a su alteración postural.
- La familia no asumió la alteración como elemento tributario de tratamiento, en etapas anteriores.

El autoaprendizaje es un proceso en el cual los estudiantes orientado y motivado por el profesorado se convierte en sujeto activo en la búsqueda y construcción de los conocimientos que necesita para su aprendizaje. Es en los centros de información de las universidades uno de los pensamos que la Biblioteca escolar es el recurso didáctico que posibilita este proceso, facilitándole al discente que aprenda a aprender.

La E.F. con todas las actividades en la que se enseña, aprende o se adquiere algo en forma intencional por medio del movimiento, se visualiza cambios o mejoramiento en las capacidades, destrezas, afectos o motivaciones y conocimientos, existen diferentes formas y caminos para alcanzar una meta, pero también se debe respetar sus capacidades y limitaciones, por ello se reafirma que la E.F, está orientada fundamentalmente al desarrollo integral del educando.

Ella abarca muchos aspectos, pero se puede expresar que al hablar de esta rama de la educación, es a través de la disciplina que relaciona el uso total de todo el cuerpo y que pedagógicamente permite la formación integral de los individuos.

Según el Libro Cuerpo de Maestros Educación Física (2006) La Organización Mundial de la Salud plantea que es necesario la “Combinación de actividades de información que lleve a una situación en la que la gente desee estar sana, sepa cómo alcanzar la salud, haga lo que pueda individualmente y colectivamente para mantener la salud y busque ayuda cuando lo necesita” (Pág. 28)

En este sentido las autoras consideran que la clase de E.F. es un proceso indispensable en la educación ya que a través de ella se puede enseñar a valorar todas las condiciones de los individuos, físicas, morales – volitivas, afectivas – motivacionales y motrices, a través de todas ellas se podrá alcanzar un buen estado de salud.

Por otra parte, en el Manual de Educación Física y Deportes (2003) “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 del individuo”. (pp 16 – 17)

Al respecto, se está de acuerdo con el planteamiento, pues en la clase de E. F, se forma y educa al joven a través de las acciones físicas, y además desarrolla comportamientos adecuados,

relaciones interpersonales, técnicas de relajación, ejercicios de rehabilitación, todas de manera coherentes en beneficio de la educación.

Según este Manual de Educación Física y Deportes (2003) “Desde la pedagogía, se considera a la E.F. un proceso pedagógico tendiente a considerar y crear las condiciones para el desarrollo de la corporeidad en su dimensión global y compleja, en particular de la motricidad como aspecto constitutivo y calificador, capaz de dar respuesta a los sujetos en su situación y necesidad de aprendizaje, contextualizado en una sociedad cambiante e inestable, con importantes diferencias de clase y sustratos culturales”. (p. 20)

En la enseñanza superior se le declara a la E.F una disciplina, con sus peculiaridades necesarias y de exigencia de tipo pre profesional y profesional porque se asienta en el perfeccionamiento de los movimientos corporales, estimulando positivamente su condición física, las habilidades motrices básica y deportiva y los conocimientos en vínculo directo con su perfil ocupacional.

Se revela además, que en la práctica del deporte, la E.F y la recreación en la enseñanza superior se incluyen todos los estudiantes con limitaciones físicas, motoras, los mismos son atendidos en las áreas terapéuticas, se activan aquellos planos musculares que le brindan mayor posibilidad y estabilidad física necesario para potenciar la autoestima, también los que padecen de enfermedades congénitas no trasmisibles, los estudios que realiza esta investigación respecto a los problemas de columna vertebral y otros relacionados con la obesidad, la hipertensión arterial, el asma, entre otras. Todos con la intención de brindarles las posibilidades de espacio y divertimento con derecho a la práctica de cualquier actividad física, deporte y recreación en el medio que se desenvuelve.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Crispín, M.L. (2011). Aprendizaje autónomo: Orientaciones para la docencia. Universidad iberoamericana. Biblioteca Francisco Xavier Clavigero. México. ISBN: 978-607-417137-2.
- Collado Hurtado, E.: (2007). “El rol del profesor en el aprendizaje asistido en el contexto del GRETA de Burdeos”, redELE: revista electrónica de didáctica de E/LE, n.º 8 (disponible en <<http://www.mepsyd.es/redele/Biblioteca2007/ElenaCollado.shtml>>).
- Keim H. (1976). The adolescent spine. New York, Grune & Stratton.
- Koop SE. Infantile and juvenile idiopathic scoliosis. J. Bone Joint Surg. 61B: 36. 1979.
- Díaz B. Frida., (1994). Ley del Deporte, Educación Física y Recreación (Suplemento del Registro Oficial No.-255.
- Matilde Ramos Garza (2006) Libro Cuerpo de Maestros (Educación Física) Pág. 28
- Col de autores (2003) Manual de educación física y deportes INDER. Pág. 16,17
- Martí, E. (2000). “Metacognición y estrategias de aprendizaje”, en Pozo, J.I. y Monereo, C. El aprendizaje estratégico. Madrid: Aula siglo XXI, Santillana.
- Martínez Fernández, J.R. (2004). Concepción del aprendizaje, metacognición y cambio conceptual en estudiantes universitarios de Psicología. Tesis doctoral, Universidad de Barcelona.

## LA FORMACIÓN DEL PROFESIONAL UNIVERSITARIO. ALCANCE DE LOS CONTENIDOS DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Dr. C. Mayda Gutiérrez Pairol.

Universidad Central Marta Abreu de Las Villas Facultad Cultura Física. Centro de Estudio Cultura Física y Deporte. mpairol@uclv.cu. <https://orcid.org/0000-0002-7868-8218>

Lic. Alberto Torres Arias.

Universidad Central Marta Abreu de Las Villas Facultad Cultura Física. Departamento Educación Física y Deporte. albertoat@uclv.cu ORCID0000-0002-0732-1267

Carlos Javier Hernández Bombino.

Licenciado en Cultura Física. Profesor de Educación Física de la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas. Email carlosj@uclv.cu ORCID ID 0000-0002-5988-4010

### RESUMEN

El continuo perfeccionamiento de los planes de estudio de las carreras universitarias para la formación integral de sus egresados constituye uno de los cimientos fundamentales de la Educación Superior en Cuba. Su función social continúa siendo esa formación en aras de crear un profesional capaz de enfrentarse a las demandas sociales, a los adelantos científicos-técnicos y al uso de las nuevas tecnologías, de forma que se convierta en un actor y promotor activo del desarrollo sostenible de la humanidad. La presente investigación tiene como objetivo, demostrar el alcance de los contenidos del programa de Educación Física para el estudiante universitario. Asume como elemento fundamental la asignatura Educación Física, con un eje central que lo constituyen los contenidos que la integran, los que son recibidos por los estudiantes de todas las carreras en los años primero y segundo de la Universidad Central “Marta Abreu de Las Villas” y que tienen como condición transitar por los componentes académico, laboral – investigativo y extensionista. La investigación se apoya en el método científico, evidencia el tránsito de la contemplación viva al pensamiento abstracto y de este a la práctica, que posibilita la aplicación de diversos métodos investigativos clasificados: del nivel teórico y empírico.

**Palabras Clave:** formación del profesional, contenidos, programas, educación física.

### INTRODUCCIÓN

Avanzar hacia las nuevas tecnologías en una sociedad que progresa hacia el desarrollo científico en la cual demanda profesionales competentes, requiere reformas en los sistemas de enseñanza, sus contenidos y en los procedimientos docentes.

Las universidades cubanas tienen la responsabilidad de programar con objetividad, sabiduría y sistematicidad las acciones o tareas docentes, científicas, técnicas, culturales y deportivas a través, de un proceso interactivo y de interrelación que se gesta en la enseñanza - consolidación y perfeccionamiento de saberes y prácticas, al tener como base las potencialidades individuales y colectivas, necesidades, gustos y preferencias para obtener la actuación del rol social de sus futuros profesionales.

Así lo constatan los Lineamientos de la Política Económica y Social del país, al respaldar, en el postulado 122, la necesidad de actualizar los programas de formación e investigación de las universidades, en correspondencia con el desarrollo del modelo económico y social cubano y las nuevas tecnologías.

Durante el transcurso de una década, las dinámicas de una sociedad marcada por el necesario relevo profesional en diversas ramas debido al envejecimiento poblacional, las posibilidades que permite el auge de las tecnologías y las demandas crecientes de formación de profesionales para los sectores estatal y no estatal de la economía, se convirtieron en escenarios que condicionaron la urgencia de crear un nuevo modelo de profesional cubano.

Las transformaciones curriculares en la Educación Superior no constituyen un proceso fortuito, espontáneo ni aislado, sino que obedecen a la evolución que ocurre paulatinamente en el Ministerio de Educación Superior (MES). Por esta razón, en algunas carreras universitarias comenzó a implementarse, desde el curso 2016-2017, el plan de estudios E.

Hoy, el desafío de las universidades, en pleno siglo XXI es situarse en el contexto de la comunidad en la que está insertada, colaborando de esta forma con la creación de un pensamiento capaz de ayudar en la construcción de una sociedad cada vez más justa y reforzando así más que nunca su compromiso social. Su función social continúa siendo el desarrollo de los recursos humanos en aras de formar un profesional capaz de enfrentarse a las demandas sociales, a los adelantos científicos-técnicos y al uso de las nuevas tecnologías, de forma que se convierta en un actor y promotor activo del desarrollo sostenible de la humanidad.

En América Latina es evidente el incremento en la producción de conocimiento académico y científico en el campo de la Educación Física, (E.F) la recreación y el deporte; de forma general se cuenta con una dinámica académica en torno al tema de la investigación educativa, sin embargo la producción de conocimientos sobre la investigación educativa en E.F no ha sido atendida consecuentemente, así lo muestran estudios realizados por Cabrera (2013), García (2013), entre otros autores del continente.

Por otra parte, la E.F de calidad aporta de manera significativa formar estudiantes educados, como un ser holístico, ya que contribuyen a aumentar la competencia motriz y a mejorar su salud física. También contribuyen a que el estudiante desarrolle responsabilidad personal, social y una disposición favorable para disfrutar de la actividad física, como parte de una vida saludable y gratificante que se extiende a todas las etapas de la vida humana.

En el ámbito universitario se han instrumentado numerosas actividades de la EF, el deporte y la recreación que se realizan dentro y fuera de la universidad, las que contribuyen al acondicionamiento físico de los estudiantes, distinguiéndose como un sistema de influencias por su integralidad, la interacción de sus elementos, por sus vínculos y relaciones que condicionan su estructura.

El proceso formativo de la E.F tiene una gran repercusión en las carreras universitarias, sus dos acepciones tanto intra como extrauniversitaria permite integrar a través de los contenidos del deporte, la gimnasia y el juego a los estudiantes (dentro de su propia carrera, años y facultades, así como la comunidad cercana a la universidad, adecuada interacción que contribuye a elevar paulatinamente el nivel cultural de ambas comunidades (universitaria y poblacional).

Todo lo cual conduce a proyectar el siguiente objetivo que tiene esta ponencia: demostrar la objetividad del estudio a emprender para la elaboración del marco teórico referencial.

## DESARROLLO

La formación del profesional encierra capacidades y habilidades en estudios antecedentes, cualidades personales, que demuestran estar aptos para un desempeño satisfactorio de sus funciones en su puesto de trabajo.

El gobierno cubano siempre se ha ocupado por la formación de sus recursos humanos y en especial en preparar a los futuros profesionales universitarios los cuales al culminar sus estudios tienen la misión social de trazar objetivos, proponer tareas, elaborar proyectos y aplicar en todos los frentes económicos sus saberes y habilidades necesarios para fortalecer las diferentes esferas potenciales del país.

Especial significación tiene en esa formación del profesional universitario el proceso docente – educativo con sus principios pedagógicos y didácticos, así como de sus componentes personales: el profesor y los estudiantes, los no personales, que transitan en sistema como los objetivos, contenidos, métodos, medios y evaluación.

El proceso enseñanza aprendizaje de la E.F no se manifiesta de forma aislada, forman una unidad, se materializan a través de la interacción pedagógica personal, aunque cada uno tiene sus características, al tener como forma fundamental para materializar esa interrelación la misma la clase de E.F.

Este proceso está centrado en el enfoque físico – educativo, que potencia no solo el desarrollo de capacidades y habilidades físicas, deportivas y recreativas, como ha sido la tendencia tradicional, sino asegurar el aprendizaje de conceptos, sistemas de conocimientos y modos de referencias teóricas relacionadas con temas interdisciplinar, unido a la formación de valores y actitudes, aspectos esenciales que distingue esta E.F. de las demás, por tratarse de la formación de un futuro profesional universitario.

La E.F se manifiesta en todo su dominio como un sistema, de esta forma se establecen sus sistemas de objetivos, sus sistemas de contenidos, de métodos, sus sistemas de ejercicios y principios metodológicos para cada una de sus capacidades físicas y condicionales.

El proceso de enseñanza que abarca tanto la función instructiva como la educativa para el perfeccionamiento de los estudiantes universitarios se lleva a cabo a través de varias formas de organización docente que se aplican en el nivel superior y que distan de la tradicional clase práctica de anteriores subsistemas de enseñanza. Tiene como factor esencial por las numerosas y variadas actividades que en la universidad se desarrollan una unidad coordinada, interrelacionada e integral entre educación docente, intra y extrauniversitaria con un carácter sistémico, al tener como guía el modelo de formación de la carrera a la cual pertenece el estudiante.

Los docentes de E.F, al conocer de antemano los problemas profesionales que aparecen en el Modelo del especialista, potencian a través de la disciplina y los programas de las asignaturas que los estudiantes en formación puedan solucionar los mismos al promover la autogestión del conocimiento, adquirir habilidades de auto desarrollo y auto control de su propio cuerpo y su condición física tanto dentro como fuera de la clase de E.F, en primer lugar por constituir los últimos años curriculares en recibir la asignatura y en segundo lugar por los beneficios que le reporta para su vida futura como estudiante y luego como profesional universitario.

Los estudiantes como futuros profesionales, deben demostrar al transitar por los diferentes años de sus carreras un dominio en diversos temas que les permita disertar en sus diferentes escenarios, lo adquirido en los procesos instructivos – educativos y que paulatinamente los acerca a una cultura general integral.

La E.F es una disciplina integradora de carácter derivador, porque tiene potencialidades educativas que preparan a los estudiantes en aspectos de la actividad social. Incluida en el currículo de todas las carreras, por lo que no deja de tener utilidad en la formación del egresado.

Cumple con varios requerimientos, a los que se harán referencia a continuación:

- Apoyar a los estudiantes en su vida laboral o la práctica profesional constituida en un pilar fundamental en la formación de profesores en Cuba.
- Necesidad de potenciar la preparación teórica - práctica de los estudiantes de todas carreras a fin de lograr la preparación para trabajar e investigar los contenidos y habilidades que les permitan ir resolviendo los problemas profesionales vinculados con la Educación Física.

Para alcanzar esta integralidad de los estudiantes se encuentra la asignatura, definida por Álvarez de Zayas, C. (1996, 57) como:.. aquel proceso docente que posibilita que el estudiante caracterice una parte de la realidad objetiva, que resuelva los problemas inherentes a ese objeto en un plano teórico, que tiene un objetivo cuyas habilidades complejas y de un orden de sistematicidad también complejo y que integra en un sistema de operaciones aquellas que aparecerán como habilidades a nivel de tema.

Para que lo anterior funcione, desde las asignaturas o disciplinas del currículo en la E.S, debe fomentarse lo académico – laboral e investigativo. La integración de los tres componentes tiene en común la labor extensionista que en reiteradas ocasiones dentro del trabajo se han dividido para su estudio en actividades intra y extrauniversitarias. Funcionan en una unidad dialéctica y se complementan unos a otros. Tienen funciones precisas, y su propósito es la formación del profesional, para formarlo con un perfil amplio al que convoca la sociedad cubana.

A modo de ejemplo se expone brechas que limitan el valor potencial que tiene la Disciplina Educación Física en la formación del profesional universitario.

### **I- Componente académico.**

La Cultura Física, el Deporte, la Educación Física y la Recreación tradicionalmente han sido vinculadas con las habilidades prácticas y con esto se ha limitado considerablemente el aporte teórico y socio – cultural que la misma puede brindar a los estudiantes. Este punto de vista sin duda alguna es una limitación a la hora de valorar todas las potencialidades que dicha asignatura puede brindar. Se debe considerar que detrás de cada aspecto aparentemente práctico que se observa en una mera clase de E.F, hay todo un universo de conocimientos teóricos y socio culturales que generalmente se desaprovechan por los propios docentes de la Cultura Física y por aquellos que tienen la responsabilidad de velar por el cumplimiento de su trabajo en las instituciones docentes.

### **II- El componente laboral e investigativo desde la Cultura Física.**

Es necesario en la asignatura Educación Física desde las universidades estudiar algunos elementos que pudieran conducir a ajustes conceptuales y prácticos en la formación profesional

de los futuros egresados y con ello alcanzar paulatinamente la interdisciplinariedad a las que están llamadas las carreras. El componente laboral – investigativo es un ejemplo fehaciente en esta materialidad.

La ubicación de la Disciplina Educación Física contribuye a la formación integral del profesional universitario, de ahí, que su interdisciplinariedad sea evidente en algunas carreras, pero en otras, se deben estudiar y profundizar para que la misma no sea minimizada en un componente tan importante y necesario. Ejemplo. ¿Por qué se omiten investigaciones que tienen relación con futuras profesiones que constituyen futuros puesto de trabajo de los estudiantes universitarios?

### **III- Componente Extensionista.**

Este componente llamado por algunos autores como “la visibilidad” de cada universidad, por su función social y la evaluación de su impacto a que es sometido oficialmente por los órganos del Estado y por la población en general, debe ser bien estructurado desde la carrera y los años para que los futuros profesionales sean incorporados a la sociedad con una formación – preparación que exige el nivel alcanzado, así como la motivación a partir del compromiso que asumen con los procesos sociales, culturales, económicos y políticos a los cuales se enfrentan, de ellos dependen el prestigio y la valoración que se tenga del resultado de su formación.

Para alcanzar la elaboración, implementación y generalización de este proceso complejo y necesario, referente a las actividades físico deportivos y recreativos, y su relación con los componentes académico, laboral – investigativo y extensionista, es preciso materializar una preparación sistemática y continua de los docentes de E.F en la que predomine el cumplimiento de la superación profesional permanente vista desde la auto preparación y auto superación, así como, utilizar otras actividades docentes importantes como: el trabajo metodológico.

A partir de estas generalizaciones de carácter nacional se demuestra los retos de la Universidad del siglo XXI la que aboga por la existencia de un profesional preparado para enfrentar los retos de la sostenibilidad de la Cultura Física desde una educación ambiental consciente y participativa.

- Análisis de los principales contenidos de la asignatura.

Las asignaturas E.F para todas las carreras universitaria tienen la misión de organizar e implementar todos sus contenidos con los componentes antes abordados:

La educación para la salud se incorporan a la labor del futuro profesional al utilizar la práctica sistemática de actividades físicas para incrementar y conservar su salud a un mejor aprovechamiento del tiempo libre en beneficio de la calidad de vida y para aplicar conocimientos específicos sobre los hábitos posturales, el mecanismo de respiración, y de su organismo en general, que les permitan el autocontrol y autorregulación en su futuro desempeño profesional.

Los contenidos referido a las voces de mando, formas y procedimientos organizativos sirven para organizar actividades masivas tanto físicas, deportivas y recreativas, para la defensa son de vital importancia ya que contribuyen a que los profesionales mantengan una mejor disciplina y los contenidos propios de la disciplina propician que tengan una mejor formación patriótica militar.

La educación ambiental se aborda desde la sostenibilidad, ya que los problemas que existen hoy influyen como uno de los inconvenientes fundamentales en las alteraciones a la salud y la calidad de vida de la población y también pueden influir en los profesionales a través de un rol importante

cuando: reconoce la importancia de la relación trabajo – descanso en el acondicionamiento físico, la realización de los ejercicios con una técnica adecuada y la aire libre, entre otros.

Las actividades de pionero que se desarrollan en las clases de E.F. son de vital importancia para el desempeño del futuro profesional de la educación, así como de otras carreras universitarias como: geografía, biología, turismo, agronomía, pecuaria, entre otras

El contenido del Ajedrez resulta un instrumento necesario para trabajar con los estudiantes. El docente de E.F contribuye a su formación cognitiva a través de lo que actualmente se llama “aprender a aprender”, desarrollando aptitudes y talento para el autoaprendizaje, promueve excelentemente el logro de la independencia cognoscitiva, que se manifiesta en una adecuada representación del problema y en un proceso mental activo en la búsqueda de las soluciones y en su comprobación. Es aportativo del desarrollo de las siguientes habilidades: toma de decisiones, control de la atención y la concentración.

La integración del juego, el ejercicio físico y el deporte despliegan en los universitarios un componente profesional que proporciona una constante identificación con contenidos, capacidades, cualidades y valores morales para enfrentar su labor universitaria desde lo intra y extrauniversitario.

Este proceso integral físico – educativo, debe propiciar diversidad cultural donde se integre activa y conscientemente la Cultura Física, necesaria para que los estudiantes dediquen interés y tiempo a su desarrollo físico, pues complementa su desarrollo profesional.

## **CONCLUSIONES**

La importancia y justificación del presente estudio, radica en contar con el Programa de la Disciplina Educación Física del Plan de Estudio E que brinda un carácter de sistema en la concepción, selección, estructuración y aplicación de los contenidos generales en correspondencia con las exigencias del modelo del perfil ocupacional del profesional universitario.

Existen carencias en el componente laboral – investigativo en varias carreras para comprobar los efectos del vínculo preparación de los contenidos de la E.F con el perfil ocupacional del futuro profesional.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Cabrera Hernández DM. La investigación educativa en tres revistas académicas mexicanas 1992-2002. Asignaciones de sentido. Perfiles Educativos [Internet]. 2013 [citado 2017 mar 17]; 35(142): 108-25. Disponible en: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S018526981371852X>

Gallo LE, Urrego L. Estado de conocimiento de la Educación Física en la investigación educativa. Perfiles educativos [Internet]. 2015 [citado 2017 mar 17]; 37(150): 67-87. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/132/13242743009.pdf>

Hernández R. Silvia. Concepción del trabajo metodológico en las instituciones educativas. La Habana: Editorial Pueblo y Educación; 2010.

Horruitiner Silva P. La universidad cubana en la época actual. En: Trelles Rodríguez I, Rodríguez Betancourt M. Universalización y cultura científica para el desarrollo local. Ciudad de La Habana: Editorial Universitaria; 2008. p 11-46.

MES. (2016) Programa de la Disciplina Educación Física para todas las carreras.

## EJERCICIOS PARA EL TRABAJO DE LA RESISTENCIA A LA FUERZA EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS ESTUDIANTES DE 1ER AÑO DE LA CARRERA DE INGENIERÍA HIDRÁULICA

MSc. Oslaida Quesada Jova

MES. Profesora del Departamento Didáctica del Deporte. Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Facultad Cultura Física Cuba. oquesada@uclv.cu.

MSc. Carmelo Miranda Corrales

MES. Profesor y Jefe del Departamento Didáctica del Deporte. Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Facultad Cultura Física Cuba. <https://orcid.org/0000-0003-3795-605X> Institución: Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas Facultad de Cultura Física. camcorrales@uclv.cu.

### RESUMEN

La investigación se desarrolla teniendo en cuenta las insuficiencias presentadas en los estudiantes de primer año de la carrera de Ingeniería Hidráulica, de la Universidad Central "Marta Abreu de Las Villas", en cuanto al cumplimiento de los resultados de las normativas según el plan de eficiencia física en la resistencia a la fuerza, por lo el problema científico que sirve de partida a la investigación está dado por: ¿cómo mejorar la capacidad física resistencia a la fuerza en los estudiantes de primer año de la carrera de Hidráulica en las clases de Educación Física? En la materialización del trabajo se utilizó una primera población compuesta por 26 estudiantes de ambos sexos que conforman el grupo clase y una segunda población integrada por el metodólogo de Educación Física, jefe de departamento, jefe de disciplina y 10 profesores de Educación Física. Para darle respuesta a las interrogantes y tareas científicas se emplearon métodos y técnicas de investigación científica entre las que se puede mencionar la observación, la entrevista, la medición, la revisión de documentos, y los métodos estadísticos matemáticos, así como la técnica participativa para la valoración de los ejercicios de resistencia a la fuerza seleccionados por criterio de usuarios por su competencia cognoscitiva y experiencia propician desde la teoría la asegura la calidad de la puesta en práctica, en función de preparar al estudiante para alcanzar una condición física favorable en relación con su perfil profesional y logre conscientemente adquirir hábitos de práctica del ejercicio físico para su vida futura.

**Palabras clave:** Educación Física, ejercicios, profesional, fuerza, Ingeniería Hidráulica.

### INTRODUCCIÓN

En Cuba, la universidad tiene la misión de formar un profesional eficiente, integral, comprometido con su tiempo, capaz de crear y aportar al desarrollo de la humanidad, en el que prevalezcan los principios que hagan de él un profesional competente, con sentido de pertenencia, preparándolos integralmente y actúen acorde a los valores de nuestro sistema cubano, con el gran reto de incorporarlo a la sociedad con un estilo de vida sano para así aportar más y mejor en su desempeño laboral acorde con el momento histórico y el contexto social.

La Educación Física forma parte del proceso pedagógico, tiene como objetivo el desarrollo de las capacidades y habilidades de rendimiento físico del individuo sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo; la formación y mejoramiento de sus habilidades motrices

mediante la cooperación, la adquisición de conocimientos y el desarrollo de convicciones de forma tal que esté en condiciones de cumplir todas las tareas que la sociedad señale.

Tiene como objetivo el desarrollo de capacidades y habilidades físicas, la transmisión de conocimientos y el desarrollo de cualidades psíquicas de la personalidad; para ello cuenta con el ejercicio físico como medio fundamental, que a su vez tiene su fundamento en el movimiento humano.

La práctica sistemática de la Educación Física y el Deporte fortalecen la salud del ser humano para que se desarrolle y perfeccione físicamente. Esta ejerce una influencia positiva y sustancial, en el mundo espiritual del individuo, en sus emociones, gustos estéticos y concepción científica del mundo. Además, abre amplias posibilidades para la formación de la conciencia y de una conducta moralmente alta.

La importancia que se le da en Cuba a la Educación Física y su contenido, la extensión masiva de la enseñanza sobre una base rigurosamente científica, constituye, tanto una legítima aspiración de nuestro pueblo trabajador, como una necesidad objetiva de la construcción de la nueva sociedad.

La Educación Física constituye la columna vertebral del movimiento deportivo, es la disciplina que permite la formación de habilidades y hábitos necesarios para el desarrollo del deporte y es la base de una verdadera cultura física que debe formarse desde los primeros años de vida, y enriquecerse para toda ella.

Entendemos importante abordar este tema precisamente porque la Educación Física, pues está encaminada al desarrollo de la personalidad de los educandos y que los estudiantes en formación se apropien de los conocimientos en su más amplia acepción, aprendan a dosificar cargas físicas en beneficio de su salud, desarrollar valores morales y estéticos tales como ,la voluntad, la tenacidad, el colectivismo, la laboriosidad, la honestidad, el patriotismo y otros que pueden contribuir al desarrollo de la personalidad, llevar a cada carrera lo que verdaderamente van a utilizar en su vida profesional.

A pesar de todos los esfuerzos realizados en esa dirección al ingresar a la universidad el intenso régimen de estudio, hace que muchos estudiantes tiendan a no ubicar la Educación Física como una de sus asignaturas preferidas, desconociendo la importancia de la actividad física para su salud.

En la solución de esta problemática, juegan un importante papel los profesores de Educación Física con la aplicación de programas acordes a las características de los perfiles de estudio.

En la actualidad se puede hablar de deporte, ejercicio físico y recreación, esto a su vez es hablar de salud, de hábitos saludables, fortaleza física, de disciplina, de formación de carácter y valores humanos; por ello que partimos del hecho de la importancia que tiene para un individuo, la práctica de la actividad física que es y debe ser uno de los medios más eficaces para contribuir al bienestar y el conocimiento de los beneficios para su desarrollo físico, para el mantenimiento de la salud y para su inserción social así como para el desarrollo integral del pueblo.

La Educación Física en las universidades cubanas ha transitado por diferentes momentos desde los planes de estudios denominados A, hasta los actuales planes E.

El Ministerio de Educación Superior de Cuba (MES) orienta que cada institución ajuste sus programas de Educación Física en correspondencia con el perfil profesional, por lo que la

institución objeto de estudio, podrá realizar los cambios necesarios para lograr que el proceso docente educativo de la disciplina esté acorde con el modelo del profesional que se quiere formar.

En la práctica de la Educación Física y el deporte se desarrollan múltiples actividades que requieren determinadas capacidades y cualidades físicas del que las realiza; una de estas capacidades, es a la que hace referencia nuestra investigación, la capacidad física resistencia a la fuerza de la cual la ciencia se ha ocupado a través de las investigaciones realizadas en el marco nacional pedagogía cubana; sin embargo, aún existen insuficiencias, pues se han podido constatar a través del diagnóstico inicial de las capacidades físicas al iniciar el curso escolar, que esta capacidad está afectada: pues los estudiantes de esta carrera no dan cumplimiento a los objetivos propuestos en relación con este indicador en la asignatura, ya que los alumnos no cumplen con los resultados de las normativas según el plan de eficiencia física, por lo que consideramos la necesidad de seguir profundizando en el tema y crear nuevos enfoques en la utilización de métodos de enseñanza para mejorar esta capacidad física en los estudiantes de 1er año de la carrera de Hidráulica y ejercer una influencia educativa integral de la personalidad del alumno, con la introducción de aspectos lúdicos de cooperación, de trabajo independiente y en equipos, de obtención de resultados individuales y colectivos.

Otro aspecto que se tomó como referencia fue la observación realizada a las clases de Educación Física, la cual arrojó como resultado un agotamiento físico de los estudiantes, lo que trae consigo lesiones y afectaciones en el funcionamiento de los diferentes sistemas y órganos en el individuo, Esta insuficiencia también trae consigo pérdida del control motriz en el dominio de las habilidades motrices deportivas.

El problema científico que sirve de partida a la presente investigación está dado por: ¿cómo mejorar la capacidad física resistencia a la fuerza en los estudiantes de 1er año de la carrera de Ingeniería Hidráulica en las clases de Educación Física?

Para dar solución a la complejidad del problema científico declarado, la concepción teórica en que se asienta la investigación, parte de la idea que, la Educación Física tenga una visión con un enfoque de preparación física profesional, propiciando que los estudiantes sean capaces de enfrentar las condiciones de estudio-trabajo durante su formación y que una vez graduados, puedan cumplir con las exigencias de su profesión durante su desempeño laboral.

Se propone como objetivo general: seleccionar ejercicios para el trabajo de la resistencia a la fuerza en las clases de Educación Física en los estudiantes de 1er año de la carrera de Hidráulica.

El enfoque metodológico del presente trabajo se vincula al ámbito de la investigación educativa, específicamente al campo de estudios del diseño curricular y se deriva del proyecto de investigación del perfeccionamiento continuo de la Educación Física Superior.

Teniendo en cuenta los objetivos a los que se debe dar respuesta, la investigación se fundamenta en la utilización de la concepción dialéctica materialista como método general de la ciencia, así como en el empleo de métodos específicos del nivel empírico y del teórico:

Los procesos lógicos del pensamiento análisis-síntesis, inductivo-deductivo y la generalización, con los que se sintetizan y analizan los elementos relacionados con el objeto de estudio; se realiza la revisión de documentos tales como: planes de estudios, programas de Educación Física y los antecedentes de la asignatura de Educación Física vinculada al perfil profesional.

La medición, para obtener y valorar los resultados de los indicadores evaluados de las pruebas de eficiencia física; la observación estructurada, se aplicó a clases de Educación Física para conocer el tratamiento de la capacidad en la clase, a la actividad productiva que realizan los estudiantes de la carrera de Ingeniería Hidráulica con el objetivo de conocer las características y las exigencias físicas de la profesión.

La encuesta a los estudiantes, para conocer la forma de utilización del ejercicio físico, sistematicidad y sobre las características de su profesión y de la aparición de agotamiento físico, lesiones o afectaciones funcionales durante su desempeño; la encuesta a profesores de Educación Física, con la finalidad de conocer criterios de profesionales de la carrera, acerca de las características del trabajo en esta profesión, la presencia de agotamientos físicos u otras afectaciones funcionales y la importancia que le conceden o no a la actividad física durante su formación y en la vida laboral

La entrevista a profesores de Educación Física del nivel superior, cuyo instrumento se aplica para recoger criterios de usuarios y especialistas en la valoración de la propuesta, donde sus experiencias con relación a las características de la Educación Física, el perfil profesional y el papel de la Educación Física en la formación integral de los estudiantes enriquecerán la investigación.

El proceso de desarrollo de las capacidades físicas requiere de un basamento teórico que garantice a cada pedagogo los pasos esenciales, los aspectos que no deben violarse para llevar a cabo un eficiente entrenamiento de las mismas. Sugerencias de pautas y las regularidades metodológicas para desarrollar la propuesta de ejercicios en las clases a partir de las recomendaciones y los requerimientos didácticos metodológicos de la Educación Física.

Al aplicar los ejercicios se deben tener presentes y bien definidas las diferencias individuales.

Los ejercicios propuestos deben ser realizados durante la parte principal de la sesión de clases pues es el momento en que el organismo de los practicantes está preparado para enfrentar las exigencias de la actividad que se les propone.

Tanto para cambiar de un ejercicio a otro como para agregarle variaciones, estas deben de hacerse de forma paulatina y transitar de los conocidos a los desconocidos lograr el nivel de adaptación teniendo en cuenta los niveles de asimilación de las cargas y las habilidades motrices necesarias (principio del aumento gradual y de la asequibilidad).

Los ejercicios que tienen una duración entre 10 y 20 minutos deben ser realizados al final de la parte principal de la sesión de clases y los de una mayor duración abarcaran todo el tiempo de esa parte.

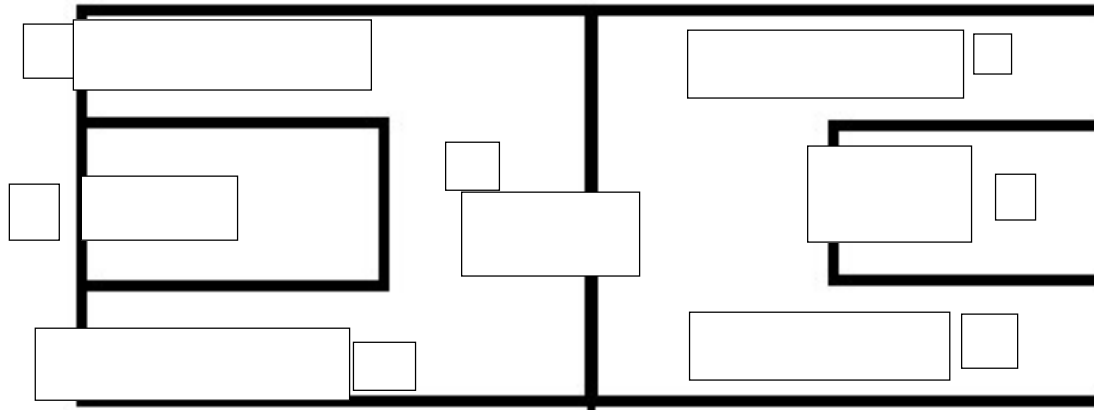
## **Presentación de la propuesta. Ejercicio nro. 2**

Objetivos: Mejorar los niveles de resistencia a la fuerza mediante ejercicios combinados drible, pase y tiro vinculado a la capacidad física.

Medios: Pelota de Baloncesto, aro, tablero.

Organización: subgrupos de trabajo donde en 7 áreas de acuerdo a las características individuales de los estudiantes y los resultados del diagnóstico. Procedimiento a utilizar en el circuito con tiempo de trabajo de 5', dividido en 3 series con descanso entre ellos de 20'' siendo activos con momentos de relajación y ejercicios específicos del Baloncesto se rotará a favor de

las manecillas del reloj hasta llegar a la posición inicial. Cantidad de estudiantes por cada área es de 4 estudiantes en 6 áreas y en 3. Lo cual se permite el trabajo en grupo. Gráfico. 2



Se trabajará en cada área con un tiempo de 30'' a realizar la mayor cantidad de repeticiones, el descanso entre áreas es de 20'' y entre cada serie 1 y 2 3' y de la segunda y tercera 2', el trabajo de la segunda serie 20'' con 15'' de descanso entre área y en la tercera se trabaja 15'' con 10'' de descanso entre áreas.

## CONCLUSIONES

El diagnóstico del estado inicial del tratamiento a la capacidad resistencia a la fuerza desde la condición física que formarán parte de las clases de Educación Física en la institución escolar objeto de estudio.

La aplicación consecuente de los métodos del nivel teórico propicio la adquisición de información y conocimientos sobre la existencia de una gama de ejercicios que en su composición nos brindaban la posibilidad de seleccionarlos, adecuarlos y contextualizarlos al grupo objeto de estudio para mejorar la capacidad resistencia a la fuerza a través de las clases de Educación Física

La valoración proyecta por los usuarios, metodólogos, así como jefe de cátedra permitió la validación teórica constituyendo una razón concluyente de sus posibilidades de implementación en la práctica de actividad física

## BIBLIOGRAFÍA

- Arizaga, M. J. (2009). El Tratamiento de la Condición Física. Evolución Histórica y Tendencias Actuales. *Revista Digital de Educación Física*. 1 (3).
- Breslow, L. (1990). Lifestyle, Fitness, and Health. En: C. Bouchard, R. J. Shephard, T. Stephens, J. R. Sutton, & B. D. Mcpherson (Eds.), *Exercise Fitness, and health: A Consensus of Current Knowledge* (pp. 155-163). Champaign, IL: Human Kinetics Books.
- Castillo, M. (2011). Batería ALPHA-Fitness: test de campo para la evaluación de la condición física relacionada con la salud en niños y adolescentes. *Nutrición Hospitalaria*, 26(6), 1210–1215.
- Cortegaza, L. (2003). Capacidades y cualidades motoras. Recuperado de [www.efdeportes.com].
- Colectivo de Autores (2018). Programas y Orientaciones Metodológicas (provisional). Educación Física. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana.

## Epígrafe III

### CULTURA FÍSICA TERAPÉUTICA, ESCOLAR Y COMUNITARIA

#### 3.1

#### **INDICADORES FISIOLÓGICOS CARDIOVASCULARES EN ESTUDIANTES DE MEDICINA**

Lic. Eirina Pernas Cano

UCM Serafín de Zarate Ruiz. Villa Clara. Correo electrónico: epernas@uclv.cu

Lic. José Luis Pausa Hernández.

Lic. Cultura Física. Profesor de la Universidad de Ciencias Médicas Dr. Serafín Ruiz de Zarate Ruiz" email joseluispausa@gmail.com ORCID <https://orcid.org/0000-0002-7037-0010>

#### **RESUMEN**

Uno de los problemas que agrava a la sociedad en la actualidad son las enfermedades crónicas no transmisibles, dentro de ellas se encuentra la hipertensión arterial, objeto de análisis en esta investigación por el incremento paulatino en la comunidad de adolescentes y jóvenes. Se formuló como objetivo: describir el comportamiento de la condición cardiovascular de estudiantes de primero y segundo años de la carrera de Medicina, como premisa para su incorporación a la Educación Física. El estudio se contextualizó en la Universidad de Ciencias Médicas de Villa Clara con 100 estudiantes de 1º y 2º años de la carrera de medicina donde las edades oscilan entre los 18 y 20 años de edad. Para ello se utilizaron métodos como la observación, la encuesta, la entrevista, la medición. Los principales resultados se enmarcaron en la descripción de los indicadores, la estratificación de grupos, resultando que los estudiantes del sexo masculino tienden a padecer la enfermedad más que en el sexo femenino, por lo que se recomienda el trabajo profiláctico por parte de los profesores de Cultura Física, propiciándole el mejoramiento de su condición física y a su vez calidad de vida y lograr en ellos una formación integral.

**Palabras clave:** indicadores fisiológicos, diagnóstico, educación física, estudiantes.

#### **INTRODUCCIÓN**

En el más reciente informe estadístico de la Organización Mundial de la Salud, publicado en Ginebra-Suiza, se elaboró un Plan de Acción Mundial 2013-2020, con el fin de definir una hoja de ruta para las acciones encabezadas por los países en materia de prevención y control de las enfermedades no transmisibles, los malos hábitos como fumar, la falta de ejercicio, no tener una alimentación balanceada y el exceso en el consumo de bebidas alcohólicas, ellas son las principales causas de las enfermedades no transmisibles, la mayor amenaza para los seres humanos, que causan dos tercios de las muertes en el mundo. (Chang. M, 2015)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) declara una concepción integradora de la salud, que se ha sostenido en el tiempo:

*“La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. El goce del grado máximo de salud que se pueda lograr es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano sin distinción de raza, religión, ideología política o condición económica o social. La salud de todos los pueblos es*

*una condición fundamental para lograr la paz y la seguridad y depende de la más amplia cooperación de las personas y de los Estados". (OMS, 2015)*

Estudios de Bauman A, Lewicka M, Schöppe S (2005); Warburton D et al. (2009); Organización Mundial de la Salud (2010) (2016); Muñoz-Rodríguez DI, Arango-Alzate CM, Segura-Cardona AM (2018); junto a informes de la OPS (2016) para la región de las Américas, advirtieron que las consecuencias negativas de las ECNT están puestas sobre las condiciones de salud de las personas, sus familias y la comunidad, así como su economía y de los sistemas públicos y privados de las naciones, lo que amenaza el crecimiento económico de América Latina y el Caribe. Por tanto, las recomendaciones para su prevención y control van encaminadas hacia la implementación de estrategias altamente costo-efectivas tales como la promoción de la actividad física.

A tono con las ideas anteriores, la OMS (2018), presenta "Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud", entre las que incluye algunos niveles recomendados de actividad física para la salud a tres grupos de edades: de 5 a 17 años, de 18 a 64 años, y de 65 en adelante. En el caso del grupo de 18 a 64 años, refiere que para a los adultos de este grupo, la actividad física generalmente consiste en actividades recreativas o de ocio, desplazamientos, actividades ocupacionales, tareas domésticas, juegos, deportes o ejercicios programados en el contexto de las actividades diarias, laborales, familiares y comunitarias.

Entre las investigaciones relacionadas con la actividad física y las funciones cardiorrespiratorias, destacan las de Warburton et al (2007 y 2009) y Bauman et al (2005) quienes insisten en la relación directa entre la actividad física y la salud cardiorrespiratoria (reducción de riesgo de enfermedad cerebro vascular (ECV), accidente cerebrovascular e hipertensión), a partir de las siguientes afirmaciones: la actividad física mejora las funciones cardiorrespiratorias; la buena forma física presenta relaciones dosis-respuesta directas entre la intensidad, la frecuencia, la duración y el volumen de actividad; la reducción de riesgo se consigue a partir de los 150 minutos de ejercicio moderado o intenso a la semana.

En Cuba una de las enfermedades que constituye un problema de salud es la hipertensión arterial, por tanto, su prevención es una medida sanitaria universal e importante. En este sentido se han creado estrategias poblacionales de promoción y educación para disminuir la presión arterial media, para incidir en sus factores de riesgo (falta de ejercicio, elevada ingestión de sal, la obesidad, el tabaquismo, ingestión inadecuada de alcohol) y proponer modificaciones del estilo de vida de la población. No obstante, es necesaria una estrategia individual para lograr una adecuada percepción del riesgo que significa padecer de hipertensión arterial.

En el Anuario Estadístico (2018) de Cuba se destaca que disímiles son los factores modificables que inciden en las altas tasas de prevalencia mundial de Hipertensión Arterial (HTA). Figuran entre ellos el consumo de alimentos que contienen demasiada sal o grasa, la ingestión insuficiente de frutas y verduras, el sobrepeso y la obesidad, el uso nocivo del alcohol y tabaco, la inactividad física, el estrés psicológico, los determinantes socioeconómicos y el acceso inadecuado a la atención sanitaria.

La prevalencia en la provincia de Villa Clara, es que por cada 1000 habitantes, 227,9 padecen de (HTA), partiendo de la edad comprendida entre los 19-24 años que representan la edad de los estudiantes de medicina en dicha provincia.

En este contexto, la hipertensión arterial es concebida como la elevación de la presión arterial sistólica y/o diastólica que con toda probabilidad representa la enfermedad crónica más frecuente

de las muchas que azotan a la humanidad, según Hernández, R., y col autores (2015). Su importancia reside en el hecho de que cuanto mayor sean las cifras, tanto de presión diastólica como sistólica, más elevadas son la morbilidad y mortalidad y esto es así en todas las poblaciones estudiadas, en todos los grupos de edades y en ambos sexos.

El Programa de Actividad Física para practicantes Hipertensos, INDER (2015), se estructura por etapas: la etapa I (etapa de familiarización) y la etapa II (etapa de desarrollo), tiene como objetivo propiciar el desarrollo de la condición física en los pacientes hipertensos para contribuir a su bien estar laboral, social y personal. Y entre sus contenidos incluye ejercicios de: estiramientos y movilidad articular; ejercicios fortalecedores: sin implementos y con implementos; ejercicios aeróbicos; juegos deportivos adaptados; ejercicios respiratorios y de relajación muscular.

Estos contenidos anteriormente señalados pueden ser pedagógicamente tratados desde la clase de educación física, no obstante, se observa cómo los jóvenes con esta condición la desconocen y se limitan de prácticas físico-educativas que pueden favorecer su salud.

En la actualidad un número de estudiantes de la carrera de medicina se excluyen de la actividad física por el simple hecho de portar esta enfermedad. El *objetivo* del presente artículo es describir el comportamiento de la condición cardiovascular de estudiantes de primero y segundo años de la carrera de Medicina, como premisa para su incorporación a la Educación Física.

Como ya es conocido, la importancia de la actividad física para la salud de las personas está más que probada, tanto en la literatura especializada como en la práctica cotidiana; de ahí que sus beneficios para los portadores de ECNT como la HTA, deben ser tenidos en cuenta, sobre todo si pertenecen a edades juveniles como los estudiantes universitarios, quienes en este contexto pueden aprovechar la práctica de la actividad física en función de reducir las consecuencias de la misma por procesos de inactividad. En esta línea radica la importancia del presente artículo.

## **DESARROLLO**

Se utilizó como población los 256 estudiantes de primer y segundo años de la carrera de Medicina. De ellos se tomó una muestra de 100 estudiantes, que referían antecedentes de enfermedades crónicas no transmisibles, de ambos sexos, la edad promedio es de 19,4 años. Todos con antecedentes de ser eximidos de la Educación Física en los centros anteriores.

La selección intencional de la muestra obedece a los siguientes criterios:

Referir antecedentes de HTA

Formar parte del primer y segundo años

Estar dispuesto a participar en la investigación

Para la obtención de los valores de los indicadores se utilizó como facilitador y especialista al médico de la institución.

En el desarrollo de la investigación, se utilizaron los métodos teóricos y empíricos. El analítico y sintético, el inductivo-deductivo en la generación de conclusiones. Entre los métodos de carácter empírico:

Revisión documental: con el objetivo de constatar en la documentación oficial, aspectos relacionados con el estado de salud de los estudiantes.

La encuesta: a los estudiantes hipertensos para conocer necesidades e intereses por la práctica de la actividad física. La entrevista: a los profesores de educación física, con el propósito de conocer las características de la actividad física que dirigen. La medición a los estudiantes: con el objetivo de conocer el estado de los indicadores fisiológicos relacionados con la capacidad cardiorrespiratoria. La triangulación metodológica: para constatar los datos obtenidos desde diferentes métodos.

Para el procesamiento estadístico, la distribución de frecuencia para obtener los valores matemáticos de los datos obtenidos relacionados con la capacidad cardiorrespiratoria, y representarlos en tablas.

Indicadores fisiológicos cardiovasculares a medir:

FC: frecuencia cardíaca (latidos/min) PAD: presión arterial diastólica (mmHg)

PAS: presión arterial sistólica (mmHg) PAM: presión arterial media (mmHg)

Estos son obtenidos en dos momentos: en condiciones basales y en condiciones de prueba del peso sostenido.

Resultados de la triangulación metodológica. Regularidades desde la revisión documental, la encuesta y la entrevista

- Se comprueba que existe en los documentos la orientación de realizar la actividad física terapéutica.
- Se constató la limitación de participación e incorporación de los estudiantes a actividades físicas.
- Se evidencia conformismo con la condición de eximido.
- Existe desconocimiento de las características de la enfermedad.
- Poca responsabilidad del profesor para con estos estudiantes.
- Poco conocimiento de los estudiantes acerca de la importancia de la educación física para contrarrestar su enfermedad.

La aplicación de la medición permitió agrupar a los estudiantes en tres grupos partiendo del criterio del Programa Nacional Cubano de Hipertensión Arterial: normotensos, pre hipertenso e hipertenso, quedaron constituidos como se expresa en la siguiente tabla.

Tabla 1. Distribución de la muestra por grupo y sexo.

Sexo	Normotensos		Pre hipertensos		Hipertensos		Total	
<b>Masculino</b>	14	31,8%	19	43,2%	11	25%	44	42,3%
<b>Femenino</b>	28	50,0%	22	39,3%	6	10,7%	56	57,7%
<b>Total</b>	42	42%	41	41%	17	17%	100	100%

Como se aprecia existió un predominio en la muestra del sexo femenino y estos en el grupo de normotensos; en los hombres prevalecieron los estudiantes pre- hipertensos. Con el grupo de normotensos coincidieron estudiantes que en ocasiones realizaron alguna actividad física y tienen algunos conocimientos sobre el tratamiento personal a su enfermedad.

En el caso de los estudiantes pre hipertensos se conforman con la condición de eximido, pero están dispuestos a incorporarse a alguna actividad física; y en el grupo de hipertensos de evidenció un desconocimiento de las características de la enfermedad, limitación de participación e incorporación a actividades físicas en etapas anteriores, pero sí mostraron mayor preocupación por factores de riesgo de su enfermedad, y mostraron intenciones de incorporarse a la educación física para mejorar sus condiciones de vida.

Tabla 2. Variables hemodinámicas en reposo y al finalizar el ejercicio isométrico por grupo y sexo.

		Normotensos		Prehipertensos		Hipertensos	
		Femenino	Masculino	Femenino	Masculino	Femenino	Masculino
<b>FC</b>	Basal	76 ± 9,0	67 ± 7,6*	79 ± 10,2	70 ± 9,47*	81 ± 15,7	79 ± 7,3
	PPS	83 ± 9,6	69 ± 10*	86 ± 10,6	75 ± 11,7*	91 ± 8,7	88 ± 11,5
PAS	Basal	108,5±7,4	109,1±8,8	119,8±9,1	119,2±10,1	131±9,8	136,8±10,2
	PPS	116,6±6,7	116,4±6,8	129,3±6,4	128,4±8,9	139±12,8	143±10,77
PAD	Basal	68,9±9,6	71,3±6,2	78,7±7,6	74,6±5,2	88±7,69	86,3±8,24
	PPS	82,0±8,5	80,0±5,3	90,5±6,4	86,5±6,6	97±7,2	94,5±7,9
PAM	Basal	82,1± 7,9	84,0± 5,9	92,4± 7,1	89,4± 5,85	102± 6,6	102,6±7,1
	PPS	93,5 ± 6,9	92,1 ± 5,4	103,5± 5,08	100,1± 5,9	111± 8,5	110,6± 6,8

Se percibe en la tabla # 2 que los valores basales de la frecuencia cardíaca (FC) fueron superiores en el sexo femenino en todos los grupos, con diferencias estadísticas en normotensos y pre hipertensos.

Durante la prueba del peso sostenido, los valores de la frecuencia cardíaca alcanzaron valores superiores en el sexo femenino en todos los grupos, y fueron superiores solo para las mujeres normotensas y pre hipertensas. Los valores obtenidos de la presión arterial sistólica (PAS), presión arterial diastólica y presión arterial media en reposo no tuvieron diferencias entre los sexos.

Sin embargo, estos mismos indicadores al concluir el ejercicio, fueron ligeramente superiores en las mujeres, excepto la PAS, que se elevó más en los hombres, aunque sin diferencias estadísticas significativas.

Es oportuno en este apartado considerar la importancia y necesidad de aprovechar el beneficio de la actividad física sobre el funcionamiento orgánico de los estudiantes categorizados en uno de los tres grupos de la HTA, reflejados en la tabla.

Después de las pruebas aplicadas se determina que los estudiantes hipertensos deben vincularse a las clases de educación física, donde se trabaja con un fin para contrarrestar la enfermedad a través de la práctica de ejercicios físicos.

Teniendo en cuenta los programas nacionales tanto para la actividad física como para las áreas de salud se estimula a que los estudiantes que presentan HTA mantengan su condición física y tengan mejor funcionamiento en su aparato cardio-vascular por lo que se intenciona la realización de una serie de ejercicios en las clases de Educación Física en los cuales el profesor puede ir realizando modificaciones por sus intensidades de trabajo, por repetición, por tiempo. Si se observa alguna alteración o agotamiento se debe realizar otras modificaciones en correspondencia con las características de cada estudiante, su compensación, entre otros elementos.

Base metodológica para la aplicación de ejercicios en clases regulares

El profesor debe constar con un equipo para la toma de presión.

Se debe controlar la presión arterial al inicio de la clase y al culminarla.

Los aumentos de la carga de ejercicios deben ser individuales.

Se debe evitar el trabajo segmentario promoviendo el desarrollo global.

Si durante el desarrollo de la clase el estudiante siente cualquier molestia o dolor de cabeza debe suspender la actividad que está realizando.

Teniendo en cuenta lo anterior se hace la siguiente propuesta de ejercicios

**Ejercicios de calentamiento:** El calentamiento que realizan los estudiantes hipertensos debe ser sencillo, con ejercicios de fácil ejecución, ya que la mayoría de ellos con esta afección llevan mucho tiempo sin realizar ejercicios o nunca lo han practicado.

**Ejercicios de estiramiento:**

**Posición inicial:** Parado, piernas separadas, brazos laterales, flexión del tronco al frente con vista al frente.

**Posición Inicial:** Parados, brazos al lado del cuerpo, extender un brazo arriba y el otro abajo. Alternar.

**Posición Inicial:** Parados, manos entrelazadas atrás, realizar flexión del tronco al frente elevando brazos.

**Ejercicios de movilidad articular:**

**Posición Inicial:** Parado, piernas separadas, manos a la cintura, realizar conteo uno flexión al frente del cuello y cabeza, dos, flexión atrás.

**Posición Inicial:** Parado, piernas separadas, manos a la cintura, realizar torsión del cuello a ambos lados, alternar.

**Posición Inicial:** Parado, piernas separadas, manos a la cintura, realizar

Uno: flexión lateral del cuello y cabeza a la izquierda.

Dos: flexión a la derecha, alternar.

**Ejercicios de brazos y tronco:**

**Posición Inicial:** Parado, piernas separadas, brazos laterales, realizar círculo con los brazos al frente y círculo con los brazos atrás.

**Posición Inicial:** Parado, piernas separadas, brazos extendidos al frente, abrir y cerrar las manos, cambiando la posición de los brazos (lateral, arriba y abajo).

**Posición Inicial:** Parado, piernas separadas, brazos arriba, realizar flexión profunda del tronco, tratando de tocar la punta de los pies, regresar a la posición inicial.

**Ejercicios de piernas:**

**Posición Inicial:** Parado, piernas separadas, manos en la cintura, elevación de las rodillas al frente de forma alternada.

Posición Inicial: Parado, piernas separadas, manos en la cintura, asalto diagonal, alternando.

Ejercicios fortalecedores. Semicuclillas y Abdominales

Parado, piernas separadas, manos en la cintura y tronco ligeramente flexionado al frente, realizar semiflexión de las rodillas (90°), regresar a la posición inicial.

Ejercicios de abdomen:

Posición Inicial: Decúbito supino, con apoyo de antebrazos y elevación de las piernas, realizar movimiento de tijeras.

Posición Inicial: Decúbito supino, piernas flexionadas en un ángulo de 45 grados, brazos cruzados en el tórax y manos sobre los hombros, realizar movimiento de contracción del abdomen, con pequeño movimiento del tronco al frente.

Ejercicios aeróbicos: se debe desarrollar la resistencia general, también llamada resistencia de base, que es la recomendada para mantener o recuperar la salud.

Marcha, Trote.

Juegos con pelotas y otras actividades:

Algunos de los deportes que pueden ser utilizados son: Voleibol, Baloncesto, Fútbol, Quiquimbol

Otras actividades de carácter físico - recreativo que se pueden realizar por cuenta propia, las cuales favorecen mucho el proceso de rehabilitación de los estudiantes son: el baile, la playa, el campismo, montar bicicleta, pescar, cazar, juegos de mesas y todas aquellas actividades que por sus requerimientos energéticos estén dentro de las posibilidades individuales de realización.

Ejercicios respiratorios:

## **CONCLUSIONES**

Los datos constatados en la práctica educativa de los estudiantes hipertensos investigados, reflejan condiciones desfavorables con relación a condiciones para la realización de actividad física, materiales y medios, para una adecuada atención desde la actividad física, lo que limita aún más su incorporación a la Educación Física.

Los indicadores cardiovasculares de los estudiantes de primero y segundo años de la carrera de Medicina, mostraron un predominio femenino en la condición pre hipertensa, mientras que el grupo masculino resultó mayormente hipertenso, de acuerdo al Programa Nacional Cubano de Hipertensión Arterial.

El comportamiento de la condición cardiovascular de estudiantes de primero y segundo años de la carrera de Medicina, en condiciones basales no mostró diferencias en el grupo de las estudiantes femeninas; sin embargo, en condiciones de prueba del peso sostenido, se reflejó diferencias en el indicador PAS de las estudiantes.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Bauman A, Lewicka M, Schöppe S. (2005). The Health Benefits of Physical Activity in Developing Countries. Ginebra.

Casanova, O. (2010). Folleto de apoyo a la docencia en la asignatura de Cultura Física Terapéutica. UCCFD. La Habana. Cuba

Chang, M. (2015) Información general sobre la hipertensión en el mundo.OMS.2015.

Hernández, R., y col autores (2015). Programa de ejercicios físicos para la rehabilitación de pacientes hipertensos. Editorial Deportes. Habana.

INDER (2015). Programa de Actividad Física para practicantes Hipertensos. Instituto Nacional de Deportes. La Habana. Cuba.

## 3.2

### **LESIONES MÁS FRECUENTES EN LOS ESTOMATÓLOGOS. TRATAMIENTO MEDIANTE EJERCICIOS FÍSICOS TERAPÉUTICOS.**

MSc. Armando Gabriel Padrón Gómez

Universidad de Ciencias Médicas de Villa Clara. Correo-e: armandopg@infomed.sld.cu  
<https://orcid.org/0000-0003-0082-4264>

Dr. C. Ángela González Padrón

Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. [angelag@uclv.cu](mailto:angelag@uclv.cu) <https://orcid.org/0000-0002-5396-3295>

#### **RESUMEN**

El tratamiento de las lesiones de hombros y brazos en los estomatólogos guarda una estrecha relación con el ejercicio físico que puede prevenir y sanar dichas afecciones, al contribuir a la rehabilitación y recuperación del individuo, sin embargo, es evidente un problema científico expresado en el pobre empleo de esta forma de tratamiento que conduce a dejar de aprovechar sus ventajas no solo para recuperar al estomatólogo, sino también para prevenir enfermedades y mantener la salud de estos profesionales. Los objetivos del trabajo son caracterizar las lesiones más frecuentes en hombros y brazos de los estomatólogos y argumentar la función terapéutica de ejercicios físicos en el tratamiento de estas lesiones. Se emplean en la revisión métodos teóricos como el analítico sintético y el inductivo deductivo, de nivel empírico el análisis de documentos, se toma información de bases de datos de Scielo y Google Académico. Como resultados se obtiene la caracterización de las lesiones más frecuentes como luxaciones, tendinitis y bursitis en los estomatólogos y la argumentación de los ejercicios físicos recomendables para el tratamiento de estas. Se concluye, mediante la revisión, que es importante tener en cuenta el papel de los ejercicios físicos con fines terapéuticos en integración con la medicación, pues se contribuye a una mejor rehabilitación de los estomatólogos que sufren lesiones durante el ejercicio de su profesión.

**Palabras Clave:** lesiones, estomatólogos, ejercicios físicos.

#### **INTRODUCCIÓN**

La Estomatología es una de las especialidades médicas de la cual se gradúan al año un promedio de 145 estudiantes en Villa Clara. Cubren las necesidades de los pacientes tanto en zonas urbanas como rurales, colaboran en el trabajo profiláctico dirigido a los grupos poblacionales de

mayor riesgo odontológico como niños, embarazadas y adultos mayores y en la educación para la salud. Actualmente también contribuyen a las acciones de pesquisa activa contra la Covid-19 en las diferentes áreas de salud de los municipios.

Esta especialidad en su práctica directa con el paciente en el sillón, requiere de acciones físicas que implican destreza, fuerza y rapidez, se realiza en dos posturas fundamentales, de pie o sentado y cada caso que se atiende necesita de un tiempo determinado, dependiendo de su complejidad, constituyendo una labor en la cual al día se atienden aproximadamente por un solo estomatólogo, más de 16 pacientes en condiciones normales. En contexto de pandemia es diferente, se atiende una cantidad aproximada de 8 pacientes con carácter de urgencia en cumplimiento de las medidas sanitarias.

La repetición a diario del movimiento de los brazos, estar en una postura por mucho tiempo y ejercer fuerza en el caso de las extracciones, las cuales muchas veces son difíciles de realizar en breve tiempo y requieren de hacer presión sobre la pieza dental, puede provocar lesiones en los brazos y hombros de estos especialistas, sobre todo si ellos no están debidamente preparados desde el punto de vista físico, que les permitan un buen desempeño de su labor. Sin embargo, en el apoyo a las pesquisas activas para detectar casos de Covid-19, los estomatólogos deben caminar largas distancias para lo cual un buen entrenamiento físico sería muy beneficioso por su valor profiláctico, además de que mejoraría su autoconcepto (Álvarez, Cuevas, Lara y González, 2015). Es común que los estudiantes de esta carrera la elijan sin conocer que la preparación física que deben poseer además de hábitos de ejercitación, es clave en su futura profesión porque les evitaría padecer de enfermedades profesionales. (Díaz, 2015)

Desde el punto de vista clínico, una lesión es un cambio anormal en la morfología o estructura de una parte del cuerpo producida por un daño externo o interno. Estas producen una alteración de la función o fisiología de órganos, sistemas y aparatos, trastornando la salud y produciendo enfermedades. Los estomatólogos en su desempeño sufren de diferentes lesiones por sobre uso de los tendones y ligamentos. (Álvarez, Céspedes y Pérez, 2018)

Las lesiones son originadas por diversos mecanismos nocivos o dañinos, que alteran el equilibrio o la homeostasis celular. Las causas pueden ser externas o internas. (Claros, Cruz y Beltrán, 2016)

En la literatura médica se encuentran alternativas farmacológicas para el tratamiento de estas lesiones, desde los analgésicos y antiinflamatorios hasta los relajantes musculares. Sin embargo, estas lesiones en hombros y brazos, además de los compuestos químicos, pueden recibir otras posibles respuestas para sanarlas, es el caso de los ejercicios físicos con fines terapéuticos y rehabilitadores, los cuales resultan altamente eficaces y existe un pobre empleo de esta forma de tratamiento por lo que se desaprovechan sus ventajas en la recuperación del paciente.

Por lo anteriormente expresado se determinan como objetivos del trabajo: caracterizar las lesiones más frecuentes en hombros y brazos en los estomatólogos y argumentar la función terapéutica y rehabilitadora de determinados ejercicios físicos en el tratamiento de estas lesiones.

Para realizar la revisión se emplean métodos teóricos como el analítico sintético y el inductivo deductivo, que permitieron determinar las características esenciales de las lesiones en hombros y brazos de los estomatólogos en la medida en que se revisaban los textos especializados, su relación con las acciones que realizan los estomatólogos y cómo se presentan estas lesiones. También se infieren de la revisión los ejercicios más apropiados para el tratamiento.

Para lograr los argumentos necesarios sobre el papel de los ejercicios físicos terapéuticos para el tratamiento de estas lesiones, se utiliza del nivel empírico el análisis de documentos, tomando artículos, libros y tesis referenciados en bases de datos de Scielo, Google Académico e Infomed.

Se tomaron en cuenta las palabras claves: lesiones, ejercicio físico, estomatólogos y los operadores booleanos “and”, “or”. Se estudiaron artículos, libros, tesis de grado y otras bibliografías donde más del 50 % pertenece a los últimos seis años.

Mediante la revisión se constata que, de las causas de dolor en el hombro, la más común se origina en los tejidos blandos periarticulares (tendones y bursas), con frecuencia asociada a la enfermedad del manguito rotador. Los hombros son las articulaciones más propensas a presentar bursitis y tendinitis, la que puede llegar a calcificarse y ocasionar dolor e incapacidad funcional. (Pérez y Pérez, 2015)

Las lesiones de hombros y brazos más frecuentes de los estomatólogos se caracterizan a continuación:

- Luxación de hombro: es la lesión en la cual los segmentos óseos que forman una articulación se separan. La luxación de hombro, o luxación escapulohumeral ocurre con frecuencia debido a la gran amplitud de movimientos que presenta esta articulación. Se relaciona en este caso con las múltiples acciones del estomatólogo(a) tanto en la preparación de la operación dada como en el empleo del instrumental necesario para realizarla y finalizarla de manera repetitiva.

- Tendinitis del supraespinoso: Se debe a la inflamación del tendón del músculo supraespinoso, es una de las causas más frecuentes de dolor en el hombro. (Martínez, Bravo, Martín y Suarez, 2019). En esta profesión se relaciona con la postura de pie y emplear los brazos en el aire, es decir, sin apoyo alguno para trabajar en la boca del paciente.

- Tendinitis bicipital: Se debe a la inflamación del tendón de la porción larga del músculo bíceps braquial en la región del hombro. Provoca dolor en la zona anterior de la articulación. Es el resultado de usar los brazos por mucho tiempo sin apoyo y ejerciendo fuerza sobre la boca del paciente.

- Bursitis: es la inflamación de una bolsa serosa, estructuras que se encuentran generalmente cerca de las articulaciones y sirven para facilitar los deslizamientos de las partes móviles, en particular huesos, músculos y tendones. En la región del hombro es habitual la bursitis subacromial, provocada por la inflamación de la bolsa serosa del mismo nombre que protege el músculo supraespinoso del roce con el acromion. La inflamación de la bolsa se debe generalmente a microtraumatismos repetitivos y causa dolor en la región anterior y lateral externa del hombro, provocando además déficit de movilidad. La repetición diaria de los mismos movimientos provoca el sobre uso de estas estructuras.

El tratamiento general de la tendinitis en un primer momento necesita de técnicas de Fisioterapia como el uso de bolsas de hielo para bajar la inflamación los tres primeros días, después un contraste de frío y calor por tres días, acompañado de reposo, a veces mediante férulas o inmovilizaciones. A continuación, se comienza con los ejercicios terapéuticos y rehabilitadores.

En el caso de que el estomatólogo(a) haya sido intervenido quirúrgicamente, las sesiones de ejercicios se realizan en tres fases, una hospitalaria, una fase de convalecencia y la última de mantenimiento.

En el tratamiento médico de la bursitis se emplean fármacos como antiinflamatorios no esteroideos (AINES), ejemplo el ibuprofeno, para calmar el dolor y la inflamación, la artrocentesis y otros.

Si la inflamación no responde al tratamiento inicial, podría estar indicado aplicar una infiltración intraarticular (procedimiento consistente en inyectar dentro de la articulación un fármaco) con glucocorticoides, este procedimiento tiene riesgos implícitos importantes, como desencadenar o causar una infección grave de la articulación.

Otro tratamiento es con antibióticos, ya que la bursitis puede ser ocasionada por infecciones. Algunas veces, se debe hacer un drenaje quirúrgico de la bolsa infectada.

A pesar de las alternativas de tratamiento por parte de la medicina clásica y de la medicina tradicional, desde la Cultura Física se plantean otras posibilidades que, de ser tomadas en cuenta, pueden contribuir a la recuperación de los estomatólogos(as) que sufren de luxaciones, tendinitis y bursitis, aportando propuestas de ejercicios físicos con fines terapéuticos y rehabilitadores.

Como complemento del tratamiento con antibióticos, analgésicos y antiinflamatorios, los ejercicios físicos para el hombro lesionado, aumentan la movilidad y la función, evitan la atrofia muscular y la pérdida de la elasticidad capsular, se indican los ejercicios activos de movimiento amplio de Codman (ejercicios pendulares o anti gravitatorios), se evita la abducción y se logra el movimiento de la articulación glenohumeral. (Pérez y Pérez, 2015)

Se ha demostrado que los músculos escapulares son débiles y tienen limitada la flexibilidad escapulo torácica, por tanto, se aplica una carga adicional en el músculo glenohumeral en actividades cotidianas o en actividades atléticas de las extremidades superiores. La vascularización del tendón es escasa, encontrando zonas conocidas como la zona crítica que están poco irrigadas (5 cm de su inserción en el supraespinoso). El aporte sanguíneo del tendón aumenta durante el ejercicio y ante los procesos de curación y disminuye cuando es sometido a tensión, torsión o compresión.

Los ejercicios recomendables en estos casos son los ejercicios de tríceps braquial. El tríceps es un gran músculo de tres cabezas que abarca el 60% de la masa muscular del brazo, pero al ser extensor suele ir a favor de la gravedad, y no se desarrolla mucho.

El tríceps puede trabajarse a través de los movimientos de extensión en contra de la gravedad, para que el músculo trabaje, y haciendo que la flexión vaya a favor de la gravedad. Ejemplos de ejercicios de tríceps son el uso de poleas para tríceps, y brices braquial. Por las condiciones actuales de pandemia, en el hogar se pueden realizar estos ejercicios con una mínima preparación, una silla, una cuerda que pase por una argolla o rondana en lo alto, la persona puede halar la cuerda con la mano contraria a la del brazo lesionado amarrado a la cuerda, se hala y se extiende ese brazo, luego se baja suavemente y así con 6 a 10 repeticiones.

También se puede realizar usando la soga de un pozo de brocal, se trata de hacer el movimiento de sacar agua del pozo con un mínimo de peso, halando la soga con la rondana, así rotarían los ligamentos de hombros y muñecas. Esta es una variante del ejercicio # 4 de Codman (2021) que se ilustra en la figura 1 a continuación.

Figura 1: Ejercicios de hombro con poleas.



Una variante del ejercicio # 6 de Codman (2021) sería llenar dos pomos de igual capacidad con arena de construcción o de mar, o bolsas de arroz de igual peso (de 5 a 10 libras), realizar de 6 a 8 repeticiones de los movimientos que se ilustran en la figura 2.

Los ejercicios con pesas fortalecen y tonifican la musculatura del brazo, del antebrazo, de los tendones y ligamentos del hombro y las uniones articulares con el segmento clavicular del cuerpo. Como variante realizar planchas de pie apoyados en la pared separando el cuerpo de esta, de 6 a 8 repeticiones diarias.

Figura 2: Ejercicios de hombro con pesas.



Figura 3: Ejercicios para los hombros y brazos. Rueda de hombros.

En este caso la variante sería emplear la máquina de moler carne o la de moler café sin tener contenido dentro de estas, solo para mover de forma circular el brazo lesionado, de forma suave con 6 a 8 repeticiones.

Con fines profilácticos se recomienda a los estomatólogos(as) realizar una breve gimnasia y algunos estiramientos previo a sus tareas en el Policlínico u Hospital, para estimular sus articulaciones y mantenerlas tonificadas. Previo a los ejercicios deben realizar un masaje por todo el cuerpo, primero se frota las manos preferiblemente limpias, luego las pasan por el rostro en forma circular hacia afuera, luego por la cabeza hacia atrás, los brazos hacia arriba por fuera y hacia abajo por dentro, masajear los hombros con la mano contraria en forma circular, pasar las

manos por el pecho y abdomen en forma circular suave, por detrás de las caderas y por fuera de las piernas hacia abajo y por dentro de las piernas hacia arriba llegando a la ingle, esto conlleva una flexión del tronco, se hace hasta donde se pueda, la finalidad es masajear todo el cuerpo. Las manos estimulan la circulación y alertan el cuerpo para las tareas a realizar. (Álvarez, 2015)

No siempre se aprovechan las ventajas del ejercicio físico con enfoque terapéutico, sin embargo, según Barros (2018) el ejercicio físico puede estar dirigido a resolver un problema motor concreto, mejora la función mental, la autonomía la memoria, la rapidez, la imagen corporal y la sensación de bienestar, cuestiones necesarias para que un estomatólogo (a) se recupere de sus lesiones en hombros y brazos y se incorpore en mejores condiciones físicas y psicológicas al trabajo. (Vicente, 2016)

Se previenen la tendinitis y otras lesiones, al evitar movimientos repetitivos y el uso excesivo de una extremidad. También es beneficioso realizar ejercicios de calentamiento lentos y suaves antes de una actividad agotadora y mantener todos los músculos fuertes y flexibles, tal como lo afirma Álvarez (2015) mediante las series cortas del Tai Chi Chuan. Aunque emplean más los brazos, los estomatólogos(as) necesitan de todo su cuerpo para realizar su labor médica.

Existe una gran cantidad de población que emplean los ejercicios con pesas para aumentar su masa muscular de brazos y piernas con fines estéticos, sin embargo, los estomatólogos necesitan realizar estos ejercicios con carácter profiláctico para su profesión, empleando para esto el peso apropiado.

Es cierta la importancia del reposo y de la medicación, estos mitigan el dolor, contienen las infecciones y bajan la inflamación, no obstante, no son menos importantes los ejercicios físicos porque a la larga son estos los que activan el funcionamiento bioenergético de los tendones y ligamentos en hombros y brazos. Como valor agregado a la influencia en el aspecto físico, se constata el valor de los ejercicios presentados como alternativas para la disminución del estrés propio del trabajo estomatológico. (Obando, Calero, Carpio y Fernández, 2017)

Se coincide entonces con Mederos, Hernández, Medina, Blanco, Aranda, López, Chávez y Beltrán (2015) que ponderan las diferentes clases de ejercicio físico y los mecanismos relacionados con la acción terapéutica de éstos, necesarios al trabajar con los pacientes de forma individual o mediante grupos de salud.

Las ventajas de los ejercicios físicos es que se emplean los mismos principios de aplicación para enfermos que para personas sanas, lo que manifiesta su influencia múltiple, el carácter aplicado y el sentido sanitario. (Mederos, Hernández, Medina, Blanco, Aranda, López, Chávez y Beltrán, 2015)

## **CONCLUSIONES**

Según la literatura consultada, las lesiones más frecuentes en los estomatólogos son las luxaciones, tendinitis y bursitis, las cuales se caracterizan en general por afectar con inflamación las articulaciones y ligamentos de hombros y brazos, provocar dolor y afectar su desempeño laboral. Entre las causas están el sobre uso de los brazos en determinadas posturas y la falta de preparación física de estos galenos.

La revisión permite reunir argumentos a favor del valor terapéutico de ejercicios físicos recomendables desde la Cultura Física para el tratamiento de las lesiones en hombros y brazos

de los estomatólogos. Se sugieren variantes para realizar los ejercicios en el hogar en contexto de pandemia.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Álvarez Miranda, O. (2015) Tai Chi Chuan. Beneficios de su práctica. Editorial Oriente, Santiago de Cuba, pág. 153-158. Colección Autoayuda.

Álvarez Rivera, L., Cuevas Ferrera, R., Lara Pot, A. y González Hernández, J. Diferencias del auto concepto físico en practicantes y no practicantes de actividad física en estudiantes universitarios. Cuadernos Psicología del Deporte [Internet] 2015 [citado 2019 Nov 23]; 15 (2):27-34. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v15n2/psicologia\\_deporte03.pdf](http://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v15n2/psicologia_deporte03.pdf)

Álvarez Romero, Y., Céspedes Proenza, I. y Pérez Ramírez, H. M. (2018) Relación entre posturas no ergonómicas y la presencia de dolor postural en estudiantes de estomatología, Revista de Medicina Isla De la Juventud, Vol. 19 No. 2, 2018.

Barros Paredes, F. M. (2018) La preparación física y las lesiones deportivas en los integrantes de la asociación de árbitros profesionales de fútbol de Pastaza. Quito: Universidad de Quito; 2018. Disponible en: <http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/28497/1/1600493637%20Fredy>

Codman, Ernest Amory (2021) Terapia Física <https://www.terapia-fisica.com/ejercicios-de-codman/>

Codman, Ernest Amory (2021) MANUAL MSD versión público general [https://www.msmanuals.com/es/hogar/multimedia/figure/fx\\_codman\\_exercices\\_es](https://www.msmanuals.com/es/hogar/multimedia/figure/fx_codman_exercices_es)

Claros Vidarte, J.A., Cruz Quintero, M.V. y Beltrán Herazo, Y. Efectos del ejercicio físico en la condición física funcional y la estabilidad en adultos mayores. MEDISAN citado 2016 Abr 16]; 17(2):[Aprox. 12 p.] Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v17n2/v17n2a06>.

## LA INCLUSIÓN DE ESCOLARES CON DISCAPACIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA DESDE LA COMPETENCIA PEDAGÓGICA DEL PROFESOR

Dr. C. Daniela Milagros Palacio González.

Institución: UCLV. Facultad de Cultura Física Correo electrónico: dpalacio@uclv.cu; ORCID: 0000-0002-3708-2578 País: Cuba

Dr. C. Ángela González Padrón Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas. angelag@uclv.cu <https://orcid.org/0000-0002-5396-3295>

Dr. C. Mayda Gutiérrez Pairoi.

Universidad Central Marta Abreu de Las Villas Facultad Cultura Física. Centro de Estudio Cultura Física y Deporte. mpairoi@uclv.cu. <https://orcid.org/0000-0002-7868-8218>

### RESUMEN

La percepción sobre competencia pedagógica para la atención educativa a alumnos y alumnas con discapacidad, es de especial importancia para los profesionales de la Educación Física. El **objetivo** de la presente investigación fue analizar la competencia pedagógica reconocida por parte de profesores de Educación Física del municipio Santa Clara, para la inclusión de escolares con discapacidad física en sus clases. Participaron en el estudio noventa (n=90) profesores de Educación Física del municipio Santa Clara. Entre los métodos se utilizó principalmente el instrumento “Escala de Autoeficacia en Profesores de Educación Física hacia Alumnos con Discapacidad (EA-PEF-AD) de Reina, Hemmelmayr et al. (2016)”; con su respectiva adecuación al contexto. Los **resultados** indicaron que los profesores pertenecientes a la población 2 con formación específica, reconocen una mayor competencia para enfrentar el proceso de inclusión de escolares con discapacidad en sus clases de educación física; después de recibido el sistema de Talleres; en comparación con la población 1.

**Palabras clave:** competencias pedagógicas; discapacidad; educación física, inclusión.

### INTRODUCCIÓN

Las competencias son consideradas como el “conjunto de conocimientos prácticos requeridos para una calificación profesional o para el ejercicio de una determinada profesión u oficio” Obregón (2000). La competencia profesional en el ámbito educativo ha sido tratada por Obregón (2000); Gómez, del Valle, & De la Vega (2018); Martín, Pastor, & Oliva (2019); y Cañadas, Santos y Castejón (2019); y Herrera & Almonacid (2019); Tobar, Freundt, Gaete, & Lara (2020), quienes coinciden en plantear que estas deben ligarse a la acción, la experiencia y el contexto socio-profesional. Para López, et al. (2016), implica la aplicación integrada de cuatro capacidades básicas: saber, saber hacer, saber ser y saber estar y su aplicabilidad en situaciones reales.

La competencia pedagógica en la Educación Física (EF), ha sido tratada por Martínez y Moya (2017); Cañadas, Santos y Castejón (2019); y retomada por Rodríguez, Civeiro y Navarro (2016); Reina, Hemmelmayr, y Sierra (2016); López, & García, (2018); Abellán, Sáez, Reina, Ferriz, y Navarro (2019); y Cañadas, Santos y Castejón (2019) para la inclusión de escolares con discapacidad en la educación física contemporánea.

Concuerdan estos autores en que para dar respuesta a una práctica inclusiva de alumnos con discapacidad en EF; es necesario entre otros aspectos la competencia pedagógica desde la

planificación, la organización y lo comunicativo, unido a la formación EF en inclusiva, la participación previa en deporte inclusivo, y alguna experiencia profesional previa con personas con discapacidad, la necesidad de incluir programas de formación en EF inclusiva, tanto en la formación inicial como permanente de los profesores de educación física en el nivel primaria.

En función de lo anterior, **el objetivo** de la presente investigación fue analizar la competencia pedagógica reconocida por parte de profesores de Educación Física del municipio Santa Clara, para la inclusión de escolares con discapacidad física en sus clases.

Se desarrolló un estudio experimental, donde se comparó la percepción de competencia pedagógica para el proceso de inclusión, entre las poblaciones en estudio, antes y después de aplicado un conjunto de Talleres de superación.

Participaron en el presente estudio noventa (n=90) profesores de Educación Física del municipio Santa Clara. Se establecieron dos poblaciones según el Combinado Deportivo (CD) al que pertenecen. La población 1 (P1) compuesta por 45 profesores del CD Victoria de Santa Clara y la población 2 (P2) 45 profesores del CD Julio A. Mella.

En cuanto al sexo, 53 eran hombres el 58.8% de la población total, (P1 = 27, 60%) (P2 = 26, 57.7%) y 37 mujeres el 41.5% de la población total, (P1 = 18, 40%, P2, = 19, 42,2). La edad en las poblaciones (P1 = 40,9±14,202 años, P2 = 42,29±10,474 años). Relacionado con el nivel escolar 81 son licenciados 90%, 9 master 10% (P1 = 43 Lic.; 2 master) (P2 = 38 Lic.; y 7 master P2). La experiencia laboral docente de los profesores incluidos en el estudio es de (P1 = 17,7±11,789 años, P2 = 19,29±10,597 años).

En lo que se refiere a experiencias previas de formación en Actividad Física Adaptada, sólo 22 de los profesores habían tenido experiencia previa, 24, 4 %. (P1 = 9 20%, P2 = 13 28.8%). Estos mismos datos corresponden con los profesores que han tenido contacto previo con personas con discapacidad en el ámbito profesional. Al momento de la investigación 18 profesores contaban con escolares incluidos en sus grupos clases; en la P1 (8 profesores) en la (P2 10 profesores).

Se procedió a la adecuación del instrumento Escala de Autoeficacia en Profesores de Educación Física hacia Alumnos con Discapacidad (EA-PEF-AD) de Reina, Hemmelmayr et al. (2016); aplicado en el contexto español y adaptado a los profesores en estudio, con el objetivo de comprobar que entre ambas no existen diferencias en cuanto edad y experiencia laboral, a para ello se realizó un análisis de normalidad a las variables cuantitativas, obteniéndose que no se distribuyen normal, la experiencia laboral en ambas poblaciones (P1 y P2) ni la edad en la población P2, mediante de Educación Física del nivel primaria y secundaria básica. Se aplica la sub-escala referida a la discapacidad físico-motora, para ajustarse a la realidad del contexto escolar que se investiga. En este caso se evalúan a los profesores en términos de reconocimiento de su competencia pedagógica a través de la escala tipo Likert, donde 1 significa “reconozco no ser competente” y 5 significa “reconozco completamente que soy competente” ante las situaciones planteadas.

La toma de datos fue realizada en las 2 poblaciones seleccionadas para el estudio, durante el curso académico 2018-19. Se desarrolló en tres etapas: en la primera se comprobó el estado inicial de competencia en ambas poblaciones. En la segunda (intervención-aplicación de talleres a la población 2) y en la tercera, se verificó el estado final de reconocimiento de competencia en los profesores a través de la aplicación nuevamente del instrumento a la población 2.

## DESARROLLO

Se procedió a realizar una comparación entre las poblaciones la Prueba de Shapiro-Wilk, Tabla 1 (Prueba de normalidad).

**Tabla 1.** Comportamiento de la edad y la experiencia laboral.

Pruebas de normalidad		Shapiro-Wilk Estadístico	Sig.	$\bar{x} \pm s$	U de Man Whitney U (Sig.)
Edad	Victoria de Santa Clara (P1)	0,952	0,058	40,9±14,202	950,5
	A. Mella de Santa Clara (P2)	0,941	0,024	42,29±10,474	(0,617)
Exp. Lab	Victoria de Santa Clara (P1)	0,913	0,003	17,7±11,789	968,5
	Julio A. Mella de Santa Clara (P2)	0,913	0,002	19,29±10,597	(0,722)

Al comparar ambas poblaciones en cuanto a la edad y la experiencia laboral, mediante la prueba U de Man Whitney no existen diferencias significativas en la edad (U=950,5; p=0,617) ni en la experiencia laboral (U=968,5; p=0,722) entre ambas poblaciones. Tabla 1 (Prueba U de Man Whitney).

**Tabla 2.** Comportamiento de la Discapacidad por combinados

Discapacidad físico-motora	Combinado Deportivo Victoria de Santa Clara (P-1)		Combinado Deportivo Julio A. Mella (P-2)		TOTAL		U de Mann-Whitney		
	N	%	N	%	N	%	U	Z	Sig
	Amput	1	9,1	0	0,0	1	3,4	990.000	-1.000
acondrop	1	9,1	0	0,0	1	3,4	990.000	-1.000	0,317
AfectMI	2	18,2	0	0,0	2	6,9	990.000	-1.000	0,317
LuxCC	1	9,1	0	0,0	1	3,4	990.000	-1.000	0,317
Hemiplejia	1	9,1	2	11,1	3	10,3	1.012.000	-0,016	0,987
Disartria	0	0,0	2	11,1	2	6,9	990.000	-1.000	0,317
Cuadrip	0	0,0	1	5,6	1	3,4	990.000	-1.000	0,317
miembroinfizq	0	0,0	2	11,1	2	6,9	990.000	-1.000	0,317
Hemiparesialz q	0	0,0	3	16,7	3	10,3	967.500	-1.422	0,155
Pcer	4	36,4	6	33,3	10	34,5	989,000	-0,408	0,683
PBO	1	9,1	2	11,1	3	10,3	1.012.000	-0,016	0,987
TOTAL	11	100,0	18	100,0	29	100,0			

En cuanto al comportamiento de la Discapacidad por combinados se puede apreciar que la Parálisis cerebral se presenta en mayor proporción en ambas poblaciones, no existen diferencias significativas entre ambos combinados con respecto a la presencia de discapacidades físico motoras.

**Tabla 3.** Comparación de las poblaciones P1 y P2 antes de aplicar el Sistema de Talleres en la población 2.

Indicadores	U de Mann-Whitney		
	U	Z	Sig.
a_1	889.500	-1.083	0,279
b_1	991.500	-0,192	0,848
c_1	993.500	-0,179	0,858
d_1	923.000	-0,791	0,429
e_1	866.500	-1.279	0,201
f_1	948.000	-0,612	0,54
g_1	894.000	-1.041	0,298
h_1	991.500	-0,192	0,848
i_1	823.500	-1.680	0,093
j_1	832.000	-1.560	0,119
k_1	950.000	-0,546	0,585
l_1	834.000	-1.517	0,129

La tabla 3, refleja los resultados de la prueba U de Mann Witney al comparar las poblaciones antes de aplicar el Sistema de Talleres en la Población 2, se observan que no existen diferencias significativas en ninguno de los indicadores, por lo que se parte de condiciones similares: reconocer no ser competente para llevar a cabo el proceso de inclusión de escolares con discapacidad en sus clases de educación física.

En cuanto a la competencia para planificar las tareas motrices (indicadores a, b, c y d), se percibe similitud en ambas poblaciones; al reconocer que no incluyen en ambos casos, objetivos individuales considerando los resultados de evaluaciones periódicas, no conciben el tipo de apoyo y ni aseguran las condiciones materiales y organizativas para la clase en función de los escolares con discapacidad.

También resultan similares los resultados de las dos poblaciones en relación al reconocimiento de su competencia organizativa (indicadores e, f, g y h), estos afirman que no identifican intereses y motivaciones del grupo hacia el escolar con discapacidad y en la cooperación con estos; en ningún caso reconocen cómo utilizar los medios de enseñanza, ni presentar el contenido ya adaptado. Ante las situaciones imprevistas que se presenten en el grupo, no saber qué hacer; específicamente durante la enseñanza de las habilidades del deporte que se enseñe en la etapa.

Finalmente consideran ambas poblaciones que se no se sienten competentes para estimular relaciones adecuadas de aceptación, cooperación y ayuda mutua en el grupo, modificar reglas del juego; analizar las situaciones problemáticas que se presenten durante el juego y tomar las medidas necesarias. No utilizan la terminología propia del deporte complementada con el deporte adaptado correspondiente y escasamente establecen el vínculo escuela-grupo escolar-familia; elementos que corresponden a los (indicadores i, j, k, y l).

**Tabla 4.** Resultado de la prueba de los signos, en la comparación antes y después de aplicado el sistema de Talleres en cada una de las poblaciones.

	Combinado Victoria Clara(P-1)	Deportivo de Santa Clara	Combinado A. Mella de Santa Clara(P-2)	Deportivo Julio de Santa Clara(P-2)
	z	sig.	z	sig.
a	-2.530	0,111	-6.557	0,003
b	-2.432	0,112	-6.091	0,002
c	-2.333	0,320	-6.633	0,000
d	-6.557	0,201	-6.403	0,000
e	-6.557	0,402	-2.333	0,020
f	-6.481	0,205	-6.557	0,001
g	-6.557	0,104	-6.557	0,002
h	-6.403	0,300	-6.481	0,005
i	-6.557	0,703	-6.557	0,004
j	-6.091	0,202	-2.432	0,012
k	-6.633	0,100	-6.481	0,021
l	-6.481	0,221	-2.530	0,011

La tabla 4, refleja los resultados de los indicadores, comparando cada una de las poblaciones consigo misma antes y después de aplicado el Sistema de Talleres en la Población 2. Los profesores de esta población, reconocen mayor competencia para la planificación de las tareas motrices, al considerar que ya pueden incluir objetivos individuales a partir de los resultados de evaluaciones periódicas que haya recibido el escolar con discapacidad. También, consideran que en el proceso pueden concebir el tipo de apoyo más efectivo para los 6 escolares con parálisis cerebral (33,3%) y brindar una mayor seguridad en cuanto a las condiciones materiales y organizativas para los escolares con hemiparesia espástica y afectaciones de miembros inferiores.

En cuanto a la competencia para la organización también resultan superiores los resultados de la Población 2, en este caso su apreciación para identificar intereses y motivaciones del grupo hacia los 18 alumnos con discapacidad que atienden y en la cooperación con estos, resultó superior a la población 1 después de recibir los talleres. Así mismo, consideran sentirse en mejores condiciones para determinar cómo utilizar los medios de enseñanza, presentar el contenido ya adaptado y redistribuir a los escolares con discapacidad cuando se presenten situaciones imprevistas en el grupo, específicamente durante la enseñanza de las habilidades del deporte, para los 6 escolares con parálisis cerebral, los que presentan hemiparesia espástica y afectaciones de miembros superiores, principalmente.

En relación a la comunicación, la Población 2 refleja mayor percepción de competencia, pues en la comparación resulta un mayor reconocimiento a la posibilidad de estimular relaciones adecuadas de aceptación, cooperación y ayuda mutua en el grupo, sobre todo en el desplazamiento de los escolares con parálisis cerebral y afectaciones de los miembros inferiores fundamentalmente; analizar las situaciones problemáticas que se presenten durante el juego y tomar las medidas necesarias, utilizar la terminología propia del deporte que se enseña y su complementación con el deporte adaptado correspondiente, así como, establecer vínculo escuela-grupo y escolar-familia de los 18 escolares con discapacidad que atienden.

En resumen se observan cambios muy significativos ( $Sig < 0,01$ ) en todos los indicadores en la Población 2, donde fue aplicado el Sistema de Talleres, no ocurriendo así en el caso de la Población 1. Estos resultados pueden estar relacionados con las experiencias previas de

formación en Actividad Física Adaptada y el contacto previo con personas con discapacidad de un mayor porcentaje de profesores de la Población 2; coincidiendo con Abellán, Sáez, Reina, Ferriz, y Navarro (2019) y Cañadas, Santos y Castejón (2019) quienes valoran estos factores como importantes en el éxito del proceso de la Educación Física Inclusiva.

## **CONCLUSIONES**

Los profesores de Educación Física involucrados en el estudio, reconocían inicialmente, poseer un estado limitado de competencia pedagógica para la inclusión de escolares con discapacidad en la clase.

Las competencias pedagógicas para la inclusión de escolares con discapacidad en Educación Física, se enmarcan en la habilidad para la planificación, la organización y la comunicación en la clase con escolares con discapacidad incluidos en ella.

Los profesores pertenecientes a la Población 2, reconocen una mayor competencia para enfrentar el proceso de inclusión de escolares con discapacidad en sus clases de educación física; después de recibido el sistema de Talleres.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Abellán Hernández, J., Sáez Gallego, N. M., Reina Vaíllo, R., Ferriz Morell, R., & Navarro Patón, R. (2019). Percepción de autoeficacia hacia la inclusión en futuros maestros de educación física. *Revista de psicología del deporte*, 28(1), 0143-156.

Cañadas, L.; Santos-Pastor, M. L. Castejón, F.J. (2019). Competencias docentes en la formación inicial del profesorado de educación física. *Retos*, 35, 284-288.

Gómez, M. I. R., del Valle Díaz, M. S., & De la Vega Marcos, R. (2018). Revisión nacional e internacional de las competencias profesionales de los docentes de Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (34), 383-388.

Herrera, J. D. C. P., & Almonacid, J. H. (2019). Formación inicial docente en profesores de educación física. Levantamiento de competencias específicas a partir de las necesidades del medio educativo. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (35), 61-66.

López, I. G., & García, D. M. (2018). La formación permanente como herramienta para mejorar la intervención del maestro de educación física con alumnado con discapacidad. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (33), 118-122.

Martín, L. C., Pastor, M. S., & Oliva, F. J. C. (2019). Competencias docentes en la formación inicial del profesorado de educación física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (35), 284-288.

Reina, R., Hemmelmayr I, y Sierra, B. (2016). Autoeficacia de profesores de educación física para la inclusión de alumnos con discapacidad y su relación con la formación y el contacto previo. *Psychology, Society, & Education*, 2016. Vol. 8(2), pp. 93-103.

Rodríguez, J. E., Civeiro, A. y Navarro, R. (2016). Formación del profesorado de Educación Física en atención a la diversidad en educación primaria. En V. Arufe (Coord.). Libro de Actas del VI Congreso Mundial del Deporte Escolar, Educación Física y Psicomotricidad (pp. 17). A Coruña: Sportis.

## CULTURA FÍSICA Y REHABILITACIÓN INTEGRAL EN DISCAPACITADOS FÍSICO-MOTORES

MSc. Diana Pérez Rodríguez.

Correo: dianaanaidip@ucvl.cu . Institución: UCLV.FCF

Lic. Fidel Yera Rodríguez.

Prof. de Educación Física. Escuela Regional Marta Abreu. Correo: fidel31@nauta.cu. Orcid: 0000-0002-1942-4343

Lic. Juan Antonio Palacio González.

Prof. Cultura Física. INDER. VC. Email: jpalacio@nauta.cu

### RESUMEN

Los resultados que se exponen en esta investigación es el fruto del trabajo del proyecto multidisciplinario e interdisciplinario "Actividad Física Adaptada e inclusiva para la calidad de vida de poblaciones vulnerables". Objetivo: proponer actividades físicas adaptadas para la rehabilitación integral de escolares con discapacidad físico-motora y sensorial que asisten al Área terapéutica en la Facultad de Cultura Física de Villa Clara. Se utilizan estudiantes de los Círculos Científicos Estudiantiles. Se aplican métodos teóricos, empíricos para la recogida y procesamiento de la investigación. Se resaltan los resultados alcanzados en escolares con parálisis cerebral, parapléjicos y discapacitados sensoriales por ceguera de las comunidades aledañas a la institución. Conclusiones: el tratamiento a que se someten estos sujetos tiene un carácter integral, ya que la estrategia de intervención concibe desde el trabajo cultural, social, recreativo y físico, hasta las orientaciones que se precisan en el núcleo básico de la rehabilitación, que es la familia.

**Palabras clave:** cultura física, discapacidad físico- motora, discapacidad sensorial, rehabilitación integral.

### INTRODUCCIÓN

En los años 70 la Organización Mundial de la Salud (OMS) se plantea la necesidad de traspasar las barreras del proceso de la enfermedad en su secuencia: Pretende ir más allá, con la clasificación de las consecuencias que la enfermedad deja en el individuo, tanto en su propio cuerpo como las repercusiones en su actividad y en su relación con el entorno.

Una deficiencia es toda pérdida o anomalía de una estructura o función psicológica, fisiológica o anatómica.

"Una discapacidad es toda restricción o ausencia (debida a una deficiencia) de la capacidad de realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera normal para un ser humano. "Una minusvalía es una situación desventajosa para un individuo determinado, consecuencia de una deficiencia o una discapacidad, que limita o impide el desempeño de un rol que es normal en su caso (en función de su edad, sexo o factores sociales y culturales).

La 54ª Asamblea de la OMS, en 2001 aprueba la “Clasificación Internacional del Funcionamiento, la Discapacidad y la Salud”, donde ya no se enuncian tres niveles de consecuencias de la enfermedad, sino que se habla de funcionamiento (como término genérico para designar todas las funciones y estructuras corporales, la capacidad de desarrollar actividades y la posibilidad de participación social del ser humano), discapacidad (de igual manera, como término genérico que recoge las deficiencias en las funciones y estructuras corporales, las limitaciones en la capacidad de llevar a cabo actividades y las restricciones en la participación social del ser humano) y salud (como el elemento clave que relaciona a los dos anteriores).

En, su **objetivo principal**: la CIF enuncia “*brindar un lenguaje unificado y estandarizado, y un marco conceptual para la descripción de la salud y los estados relacionados con la salud*”. La OMS abandona el enfoque primitivo de “consecuencias de la enfermedad” para enfocar el objetivo hacia “la salud y los estados relacionados con la salud”. Trata, por lo tanto, de poner en positivo su terminología desde el primer momento (el término “enfermedad” ya no es empleado y a cambio aparece el nuevo término “condición de salud”).

La CIF, desde los comienzos de su elaboración, se pronuncia por un enfoque bio-psico-social y ecológico, superando la perspectiva bio-médica imperante hasta el momento. Particularmente, este dato queda evidente con la inclusión de un apartado (segunda parte) dedicado a los factores contextuales (si bien no podemos considerar que haya alcanzado todos sus objetivos ya que una de las escalas previstas, la de factores personales, no ha llegado a desarrollarse y la otra, la de factores ambientales, habrá de ser sometida a un proceso de verificación, que puede derivar en modificaciones sustanciales)

La salud puede presentarse de forma negativa o positiva (el individuo padece o no una enfermedad o trastorno), pero está claro que, a efectos prácticos, la CIF es fundamentalmente útil para la valoración y descripción de condiciones de salud y, por lo tanto, de la forma negativa de salud.

Por lo tanto y, como ya se ha dicho, en el contexto de la salud: se distinguen términos como funciones corporales, estructuras corporales, deficiencias, actividad, limitaciones para la actividad; participación, restricciones a la participación, y los factores ambientales. En este contexto las “funciones corporales son las funciones fisiológicas de los sistemas corporales (incluyendo las funciones psicológicas). Las estructuras corporales son las partes anatómicas del cuerpo, tales como, los órganos, las extremidades y sus componentes.; las deficiencias son los problemas en las funciones o estructuras corporales, tales como una desviación o una pérdida.

Por otra parte, la actividad es el desempeño/realización de una tarea o acción por parte de un individuo. Las limitaciones en la actividad son consideradas las dificultades que un individuo puede tener en el desempeño o realización de esta. En el caso de la participación es el acto de involucrarse en una situación vital, y por consiguiente las restricciones en la participación son problemas que el individuo puede experimentar al involucrarse en situaciones vitales. Y en el caso de los factores ambientales, constituyen el ambiente físico, social y actitudinal en el que una persona vive y conduce su vida.

En la CIF, la Discapacidad (“Disability”) “*engloba las deficiencias, las limitaciones en la actividad y las restricciones en la participación*” y, así, deja de emplearse como la segunda parte de las consecuencias de la enfermedad y se eleva a término “paraguas” para todas las condiciones de salud negativas, término que sustituye al “disablement” (“discapacitación”) de la CIDDM (que no

llegó a usarse en castellano y que se equiparó a “discapacidad”, con la confusión terminológica que ello produjo).

En la actualidad, el concepto de discapacidad ha sufrido grandes cambios, debido a la evolución en la fundamentación teórica de los modelos explicativos y conceptuales de esta condición. Inicialmente la discapacidad fue entendida como “una característica o atributo de la persona, que es causada directamente por una enfermedad, trauma o condición de salud...” ( modelo médico-biológico); luego, se postuló que “la discapacidad no es la consecuencia de los déficits existentes en la persona, sino la resultante de un conjunto de condiciones, actividades y relaciones interpersonales, muchas de las cuales están motivadas por factores ambientales” (modelo social). Finalmente, por medio de un proceso de integración de los modelos anteriores surgió el modelo biopsicosocial, el cual retomó los modelos anteriores y explicó la discapacidad, como “una consecuencia de las interacciones entre los distintos factores biológicos y las fuerzas sociales”.

En resumen, el concepto de discapacidad más aceptado es el propuesto por la CIF, la cual considera la discapacidad como “un término genérico que engloba las deficiencias, las limitaciones de la actividad y las restricciones para la participación; y que indica los aspectos negativos de la interacción entre el individuo y el contexto<sup>10</sup>. Esta clasificación incluye un componente relacionado con los factores contextuales (ambientales y personales) y reconoce la constante interacción de estos factores con las personas con discapacidad física.

La discapacidad físico motora es entendida habitualmente como la condición del individuo que se caracteriza por limitaciones en la postura y el movimiento, con restricciones en la actividad y la participación social. Esas limitaciones en la postura y el movimiento pueden ser compensadas con los medios de la Cultura Física.

En el contexto de la Cultura Física en Cuba, estas personas son atendidas por una de sus esferas, en este caso, la Cultura Física Terapéutica y Profiláctica, en este ámbito el medio de intervención que se utiliza es el ejercicio físico terapéutico; para emprender el proceso de la rehabilitación física; a través de la intervención médico-profesional sobre el sujeto para el logro de la autonomía personal para una vida independiente como objetivo básico.

La Cultura Física Terapéutica es una disciplina médica independiente, que aplica los medios de la Cultura Física en la curación de enfermedades, lesiones y disminuye la influencia desfavorable de la actividad motora obligatoriamente disminuida, intensifica las reacciones de defensa del organismo durante la enfermedad y contribuye al desarrollo de los mecanismos compensadores.

Así mismo, se ha promovido la creación de Áreas Terapéuticas de Cultura Física para brindar tratamiento a las personas que padezcan algún tipo de enfermedad susceptible a ser mejorada o rehabilitada.

Las actividades físico- sociales, ya sean recreativas, culturales, deportivas o el ejercicio físico, específicamente, pueden hacer del paciente una persona optimista, aumentando su nivel de autovalidismo y mejorando su calidad de vida; si se tiene en cuenta que la Rehabilitación es el sistema de tratamiento, mediante el cual a una persona incapacitada se le coloca mental, física, vocacional y económicamente en condiciones de desenvolverse lo más normalmente posible en un medio social y comprendiendo medidas encaminadas a compensar la pérdida de una función o una limitación funcional. Se utiliza como medio más eficaz para la incorporación a la sociedad de jóvenes que presentan alteraciones del aparato locomotor como la paraplejia, niños con Parálisis Cerebral y discapacitados sensoriales. **Problema:** ¿Cómo contribuir a la rehabilitación integral de

jóvenes con discapacidad físico- motora y sensorial que asisten al Centro Médico Psicopedagógico Fredy Maymura de Santa Clara?

**Objetivo:** proponer un conjunto de acciones físico- sociales para la Rehabilitación Integral de jóvenes con discapacidad físico-motora y sensorial que asisten al Centro Médico Psicopedagógico Fredy Maymura de Santa Clara.

## DESARROLLO

En el estudio se utilizó una población de 15 jóvenes con discapacidad físico-motora y sensorial que asisten al Centro Médico Psicopedagógico Fredy Maymura de Santa Clara

Cantidad	Sexo	Edad	Discapacidad
15	(f) 7	18 a 25 (5)	Paraplejia
	(m) 8	+25 (10)	DFM

Para el estudio se utilizaron métodos como:

Estudio de casos.

Observación directa.

Observación participativa.

Medición.

Entrevista.

Revisión y análisis de documentos.

Criterio de especialistas.

Propuesta de acciones físico- sociales para la Rehabilitación Integral de jóvenes con discapacidad físico-motora y sensorial que asisten al Centro Médico Psicopedagógico Fredy Maymura de Santa Clara.

Objetivo de la propuesta: contribuir a la Rehabilitación Integral de los jóvenes con discapacidad físico-motora y sensorial del Centro Médico Psicopedagógico Fredy Maymura de Santa Clara.

Acciones:

Estudio en profundidad de los aspectos sociales y educativos que redundan en el nivel de autovalidismo como es la sobreprotección, confianza del discapacitado, entorno familiar y comunitario, relaciones sociales, actividades físico-sociales que realizan, barreras arquitectónicas que enfrentan en la vida diaria, resistencias, temores etc.

Creación de los espacios de socialización, tales como actividades festivas de cumpleaños colectivos, intercambios de regalos, actividades donde se preparan a los pacientes para recitar, cantar, animar en dependencia de las potencialidades biopsicosociales. Las intervenciones culturales se realizan previas a entrevistas con profundidad a pacientes y familiares que permiten obtener los gustos y preferencias de los jóvenes.

Retroalimentación a través del control y la evaluación donde juega un papel fundamental la observación de los objetivos relacionados con los avances en el control de la psicomotricidad,

desarrollo de la fuerza muscular, inercia de movimiento, espasticidad, flacidez, etc. Y los subjetivos en cuanto al bienestar del paciente, donde la recogida de la información es la observación participativa, tratando siempre de establecer cuáles son las mejores condiciones para su vida.

Desarrollo de la fuerza muscular en las extremidades superiores, de la movilidad articular y disminución de los niveles de contracturas musculares, lo cual contribuye en su conjunto al mejoramiento en el desplazamiento en la silla de ruedas y desde diferentes lugares, entre ellas rodar.

Movimientos coordinados con implementos deportivos en el caso de los no deportistas e iniciación de algunos elementos de selecciones gimnásticas para ambos sexos.

Recorridos independientes con señalización sonora y sin ella.

Inclusión en cursos de masaje.

Participación en grupos musicales.

Fortalecimiento de las relaciones afectivas entre los jóvenes discapacitados internos y los seminternos y para con los demás, que se expresa constantemente en el proceso interactivo de comunicación dentro y fuera del Centro. En este aspecto se visitan para realizar tareas concretas, ya sean recreativas, de intercambio etc.

Disminución de reacciones de timidez, sentimientos de inferioridad, complejos, rechazos etc.

Disminución de las reacciones de resistencia surgidas por el defecto o por el enfrentamiento al proceso de rehabilitación con el enfoque integrador.

Intervención activa de los familiares en la organización y ejecución del tratamiento que ha garantizado la continuidad del mismo en los hogares, en días alternos en la semana. Han asumido un rol protagónico importante.

Disminución de la sobreprotección de los familiares para con estos niños, que los hace ser más confiados en sí mismos, Además del placer, bienestar que provoca realizar movimientos independientes automáticos.

En la investigación como vía para evaluar la factibilidad de las acciones, se utilizó la consulta de especialistas. Se utilizó un total de 15, todos relacionados con especialidades que se enmarcan en las áreas de Educación Física adaptada y la rehabilitación, lo que le facilita realizar una valoración crítica de la propuesta.

En cuanto al nivel científico, trece son Másteres y dos son Doctores en Ciencias (1 Pedagógicas, 1 Cultura Física). Todos cuentan con una amplia experiencia en la Educación Física adaptada y la rehabilitación, con resultados reconocidos en la actividad educacional y una vasta participación en eventos científicos de carácter territorial, regional, nacional e internacional. Tienen un promedio de 37 años de experiencia en general; cuatro en la Educación Física adaptada y once en la rehabilitación y la Cultura Física. En cuanto a la categoría docente doce están categorizados, de ellos 3 instructores, cinco asistentes y siete auxiliares. Cinco son de la instancia provincial, y diez de la instancia municipal, Seis son del organismo Mined y nueve del Inder.

Para desarrollar la validación se tuvieron en cuenta los siguientes criterios sobre los especialistas.

- Prestigio profesional en la labor que desempeña (profesor, asesor o dirigente).
- Que tengan al menos categoría docente de asistente y/o título académico y/o científico.
- Amplio conocimiento y experiencia en el tema abordado

Para la realización de la consulta se presentó un cuestionario de siete preguntas en las que los especialistas debían evaluar si las acciones garantizan la rehabilitación integral de los jóvenes; la correspondencia entre las acciones y las necesidades de rehabilitación integral; organización de las acciones; la importancia de la propuesta el perfeccionamiento actual.

En relación a si los objetivos formulados garantizan la Rehabilitación integral de los jóvenes para lo cual fueron diseñadas las acciones, 6 se los especialistas (40%) consideran que, en gran medida, “Los objetivos que se exponen en la propuesta acerca de la necesidad de integral un joven capaz de enfrentar las barreras de la inclusión en el CMP y en la comunidad,”. Mientras que los 9 restantes (60%) consideran que en alguna medida.

El aspecto numero dos respecto a existe una total correspondencia entre las acciones pedagógicas que se proponen y las necesidades concretas de los jóvenes, 10 especialistas (66,6 %) lo considera en gran medida. “El análisis de las precisiones para la rehabilitación, tiene gran actualidad y permite movilizar la dimensión personal de los jóvenes, con adecuado desarrollo de cualidades positivas en la comunicación con estos en el CMP y en la comunidad”.

En las valoraciones realizadas, el 86,6% % señala que en gran medida la organización de las acciones a partir de la combinación actividades físicas, sociales y educativas garantizan atender de una forma más integral a los jóvenes. En este mismo aspecto, dos para un (13%), considera que en alguna medida se garantiza, pues incluir actividades de un carácter más práctico sería oportuno para su enriquecimiento.

En el indicador sobre la importancia de la propuesta de acciones en los momentos actuales de inclusión social, los 15 especialistas para el 100%, opinan que en gran medida es importante, por las tendencias de la integración e inclusión social y educativa de las personas con discapacidad. Todos los especialistas avalan la propuesta presentada.

En cuanto a las sugerencias ofrecidas para perfeccionar la propuesta de acciones proponen: incluir actividades de un carácter más práctico y en la comunidad incluyendo familiares sería oportuno para su enriquecimiento.

## **CONCLUSIONES**

El estado actual de los jóvenes, refleja necesidades manifiestas emanadas del diagnóstico relacionado con la necesidad de rehabilitación e inclusión desde lo social, lo educativo y lo físico.

Las acciones terapéuticas empleadas en la Rehabilitación de estos jóvenes y niños han sido efectivas, en la medida que se han adaptado a las características individuales de cada uno, teniendo la particularidad de ser educativas, desarrolladoras y socializadoras.

Los especialistas valoran positivamente las acciones, lo que permite su implementación en etapas venideras.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Arnaís, P. (2015). Barreras contextuales para la participación de las personas con discapacidad física.
- Borse, T. (2017) Actividad Física y Minusvalía. Edit. Algibe. España.
- Sydney Licht. M. D. (1968) Terapéutica por el ejercicio.
- Manual de ejercicio de rehabilitación. Material mimeografiado. Popov, S. N. (1998) Cultura física Terapéutica. Ed Pueblo y Educación. La Habana. .
- Chico Lázaro y Kaunda Kenet. (1999) Acciones terapéuticas en el tratamiento ambulatorio en pacientes parapléjicos, Cuba,
- OMS (2001) Informe de la Salud
- Tamarit Medrano, R. y Muñoz Aguilar, I (2001). La Cultura Física Terapéutica. ¿Casualidad o necesidad? Facultad de Cultura Física de Camagüey.
- Verdugo, M. (2016) La nueva definición de discapacidad.
- Vigotski, L. S. (1995) Fundamentos de Defectología, Obras Completas, Tomo5.1995.

### **3.5**

#### **ESCOLARES PRIMARIOS CON DISCAPACIDAD FÍSICO-MOTORA. ESTUDIO DE CASOS SOBRE SU CONDICIÓN FÍSICA**

Dr. C. Daniela Milagros Palacio González.

Prof. Titular. UCLV. Villa Clara. Cuba. Correo: dpalacio@uclv.cu ORCID: 0000-0002-3708-2578

MSc. Reina Lidia González Linares.

Prof. Auxiliar. DPE. Villa Clara. Cuba. Correo: reinalidia67@nauta.cu ORCID: 0000-0001-5959-0701

Lic. Fidel Yera Rodríguez.

Prof. de Educación Física. Escuela Regional Marta Abreu. Correo: fidel31@nauta.cu ORCID: 0000-0002-1942-4343

## **RESUMEN**

La investigación que se presenta está fundamentada en la necesidad de aplicar los contenidos relacionados con la asignatura Actividad Física Adaptada a la Educación Física Inclusiva de forma coherente y comprensible, ofreciendo la posibilidad de saber qué hacer en cada momento de la práctica de actividades físicas dirigidas a niña/os con Necesidades Educativas Especiales (NEE). Se diseña un algoritmo de trabajo a partir de la determinación del objetivo general relacionado con el diagnóstico del estado de los indicadores de la condición física en los escolares tomados como muestra. Se trabaja con una población de tres escolares con discapacidad físico motora,

pertenecientes a la escuela primaria José Martí del municipio Caibarién. Desde el punto de vista metodológico se utilizan métodos de carácter teórico y empírico, dentro de estos últimos el estudio de casos como metodología general para presentar los resultados de métodos como: el análisis documental, la entrevista y la medición. A modo de resultado se obtiene la medición de indicadores antropométricos, de eficiencia física: rapidez, flexibilidad y fuerza de piernas, así como, lateralidad, equilibrio y orientación espacial, estos se describen y analizan para enriquecer el diagnóstico pedagógico integral de los escolares y facilitar su inclusión en la clase de Educación Física, se logra la precisión de dichos indicadores que dan respuesta a las situaciones concretas de cada caso, en aras de prestar especial atención al trabajo con la diversidad, demostrando que los escolares con (NEE) tomados como muestra en la investigación pueden incluirse en las clases de Educación física del grado, a partir del respeto por las diferencias.

**Palabras clave:** condición física; discapacidad físico-motora, inclusión educativa.

## INTRODUCCIÓN

En diversos intercambios científicos nacionales e internacionales, del ámbito educacional, se ha analizado con profundidad el problema **de la inclusión** de niños, adolescentes y jóvenes con NEE, entre ellos se pueden citar: Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948); Declaración de los Derechos del Niño (1959); Informe Warnock (1978); Segundo Congreso Iberoamericano de Educación Especial, Cuba (1997); Foro Mundial sobre educación, Dakar, Senegal (2000), Eventos del Centro Latinoamericano para la Educación Especial (CELAEE), Eventos internacionales de Pedagogía (2007-2017), entre otros.

De estos espacios, autores como Acedo, C., & Operti, R. (2012); Blanco, R., & Duk, C. (2019), han retomado ideas centrales, para defender la integración e inclusión educativa de los escolares con NEE, como garantía de equidad, igualdad y respeto, no solo en el sistema educativo sino en todos los procesos de la sociedad, de modo que cada uno reciba sus beneficios en los escenarios que se ajusten mejor a sus necesidades y potencialidades y a las posibilidades reales de los contextos en que viven. (Aiscow, 2005).

Cuba reafirma la posición de que la inclusión educativa no está reñida con el tipo de escuela que brinda la oferta educativa, y sí está relacionada con la calidad de la educación que se brinda en cualquier institución. En los últimos años se han producido cambios profundos en el desarrollo y conformación de una nueva dimensión de la educación en Cuba, identificada, más que con una enseñanza, con una política orientada hacia la plena inclusión, el respeto y la solidaridad.

Carpio (2017) refiere las siguientes características de la inclusión educativa:

- La construcción de una comunidad educativa es clave en los modelos comunitarios y socioculturales.
- La filosofía y el principio de estas escuelas es el “nosotros” entendido como comunidad.
- Escuelas flexibles en sus currículos, evaluación, promoción y organización.
- Centrada en las características del alumno no en los contenidos, facilitando la diversidad de la enseñanza y de las experiencias de aprendizajes.

- Promulga los valores de humanización, libertad, criterio de normalización, democracia y justicia.
- Se da importancia a la participación de los padres en las actividades de la escuela, en el apoyo de los aprendizajes y en el control de los progresos del alumno.
- Se insiste en una participación activa por parte de todos, que va más allá de su presencia.
- Se parte de que todos los alumnos pertenecen al grupo y todos pueden aprender en la vida normal, de la escuela y la comunidad.
- Atención a la diversidad de los intereses, capacidades, necesidades y potencialidades de todo el alumnado, tenga o no una NEE intelectual, sensorial o físico-motora.

Según Castro (2007), Borges (2006), las NEE de carácter físico motor son aquellas que considera las personas que presentan un deterioro, transitorio o permanente en el sistema osteomioarticular y/o nervioso, que les limitan la realización de los actos motores gruesos y finos que generan un conjunto de necesidades educativas diferentes, pues están limitados para la realización de actividades que otros coetáneos pueden realizar sin requerir de ayudas especiales. Castro (2007) refiere que: "La persona sufre una discapacidad físico-motora cuando tiene una pérdida parcial o total, transitoria o permanente, de alguna(s) de sus funciones motoras y/o de su integridad física."

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (1992) define la condición física como bienestar integral corporal, mental y social, que asume un conjunto de factores, capacidades o cualidades que posee el sujeto como energía potencial y que mediante su desarrollo permiten obtener un buen nivel de aptitud física para realizar tareas de carácter físico-deportivo. Su fin es, por lo tanto, de tipo "higiénico" (prevención de salud) y está orientado hacia la actividad normal.

Los principales aspectos teóricos metodológicos encontrados en la bibliografía revisada, en relación al proceso de atención a la condición física aparece en trabajos investigativos de Fonseca, V. (1988); Hasg y Dassel (1995) y Álvarez (2001); Oña Sicilia, & Ruiz Pérez, L.M. (2007); Ruiz Pérez, L.M.; Linaza Iglesias, J.L. & Peñaloza Méndez, R. (2008); Baena, A.; Granero, A.; Ruiz, P.J. (2010); ellos se han referido a la condición física en términos de desarrollo físico, a sus fases como proceso, a los indicadores a evaluar.

También, Arnaiz (1994); Gomendio, (2000); González (2004); Garcés (2006); Baena, Granero y Ruiz. (2010), plantean que el área de Educación Física y la práctica de actividad física y deportiva, están directamente relacionadas con la condición física de los alumnos, hasta tal punto, que esa actuación a nivel educativo, dependerán del mismo. Por ello, es fundamental que el docente conozca las particularidades de la condición física, para poder planificar correctamente su enseñanza, coincidiendo con estos planteamientos, las autoras de la investigación.

Se parte de la situación problemática existente relacionada con la atención y tratamiento a la condición física de los escolares con discapacidad físico-motora, incluidos en la escuela primaria José Martí del municipio Caibarién, donde su participación en las clases de Educación Física (EF) se limita a la evaluación de las pruebas de eficiencia física, y en el caso de los escolares con necesidades educativas especiales(NEE) no se evalúa ningún indicador por considerarse excluidos de las clases de E.F; por lo que es necesario el conocimiento de las condiciones físicas más allá de la talla y el peso corporal.

En los Programas y Orientaciones Metodológicas de la Educación Física en Cuba se plantea que la Condición Física es el medio que instrumenta sistemáticamente todo movimiento-ejercicio físico

como tarea educativa en función del desarrollo de la condición física y motriz general. Desempeña un papel significativo en el desarrollo de las capacidades físicas: condicionales, coordinativas, la flexibilidad y en la formación de hábitos posturales. (POMEF-INDER (2016). En esencia la condición física en el contexto educativo cubano analiza la forma en que los escolares afrontan los contenidos desde el área de Educación Física, sus funciones y finalidades, así como las condiciones en que se desarrollan. El **objetivo** general de la investigación consiste describir el comportamiento de los indicadores de la condición física en un escolar con DFM de la escuela primaria José Martí del municipio Caibarién.

## DESARROLLO

Los casos en estudio son tres escolares de seis y siete años de edad, dos masculino, uno femenino, cursan el primer grado y segundo (caso 3) en la escuela José Martí del municipio Caibarién, presentan Parálisis Braquial de etiología obstétrica caso 1 y 2), con afectación del lateral derecho. Y Luxación Congénita de Cadera (caso 3).

Desde un enfoque dialéctico- materialista, la presente investigación utiliza el **Estudio de Casos**, con la combinación de métodos cualitativos y cuantitativos, para lograr un análisis más acabado e integral de la realidad objetiva del objeto de investigación: la condición física del escolar.

### Relación de dimensiones e indicadores de la condición física a evaluar.

Dimensiones	Indicadores	Test
<b>Capacidades físicas condicionales</b>	Test flexibilidad	Prueba de Flexibilidad. Garcés (2005)
	Test rapidez	Prueba para la rapidez de reacción y agilidad. Garcés (2005)
	Fuerza brazos	Prueba de fuerza muscular de brazos. Garcés (2005)
<b>Coordinación</b>	Coordinación óculo manual	Prueba para la coordinación óculo manual y pedial Garcés (2005)
	Coordinación óculo pedial	
<b>Orientación espacial</b>	Hacia delante - atrás	Test de orientación espacial. Garcés (2005)
	Hacia ambos lados	

### Análisis de los métodos aplicados:

Como resultado de la revisión de documentos personales de los casos, se pudo constatar que existe la caracterización psicopedagógica de los 3 escolares, pero esta no incluye todos los datos necesarios del desarrollo físico; sin embargo, plantea que desde el punto de vista intelectual presentan inteligencia normal; aunque presentan algunos trastornos del lenguaje. De la condición física en este documento, solo se hace alusión a la talla y el peso de una forma valorativa general. Los tres casos están categorizados como alumnos eximidos de las clases de EF.

En el plan de clases de la profesora; no existen actividades individualizadas para la atención diferenciada a estos ni se tienen en cuenta las precisiones y sugerencias acerca del tratamiento con escolares con limitaciones físico-motoras en la escuela primaria.

En la entrevista realizada a la profesora de Educación Física del grado en la escuela con más de cinco años de experiencia en la labor, refiere no tener experiencia en la atención a la discapacidad físico motora, pero si opina que es muy importante conocer el tipo de discapacidad que tienen, así como el tratamiento indicado por los especialistas.

En la entrevista realizada a las madres refieren que los primeros síntomas de la discapacidad fueron variados como la pérdida del movimiento del brazo y la mano derecha, la disminución de la capacidad de agarre del lado afectado, la posición anormal del brazo cuando flexionaba el codo o lo apoyaba contra el cuerpo. Dos no refiere antecedentes familiares de discapacidad físico motora. Se preocupan por la educación de sus hijos y cumplen con orientaciones de la escuela.

### **Presentación de la evaluación de la condición física de cada caso.**

#### **CASO 1:**

Escolar de seis años de edad, masculino, cursa el primer grado en la escuela José Martí del municipio Caibarién, presenta Parálisis Braquial de etiología obstétrica, con afectación del lateral derecho. Discapacidad físico motora de carácter neurológico, esta se define como la parálisis del brazo de grado variable, causada por una lesión del plexo braquial. El plexo braquial es la estructura nerviosa localizada en la base del cuello y el hueco axilar, responsable de la inervación muscular y cutánea del miembro torácico. Se ubica aproximadamente por el cuello, la axila y el brazo.

En cuando a las condiciones físicas medidas el resultado de la prueba de flexibilidad arrojó que el escolar logró un alcance de 18 cm en la primera tentativa; 20 cm en la segunda y 22 cm en la tercera. La mayor distancia alcanzada le concedió una evaluación de bien.

En la evaluación de la rapidez y agilidad logró un tiempo de 10 segundos para una evaluación de regular según la escala de Garcés 2005.

Como resultado de la prueba de fuerza de brazos en el primer intento el lanzamiento ejecutado por el escolar alcanzó 1 metro de distancia; en el segundo 1,3 m y en el tercero el balón llegó hasta los 1,4 m. con la mano derecha. Mientras con la izquierda el primer lanzamiento alcanzó 2 metros de distancia; en el segundo 2,4 m y en el tercero el balón llegó hasta los 2,5 m. El tiro más largo resultó ser este último, por lo que, si consideramos su edad, la evaluación es bien. En este indicador, inciden consecuencias de la discapacidad como las lesiones del plexo braquial que se acompañan de trastornos funcionales severos en la zona desde el cuello, hasta el brazo, y sus nervios terminales. Por lo que se limita la fuerza de los músculos en la región del cuello y del hombro; a pesar de ello la evaluación fue satisfactoria.

En la prueba de coordinación óculo manual el escolar logró cuatro lanzamientos con la mano izquierda, para un total de cuatro puntos; lanzamientos acertados con la mano derecha fueron tres, para obtener siete puntos. La prueba fue realizada en poco tiempo, lo que le otorga una evaluación de bien. En la prueba de coordinación óculo pedial el escolar logró dos pateos acertados entre las líneas con el pie izquierdo, para un total de tres puntos; con el pie derecho tres pateos acertados también, para obtener tres puntos, lo que le otorga una evaluación de bien. En la prueba de orientación espacial, logró realizar bien los pasos al frente, atrás, a la derecha y a la izquierda, también los dos pasos al frente, reflejó independencia y seguridad para realizar los dos pasos atrás, logrando evaluación de bien con cinco puntos en total.

#### **CASO 2:**

Escolar de seis años de edad, masculino, cursa el primer grado en la escuela José Martí del municipio Caibarién, presenta una Parálisis Braquial de etiología obstétrica, con afectación del lateral izquierdo. Discapacidad físico motora de carácter neurológico, esta se define como la parálisis del brazo de grado variable, causada por una lesión del plexo braquial. El plexo braquial

es la estructura nerviosa localizada en la base del cuello y el hueco axilar, responsable de la inervación muscular y cutánea del miembro torácico. Se ubica aproximadamente por el cuello, la axila y el brazo.

En cuando a las condiciones físicas medidas el resultado de la prueba de flexibilidad arrojó que el escolar logró un alcance de 27cm en la primera tentativa; 24 cm en la segunda y 25 cm en la tercera. La mayor distancia alcanzada le concedió una evaluación de bien.

En la evaluación de la rapidez y agilidad logró un tiempo de 15 segundos para una evaluación de regular según la escala de Garcés (2006).

Como resultado de la prueba de fuerza de brazos en el primer intento el lanzamiento ejecutado por el escolar alcanzó 1 metro de distancia; en el segundo 1,3 m y en el tercero el balón llegó hasta los 1,3 m con la mano izquierda, mientras con la derecha el primer lanzamiento alcanzó 1,7 metros de distancia; en el segundo 1,8 m y en el tercero el balón llegó hasta los 2 m. El tiro más largo resultó ser de 2 m, lo que permitió otorgar una evaluación de bien.

En este indicador, inciden consecuencias de la discapacidad como las lesiones del plexo braquial que se acompañan de trastornos funcionales severos en la zona desde el cuello, hasta el brazo izquierdo y sus nervios terminales. Por lo que se limita la fuerza de los músculos en la región del cuello y del hombro; a pesar de ello la evaluación puede calificarse de satisfactoria.

En la prueba de coordinación óculo manual el escolar logró cuatro lanzamientos con la mano derecha, para un total de cuatro puntos; lanzamientos acertados con la mano izquierda fueron dos, para obtener seis puntos según escala evaluativa. La prueba fue realizada en poco tiempo, lo que le otorga una evaluación de bien.

En la prueba de coordinación óculo pedal el escolar logró tres pateos acertados entre las líneas con el pie derecho, para un total de tres puntos; con el pie izquierdo dos pateos acertados también, para obtener tres puntos, lo que le otorga una evaluación de bien por lograr cinco puntos en total.

En la prueba de orientación espacial, logró realizar bien los pasos al frente, atrás, a la derecha y a la izquierda, también los dos pasos al frente, reflejó independencia y seguridad para realizar los dos pasos atrás, logrando realizar los dos. Eso le implica un total de 8 puntos para una evaluación de bien.

### **CASO 3:**

Escolar de siete años de edad, femenino, cursa el segundo grado en la escuela José Martí del municipio Caibarién, presenta Luxación Congénita de Cadera (LCC); concebida como la malformación de la articulación del coxis con el femoral; más frecuente en niñas que en niños, de origen osteoarticular, puede ser unilateral o afectarse ambas partes, en el caso que se presenta es unilateral izquierda.

En cuando a las condiciones físicas medidas el resultado de la prueba de flexibilidad arrojó que el escolar alcanzó 22 cm en la primera tentativa; 25 cm en la segunda y 24 cm en la tercera. La mayor distancia alcanzada le permitió obtener una evaluación de bien.

En la evaluación de la rapidez y agilidad logró un tiempo de 12 segundos para una evaluación de bien según la escala de Garcés 2006. Teniendo en cuenta la afectación de la cadera izquierda, se

presentó descoordinación en el movimiento de tomar y colocar el bloque, pero logró el tiempo establecido.

Como resultado de la prueba de fuerza de brazos en el primer intento el lanzamiento alcanzó 3 m de distancia; en el segundo 3,2 m y en el tercero el balón llegó hasta los 3,57 m. El tiro más largo resultó el 3,57m, por lo que se pudo evaluar de bien. En este indicador la efectividad de su resultado dependió de la calidad de movimientos intervienen en el lanzamiento y que permite la articulación coxofemoral izquierda a la escolar, en este caso la rotación interna y externa los cuales tienen limitaciones; aun así la distancia alcanzada refleja una adecuada fuerza de brazos.

En la prueba de coordinación óculo manual la escolar logró un lanzamiento acertado con la mano izquierda, para un total de un punto; lanzamientos acertados con la mano derecha fueron tres, para obtener tres puntos, lo que le otorga una evaluación de mal, por obtener de manera general cuatro puntos en la prueba.

En la prueba de coordinación óculo pedal la escolar logró dos pateos efectivos entre las líneas con el pie izquierdo, para un total de dos puntos; con el pie derecho dos pateos acertados por debajo de la línea, para obtener cuatro puntos. El total de puntos en la prueba fue de seis puntos, lo que le otorga una evaluación de regular. Teniendo en cuenta que la afectación de la cadera se localiza en el lateral izquierdo, se presentó descoordinación en el movimiento, pero siempre se tomó el valor de los pateos efectivos.

En la prueba de orientación espacial, la escolar logró realizar bien los pasos al frente, atrás, a la derecha y a la izquierda, también los dos pasos al frente, pero reflejó mucha inseguridad para realizar los dos pasos atrás, logrando solamente realizar uno. Eso le reporta un total de 7 puntos para una evaluación de bien. En la evaluación de este indicador pudo influir la dificultad en el área motora que es fundamentalmente en la zona coxofemoral izquierda, por lo que interesa la pierna del mismo lado, sin embargo, esta niña asimila de forma rápida y segura las actividades.

Al valorar los resultados de las pruebas aplicadas se puede afirmar que:

De manera general, en el resultado de la medición de los indicadores de la condición física, la fuerza de brazo y la orientación espacial fueron los indicadores que mejor se comportaron en los tres casos. En el caso 3 se incluyeron algunas adaptaciones, que no impidieron que el escolar manifestara el estado real de su discapacidad.

## **CONCLUSIONES**

El comportamiento de los indicadores de la condición física evaluados al Caso 1, mostró un estado favorable en la capacidad de flexibilidad, rapidez, fuerza de brazos y orientación espacial; a diferencia de la capacidad para la coordinación, esencialmente el óculo manual.

El Caso 2 mostró mejor resultado en la evaluación de los indicadores, solo en la rapidez el comportamiento fue regular, esto lo ubica como el caso de mejores condiciones físicas, según los datos obtenidos.

La condición física en el Caso 3 se comportó más desfavorable, sobre todo en los indicadores flexibilidad, rapidez, coordinación, a pesar de las adaptaciones realizadas; la coordinación óculo pedal pudo estar condicionado por la paresia de los miembros inferiores, resultante de su estado de paraplejía.

En general la condición física de los casos investigados mostró mejor comportamiento en los indicadores fuerza de brazos, orientación espacial, y flexibilidad; no así en la coordinación en sus dos variantes.

## BIBLIOGRAFÍA

- Acedo, C., & Opertti, R. (2012). Educación Inclusiva: de focalizar grupos y escuelas a lograr una educación de calidad como el corazón de una Educación para Todos (EPT). *La Educación para Todos en América Latina. Estudios sobre las desigualdades y la agenda política en educación*.
- Aiscow, M. (2005). El próximo reto: la mejora de la escuela inclusiva. *En Congreso Efectividad y mejora escolar*, (pág. 20). Barcelona.
- \_\_\_\_\_. (2002). Las barreras no siempre son visibles. Ciudad de La Habana: Editorial Pueblo y Educación. (2008).
- Álvarez Choren. I. (2001) Condición física con pruebas de campo en la tercera edad. *Rev. Galega de actualidad Sanitaria*. 2001;1(2): 90-93
- Arnaiz, P. (1994). Psicomotricidad y adaptaciones curriculares: Psicomotricidad. *Revista de Estudios y Experiencias*,47: 10- 15.
- Baena, A.; Granero, A.; Ruiz, P.J. (2010). Componentes para la evaluación de la condición física.
- Borges, S. (2006). Educación de los alumnos con necesidades educativas especiales. *Fundamentos y actualidad*, Ed. Pueblo y Educación, La Habana.
- Carpio, T. (2017). La inclusión educativa enfoques contemporáneos frente a la discapacidad.
- Castro, P. L. (2007) La atención educativa escolares con alteraciones motrices en el aula. DFM.
- De Derechos Humanos, D. U. (1948). Declaración Universal de los Derechos humanos. *Asamblea General de las Naciones Unidas*, 10.
- Del Niño, D. D. L. D. (1959). *Declaración de los Derechos del Niño* (Vol. 2). Recuperado.
- Fonseca, V. (1988). Los componentes y niveles de la condición física en escolares. Editorial INDE. España.
- Garcés, J. (2006). Propuesta de pruebas para evaluar la motricidad en niños con retraso mental.
- Gomendio, Margarita (2000): "Educación física para la integración de niños con necesidades educativas especiales. Programa de actividades físicas para niños de 6 a 12 años. Madrid, Editorial Gymnos.
- González, E. (2004). Reflexiones sobre la Educación en niños con NEE. Material mimeografiado.
- Hasg, H. y Dassel, H. (1995) Condición Física. En el ámbito Escolar y la Iniciación Deportiva. Editorial Hispano Europea, S. A. Barcelona España.
- OMS, (1992). Condición física y salud. Oficina de la Organización Mundial de la Salud. Ginebra.
- Orosco, M. (2014). Inclusión educativa y educación especial. Un horizonte singular y diverso para igualar oportunidades de desarrollo. La Habana: Sello Editor Educación cubana.

## ATENCIÓN EDUCATIVA A LA DIVERSIDAD EN LOS HOGARES DE MENORES SIN AMPARO FAMILIAR

Lic. Mery Hernández-Rivero.

Metodóloga Integral. Dirección Municipal de Educación. Santo Domingo. Villa Clara. Email: meryh@sd.vc.rimed.cu. ORCID. 0000-0002-0664-9631.

MSc. Reina Lidia González Linares.

Prof. Auxiliar. DPE. Villa Clara. Cuba. Correo: [reinalidia67@nauta.cu](mailto:reinalidia67@nauta.cu) ORCID: 0000-0001-5959-0701

### RESUMEN

La investigación se desarrolla en el Hogar de menores sin amparo familiar del municipio Santo Domingo y está relacionada con la capacitación de los trabajadores que allí laboran para realizar una labor educativa de calidad. Tiene como objetivo: Diseñar una estrategia de capacitación dirigida a los trabajadores para realizar una labor educativa de calidad desde la atención a la diversidad. Se utilizan instrumentos como: análisis de documentos, encuesta, observación, entrevista, prueba pedagógica inicial y prueba pedagógica final. El diagnóstico revela debilidades en la preparación de los educadores: limitados conocimientos de documentos rectores sobre la atención educativa a la diversidad; poco dominio del diagnóstico de los menores; no se logra una comunicación asertiva y el sistema de planificación no favorece la preparación para una adecuada atención a la diversidad. La estrategia diseñada tiene 4 etapas: diagnóstico, planificación, ejecución y evaluación; con objetivos y acciones específicas. Se distingue por su concepción sistémica y coherente. Concluye planteando que la aplicación de la estrategia de capacitación, permitió valorar su efectividad, a partir de los avances logrados durante la capacitación, así como en los resultados de los instrumentos aplicados en la etapa de evaluación con respecto a la etapa de diagnóstico.

**Palabras clave:** Capacitación; labor educativa; diversidad; hogar; menores.

### INTRODUCCIÓN

La educación es un derecho esencial de las personas que eleva la calidad de vida y es un factor de cohesión, equidad e igualdad de oportunidades y de inclusión social, si se fundamenta en el respeto a las diferencias, si evita la exclusión y se pone la condición de persona por encima de diferencias, limitaciones, ventajas o desventajas de cada individuo. Para cada niño, adolescente o joven debe tenerse en cuenta su derecho a recibir una educación de calidad donde se desarrollen al máximo sus posibilidades y potencialidades. Esta debe proporcionar conocimientos, habilidades, desarrollo de capacidades, valores y sentimientos para formar su personalidad. (Fuentes, 2016, pág. 1)

Se trata de una educación de calidad. El reto de formar a las nuevas generaciones exige integrar las acciones educativas que reciben los menores. Todos los agentes educativos deben prepararse para realizar un proceso educativo que contribuya al desarrollo social de la nación. Educar para la diversidad es una tarea necesaria, hermosa y compleja. (autores, pág. 1).

En Cuba, se protege por el Estado, la sociedad y las familias a los menores para su desarrollo integral. (Constitución de la República de Cuba, 2019). Ha sido la política en pos de lograr una

educación inclusiva. De ahí que las instituciones prioricen la atención, instrucción y educación de todos los niños por igual, en especial a los menores con necesidades educativas especiales. Los primeros esfuerzos estuvieron en alfabetizar, formar maestros y crear escuelas. Luego la creación de escuelas especiales y en 1984 se creó la Red Nacional de Centros de Asistencia Social, donde atender menores sin amparo familiar, con condiciones similares a las de un hogar.

Durante 35 años de creados los Hogares de menores sin amparo familiar en Cuba (en lo adelante HMSAF), se revela el carácter humanista de la Revolución. En ellos hay espacio para todos aquellos que la vida privó de vivir con sus padres. Alojan a los huérfanos o abandonados, a hijos de familias disfuncionales que no pueden brindarle la atención para que sean en el futuro hombres preparados para la vida.

Aunque no todos los países han logrado una educación inclusiva, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) se proponen concientizar a los pueblos con este reto. La UNICEF tiene como prioridad garantizar los derechos de la infancia a un nivel básico de vida. Su accionar se basa en resultados de investigaciones sobre factores que ayudan a que los infantes vivan mejor y vayan a la escuela. Aspira a avanzar en los indicadores de progreso hacia la conquista de los objetivos del Milenio. (Cuba, 2019)

A pesar de que la literatura consultada no ofrece suficientes elementos sobre la atención educativa a la diversidad en HMSAF, resultan de interés los aportes de destacados investigadores sobre el tema, entre ellos (Kaddur, 2005); (Soler, 2005); (Trujillo, 2009); (Ramis A. , 2016); (Mateus, Gómez, & Rodríguez, 2018); quienes reconocen la necesidad de elevar la preparación de los educadores de estas instituciones. Sin embargo, no se ha podido constatar en estas investigaciones, un resultado científico con propuestas concretas para contribuir a la capacitación del personal que labora en estos Hogares.

En Cuba, los HMSAF se destinan a los menores hasta los 17 años de edad (Decreto Ley 76, 1984). Persiguen crear condiciones para expresar el potencial innato del individuo, que los menores se desarrollen integralmente y lleguen a ser profesionales que enfrenten desafíos como ente activo transformador de la realidad y de sí mismo. Allí ingresan menores de edades y diagnósticos diversos, proceden de familias disfuncionales, algunos abusados, con trastornos psicológicos y psiquiátricos. Ello exige trato afable, tacto, cariño, conocimientos, habilidades, actitudes, una capacitación ardua del personal, para formar valores; prepararlos para el egreso del Hogar y para la vida en sociedad.

Para la educación especial es un reto potenciar a los Hogares con recursos humanos, materiales y financieros. Debe lograrse una selección y preparación adecuada de su personal. Aunque se ha trabajado, la práctica pedagógica revela que no es efectiva su preparación, lo que se corrobora en el HMSAF de Santo Domingo, mediante visitas, observaciones e intercambios, donde el personal muestra poca preparación, adolecen de herramientas, métodos y procedimientos para actuar en determinadas circunstancias.

Los elementos expuestos caracterizan la situación problemática de esta investigación: Es insuficiente la capacitación de los educadores que laboran en el Hogar de Santo Domingo para realizar una labor educativa desde la atención a la diversidad. Se determina como problema científico: ¿Cómo contribuir a la capacitación del personal del Hogar para fortalecer la labor educativa de los menores atendiendo a la diversidad? Se plantea como hipótesis: Si se aplica una estrategia de capacitación al personal del Hogar de Santo Domingo, entonces puede contribuirse

a fortalecer la labor educativa de los menores atendiendo a la diversidad. La investigación se desarrolla en el municipio de Santo Domingo. De una población de 15 trabajadores, la muestra es de 15. Tiene como objetivo: Diseñar una estrategia de capacitación dirigida a los trabajadores del HMSAF para fortalecer la labor educativa de los menores atendiendo a la diversidad. En aras de encontrar solución a esta problemática, se realiza este trabajo con el objetivo de diseñar una estrategia de capacitación dirigida al personal del HMSAF de Santo Domingo para realizar una labor educativa desde la atención a la diversidad.

## **DESARROLLO**

Para el desarrollo de esta investigación se utilizó el enfoque mixto porque se realizó una integración sistemática de los métodos cuantitativos y cualitativos con el fin de obtener una representación más completa del fenómeno. El tipo de investigación utilizada es explicativa, dirigida a responder las causas del fenómeno, el por qué y en qué condiciones ocurre. Para el cumplimiento del objetivo planteado, se utilizaron diversos métodos de investigación.

Del nivel teórico: Histórico-lógico: para determinar en la fundamentación teórica, los antecedentes del tema objeto de estudio; analítico-sintético: permitió analizar las particularidades del fenómeno objeto de estudio, al analizar investigaciones relacionadas con el tema; inductivo-deductivo: para observar la realidad, realizar comparaciones, hacer deducciones pertinentes, razonamientos lógicos y generalizaciones necesarias en el tema que se aborda; sistémico-estructural: para el análisis de las relaciones más importantes entre las etapas y acciones de la estrategia de capacitación diseñada, el orden lógico de las acciones concebidas en la estrategia, estrechamente interrelacionadas y su carácter sistémico.

Del nivel empírico: Análisis de documentos: permitió constatar en los documentos rectores, normativos y metodológicos, la concepción de la atención educativa a la diversidad en los Hogares; observación: para constatar cómo los trabajadores desarrollan la atención a la diversidad en los diferentes procesos de la institución; entrevista: (al personal docente), para constatar el dominio que poseen acerca de la atención educativa a la diversidad, el dominio de normativas de la institución, de las características psicológicas y de las edades, así como del diagnóstico psicopedagógico; encuesta: (al personal no docente), para constatar el dominio que posee el personal para el desempeño de sus funciones y para desarrollar una labor educativa de calidad con los menores; triangulación metodológica: para contrastar la información obtenida, teniendo en cuenta la relación entre los métodos de investigación empleados. Esta técnica facilitó la precisión en la investigación y búsqueda de explicaciones alternativas, útil en el logro de la confiabilidad y credibilidad de los datos obtenidos para su posterior interpretación.

Del nivel estadístico-matemático: se utilizó el análisis porcentual.

La investigación se realizó en la etapa comprendida desde mayo de 2019 hasta julio de 2020.

### **Diagnóstico de las fortalezas y debilidades en la preparación del personal del HMSAF de Santo Domingo para realizar una labor educativa desde la atención a la diversidad**

Se aplica el análisis de documentos; se realiza la observación a procesos observándose 7 actividades (acompañamiento a los menores para la realización de tareas escolares, proceso de alimentación, realización de encomiendas, charla educativa, actividad recreativa, la visualización de teleclases y el proceso de higiene), se aplicó la entrevista a los 3 docentes de la institución con la intención de recopilar información sobre la preparación que poseen estos para la atención educativa a la diversidad en el Hogar, se encuestó a 12 trabajadores no docentes.

Una vez concluido el análisis de los instrumentos se realizó la triangulación metodológica lo que permitió precisar las principales regularidades arrojadas por el diagnóstico: **Fortalezas:** El centro cuenta con la documentación establecida; los trabajadores se sienten comprometidos con su labor; reconocen la necesidad de la preparación para la atención educativa a la diversidad. **Debilidades:** En la documentación no se refleja la atención a la diversidad, y existe poco dominio sobre el tema; limitado conocimiento de los documentos rectores; no se logra una comunicación asertiva con los menores, ni la utilización de métodos y medios que favorezcan la atención a la diversidad; poco dominio del diagnóstico y de las características psicológicas y de las edades; actitud poco interactiva en la solución de los problemas que se presentan; limitados conocimientos sobre la atención a la diversidad; el sistema de planificación no favorece la preparación de los educadores para la atención educativa a la diversidad.

Los instrumentos aplicados permitieron evaluar los niveles de preparación de los trabajadores del Hogar para desarrollar la labor educativa desde la atención a la diversidad. Se ubica en el nivel Alto 1 educador (6,7%), en el nivel Medio 5 (33,3%) y 9 (60%) en el nivel Bajo.

### **Presentación de la estrategia de capacitación**

La estrategia tiene como objetivo: Capacitar teórica y metodológicamente a los trabajadores del HMSAF para fortalecer la labor educativa desde la atención a la diversidad. Se estructura en **cuatro etapas:**

**Primera Etapa: Diagnóstico.** Tiene como objetivo diagnosticar la preparación del personal del HMSAF para desarrollar una labor educativa desde la atención a la diversidad. Se desarrolló en los meses de noviembre y diciembre/2019. Se realizaron 4 acciones.

**Segunda Etapa: Planificación:** Su objetivo: diseñar las acciones de capacitación a partir de la determinación de objetivos, contenidos, métodos, procedimientos, medios de enseñanza, formas organizativas y de evaluación. Se proponen 7 acciones.

**Tercera Etapa: Ejecución:** Tiene como objetivo desarrollar las acciones planificadas para la capacitación del personal del Hogar, a partir de la posibilidad que ofrece la utilización de las acciones dentro y fuera del puesto de trabajo, propiciando que se apropien de conocimientos, habilidades, motivaciones y actitudes. Se ejecutan las 17 acciones de capacitación, mediante el empleo de diferentes formas de organización.

Ejemplo de una de las acciones de capacitación diseñadas:

**Acción # 17.** Tema “Con amor, todo es posible”. Su objetivo es: valorar las actitudes del personal del Hogar, frente a situaciones que ocurren, para lograr una atención educativa desde la diversidad. Contenidos: Conceptualización de la labor educativa en la diversidad. Método: Elaboración conjunta. Procedimientos: Observación, conversación. Medios: tarjetas, audiovisuales. Forma de organización: taller reflexivo. Participantes: educadores. Evaluación: A través del registro de observación y el desempeño individual.

**Metodología a seguir:** Proyectar el corto “Hormigas, liderazgo y equipo de trabajo colaborativo”. Preguntar: ¿Cuál es la enseñanza que nos brinda el video? ¿Cómo lo relaciona con su labor? Reflexionar (Todos juntos con audacia e inteligencia lograrán una atención educativa de calidad). Informar asunto y objetivo de la actividad. Presentar un bombo con tarjetas de diferentes roles (director, trabajadora social, asistente educativa, enfermera, cocinera, administradora, auxiliar general) y cada trabajador realiza la selección. Se le ilustran diversos casos para que ellos desde

su rol expongan las acciones que realizarán para lograr una atención educativa atendiendo a la diversidad en las situaciones presentadas. Mostrar los casos siguientes:

Caso # 1- Menor de 5 años que llega a la institución, después de ser abandonado por su mamá al sufrir una crisis nerviosa y ser hospitalizada, este se encuentra desnutrido, no quiere comer, llora constantemente, se orina en la cama, no quiere ir a la escuela, en ocasiones se muestra agresivo.

Caso # 2- Adolescente de 13 años que llega al centro, víctima de abuso sexual por parte de su padre, se muestra ansiosa, temerosa, se comunica poco, se mantiene aislada, no quiere participar en actividades fuera del hogar, no se alimenta bien. En la escuela es retraída, no quiere hacer Educación Física.

Caso # 3- Joven de 16 años que está en el Hogar por ser huérfano de madre y padre, se niega a asistir a la escuela y cuando lo hace no copia en clases, se levanta sin permiso y abandona el aula, fuma a escondidas. No tiene buenas relaciones con sus compañeros, a los que agrede físicamente. No respeta normas de convivencia, es desorganizado, no se comunica adecuadamente con las trabajadoras y demás niños. Posee una alimentación desordenada. Sueño intranquilo y se niega a ingerir los medicamentos.

Brindar un tiempo de 15 minutos de autopreparación y socialización con sus compañeros, para que los participantes asuman el rol seleccionado de forma práctica y se preparen para exponer. Mediante un debate se efectúa el análisis de la actividad. Resaltar lo más relevantes en el desempeño de cada trabajador.

**Conclusiones:** Lectura de las ideas de Fidel, en su discurso en el acto de graduación del Destacamento Pedagógico Manuel Ascunce Domenech en la Ciudad de La Habana, el 13 de julio de 1979: "(...) *la educación es el arma más poderosa que tiene el hombre para crear una ética, para crear una conciencia, para crear un sentido del deber, un sentido de la organización, de la disciplina, de la responsabilidad*". ¿Qué opinión tiene acerca de estas ideas expresadas por nuestro Comandante? ¿Tienen relación estas ideas con su labor y con el gráfico que le presentamos a continuación? Argumente.

Expresé en qué condiciones usted se encuentra para desarrollar una labor educativa de calidad en el Hogar:

- Preparado
- Medianamente preparado
- No preparado

¿Qué propone usted para continuar su capacitación como educador del Hogar? ¿Cómo le gustaría a usted que se desarrollara la misma?



**Cuarta Etapa: Evaluación:** Para valorar el desarrollo alcanzado en la preparación del personal. Se realizan 4 acciones en julio/2020: análisis de los resultados de la evaluación sistemática, valoración de la capacitación, aplicación de encuesta de satisfacción al personal, aplicación de la prueba pedagógica final a los docentes y taller final.

**Formas de evaluación:** Se aplican encuestas para constatar los niveles de satisfacción de los participantes al concluir cada sesión de trabajo; intercambio con los facilitadores para conocer sus opiniones acerca de los conocimientos de los participantes.

## **Análisis de los resultados de la aplicación de la estrategia de capacitación:**

**Resultados de las acciones realizadas para la Etapa de Diagnóstico:** Se realizaron 3 acciones: Aplicación de una prueba diagnóstica inicial al personal docente para constatar los conocimientos que poseen acerca de las particularidades de la labor educativa en la institución, del diagnóstico integral de cada menor, así como de la atención a la diversidad; observación a una capacitación: para constatar las acciones de preparación que desarrolla la dirección con el personal, en función del trabajo educativo desde la atención a la diversidad; taller de intercambio y reflexión sobre los resultados alcanzados en la labor educativa, como resultado de las acciones de capacitación desarrolladas.

Primera Prueba Pedagógica aplicada a los docentes: El 100% de los docentes conoce el encargo social de los Hogares y la misión institucional. 1 docente (33,3%) explica las particularidades de la labor educativa en el Hogar, mientras que el resto (66,6%) refieren que debe conocerse las características de cada niño. 1 docente (33,3%) explica en qué medida la comunicación asertiva contribuye a lograr calidad en la labor educativa y refiere 2 acciones desarrolladas para contribuir al desarrollo de una comunicación asertiva. El resto solo expresan como elementos de la comunicación asertiva, el hecho de conversar con los niños y el intercambio sistemático con el personal de la institución.

El 100% reconoce que conocer el diagnóstico integral de cada menor constituye una prioridad en la labor educativa de los Hogares. Sin embargo, solo argumenta correctamente el planteamiento, 1 (33,3%). La explicación ofrecida acerca del expediente social del menor y su utilidad, las respuestas no fueron amplias, con excepción de la directora (1; 33,3%) que demostró dominio amplio al respecto. Al caracterizar a un menor de su institución, demuestra dominio acerca de su diagnóstico integral 1 (33,3%), mientras que el resto responde algunos elementos, como: cumplimiento de encomiendas, relaciones con la familia, potencialidades del menor, debilidades en su desarrollo integral, características psicológicas y de las edades, sin expresar otros aspectos que consideren que formen parte de su caracterización.

El 100% considera que atender la diversidad constituye un elemento clave para desarrollar una labor educativa de calidad. Sin embargo, solo 1 (33,3%) es capaz de argumentar correctamente el planteamiento y de explicar cómo se atiende la diversidad en la institución donde labora. Una de las entrevistadas (33,3%) identifica como aciertos en cuanto al comportamiento que tiene la atención a la diversidad en su centro: la organización de la institución, el conocimiento que poseen los educadores sobre el origen de los menores que ingresan al Hogar, el completamiento del personal que allí labora, el sistema de planificación, el completamiento de los expedientes sociales y las relaciones interpersonales; reconoce como desacierto la falta de estabilidad y preparación del personal para atender la diversidad; ofrece recomendaciones para su perfeccionamiento. El resto de las entrevistadas (66,6%) plantea como aciertos la disciplina y organización del centro, la higiene de la institución y el buen trato hacia los menores; reconocen como desacierto que en ocasiones resulta muy difícil resolver los conflictos que se presentan; no realizan recomendaciones.

Observación a una actividad de capacitación: La actividad observada trataba el tema de la atención educativa a los niños con alteraciones del comportamiento o trastornos de la conducta. Tenía como objetivo: Demostrar el empleo de métodos, procedimientos y herramientas para desarrollar la atención educativa acertada a los niños con alteraciones del comportamiento o trastornos de la conducta. Está prevista en el sistema de trabajo de la institución. El tema a tratar se corresponde con las necesidades de capacitación diagnosticadas. El tratamiento a la atención

a la diversidad es insuficiente, se trabaja de manera lineal, no se particulariza en la atención individualizada y diferenciadora de cada menor. Los niveles de participación que logra en los educadores son limitados, se utilizan pocas actividades reflexivas, no utilizan la técnica de trabajo en equipos. La actividad se centra en preguntas y respuestas, así como en dar a conocer problemas de la institución.

Hay poca variedad en el empleo de métodos, procedimientos y medios de enseñanza, predomina el método expositivo, la observación como procedimiento y la voz del educador como medio de enseñanza. Técnicas participativas que emplea: tormenta de ideas. Atención a las diferencias individuales: trabaja de manera frontal. Calidad de las actividades prácticas que desarrolla: las actividades fueron teóricas. Cumplimiento de los objetivos: no se demuestran procedimientos para la atención educativa de los menores con trastornos de conducta. Se basa la actividad en una exposición teórica del contenido.

La directora no constata los niveles de satisfacción de los participantes: El visitante pregunta y los participantes refieren que el tema le resultó interesante y recomiendan que se realicen actividades prácticas. Nivel en que propicia el estudio independiente y la autopreparación individual: no se logra, no se orientó previamente la autopreparación individual, y al concluir la actividad no se orientan actividades para profundizar o investigar sobre el tema. Por tanto, la actividad observada no logra la calidad requerida.

Taller de intercambio y reflexión al concluir las acciones de capacitación desarrolladas por la dirección del Hogar con los educadores. Se logró mediante el trabajo en equipos, las técnicas participativas, las actividades prácticas y el empleo de medios de enseñanza; la participación de todo el personal. Los educadores analizaron la situación problemática presentada y evaluaron los resultados del trabajo educativo; respondieron la actividad de Verdadero o Falso. En el análisis de situaciones problemáticas, existe la tendencia en los no docentes de considerarse con baja implicación en el trabajo educativo, expresando que cada trabajador tiene funciones específicas, y tienen una visión limitada de la importancia de la comunicación asertiva. Las ideas más debatidas, que suscitaban dudas y contradicciones durante el intercambio fueron: conocer el diagnóstico de cada menor es responsabilidad de la trabajadora social, la enfermera y las asistentes educativas; la capacitación al personal ha sido suficiente para lograr los objetivos del trabajo educativo; el personal no necesita capacitación ya que esta institución no tiene las complejidades de una escuela; el trabajador puede o no conocer el expediente social de los menores; no son necesarios los intercambios sobre cómo perfeccionar la labor educativa porque cada educador conoce sus funciones; el trabajo educativo se centra en exigir a los menores un buen comportamiento; todos los educadores han sido capacitados para educar; atender la diversidad es tarea de la enfermera y de la directora. Si bien es cierto que se logró motivar al personal en función de los retos de la labor educativa, todavía no existe claridad de la responsabilidad individual y colectiva de los educadores con el trabajo educativo y la atención a la diversidad. No se identifica como prioridad la comunicación, con excepción de 3 educadores que muestran cierta preparación en este sentido.

Concluyendo la etapa de diagnóstico, se ratifica que 1 educadora (66,7%) se ubica en el nivel Alto, 5 en el nivel Medio (33,3%) y 9 (60%) en el nivel Bajo.

**Resultados de las acciones realizadas para la Etapa de Planificación:** Se diseñaron acciones de capacitación, se concibió la selección de facilitadores y ejecutores, el diagnóstico actual de la capacitación de los docentes para desarrollar un trabajo educativo de calidad, las coordinaciones con facilitadores y ejecutores para la puesta en práctica de la estrategia, los momentos de

ejecución de las acciones, y 3 sesiones de preparación a los ejecutores, determinando contenidos, métodos, procedimientos, medios de enseñanza y formas de organización de las acciones de capacitación.

**Resultados de las acciones realizadas para la Etapa de Ejecución:** En total se desarrollan 17 acciones de capacitación. Se evaluó a los participantes de forma oral y escrita, evidenciado en el registro de evaluación. Se recogieron los criterios de los participantes para enriquecer las actividades prácticas. Se constató con los facilitadores, los avances en el aprendizaje de los participantes.

**Resultados de las acciones realizadas para la Etapa de Evaluación:** Se realizaron las acciones previstas: Análisis de los resultados de la evaluación sistemática; valoración del desarrollo de las diferentes acciones realizadas en la preparación; aplicación de encuesta de satisfacción a los educadores del Hogar; aplicación de la prueba pedagógica final al personal docente y el taller final de evaluación. Resultados de la aplicación de la encuesta de satisfacción al personal del Hogar:

El 100 % expresa que la capacitación le resultó útil. 3 (20%) mencionan como actividades para contribuir al trabajo educativo: la calidad en la elaboración de los alimentos, el proceso de higiene y de alimentación. El 40% (6 educadores) hacen referencia además a: la exigencia del personal por el buen comportamiento de los menores, el comunicarse afablemente con los niños y el debate del acontecer nacional e internacional. El resto (40%) amplían sus respuestas y destacan: las encomiendas, actividades comunitarias, charlas educativas y el estudio de los expedientes sociales, el apoyo en la realización de sus tareas escolares, las reuniones, sesiones de intercambio y de capacitación a los educadores. Ejemplifican cómo desarrollar su labor en una de ellas, 12 (80%).

En la selección de lo que aportó la capacitación recibida, las opciones seleccionadas fueron: conocer por qué los menores ingresaron al Hogar (100%); familiarizarse con el diagnóstico integral; comprender el significado de atender la diversidad y apropiarnos de vías para contribuir al trabajo educativo. (12; 80%); saber cómo tener una comunicación acertada con los menores (8; 53,3%); conocer las características de un menor en el Hogar (3; 20%).

Mencionan otros aprendizajes logrados con la capacitación, 6 (40%), entre ellos: el papel de la unidad del colectivo, la necesidad del trabajo cooperado con especialistas de la enseñanza especial, y que se requiere en los educadores del Hogar fortalecer su sensibilidad, humanismo y amor para atender a la diversidad en la labor educativa. El 100% expresa que se sienten comprometidos con la labor educativa. Respecto a la satisfacción que poseen con la capacitación recibida, lo evalúan: 10 en el Nivel Alto (66,7%) y 5 en el Nivel Medio (33,3%). Fundamentaron su respuesta 6 (40%). Como aspectos negativos de la capacitación señalan la opción "Algunos", 5 (33,3%), entre ellos: no contar con bibliografía impresa para su autopreparación individual y que no siempre los participantes realizaron el estudio independiente. El resto, 10 (66,77%) no señalan aspectos negativos.

Al responder en qué condiciones se encuentran para desarrollar una labor educativa de calidad, 4 (26,7%) reconocen que se sienten preparados; 9 (60%) se consideran medianamente preparados. El 13,3% refieren que no están preparados. Ofrecen recomendaciones para fortalecer la preparación de los educadores 6 (40%), entre ellas mencionan: realizar intercambios con otros HMSAF para conocer experiencias positivas en el trabajo educativo, darle continuidad a

la capacitación de los educadores en la diversidad y la labor educativa, incrementar el número de actividades prácticas y demostraciones.

Resultados de la aplicación de la prueba pedagógica final a los docentes: Permitió conocer que los docentes respondieron correctamente, demostrando los conocimientos adquiridos sobre la labor educativa y la atención a la diversidad en el HMSAF.

El 100% menciona la misión y los objetivos de la institución en función de una labor educativa de calidad. Logran caracterizar a 1 menor y explican la utilidad de conocer ese diagnóstico. Evalúan cómo se desarrolla la labor educativa desde la atención a la diversidad. Identifican como aciertos: la disciplina, las buenas relaciones con las escuelas, y contar con las condiciones de aseguramiento para el funcionamiento del Hogar. Como desaciertos reconocen que no es óptima la estabilidad y preparación de los educadores, no se controla la autopreparación individual, falta rigor en la evaluación del personal en cada proceso. Argumentan por qué la capacitación fortalece la labor educativa. Recomiendan: intercambiar experiencias con otros Hogares, incrementar la capacitación al personal no docente, mediante demostraciones y actividades prácticas, de cómo implicarse en todos los procesos educativos que se desarrollan.

Resultados del taller final de evaluación: Se llegó con los participantes a las siguientes conclusiones: las etapas y acciones ejecutadas fueron realizadas con calidad; las formas organizativas utilizadas contribuyeron a lograr los objetivos, argumentando que son variadas, permiten apropiarse de los contenidos y satisfacen las expectativas; argumentan sobre la utilidad de vincular la teoría con la práctica, la necesidad de ejecutar acciones fuera y dentro del puesto de trabajo y ejemplifican de manera práctica algunas de ellas; expresan que los contenidos tratados en la capacitación resultaron necesarios, interesantes y asequibles, pero que debe dársele a las actividades presenciales más tiempo; señalan que después de aplicada la estrategia, se sienten motivados por mantenerse en la institución y preparados para enfrentar su labor; sugieren incrementar acciones donde se profundice la preparación para el trabajo en cuanto a la caracterización psicológica y de las edades, la capacitación en el tema de atención a la diversidad, e incrementar las actividades prácticas en las sesiones de preparación.

De manera general, se evalúan en el nivel Alto 6 educadores (40%), 4 en el nivel Medio (26,7%) y 5 en el nivel Bajo (33,3%). Al comparar los resultados de la preparación de los educadores del Hogar antes y después de aplicada la estrategia, se aprecian avances significativos en los niveles alcanzados, lo que evidencia que la estrategia aplicada ha sido efectiva.

## **CONCLUSIONES**

El diagnóstico reveló que los trabajadores que laboran en el Hogar de Santo Domingo presentan fortalezas y debilidades en su preparación para desarrollar una labor educativa desde la atención a la diversidad. Fortalezas: están comprometidos con la labor que realizan, y reconocen la importancia y necesidad de la preparación para la atención educativa a la diversidad. Debilidades: limitados conocimientos de los documentos rectores sobre la atención educativa a la diversidad; poco dominio del diagnóstico de los menores; no logran una comunicación asertiva, y el sistema de trabajo de la institución no favorece su preparación para la atención a la diversidad.

La aplicación de la estrategia, permitió valorar su efectividad, a partir de los avances evidenciados en el desarrollo de las acciones de capacitación diseñadas, así como en los resultados de los instrumentos aplicados en la etapa de evaluación con respecto a la etapa de diagnóstico, con resultados superiores en la preparación del personal desde el punto de vista cognitivo, procedimental y actitudinal.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Autores, C. d. (s.f.). Procedimientos para el fortalecimiento del trabajo preventivo en la educación especial. La Habana: Pueblo y Educación.
- Constitución de la República de Cuba (Zunilda González y Fidel Aguirre ed.). (2019). La Habana. Cuba.: Editora Política.
- Cuba. (2019). Cuba. Informe Nacional sobre la implementación de la Agenda 2030. Informe voluntario de Cuba. La Habana, Cuba.
- (1984). Decreto Ley 76. Decreto Ley, La Habana.
- Fuentes, M. L. (2016). La labor preventiva desde el mejoramiento de las prácticas inclusivas en la atención a la diversidad. La Habana: Pueblo y educación .
- Kaddur, H. (2005). Atención educativa en centros de acogida de menores: el caso del centro Avicena de Melilla. Universidad de Granada, Didáctica y Organización Escolar. Granada: Universitaria.
- Mateus, J., Gómez, J., & Rodríguez, R. (enero-febrero de 2018). La gestión educativa para la integración social de niños sin amparo familiar incluidos en el internado "17 de septiembre"., (100),. Órbita Científica, 24(100), 1-16.
- Ramis, A. (2016). Evaluación de la calidad de la atención residencial en Mallorca. Tesis doctoral, Universidad de les Illes Balears, España.
- Soler, K. (2005). Influencia de las instituciones educativas en la formación de la personalidad del niño: el problema de la infancia abandonada. Monografía, Universidad de Oriente, Psicología, Santiago de Cuba.
- Trujillo, M. (2009). Acogida inmediata a menores que migran sin referentes familiares. Reflexiones para la práctica profesional. Educación Social(45), 112-136.

## LA PREPARACIÓN METODOLÓGICA A PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN EL CONTEXTO DE LA AGENDA 2030

Lic. Miriam Novoa Pérez.

Psicopedagoga del Centro de Diagnóstico y Orientación. Cuba. miritanovoa68@gmail.com. Telef. 58092246.

MSc. Fernando Pérez Cásares.

Profesor asistente. Universidad Marta Abreu de Las Villas. Cuba.fernando@uclv.cu .Telef. 54566148.

### RESUMEN

La investigación se realizó a partir de conocimientos teóricos y metodológicos sobre la preparación profesional en la diversidad y la sostenibilidad a los profesores de educación física de la enseñanza primaria, tiene como objetivo proponer un sistema de talleres para la preparación de los profesores de educación física teniendo en cuenta la diversidad de sus grupos para el desarrollo de la sostenibilidad. Se utilizan diferentes métodos y técnicas de investigación científica como: revisión bibliográfica, análisis documental, observación, encuestas y entrevistas. Al conocer la poca preparación y las dificultades que tienen los Programas de educación física de estos temas, sobre la base de los sustentos teóricos que guían los procedimientos de los alumnos y profesores para llevar a cabo un proceso de aprendizaje. Los talleres fueron sometidos a la crítica de los especialistas, valorada como adecuada y necesaria para su implementación en la práctica, constituye una necesidad para lograr un profesional con modos de actuación coherentes con las exigencias sociales.

**Palabras clave:** Diversidad; sostenibilidad; preparación metodológica; taller metodológico.

### INTRODUCCIÓN

Debido a los adelantos actuales de la ciencia y la técnica que se introducen a diario en el sistema educacional, tanto a nivel mundial como en el nacional, la preparación a docentes adquiere una connotación diferente de especial importancia. Uno de ellos es el referido a la atención a la diversidad y el desarrollo de la sostenibilidad que hay que desarrollar en cada una de las diferentes enseñanzas, y específicamente en las de la educación primaria, donde por las características de las edades, requiere de una especial atención.

Con dichas transformaciones se busca desarrollar en ellos la participación activa de todos los educandos en correspondencia a sus con sus discapacidades logrando motivación hacia las actividades que les ofrezcan conocimientos, habilidades, desarrollo de sus capacidades psíquicas y físicas, así como de iniciativas, toma de decisiones, creatividad y búsqueda de solución a los problemas del proceso docente educativo, cada vez más complejos, todo lo cual tributará a su formación para incorporarse a la sociedad en que viven, como hombres y mujeres útiles, transformadores y creativos. El profesor de educación física debe tener la capacidad y los recursos disponibles para enfrentar y detectar situaciones de riesgo que se le puedan presentar con el alumnado cuando dentro de ellos se encuentren alumnos con alguna discapacidad para dar una respuesta inmediata antes de que esta se agrave y pueda terminar de una forma desafortunada, dando lugar a actitudes negativas.

Los cuatro tipos en los que se clasifica la discapacidad son: física, sensorial, psíquica y mental (Moreno-Rodríguez, 2012) este autor refiere lugar, la discapacidad física y orgánica hace referencia las limitaciones que pueda tener una persona en un entorno/contexto normalizado como consecuencia de una deficiencia en las funciones y estructuras corporales, de los sistemas osteoarticulares y neuromusculotendinosos

En la Conferencia Iberoamericana de Educación en Argentina (2010), se hace referencia a los primeros acercamientos sobre atención a la diversidad, a partir de los resultados del Fórum Internacional de la UNESCO sobre educación celebrado en Jomtien, Tailandia (1990). En la conferencia de las Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura efectuada en Ginebra (2008) se abordaron diferentes temáticas tales como lo referido a la inclusión como principio de orientación del proceso, la preparación a los docentes y el perfeccionamiento profesional permanente de la educación futura y la atención a la diversidad de manera general.

Por otra parte el mundo afronta una de las mayores crisis planetaria ante el creciente desequilibrio ecológico y ambiental, la degradación de los recursos lo cual aun no se ha tomado conciencia de la actual situación de emergencia en la que vive la humanidad donde no siempre se da la respuesta adecuada, requiriendo de un llamamiento para el desarrollo de un mundo sostenible donde los diferentes sectores sociales deben jugar un papel fundamental ante esta situación y donde el sector de educación asume su parte de responsabilidad.

El estado actual de la población humana en crecimiento explosivo, y con necesidades en constante incremento, demanda con urgencia la conservación de los ecosistemas naturales, lo que implica un uso sostenible de los mismos. Para ello, es menester que este uso se corresponda con las verdaderas necesidades humanas de las presentes generaciones, como condición para salvaguardar la satisfacción de las futuras. Para materializar este uso sostenible, se requiere cambiar los patrones de consumo de los países, lograr equidad y justicia, de forma tal que se elimine la pobreza y, de esta manera, satisfacer las verdaderas necesidades de todos los seres humanos del planeta.

Cuba, en la actualidad está inmersa en el Perfeccionamiento de su Sistema Educativo orientado por los Lineamientos Económicos y Sociales del Partido Comunista de Cuba y se incorpora a la implementación de la Agenda 2030 para el desarrollo sostenible, aprobada en septiembre de 2015 por la Asamblea General de las Naciones Unidas, la cual establece una visión transformadora hacia la sostenibilidad económica, social y ambiental para el trabajo de la comunidad internacional hasta el año 2030 que incluye temas altamente prioritarios para la región, como la erradicación de la pobreza extrema, la reducción de la desigualdad en todas sus dimensiones, un crecimiento económico inclusivo con trabajo decente para todos, ciudades sostenibles y cambio climático, entre otros, lo cual implica nuevos retos donde se establezcan acciones encaminadas a una educación más humana, diversa y con cambios que favorezcan el desarrollo sostenible y una adecuada educación ambiental. En la actualidad aparece en el escenario mundial un modelo insostenible, excluyente y depredador de desarrollo, hegemónico a nivel global lo cual constituye una tarea compleja que exige un gran esfuerzo por parte del sistema educacional, como referentes el docente y todo el trabajo de coordinación y colaboración entre los diferentes profesionales que lo apoyan la atención educativa a la diversidad va de la mano de la sostenibilidad y debe considerarse como algo positivo, como un motivo para reflexionar y aprender juntos, que se traduce en principios de acción.

Se hace alusión en el Informe Voluntario en el 2019 por nuestro presidente Miguel Díaz Canel, a las acciones encaminadas a dar cumplimiento a dichos objetivos propuestos específicamente el objetivo cuatro sobre garantizar una educación inclusiva equitativa y promover oportunidades de aprendizajes para todos, una educación de calidad, y el objetivo once promoviendo acciones referentes para ciudades y comunidades por un desarrollo sostenible y una educación ambiental.

Las autoras hacen un llamamiento desde la diversidad donde todos somos responsables por el desarrollo de un futuro sostenible y asumir actitudes que favorezca la modificación de comportamientos y estilos de vidas saludables en beneficios de la humanidad y el planeta, implicándolos en el accionar mediante actividades físicas, deportivas y recreativas por un mundo sostenible, el desarrollo de diseños ecológicos, sociales y económicos que proponen un desarrollo atento a los límites de la biosfera y a la equidad social.

Para comprender con claridad la verdadera importancia de la problemática ambiental, resulta adecuado hacerlo desde la óptica sistémica con la finalidad que el ser humano está íntimamente ligada a su capacidad, como especie pensante, de garantizar que su interacción e interdependencia con el ecosistema.

En estudios realizados de la Universidad Nacional de Colombia analiza desde la cultura su importancia e incidencia en la problemática ambiental, así como las instituciones y organismos del estado, refiriendo que “sostenibilidad ambiental”, derecho que obviamente estará ligado al principio (deber) de “responsabilidad ambiental” que involucra directamente la conducta humana, la cual debe ser consciente y con propósitos predeterminados de gestión, que garanticen de manera individual o colectiva, la sostenibilidad en tiempo y espacio, tanto de la especie humana como del ecosistema que la soporta. Vega, (2013).

Infiriendo de lo anteriormente expresado en la actualidad la sociedad insiste en mostrarnos como seres más abiertos a los cambios de la heterogeneidad en las diferentes áreas que van desde la apariencia física hasta los valores, esta situación influye en muchos aspectos de nuestras vidas especialmente en la educación física y el deporte que no puede estar ajena a estos cambios lo cual influye en la calidad de vida de todas las personas incluyendo el uso del medio ambiente, de nuestro ecosistema ante los impactos ambientales provocados por el propio hombre como ser diverso.

La diversidad se identifica con normalidad, lo más normal es que somos diferentes, numerosos aspectos y miles de combinaciones hacen a los alumnos distintos, según expresan varios investigadores planteando además que las diferencias pueden ser de diversas tipos y que conocerlas, nos va permitir ofrecer una respuesta educativa en la diversidad, especialmente si tenemos presente que las personas no tienen que ver solamente una posible dimensión, como factor de la diversidad, sino que somos como somos, cada uno distinto a los demás, factor de la interacción de múltiples dimensiones: sociales, culturales, personales, etcétera.

Por lo que se considera que conociendo estas dimensiones el profesor de educación física puede trabajar en ellas desde su ámbito educativo ya que están comprometidas y relacionadas con la sostenibilidad.

Coincidiendo con lo expresado por López Melero (2010) referenciado en el artículo de Viviana Nardelli cuando dice: “El concepto de diversidad (....) no se refiere sólo a handicap, sino a todos los colectivos menos favorecidos de la sociedad,(....) que por una causa u otra están situados en la frontera o fuera del sistema olvidándose intencionalmente que la diversidad es lo más

genuinamente natural del ser humano” Nardelli, ( 2019). La Diversidad no implica segregar, separar, educación diferente, implica igualdad de oportunidades para todas y todos.

En Cuba se destacan investigaciones, Borges, S., Orosco, M.,( 2014) proponen un cambio de conciencia en la educación en general a partir del trabajo de todos por la igualdad de derechos y la equidad de las ideas básicas para llevar a cabo este proceso con una educación de calidad. Es por ello que la preparación profesional, constituye un aspecto muy importante en el desarrollo de los procesos educativos y se concibe como el proceso permanente de adquisición, estructuración y reestructuración de conocimientos, habilidades y valores para el desempeño de su función Colás, ( 2012) de manera que para alcanzar niveles superiores de profesionalidad en los docentes se precisa de la educación continua y permanente de quienes dirigen el proceso de enseñanza – aprendizaje desde la escuela se debe asumir la formación y preparación de los profesores de educación . Si bien refiere Fernández, Ruiz, & Patón, (2017) en los resultados de su investigación y en acuerdo, concibe que la preparación de los profesores de educación física ésta debe ser permanente, alimentada por sus experiencias en su práctica educativa, lo cual implica una responsabilidad y necesidad de un trabajo metodológico sistemático y científico que se desarrolla sobre la base de las diferentes formas del trabajo metodológico, siendo actualizada en aras de perfeccionar la actividad metodológica en el organismo MINED, (2014, p.2-34-36 ) la cual propicia la transmisión de conocimientos y la construcción colectiva de estos. Permite establecer la relación de la teoría con la práctica educativa. Su planificación y la selección de los temas a tratar, responden a las necesidades metodológicas de funcionarios, directivos, docentes, profesores, especialistas y técnicos y se conciben en las siguientes formas.

- a) Reunión metodológica.
- b) Clase metodológica.
- c) Clase o actividad educativa abierta.
- d) Taller Metodológico entre otras.

Las autoras asumen el taller metodológico como forma de preparación metodológica a docentes ya que esta actividad se realiza en cualquier nivel de dirección con los docentes, funcionarios y cuadros y en el cual, de manera cooperada, se elaboran estrategias, alternativas didácticas, se discuten propuestas para el tratamiento de los contenidos, los métodos y se arriban a conclusiones generales.

Teniendo en cuenta lo expresado anteriormente, se constató a través del entrenamiento metodológico conjunto, inspecciones parciales, visitas especializadas, observaciones a los modos de actuación de los profesores de educación física en sus diferentes actividades recreativas , deportivas, extradocentes y resto de los espacios escolares de las escuelas del municipio de Caibarién, no siempre cuentan con una guía acertada y recursos didácticos para abordar temas de educación ambiental y sostenibilidad en correspondencia con la diversidad actuante en el grupo. En las clases y otras actividades, no siempre se garantizan las condiciones y exigencias necesarias para el trabajo con todos los estudiantes atendiendo a su diversidad, lo que conduce, generalmente a un deficiente proceso de desarrollo y a su exclusión dentro de este mismo proceso de enseñanza. Desde sus planes de preparación individual se conciben pocas actividades relacionada con la temática de la atención a la diversidad existente en sus grupos, no son suficientes las actividades de desarrollo físico deportivas y recreativas el currículo de las asignaturas a impartir temas referentes a educación ambiental y sostenibilidad, ni recursos didácticos de apoyo que contribuyan al desarrollo del conocimiento de esta temática.

Tomando en consideración lo anterior nos pone ante una realidad, se declara como situación problemática: la poca preparación que poseen los profesores de educación física graduados de la EPEF en el municipio Caibarién desde la diversidad para contribuir al desarrollo de la sostenibilidad en sus estudiantes en la institución educativa.

Estos elementos fundamentan el problema científico de esta investigación.

¿Cómo preparar a los profesores de educación física de la enseñanza primaria desde la atención educativa a la diversidad para contribuir al desarrollo sostenible? Para dar respuesta a esta interrogante se propone un sistema de talleres de preparación a estos profesores.

## **DESARROLLO**

La investigación se desarrolló desde diferentes métodos investigativos y posiciones participativas. El material factual correspondiente al diagnóstico se recopiló mediante el análisis documental, observación, entrevistas, encuestas y posiciones analíticas sintéticas, lo inductivo y deductivo no solo para generalizar el diagnóstico, sino para preparar a los docentes del segundo ciclo de la enseñanza primaria.

La investigación se realizó entre septiembre del 2019 hasta mayo del 2020. La fase de diagnóstico se realizó en septiembre del 2019 y la segunda fase mayo del 2020.

La fase de diagnóstico comprendió:

-Análisis documental.

-Encuesta.

-Entrevista.

El sistema de talleres metodológicos sobre la base de fundamentos teóricos- metodológicos que lo sustentan, se planificó con una secuencia lógica según las necesidades de preparación de los docentes desde la diversidad para contribuir al desarrollo sostenible.

Para la conformación del sistema de talleres que contribuye a la preparación de los docentes se utilizaron como muestra 13 profesores de educación física . Se determinaron las necesidades de preparación de éstos a partir de la instrumentación de un sistema de métodos de investigación que permitieron la recopilación, instrumentación e interpretación de los datos precisos para determinar lo que debe de conocer un profesor en consecuencia a la diversidad en sus grupos para contribuir al desarrollo de la sostenibilidad, lo que hace y a partir de ahí de las diferencias obtenidas determinar sus necesidades.

Con el propósito de constatar a través del análisis de documentos normativos del trabajo metodológico, la concepción y desarrollo de temas relacionados con la diversidad y el desarrollo de la sostenibilidad en función de la preparación de los profesores de educación física para su labor. Los documentos que se analizaron fueron:

- Plan de Trabajo Metodológico

- Las Reuniones de Trabajo Metodológico.

- Planes de clases de los docentes

Esto nos permitió establecer con claridad nuestra situación problémica como se refleja en la introducción, pudiéndose apreciar la insuficiente preparación de los profesores de educación física en la atención a la diversidad para contribuir al desarrollo de la sostenibilidad, existiendo dificultades en la forma de concebir y frecuencias de estos temas, desde la concepción del Plan de Trabajo Metodológico de los centros, ni en los planes de clases, planificación de las actividades recreativas y deportivas, el tratamiento relacionados con la diversidad para el desarrollo de la sostenibilidad y/o educación ambiental.

En los resultados de las entrevistas y encuestas realizadas a los profesores de educación física graduados de las EPEF de estas instituciones, se pudo constatar que existen deficiencias por parte de ellos en el dominio de los métodos, sistemas, recursos, alternativas y aspectos organizativos en la atención a la diversidad para contribuir al desarrollo sostenible.

La observación a las preparaciones metodológicas permitió constatar en la práctica educativa no se conciben intencionadamente acciones que aborden las necesidades de preparación en correspondencia con sus necesidades para un mejor desempeño profesional, estas acciones se hacen de manera casual.

Es en este momento es donde las alternativas de preparación juegan un papel fundamental, entre las cuales se encuentra el taller el cual se convierte en una forma de organización en la preparación de los docentes , entendiéndolo como el lugar donde los docentes trabajan cooperativamente para desarrollar nuevas maneras de hacer en el proceso de enseñanza aprendizaje, donde se aprende haciendo junto con otros, dando motivo a la realización de experiencias innovadoras en la búsqueda de métodos activos en la enseñanza.

En torno a esta necesidad es que las autoras de esta investigación proponen un sistema de talleres que responda a las necesidades de los profesores de educación física que laboran con la diversidad de sus grupos en diferentes escenarios y que aborden la temática del desarrollo sostenible. Estos talleres se apoyan en el enfoque histórico cultural de S. L. Vygotsky (1896-1934), que tiene su base en la psicología contemporánea, considera el desarrollo integral de la personalidad de los educandos como producto de la actividad y la comunicación en el proceso educativo y de enseñanza aprendizaje, en el que actúan como dos contrarios dialécticos lo biológico y lo social.

#### Sistema de talleres

Objetivo: Contribuir a la preparación de los profesores de educación física de la enseñanza primaria en la atención a la diversidad para favorecer el desarrollo sostenible.

#### Subsistema I: Diagnóstico y Sensibilización.

Objetivos: Determinar las necesidades de conocimientos de los profesores de educación física en el sistema de talleres. Sensibilizar al grupo con la problemática. Concientizar en ellos la importancia del rol que desempeñan en la atención a la diversidad para contribuir al desarrollo sostenible.

#### Taller#1

Objetivo: Analizar los elementos teóricos y metodológicos del sistema de talleres.

El taller permite a los docentes analizar y debatir los aspectos importantes del desarrollo del Taller de la Disciplina como sus características esenciales y su metodología. El material complementario

y bibliografía básica sobre la temática, orientada con anterioridad, sirve como preparación previa para los docentes.

## Taller #2

Objetivo: Contribuir al conocimiento de las consideraciones generales y actuales en la atención a la diversidad para el desarrollo sostenible.

El taller les permite a los docentes el análisis crítico de sus necesidades de preparación en la atención a la diversidad de sus grupos para contribuir al desarrollo sostenible, así como los retos actuales del sistema educacional cubano por un futuro sostenible.

Subsistema II: Contenido y tratamiento acerca de la atención a la diversidad para el desarrollo sostenible.

Objetivos: Brindar conocimientos teóricos, metodológicos y prácticos en la atención a la diversidad para el desarrollo sostenible en Cuba para elevar el nivel de preparación al grupo de participantes.

Presentar el sistema de talleres para la preparación de los profesores de educación física de la enseñanza primaria en la atención a la diversidad para contribuir al desarrollo sostenible.

## Taller #3

Objetivo: Preparar basado en los fundamentos teóricos a los docentes en la diversidad para el desarrollo sostenible.

El taller permite debatir sobre los problemas actuales en la diversidad en las instituciones educativa de la enseñanza primaria, apropiarse de conocimientos teóricos y metodológicos que sirven de base para contribuir al desarrollo de la sostenibilidad desde las actividades recreativas y deportivas.

## Taller #4

Objetivo: Analizar las actividades y recursos didácticos a emplear en la atención a la diversidad ajustado a las necesidades del grupo para contribuir al desarrollo sostenible de sus estudiantes.

Se trabajan en este taller metodológico. Los docentes debaten acerca de las actividades lúdicas y métodos participativos que pueden incidir en el proceso acorde con las actividades y la técnica a desarrollar durante sus clases, actividades físicas, recreativas y deportivas. Se auxilian de los recursos didácticos creados al respecto por el MINED y a partir de ahí lo enriquecen con nuevas ideas.

## Taller#5

Objetivo: Demostrar en la práctica educativa las habilidades, métodos y procedimientos metodológicos en la atención educativa a la diversidad y el desarrollo sostenible.

Esta operación permite a los docentes demostrar los conocimientos adquiridos en los talleres teniendo en cuenta los objetivos, métodos y evaluación que constituyen el proceder del docente según el diagnóstico grupal e individual que se tenga de los estudiantes y la diversidad. Se analizan las clases y se buscan alternativas de solución a las deficiencias. Se seleccionarán las clases mejor planificadas y los recursos didácticos acorde a las particularidades y potencialidades de desarrollo físico de sus escolares.

## Subsistema III: Evaluación

Objetivos: Evaluar la efectividad del sistema de talleres en el desempeño de los profesores de educación física en la diversidad para el desarrollo sostenible.

Conocer el nivel de transformación de los profesores de educación física , desde el punto de vista cognitivo, afectivo y volitivo.

### Taller #6

Objetivo: Evaluar el nivel de conocimientos adquirido por los profesores de educación física y la efectividad de los mismos en la atención a la diversidad y el desarrollo sostenible.

Este taller metodológico posibilita que el profesor arribe a un momento superior en las transformaciones de los conocimientos adquiridos para con el dominio de los fundamentos teóricos - prácticos de la misma logren en la diversidad de sus estudiantes el desarrollo sostenible.

## CONCLUSIONES

El abordaje de cada una de estas temáticas en los talleres metodológicos permitió la preparación de los profesores de educación física en su diversidad para el desarrollo de la sostenibilidad de sus grupos de estudiantes, facilitándoles recursos personales, organizativos y materiales, ajustados a las necesidades de cada alumno para que todos puedan tener igualdad de oportunidades en la participación de las actividades física-deportivas, educativas, recreativas y extradocentes en la institución escolar.

## BIBLIOGRAFÍA

- Borges, S. A., & Delgado, M. O. (2014). Inclusión Educativa y Educación Especial. Un horizonte singular y diverso para igualar las oportunidades de desarrollo. Playa. La Habana: Educación Cubana.
- Canel, M. D. (2019). Informe Voluntario sobre la Implementación de la Agenda 2030. ONU.
- Nardelli, N. (del 30 al 14 de septiembre-octubre de 2019). <http://congresoeducaciónfísica.fahce.unlp.edu.ar/>.
- Pons, A. C. (2009). La preparación del docente en la concepción curricular y formación de las acciones mentales. necesidad y actualidad en la atención a las necesidades educativas especiales. EduSol, 11-18.
- Reglamento del Trabajo Metodológico del ministerio de Educación. (2014). Holguín: Empresa Poligráfica de Holguín ARGRAF.
- Urrutxi, L. D., Gonzales, A. F., & Piedrola, J. G. (13;14;15 de septiembre de 2010). Conferencia Iberoamericana Metas 2021. Buenos Aire, Argentina.
- Vega. M. L. (2013). Dimensión Ambiental, Desarrollo Sostenible y Sostenibilidad Ambiental del Desarrollo. 11th Latin American and Caribbean Conference for Engineering and Technology Cancun, Mexico. August 14-16.

## Epígrafe IV

### RECREACIÓN FÍSICA CONTEMPORÁNEA

#### 4.1

### PROGRAMA DE RECREACIÓN FÍSICA MULTIFACTORIAL PARA LA PARTICIPACIÓN DE JÓVENES EN MANICARAGUA

Lic. Arildo Hernández Sánchez.

Institución: Dirección municipal INDER Manicaragua. 42492069. ORCID: 0000-0003-1464-0124

Dr. C. Desiderio Sosa Loy. ORCID: 0000-0001-8768-6124

Dr. C. Yanet Pérez Surita. ORCID: 0000-0002-3220-3000

#### RESUMEN

La investigación parte de la importancia de la integración del MINSAP, el MINED, Cultura y Gastronomía para la realización de actividades comunitarias dirigidas a la formación de una cultura general integral en los jóvenes. Como **objetivo** se formula: proponer un Programa de Recreación Física, para la participación de los jóvenes desde el trabajo integrado de los factores de la Circunscripción 85 en el Consejo Popular Manicaragua 1. La **población** del estudio está constituida por 346 jóvenes. Se emplean **métodos** teóricos; empíricos como la observación, la entrevista, la encuesta, el instrumento para el estudio del presupuesto de tiempo libre, la distribución empírica de frecuencias, y el criterio de especialistas. Se somete el programa a criterio de especialistas que lo valoran como pertinente, actual y necesario, destacando el carácter integrador de las acciones en función de elevar la participación de los jóvenes en las actividades físicas recreativas y contribuir a formar en ellos una cultura general integral en valores, actitudes, hábitos y comportamientos acordes a las exigencias actuales de la construcción del proyecto socialista cubano. Entre los resultados se destaca el impacto del programa en el desarrollo local del municipio Manicaragua desde lo social y la prestación de servicios en la comunidad.

**Palabras clave:** formación integral, integración multifactorial, participación físico-recreativa,

#### INTRODUCCIÓN

La Recreación como fenómeno social, cultural tiene que debe su existencia a la comunidad humana y se rige por las leyes del desarrollo social del materialismo histórico; así, está representada por variadas formas, extremadamente complejas por ser electivas Sosa (2001); Domínguez (2018).

La Recreación Física resulta una apremiante necesidad de los seres humanos, para garantizar el futuro de la población hasta edades bien avanzadas, para lograr una vejez, eficiente, sana y hasta bien útil; constituye además una variante saludable para la ocupación provechosa del tiempo libre. (Gómez y Fernández, 2012); Sosa (2000).

Este proceso constituye un derecho fundamental de los seres humanos, de acuerdo a la ONU es la sexta necesidad básica, después de la nutrición, la salud, la educación, la vivienda, el trabajo y la seguridad social, un medio de unidad integradora, un factor de desarrollo, y medio de cohesión

familiar y comunitaria (Bolaños, 1995). No obstante, allí donde el MINSAP pudiera aportar el trabajo profiláctico, Cultura una formación amplia y mayor disfrute, la Gastronomía sus ofertas saludables, se dejan de interrelacionar estos factores en un verdadero trabajo comunitario integrado, lo cual puede ser resuelto mediante un programa diseñado para ello donde el INDER juega un papel rector.

El **Programa de Recreación Física**, de la Dirección Nacional de Recreación en Cuba, se plantea como misión:

"Rectorar las políticas de ocupación del tiempo libre a través de disciplinas físico-recreativas basadas en actividades lúdico-recreativas, en deportes recreativos y en el espectáculo deportivo, para satisfacer los gustos, preferencias y necesidades de la población en toda su diversidad de grupos etarios, de sexos y ocupacionales, mediante una acción electiva y participativa". (p. 36)

Desde esta tarea se propone garantizar:

- La **atención a la comunidad** como escenario principal, mediante proyectos recreativos, donde se concreten tanto las actividades como los recursos humanos y materiales necesarios.
- Los **beneficios** de las actividades recreativas a la población, medida en términos de participación para la sana ocupación del tiempo libre, a la vez de la formación integral de los participantes, de valores formados en ellos.
- La caracterización y alcance de las diversas **disciplinas recreativas**, a los diferentes niveles, para una correcta atención a las estructuras o factores de la comunidad, en que se apoya el programa para organizar la práctica sistemática de las mismas.

A partir de la Resolución 58 de 2017, (p.2), de la Dirección Nacional de Recreación del INDER, los especialistas en Recreación Física deben organizar su trabajo, para la atención a todos los sectores poblacionales partiendo del concepto de trabajo comunitario integrado, sin embargo, en la práctica esto se materializa de forma parcial porque no todos los organismos tienen bien delimitados en un programa, sus tareas o acciones a desarrollar.

En el Proyecto cubano de Programa de **Trabajo Comunitario Integrado** (PTCI), vigente desde 1996, existe representación de los Ministerios de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente, Cultura, Educación, Educación Superior, de las Fuerzas Armadas Revolucionarias y de Salud Pública.

Este Proyecto de Programa plantea: "El problema cardinal del trabajo comunitario podría ser definido en términos de cómo articular de manera coherente los diferentes factores existentes, en función de dinamizar las potencialidades de la comunidad, encaminadas al logro progresivo de su autogobierno". (p. 21)

El Proyecto define entre sus objetivos los siguientes:

- Organizar y movilizar a la comunidad, propiciando su participación en la identificación y ejecución de soluciones a problemas y respuestas a necesidades comunitarias, a partir de sus propios recursos materiales y humanos -físicos y espirituales.

- El desarrollo de relaciones de colaboración y ayuda mutua entre sus miembros, entre distintas comunidades y entre sus factores en general.

Para lograr estas relaciones en el trabajo comunitario es necesario tener en cuenta ciertos niveles de integración a alcanzar:

- A nivel macromedio, de donde se derivan las características sociopsicológicas que reflejan las particularidades y propósitos de la sociedad: instituciones, organizaciones, etc.
- A nivel micromedio, que incluye la familia y demás grupos tanto formales como informales.
- A nivel de sujeto, como agente portador del fenómeno social, donde de forma particular se reflejan los fenómenos sociales, institucionales y grupales.

En cualquiera de estos niveles se precisa de dimensiones que deben ser objeto de diagnóstico y de acción, para un programa recreativo multifactorial en la comunidad, donde se reconocen como principales: la económica, ambiental, de salud, habitacional, sociopsicológica, educacional, y cultural.

A tono con las ideas anteriores, hoy es un desafío del desarrollo local comunitario, concebirlo como un proceso multidimensional, a tono con la concepción de desarrollo sostenible de la Agenda 2030 de la Organización de Naciones Unidas; donde incluye de una forma interrelacionadas, las variables: económica, social y ambiental (CEPAL, 2017)

De ahí la importancia de los aspectos organizativos generales de un programa recreativo multifactorial en la comunidad, los que han de darle coherencia al conjunto de acciones de los organismos implicados y vinculados al trabajo comunitario, como el Ministerio de Cultura, Educación, Salud Pública, Educación Superior, Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente y el INDER; entre otros

**Un programa recreativo** con enfoque multifactorial constituye un medio eficaz para ejercer una influencia positiva en todas las personas sin distinción de edad, sexo o grupos sociales, según Mateo (2017). Esta es la intención a lograr en grupos como los jóvenes en las comunidades, es decir la **influencia multifactorial en la formación de los jóvenes**, en correspondencia con Boullón (1989) quien incluye entre los ocho principios de la Recreación, la promoción de valores personales y sociales en el individuo y en la sociedad; así como, el desarrollo de una educación integral.

A nivel operativo FUNLIBRE propone que en el desarrollo de programas recreativos se consideren las siguientes estrategias: la sectorización, la segmentación y la zonificación. En cuanto a la sectorización: cada sector en que se involucra institucionalmente la recreación requiere del diseño de programas y actividades acorde con sus características específicas, como la circunscripción en Cuba.

La segmentación poblacional, se refiere a rescatar la recreación en todos los grupos de la población: niños, jóvenes, adultos y adultos mayores. En el caso de la etapa juventud, donde la personalidad está en plena formación, se necesitan vías mediante las cuales se puede llegar a los jóvenes para formar en ellos cualidades, hábitos, valores y comportamientos en correspondencia con las exigencias de la sociedad cubana y el tipo de país que se desea construir, a partir de ponderar lo local, es decir, lo que cada municipio tiene como potencialidades. (Díaz-Canel, 2020)

Mientras que la zonificación como estrategia se identifica con la zona geográfica y el espacio físico a utilizar que determinan particularidades de los programas recreativos. La zonificación más general puede hacerse diferenciando: la zona urbana, la zona rural, los barrios, etc. En este sentido se y contextualizado al caso Cuba, se puede agregar, el Consejo Popular, el CRD, la Circunscripción.

La circunscripción se define como: "División o demarcación administrativa de un territorio, que incluye características, funciones y factores representantes propios. (p. 19).

Una circunscripción es la delimitación del grupo de organismos según los atributos que separan los individuos que pertenecen a él de todos los demás individuos, en la opinión de un autor. En Cuba tiene una connotación electoral"

El diagnóstico realizado en la Circunscripción 85 del Consejo Popular 1 de Manicaragua, revela como situación problemática la existencia de necesidades respecto a la participación de los jóvenes participen en actividades físico recreativas con enfoque multifactorial en Manicaragua. En tal sentido se propone el siguiente problema científico ¿cómo contribuir a la participación de los jóvenes en las actividades de la Recreación Física en la Circunscripción 85 del Consejo Popular 1 de Manicaragua?

*Objetivo general:* proponer un programa de Recreación Física con enfoque multifactorial para la participación de los jóvenes de la Circunscripción 85 del Consejo Popular 1 de Manicaragua.

*Objetivos específicos:*

- Diagnosticar la situación actual de la participación de los jóvenes de la circunscripción 85 del Consejo Popular 1 de Manicaragua.
- Diseñar un programa de Recreación Física con enfoque multifactorial para la participación de los jóvenes de la Circunscripción 85 del Consejo Popular 1 de Manicaragua.

## **DESARROLLO**

Se emplean métodos del nivel teórico como el analítico sintético, el inductivo deductivo, empíricos como la entrevista, el análisis de documentos y la observación, así como la distribución empírica de frecuencias, tablas del Windows y criterio de especialistas. Se emplea una metodología de investigación acción participativa, que parte de un enfoque mixto, con un diseño no experimental, mediante métodos basados en el materialista dialéctico. Se combinan métodos y/o técnicas cuantitativas y cualitativas con la estadística descriptiva.

Para el análisis de documentos, se estudiaron los siguientes: Tesis, Informes de "Proyectos de Recreación Física, el Modelo de Recreación Física, Sistema de Cultura Física y Deporte, CDs de memorias de eventos, así como los Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución Cubana, período 2016-2021 en 2017.

Se estudian también, la Constitución de la República y artículos de Miguel Díaz Canel Bermúdez, sobre el desarrollo local, concluyendo de estos que la localidad, los municipios tienen una gran responsabilidad en el trabajo con los jóvenes.

De todos estos documentos se extrae que la participación en las diferentes actividades físicas recreativas constituye un eje de trabajo comunitario esencial para cualquier grupo etéreo. Sin embargo, a pesar de que estos documentos funcionan como instrumentos de trabajo, la

integración multifactorial para lograr un buen trabajo comunitario integrado no se desarrolla de una forma organizada por los diferentes factores que inciden en el trabajo social y la prestación de servicios.

Se realizaron entrevistas a funcionarios del INDER en Manicaragua y a los especialistas del Combinado Deportivo (Cátedra de Recreación Física) estos opinaron que es evidente la falta de coordinación y unidad entre los diferentes factores en la convocatoria de las actividades recreativas y como consecuencia en la organización de estas.

En el caso del Médico y Enfermera de la Familia aportan que existe gran cantidad de jóvenes con adicciones al tabaquismo y al alcoholismo, mientras que otros portan enfermedades de transmisión sexual que han recibido tratamiento pero son reincidentes en sus conductas promiscuas.

La observación participante permitió constatar a qué se dedican los jóvenes de esta Circunscripción en su tiempo libre.

Tabla 1: Actividades que realizan en el tiempo libre.

Tipo de actividad	% de participación	Respecto a la población total en estudio (participantes)
FDR	31 %	107
Asistencia al Círculo Social	23 %	79
Recreativas y deportivas espontáneas	15 %	51
Charlas educativas por el Médico de la Familia	18 %	62
Actividades culturales	28 %	96
Actividades religiosas	32 %	110
Celebración en grupos	50 %	173

De 346 jóvenes en estudio significa que estos tienen poca participación en particular en las Charlas educativas por el Médico de la Familia, en los Festivales deportivos recreativos y en las actividades recreativas y deportivas espontáneas.

Como resultado de las valoraciones de los datos del diagnóstico se plantean las siguientes necesidades:

- Falta de diagnósticos objetivos y actualizados.
- Limitaciones en la diversidad de opciones recreativas y físico-recreativas.
- Deficiencias en la correspondencia entre los programas de Recreación Física y los intereses de los jóvenes de la circunscripción 85.
- Escasa participación por parte de la población en las actividades físico – recreativas. Limitaciones en la organización y desarrollo de las actividades, que incluye el conocimiento práctico-metodológico para la confección del diseño, el guion y la animación y conducción de las mismas. (Rodríguez-Galindo, 2019).
- No se aprovechan los espacios de la Recreación Física para la formación integral de los jóvenes.

### **Fundamentación del Programa de Recreación Física Multifactorial para la participación y formación integral de jóvenes en Manicaragua.**

El programa que se diseña se sustenta en los presupuestos del Modelo de Recreación Física estrecho y pasivo de niños y la población en general. (Sosa Loy, 2018).

A partir de esta se propone un programa cuya aspiración importante es motivar la práctica físico-recreativa con un carácter educativo para estimular el protagonismo de los jóvenes, de modo flexible, donde predomine la diversidad de opciones para facilitar programas variados. Se pretende lograr una amplia participación de esta población, considerando la nueva concepción del modelo recreativo siempre mediante un enfoque educativo. (Sosa, 2018).

El enfoque multifactorial ha de emerger de la interacción de varios organismos, teniendo en cuenta lo establecido jurídicamente en la Resolución No 58 de 2017 del Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación (Dirección Nacional de Recreación).

La coordinación del trabajo parte de la estructura municipal de la Asamblea del Poder Popular y el Partido, con otros organismos; tales como; Salud, Gastronomía, Cultura, Educación, siempre teniendo a la escuela como institución más importante de la comunidad, aprovechando las Áreas Recreativas, Deportivas y Culturales Saludables. Además de los programas de Cultura Física en la Comunidad, dónde primen actividades recreativas-deportivas (de Deportes para Todos, populares).

Se aprovechará lo que plantea la Carta internacional para la Educación del Tiempo Libre de la Asociación Mundial de Tiempo Libre y Recreación, (por sus siglas WLRA) se trabaja para lograr ... libertad de elección, creatividad, satisfacción, disfrute, mayor placer y felicidad.

Ha de ser un programa con interrelación multifactorial y su proyección formativa ha de contener los siguientes enfoques, que le dan un carácter equilibrado e integral, debiéndose la combinación de ellos:

-Enfoque tradicional: se basa en la actividad o conjunto de ellas, que se han realizado tradicionalmente en la circunscripción por los jóvenes.

-Enfoque de actualidad: está basado en el contexto, retomando aquellas actividades o servicios más necesarios de la circunscripción, es decir, por también las actividades novedosas.

-Enfoque de opinión y deseos: de los jóvenes, a través de encuestas o inventarios, se obtienen datos sobre las actividades recreativas que éstos deseen realizar.

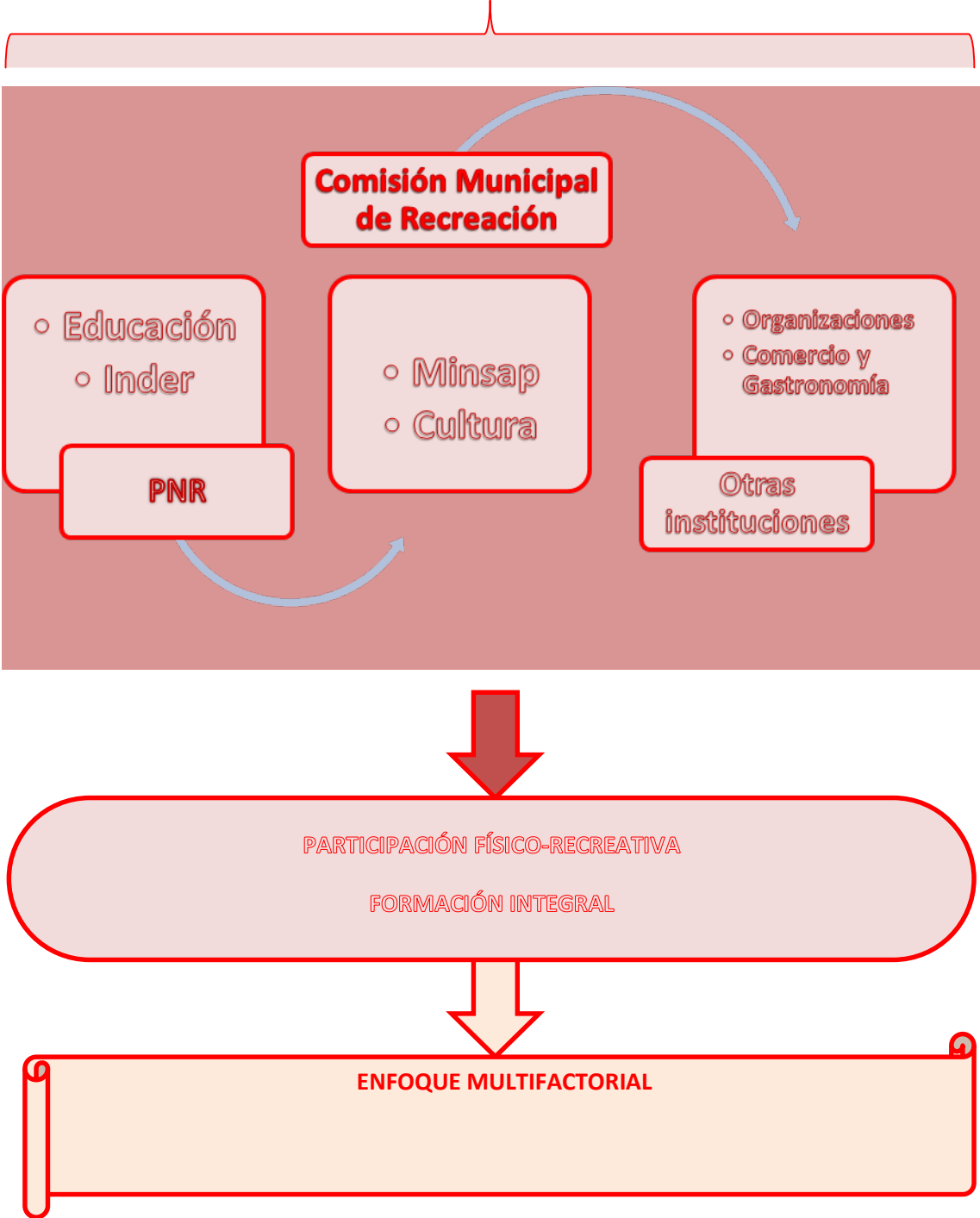
-Enfoque autoritario: basado en la experiencia del especialista y sus opiniones, vertidas en el programa.

-Enfoque socio- político: basado en la coordinación con instituciones de la circunscripción, de quien se derivan líneas y normas de trabajo conjunto.

-Enfoque multifactorial se define como la participación de instituciones, organismos y organizaciones políticas y de masas en la actividad satisfaciendo necesidades sociales y económicas de la población joven que interviene.

El diseño del programa de Recreación Física con interrelación multifactorial y su proyección formativa parte de un proceso de planificación, organización, ejecución y control del programa recreativo. El Programa se presenta a continuación:

# Programa de Recreación Física Multifactorial para la participación y formación integral de jóvenes en Manicaragua



## Acciones de cada uno de los factores que intervienen en el desarrollo del programa.

-Comisión Gubernamental Municipal de Recreación: es la encargada de orientar, organizar, distribuir y controlar las acciones a desarrollar en los diferentes organismos, organizaciones e instituciones en el lugar donde tenga incidencia el programa.

-El INDER: planifica, organiza y ejecuta el Festival Deportivo Recreativo (FDR), donde participan los diferentes grupos etarios de la comunidad.

-Salud: planifica, organiza y ejecuta Charlas médicas. Audiencias sanitarias. Trabajo preventivo en relación con enfermedades crónicas no trasmisibles, disminución del tabaquismo, alcoholismo, prostitución, ETS y COVID-19. Se trabajó con adolescentes, jóvenes y embarazadas, con el Adulto Mayor y los discapacitados.

-Cultura: planifica, organiza y ejecuta: Trabajo con los talentos de la comunidad. Competencias de baile, de dibujo, canto, animación y otras manifestaciones. Venta de libros.

-Educación: planifica, organiza y ejecuta todo lo relacionado con los valores afectados entre niños, adolescentes y jóvenes de la comunidad. Trabajo con la historia local y la familia.

-PNR: planifica, organiza y ejecuta la custodia de la actividad antes, durante y después de la actividad. Trabaja con la prevención y disminución del delito en el área.

-Organizaciones políticas y de masa: Apoyan a los profesionales del Inder, Salud y Cultura a la convocatoria y motivar la participación popular en la actividad recreativa.

-Gastronomía y T P C P elaboradores de alimentos: Planifican la venta de productos elaborados, refrescos, jugos naturales, dulces, confituras y competencias de dulces y platos caseros.

-Comercio: Planifica, organiza la venta de artículos y productos q se distribuyen en las redes de tienda entre otras ofertas.

-Otras instituciones: Puntos de acopio: Venta de productos del agro, entre otras ofertas.

El Inder, Salud, Cultura, Educación y la PNR: Planifican, organizan y ejecutan sus acciones a partir del diagnóstico que tienen del área. Comercio y gastronomía como otras instituciones: Planifican, organizan y ejecutan sus acciones a partir del nivel de ofertas que puedan brindarle a la comunidad para satisfacer sus necesidades. (No se permite en el área donde se desarrolla del programa la venta de bebidas alcohólicas y cigarros)

Se desea lograr con la implementación del programa que: Las Comisiones Gubernamentales de recreación a nivel de provincia , municipio y concejos populares sean las encargadas de orientar , organizar, distribuir, controlar y evaluar las acciones a desarrollar por cada uno de los organismos, organizaciones e instituciones que participan en programa en conjunto con el presidente de concejo , delegado y otros factores de la comunidad, el impacto del mismo en la población , el trabajo comunitario integrado y su aporte al presupuesto al desarrollo local.

El Inder como organismo y dentro de sus funciones le corresponde diseñar el festival deportivo recreativo (FDR) en correspondencia con el gusto y la preferencia de la comunidad, los técnicos del deporte que intervienen en el FDR aprovecharán el espacio para la captación de talentos.

Cultura desarrollará un grupo de actividades en función de su promoción y divulgación de las mismas, trabajara la captación de talentos además de desarrollo del conocimiento con la población activa y pasiva que participa.

Salud, Educación y la PNR trabajarán en todo lo relacionado a lo preventivo, formativo, formación de valores, desarrollo del conocimiento, cambio de hábitos, comportamiento e intereses, con la población activa y pasiva que participa.

Las organizaciones políticas y de masa desarrollarán un amplio trabajo de convocatoria y promoción para la participación de la población en el programa buscando creatividad además de fortalecer su funcionamiento en la comunidad (CDR Y FMC).

El comercio, la gastronomía, los TPCP y otras instituciones que producen bienes y servicio dirigen sus acciones a satisfacer la necesidad de la población activa y pasiva que participa durante y después que culmine el programa, terminando con una fiesta popular para el disfrute de todos en la comunidad.

La idea a comunicar por las vías institucionales y la radio es “Que Participen Todos, que se eduquen Todos”, tomada de la maestría de Recreación Física y siguiendo la teoría de P. Waichman (2004). Todos estos “Actores Sociales” se convierten en sujetos que otorgan significado y sentido a los procesos sociales en que se encuentran inmersos (Sosa, 2018).

## **CONCLUSIONES**

El trabajo multisectorial a partir de diversos organismos e instituciones, pondera las potencialidades de cada uno, contribuye a la participación físico-recreativa de los jóvenes de la comunidad y a su formación integral.

El INDER y desde la Recreación Física, constituye el eje central de programa, siendo la participación de los jóvenes su aspiración fundamental.

El programa contiene acciones dirigidas a satisfacer las necesidades de los jóvenes, mediante la acción mancomunada de los organismos, instituciones y organizaciones políticas y de masas con una dimensión educativa formativa acorde a las exigencias del momento actual.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Bolaño, Tomás E. (1995.) *Recreación y valores*. Colombia. Armenia.

Carta Internacional de la WLRA-Pág. 1. <http://incarbone.portalfitness.com>.

Constitución de la República de Cuba (2019) Asamblea Nacional del Poder Popular de Cuba.

CEPAL (2017) Comisión Económica para América Latina y el Caribe.

Centro Nacional de Superación (1999).El Proyecto de Trabajo Comunitario Integrado: una propuesta desde el contexto cubano Centro Nacional de Superación. Síntesis Bibliográfica, La Habana.

## LA ANIMACIÓN TURÍSTICA PARA CLIENTES EXTRANJEROS EN EL HOTEL “LOS CANEYES” DE VILLA CLARA

Lic. Iván Eras Alfonso.

Institución: Hotel “Los Caneyes” de Villa Clara. Correo: ivaneras88@gmail.com ORCID: 0000-0002-1205-0940

Dr. C. Desiderio Sosa Loy. Correo: desideriososa@inder.gob.cu UCLV.FCF. Profesor de Recreación. ORCID: 0000-0001-8768-6124

Dr. C. Ojeidi Rojas Barrayarzaz. Escuela Provincial de Hotelería y Turismo. Vila Clara. orojasb@gmail.com

### RESUMEN

La animación turística ha ido en constante evolución a través de los años y por consiguiente, la forma de hacer turismo, convirtiéndose en el medio para llevar a los clientes conocimientos sobre la cultura en general. El objetivo de la presente investigación fue analizar el comportamiento de la animación turística para clientes extranjeros en el Hotel “Los Caneyes”. Participaron en el estudio 8 animadores turísticos del Hotel “Los Caneyes” de Villa Clara. Entre los métodos se utilizaron del nivel teórico: analítico-sintético e inductivo-deductivo, del nivel empírico análisis documental, entrevista, encuesta, criterio de usuario y triangulación. Como resultados de la aplicación triangulada de estos se obtuvo regularidades y consideraciones que identifican el comportamiento del programa en el hotel. Se concluye expresando que el programa de animación turística en el Hotel “Los Caneyes” de Villa Clara, ha de perfeccionar algunos elementos, que sobre la base de un trabajo en equipo que garantiza su efectividad.

**Palabras clave:** animación turística; animador turístico; turismo.

### INTRODUCCIÓN

Satisfacer las necesidades recreativas de los seres humanos constituye la mayor competencia dentro de la gran industria del turismo, pues eso garantiza la mayor afluencia a las instalaciones y por tanto los ingresos de las mismas. Cuba es un país con los grandes atractivos naturales propios de sus características tropicales que hacen de la región un paraíso turístico, por lo tanto necesita renovar e incrementar sus ofertas recreativas.

Según Wang, Li, Zhen y Zhang (2016), “el turismo y los viajes colocan a personas con diferentes idiomas y entornos socioculturales desconocidos”. Esta proximidad tiene un inmenso potencial para dar lugar a errores de comunicación y acciones. Además, como los turistas se encuentran en entornos desconocidos pueden tener comportamientos bastantes inusuales y a veces divertidos para manejar estas situaciones, Jaklovev (2016).

El turismo cubano es sin duda una de las mayores fuentes de ingreso a la economía en el país, la ubicación geográfica de la isla, además de las bellezas naturales del entorno del país, son de gran interés para que los visitantes nacionales y extranjeros, puedan garantizar el disfrute y la satisfacción de los clientes; dentro de este proceso es la animación turística uno de los factores determinantes.

En el análisis teórico conceptual se puede distinguir que la animación turística se conoce como

una tendencia dentro del ramo hotelero para satisfacer las necesidades de los clientes en el servicio turístico, el efecto de desarrollo de esta tendencia ha experimentado un apogeo en cuanto a la demanda de profesionales competentes que brindan servicios adicionales al turismo. Abreu (2010)

La Organización Mundial del Turismo (OMT) en 1989 define la animación turística como “Toda acción realizada en o sobre un grupo, una colectividad o un medio, con la intención de desarrollar la comunicación y garantizar la vida social, recurriendo a métodos semidirectores”.

Los especialistas Chávez y Mesalles (2001) definen la animación turística como:

El conjunto de acciones y técnicas dirigidas a motivar, promover y facilitar una mayor y más activa participación del turista en el disfrute de su tiempo vacacional, en los niveles y dimensiones que esto implica y hablan de acciones y técnicas, lo que excluye la casualidad y la improvisación a la hora de elaborar un proyecto. (p. 34).

Desde el análisis del planteamiento de los investigadores citados, el autor de este artículo considera que la animación turística exige a su vez una especial atención a las relaciones humanas, a las dinámicas de grupos y a la convivencia, pero implica por encima de todo, el desarrollo de una acción coherente y continuada de motivación, capaz de suscitar un auténtico interés en el turista y que estimule su participación.

Por otra parte, la animación turística ha ido en constante evolución a través de los años y por consiguiente, la forma de hacer turismo, convirtiéndose en el medio para llevar a los clientes conocimientos sobre la cultura en general, tanto de la universal, la nacional, como la local, aunque se debe insistir en la actualización constante de quien la ofrece, sobre la base de la preparación sociocultural y colaboración en equipo.

En ese sentido, la figura del animador turístico es considerado el principal relacionista público por su contacto directo con el cliente, por lo que debe tener una cultura general integral y poseer conocimientos de los aspectos fundamentales de la actividad física, es una herramienta esencial en su desarrollo profesional.

A decir del informe realizado por Porras (2019).

“Más allá del propio entretenimiento, la animación se convierte en un activo estratégico que aporta un valor tangible y alineado con la marca de los establecimientos y, más importante aún, con los gustos de los huéspedes; la animación turística actúa como palanca de atracción haciendo que el turista se decida por un hotel en detrimento de otro.” (p. 58)

A partir del enfoque anterior, la dimensión alcanzada por la animación turística cubana y en especial en la provincia de Villa Clara, ha sido significativa, aunque no es suficiente el trabajo de comercialización y promoción que despierte el interés de muchas personas alrededor del mundo, por lo que se debe incrementar el número y variedad de ofertas en este sentido.

En la última etapa, la animación turística en el contexto hotelero, ha dejado de ser algo complementario y de poca importancia, para convertirse en una parte fundamental del ocio en el tiempo de vacaciones. Por tal motivo, se hace necesario que los departamentos de Animación Turística de estas instituciones, estén integrados por profesionales implicados en el funcionamiento general del establecimiento, creando programas de animación acordes con la orientación de mercado definida por la instalación. (Alvariño, 2008).

El Hotel “Los Caneyes” con más de 50 años considerado el puntal del turismo en el Grupo Cubanacán en Villa Clara y principal referente en la ciudad de Santa Clara, carece de un programa de animación turística atractivo y actualizado que logre satisfacer las necesidades de los visitantes extranjeros, los cuales componen el 98% de los clientes recibidos durante los años 2018 y 2019.

En el presente trabajo se formula como *objetivo*: analizar el comportamiento de la animación turística para clientes extranjeros en el Hotel “Los Caneyes” de Villa Clara.

## **DESARROLLO**

Para el cumplimiento del objetivo de la investigación el trabajo metodológico de la investigación se desarrolla sobre la base de la aplicación de los siguientes métodos; del nivel teórico: analítico-sintético e inductivo-deductivo empleados con el objetivo de analizar las particularidades de la animación turística en las actividades, partiendo de los postulados generales de la recreación y animación en el turismo. Los del nivel empírico como análisis documental, entrevista, encuesta a funcionarios y criterio de usuario, permitieron obtener información de manera directa para conocer la realidad existente en las actividades de animación turística hotelera, dirigidas a los clientes extranjeros, que se realizan así como el desempeño del animador en las mismas, además de conocer los lugares y horario seleccionado y sobre todo conocer sus gustos y preferencias recreativas.

Se utilizó una *población* de 8 animadores turísticos, de ellos tres mujeres, cinco hombres, todos de formación en Licenciatura en Cultura Física, con más de tres años en la actividad.

En este apartado se presentan los resultados de los métodos antes mencionados, desde la triangulación metodológica que nos permite mostrarlos en forma de **regularidades**.

- Necesidad de interiorización de la función, la preparación y el desempeño del animador turístico en la instalación, por parte de algunos funcionarios.
- Se percibieron limitaciones de la animación turística en cuanto al espacio, el tiempo, el horario, el tipo de actividad de animación turística.
- Necesidad de revisión de las actividades nocturnas, en cuanto a duración, contenido, variedad, originalidad, etc.
- Reconsiderar el vínculo del animador con el cliente en las actividades extra hoteleras.
- Limitado trabajo en equipo para el éxito de la animación.

### **Consideraciones en torno al comportamiento de la animación turística, para clientes extranjeros en el Hotel “Los Caneyes” de Villa Clara:**

- El concepto de animación turística ha ido evolucionando hasta la actualidad donde ya tiene un alcance más amplio, al concebirse como el medio mediante el cual se les lleva a los clientes, una serie de conocimientos propios sobre la cultura en general, tanto de la universal, la nacional y la local.
- Un mayor y sistemático trabajo en equipo fortalecería el área de animación no en cuanto a aseguramiento elementos como: el espacio, el tiempo, el horario, el tipo de actividad, más efectivos para el desarrollo de actividades más atractivas.
- Lo establecido en los documentos oficiales del proceso ha de exigir no solo su cumplimiento, sino además, su control sistemático.

- Sería muy efectivo la combinación de actividades intra y extra hoteleras para la amplitud de la cultura recreativa que se transmite.
- Desde la propia animación se ha de reafirmar que el turismo no sólo constituye, alojamiento, gastronomía y ocio ocasional o cultural, sino que involucra otros tantos servicios adicionales que la complementan.
- La presencia de un animador preparado y con buen desempeño, en una instalación hotelera, garantiza un servicio de calidad en cualquier circunstancia.

## CONCLUSIONES

El programa de animación turística en el Hotel “Los Caneyes” de Villa Clara, precisa de interiorización de la función del animador; de perfeccionar algunos elementos del programa, sobre la base de un trabajo en equipo más efectivo.

Los resultados del análisis permiten obtener una perspectiva más actual de la animación turística y la importancia de esta para clientes extranjeros.

## BIBLIOGRAFÍA

- Abreu Hernández, P. P. (2010). Animación y Recreación, Turística y Hotelera. Semanario REGION.
- Álvarez Gracia, F. E. (2018). Diseño de programa de animación turística para establecimientos de hospedaje de la parroquia Bahía de Caráquez Canton Sucre, provincia de Manabí. Ecuador.
- Ander- Egg E. (1992). Metodología y Práctica de la Animación Sociocultural. Ed. Hymanitas. Buenos Aires. 255 p.
- Alvariño, F. (2008). Animación Turística: una introducción. Disponible en: <http://www.campusdigital.com/blog/ciencias-sociales/animacion-turistica--una-introduccion.aspx> Accesado 3-1-2009.
- Chávez, A. y Mesalles, L. (2001). El Animador .Cómo organizar las actividades de los clientes en un hotel divertido. Editorial LAERTES S.A. Ediciones Virtud, Barcelona, España. P.205.
- De la Tejera Segura, Enrique. (2007). Manual Operativo de Animación Turística y Desarrollo Sustentable. Editorial Escuela de Altos Estudios de Hotelería y Turismo. La Habana.
- Ecoturismo, Turismo de Aventura y Turismo Rural (SECTUR, 2016).
- Ibáñez, Reyna y Rodríguez Villalobos, Ismael. (2017). Tipologías y antecedentes de la actividad turística: turismo tradicional y turismo alternativo.
- Jaklovev, Z. (2016). Administración de la animación en el turismo. Faculty of tourism and business logistic, Gevgelija, Republic of Macedonia.
- Kovich, F. (2017). A Curious Oversight in Acupuncture Resaerch. Journal of Acupuncture and Meridian Studies. 411-415

## LA CAZA DEPORTIVA EN VILLA CLARA. APUNTES HISTÓRICOS

Lic. Julio Gumá Amador.

Inder. Metodólogo de Actividad Física Comunitaria. Villa Clara. jgumaa@nauta.com

Dr. C. Desiderio Sosa Loy.

Profesor de Recreación Física. UCLV-FCF Villa Clara. email: dasloyo@uclv.cu ORCID: 0000-0001-8768-6124

Dr. C. Ojeidi Rojas Barrayarzaz.

Escuela Provincial de Hotelería y Turismo. Vila Clara. orojasb@gmail.com

### RESUMEN

En el estudio presente, la Caza se concibe como una manifestación que desde sus inicios tuvo la finalidad de satisfacer las necesidades de grupos humanos ligados a zonas rurales donde la disponibilidad de especies cinegéticas es alta; sin embargo, su connotación recreativa es muy destacada en la actualidad. Como **objetivo** se formula: analizar desde el punto de vista histórico algunos elementos de la Caza Deportiva como manifestación recreativa en Villa Clara. La **población** del estudio está constituida por 5 metodólogos de Caza Deportiva y 5 especialistas de Historia de la Cultura Física y el Deporte. Se emplean **métodos** teóricos como el analítico-sintético, inductivo-deductivo, histórico-lógico, y métodos empíricos como la revisión y análisis documental, análisis de contenido, la encuesta y la triangulación. Los datos obtenidos de la triangulación metodológica se agrupan en regularidades, sobre las cuales se sistematizan en tres grupos de aspectos históricos sobre la Caza Deportiva, que le dan respuesta al objetivo del artículo. Entre ellos la caza deportiva; esbozo histórico, sus orígenes como manifestación físico-recreativa y la sostenibilidad de la caza deportiva en la época actual.

**Palabras clave:** Caza Deportiva, cultura física

### INTRODUCCIÓN

La caza ha acompañado al hombre desde su surgimiento hasta nuestros días como actividad esencial para la subsistencia del género humano, sin embargo, constituye también una actividad deportiva, una afición, un pasatiempo, una opcional turística o una modalidad de emplear el Tiempo Libre de forma instructiva y recreativa.

La actividad de la caza generó siempre gran conflicto y debate entre aquellos que la practican y los que se oponen a la muerte innecesaria de animales. No obstante, hace años que existen reglas para mantener el equilibrio de la fauna, en el marco de lo legal, combatiendo la caza clandestina e irresponsable. Para ello se creó la Ley de Caza, los Reglamentos de Caza y las vedas que establecen cuando se puede cazar, cuantas especies en cada zona y cuantas por jornadas.

Durante el desarrollo de esta actividad se utilizan muchos métodos de caza en el mundo, que varían desde las armas utilizadas hasta el ecosistema elegido para practicarla, el tipo de especie, etc. La caza deportiva es una actividad muy antigua, que al igual que la pesca, requieren de un

compromiso muy especial respecto a la ecología, más aún hoy en día, con un cambio de conciencia hacia la actividad y los animales.

Esta actividad, considerada una manifestación deportivo-recreativa y sus variadas formas de realización en diferentes áreas geográficas, países y localidades, ha transitado por diferentes etapas que han sido legadas de una generación a otra en correspondencia con el momento histórico del desarrollo social.

En Cuba, durante la primera mitad del siglo XIX el tiro deportivo en la modalidad de Skeet tenía un marcado carácter elitista por ser exclusivo de hacendados y de personas adineradas que pertenecían a clubes privados, al igual que las actividades de caza ya que, obviamente podían cubrir los gastos de los implementos deportivos y de la transportación.

Posterior a 1960, el deporte en Cuba se convirtió en un derecho del pueblo y trajo aparejado la creación del Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación (INDER). De ahí que, la Dirección Nacional de Recreación, órgano que se ha ocupado de la caza deportiva sostenible a través de la Federación Cubana de Caza Deportiva (FCCD), dispone de reglamentos, orientaciones y principios éticos y morales para propiciar el incremento de armas para la caza deportiva sostenible y por ende la cantidad de cazadores. Esta Federación Cubana posee directivos a nivel nacional y en cada provincia, las que cuentan con federaciones municipales y representantes.

Entre los antecedentes de la Caza Deportiva (CD) se corrobora que en Europa, en los Estados Unidos y Canadá existen cursos cortos de capacitación para adultos de caza mayor con arcos y rifles, pero no se precisa una estrategia educativa de preparación, dirigidas a los cazadores adolescentes desde la Recreación Física, para lograr una Caza Deportiva sostenible, como una vía que influya en la ética de los cazadores y propicie la preservación de la fauna desde una óptica conservacionista.

En la actualidad la actividad de Caza se desarrolla tanto de forma organizada a través de las Asociaciones de Caza Deportiva, como a través de la caza indiscriminada que realizan los cazadores furtivos. En ambos tipos, la observación del término ha tenido dificultades en su interpretación, por lo que resulta necesario influir sobre los cazadores para que se desarrolle una caza en consonancia con los presupuestos medioambientales para este tipo de actividad en la actualidad.

Actualmente, en el municipio de Santa Clara, especialmente en el poblado cabecera, en la Caza Deportiva se trabaja para lograr un nivel de preparación en cuanto a su conocimiento histórico, sus antecedentes, adquiriendo una mayor pertinencia y carácter científico dada la labor de los especialistas de Historia del Deporte y de Flora y Fauna, que cuantifican la existencia de hechos ocurridos sobre la caza tradicional y la deportiva; a través de estudios acerca de hábitos y costumbres de esta manifestación en la provincia; lo cual contribuye al desarrollo de una memoria histórica sobre la práctica de la Caza Deportiva o Cinegética.

Desde la experiencia del autor de este estudio se puede asegurar que el proceso de Caza Deportiva en la provincia Villa Clara, adolece del conocimiento de sus antecedentes históricos para contextualizarlo en cada periodo de su existencia. Por ello en el presente estudio se formula como *objetivo general*: analizar desde el punto de vista histórico algunos elementos de la Caza Deportiva como manifestación recreativa en Villa Clara.

## DESARROLLO

Para el trabajo se interactuó con una población de 5 metodólogos de Caza Deportiva y 5 especialistas de Historia de la Cultura Física y el Deporte.

El estudio se abordó con un enfoque sistémico, donde se emplearon diversos métodos sobre la base de la dialéctico-materialista, y de la teoría del conocimiento científico. Se utilizaron métodos teóricos como el *analítico-sintético*, utilizado para la revisión y búsqueda de información de las diversas bibliografías y otros documentos consultados sobre la temática, para conocer las características y los rasgos esenciales de la manifestación recreativa. El *inductivo-deductivo*: para hacer generalizaciones lógicas de toda la información conseguida desde lo general a lo particular y viceversa. El *histórico-lógico*, para el acercamiento al objeto desde sus antecedentes en la provincia y su evolución.

También se utilizaron los métodos empíricos como la revisión y análisis documental, análisis de contenido, la encuesta y la triangulación, desde ellos se lograron agrupar las *siguientes irregularidades*:

- ✓ Desconocimiento de las principales figuras históricas de la Caza en la provincia.
- ✓ Pocas referencias de antecedentes de la especialidad en la cátedra de Historia del Deporte en el INDER.
- ✓ Poca participación de los cazadores en las actividades organizadas por la FCCD, ya sean teóricas o de carácter práctico.
  
- ✓ Poco conocimiento por las nuevas generaciones en las comunidades sobre Caza Deportiva o Cinegética.
- ✓ Desconocimiento por los cazadores de elementos técnicos del Tiro con Escopeta.
- ✓ Manejo incorrecto y desconocimiento de las reglas de seguridad.
- ✓ Realización de actividades de Caza Deportiva en áreas protegidas y fuera de la temporada.

*Como resultado se sistematizan un grupo de elementos de carácter histórico sobre la CD, que le dan respuesta al objetivo del artículo. Estos se desarrollan a continuación:*

### La caza deportiva; esbozo histórico.

El origen de la caza es casi tan antiguo como la existencia del hombre. Se considera que los primeros grupos humanos utilizaron un sistema de caza, pesca y recolección el cual fue muy eficiente para garantizar el poblamiento del planeta. Se estima que más del 80% de los grupos humanos en la actualidad son herederos de este modo de producción basado en el desarrollo de incipientes tecnologías y técnicas primitivas de recolección, cacería y pesca.

El hombre comenzó a cazar para subsistir, y así sigue siendo actualmente en muchas partes del mundo. La caza de subsistencia es aquella actividad que se realiza con la finalidad de obtener proteína animal o subproductos de caza para satisfacer las necesidades de grupos humanos ligados a zonas rurales donde la disponibilidad de especies cinegéticas es alta.

Dentro de la caza existe una gran variedad de modalidades, según las especies que se casen y según el modo en que esto se haga. Así, se puede diferenciar principalmente entre caza menor y caza mayor; siendo la menor, la destinada a la caza de animales tales como: conejos, liebres, perdices, palomas, codornices, faisanes, etc. Y la mayor es aquella en que las piezas a abatir son jabalíes, ciervos (o venados), lobos, corzos, gamos y otros animales de mayor tamaño.

Según la forma de cazar, se encuentran distintas modalidades: rececho, espera, montería, ojeo, en mano, al salto...

Cazador furtivo, es aquél que caza ilegalmente, como puede ser: en terreno que no es suyo, caza en época de veda, sin los permisos requeridos y en general violando cualquier condición que imponga la ley. Un cazador de alforja es el que caza con perros, ceños, redes, lazos u otras trampas.

Para el ejercicio de la caza, el hombre se ha servido, y lo sigue haciendo, de otros animales: perros, hurón y aves rapaces (cetrería). El uso de perros es necesario prácticamente en todas las modalidades de caza, tanto menor como mayor, siendo indispensable en la caza de animales como el conejo, o como ocurre en la caza de liebre con galgo, siendo este último el único medio que usa el hombre para capturar al animal.

#### La caza deportiva. Sus orígenes como manifestación físico-recreativa.

La recreación es un fenómeno social que actúa sobre la calidad de la vida de los participantes, es el resultado de un deseo interior, se realiza en el tiempo libre del individuo luego de liberarse de sus ocupaciones y obligaciones y va encaminado a desarrollar valores, tales como: satisfacción, creación, triunfo, compañía, alegría, cooperación, belleza, experiencia emocional y física, participación, convivencia, sociabilidad, tolerancia, relajación y animación. Su efecto es el desarrollo y educación integral del individuo y la colectividad. Además, constituye un complejo fenómeno en el que han de considerarse numerosos factores interactuantes, tales como la estructura y el contenido del tiempo libre, el sistema de valores declarados por la población, el presupuesto del tiempo libre, el tipo de modelo recreativo, la educación y auto educación para el empleo del tiempo libre y el desarrollo de los procesos recreativos entre otros aspectos.

La recreación tiene gran importancia en el desarrollo integral de la personalidad del hombre. Su objetivo principal radica en desarrollarlo, inculcándole las mejores cualidades humanas, elevando sus virtudes acordes con los principios éticos, científicos, ideológicos etc.

La recreación no es un fenómeno estático sino dinámico, esencialmente dialéctico, que toma formas y cobra proporciones objetivas cuando es realmente aplicada para las grandes mayorías, puede convertirse entonces en una influyente fuerza vital en el desarrollo de los pueblos.

La práctica de actividades recreativas contribuye a alcanzar y consolidar entre las personas, su calidad de vida como expresión concreta del desarrollo humano, lo cual significa principalmente: hábitos saludables, altos niveles de socialización, autoestima, sentido de pertenencia, capacidad de razonamiento y toma de decisiones, entre otros valores y aportaciones individuales y sociales, mediante la placentera ocupación del tiempo libre.

Dentro de las manifestaciones especiales de la Recreación Física se encuentran la pesca y la caza deportiva. La caza es una importante herramienta para la gestión de nuestro medio natural y motor del desarrollo de un medio rural cada vez más abandonado y sin atractivos para la población.

La caza desempeña un importante papel en la conservación de las especies incluso en las amenazadas, la interrelación entre la fauna y la flora en aquellos ecosistemas en que se gestiona la conservación del patrimonio natural, nos llevan a la conclusión que lo que se gestiona es mantener la biodiversidad.

En caza menor, los aprovechamientos a menudo se hacían por personal no cualificado, erróneamente, ejerciendo idéntica presión cinegética temporada tras temporada, sin tener en cuenta la dinámica de las poblaciones, lo que ha llevado a una penuria de las poblaciones y por consiguiente de todo el ecosistema.

Es importante que los que practican los cotos de caza comprendan la imperiosa necesidad de gestionar adecuada y técnicamente sus recursos cinegéticos, mejorando el hábitat y conservando la biodiversidad del entorno.

Para garantizar que las actividades de caza sean económicamente sostenibles, es importante tener en cuenta la capacidad para la obtención de rendimientos de la inversión y la rentabilidad. En este contexto son los indicadores de multado por la comercialización de la caza, el tiro de la caza, a los esfuerzos para promover y mantener el valor de la caza a través de actividades de caza y para prestar atención al peso de la caza las especies y su comparación a el largo plazo.

### La sostenibilidad de la caza deportiva en la época actual.

La caza es una de las más antiguas formas de utilización de los recursos naturales y, como tal, tiene una influencia en especies animales y vegetales, así como en los ecosistemas. También puede ser una fuente potencial de conflicto con otras formas de uso de los recursos naturales (por ejemplo, la silvicultura, la agricultura y la pesca). En este contexto, la cuestión de la sostenibilidad de la caza debe ser abordado. Simplificar el problema a menudo impide una evaluación objetiva y dificulta la resolución de controversias. La creación de una base de la comprensión mutua es de importancia fundamental para la comunicación.

En línea con procesos similares, este estudio establece los principios, criterios e indicadores que se han desarrollado mediante la participación de gran número de partes interesadas.

El establecimiento de un conjunto de principios, criterios e indicadores (P, C, I) es un enfoque moderno que permite a la cuestión de la caza a ser tratada de manera objetiva y transparente, teniendo en cuenta tres pilares de la sostenibilidad (ecología, economía y aspectos socio-culturales). Su sostenibilidad en este contexto significa que el uso de los recursos naturales es posible ahora y debe ser posible en el futuro (para las generaciones futuras). En cuanto a los aspectos ecológicos, P, C refiere que la conservación y la mejora de la diversidad de especies de caza, su diversidad genética, y el hábitat de estas están en manos del hombre, que son los únicos responsables de aumentarla o destruirla para siempre.

Los indicadores también dan pistas sobre sí, ya que además de la caza, otras formas de uso de la tierra (por ejemplo, agricultura y silvicultura) son lo suficientemente consideradas. Los planes y listas para disparar son un requisito absoluto en la documentación de la caza en las actividades.

Viendo la influencia del fuego en la vegetación es de particular importancia. Cercas y bosques los sistemas de observación se consideran instrumentos útiles para el control de la navegación. Cuándo, cómo evaluar la sostenibilidad ecológica, la prevención de un impacto culturalmente inaceptable es de particular importancia, especialmente en relación con el efecto protector de los bosques.

Las últimas décadas han visto un aumento en la pérdida y fragmentación del hábitat, que se ha causado principalmente por la "limpia" de las zonas agrícolas y creación de autopistas. Por ello es importante una evaluación para determinar si se han agotado las posibilidades de vinculación de biotopos.

La capacidad del hábitat de caza también tiene que ser considerada. En este contexto, la competencia entre especies diferentes de caza ha de tenerse en cuenta, así como la tasa de crecimiento anual de la especies.

Para garantizar que las actividades de caza sean económicamente sostenibles, es importante tener en cuenta la capacidad para la obtención de rendimientos de la inversión y la rentabilidad. En este contexto son los indicadores de multado por la comercialización de la caza, el tiro de la caza, a los esfuerzos para promover y mantener el valor de la caza a través de actividades de caza y para prestar atención al peso de la caza las especies y su comparación a largo plazo.

Para los aspectos económicos de los daños causados por la caza, se utiliza un indicador que describe la conexión entre la caza y la susceptibilidad de los cultivos agrícolas y forestales por daños causados por la caza.

El requisito básico para el logro de la armonía económica entre la caza y otras formas de uso (por ejemplo la agricultura y la silvicultura, el turismo, el transporte y la infraestructura) consiste en el contacto regular y las negociaciones con los demás usuarios de la tierra o de sus representantes. En cuanto a los aspectos socio-culturales, es importante que el interés público en la caza sea considerado (por ejemplo, la participación de la comunidad local). Existen también criterios e indicadores refiriéndose a la aceptación de la caza de la comunidad local, y cuántos puestos de trabajo locales disponibles se explican por la caza.

La caza sostenible debe cumplir con las intenciones de la protección animal moderna. La caza debe llevarse a cabo de tal manera que se garantice que el dolor causado a los animales cazados sea el menor posible. Aquí una formación adecuada en el tiro es importante. El comportamiento normal de la cacería puede ser considerado como un importante indicador de su bienestar.

## **CONCLUSIONES**

En los orígenes de la caza se aloja la solución a la supervivencia del hombre en la naturaleza y la sociedad.

La Caza Deportiva ha transitado por diferentes etapas que han sido legadas de una generación a otra en correspondencia con el momento histórico del desarrollo social.

La Caza Deportiva es considerada una manifestación deportivo-recreativa en diferentes áreas geográficas.

En la actualidad la sostenibilidad de la Caza Deportiva caza debe ser abordado desde la ciencia por su influencia directa en el mantenimiento de los ecosistemas.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Arroyo, B., Delibes-Mateos, M., Caro, J., Estrada, A., Mougeot, F., Díaz-Fernández, S., Casas, F., Viñuela, J. (2013). Effect of small game management on non-game fauna. *Ecosistemas* 22(2):27-32. Doi.: 10.7818/ECOS.2013.22-2.05.

Chamizo, R. (2004). Caza y sostenibilidad: una polémica de actualidad también en Cuba. *Revista Forestal Baracoa*. Número especial

Covisa, J. (2017). Caza Sostenible: un modelo de caza para el s. XXI. *Revista TROFEO*.

## ACTIVIDAD FÍSICA RECREATIVA, SU EFECTO EN LA MEJORA DE LA SALUD DE ADULTOS MAYORES HIPERTENSOS.

Dr. C. Ángela González Padrón

angelag@uclv.cu, <https://orcid.org/0000-0002-5396-3295>

Dr. C. Nerely de Armas Ramírez

ndearmas@uclv.cu, <https://orcid.org/0000-0002-5223-0698>

Dr. C. Daniela M. Palacio González

dpalacio@uclv.cu, <https://orcid.org/0000-0002-3708-2578>

### RESUMEN

Los problemas de salud de los adultos mayores, debidos a la alta prevalencia de la hipertensión arterial (HTA), afectan su calidad de vida en la comunidad. El objetivo ha sido: Proponer un plan de recuperación para los adultos mayores hipertensos mediante actividades físicas recreativas, ejercicios de relajación y talleres de comunicación. El grupo está conformado por 33 adultos, de ellos 29 portan hipertensión arterial asociada a otras enfermedades crónicas no transmisibles, de los cuales 23 son mujeres y 6 hombres. Se reveló la necesidad de investigar los factores de riesgo que inciden en la prevalencia de la HTA y determinar las acciones de intervención que permitan disminuir dicha prevalencia. Se emplearon métodos teóricos, empíricos y matemáticos para la recopilación de datos y su procesamiento. Los resultados determinaron la propuesta del plan de actividades para mejorar el problema de salud ocasionado por la hipertensión arterial en el que se incluyeron actividades físicas recreativas para contribuir a elevar la calidad de vida de los adultos mayores. Se aplicaron las actividades físico recreativas, se realizaron talleres de comunicación y los ejercicios de relajación con buenos resultados en la disminución de las crisis de hipertensión arterial en los adultos mayores, además se constata mejoría en su calidad de vida a través de indicadores como la comunicación y la autoestima.

**Palabras clave:** Adulto Mayor, Actividades Físico Recreativas, Autoestima, Comunicación, Hipertensión Arterial.

### INTRODUCCIÓN

En la actualidad, Cuba es uno de los países de América Latina y el Caribe de una mayor tasa de personas envejecidas y como consecuencia de ello, el envejecimiento poblacional se relaciona directamente con una mayor demanda de la atención a la salud, la necesidad de recursos laborales, la dinámica familiar y la seguridad social. (Mendoza, 2018)

Al aumentar la población de adultos mayores de 60 años, aumenta el reclamo de trabajo para los especialistas, así como se producen cambios en la percepción de la sociedad en general hacia las personas de la tercera edad, quienes necesitan ser útiles a sí mismos y a la sociedad. El envejecimiento es un proceso complejo y variado que depende no sólo de causas biológicas, sino también de condiciones sociales de vida o sea de una serie de factores de carácter espiritual, material y ambiental. (Acosta, 2011)

Al envejecer aparecen cambios anatómicos y fisiológicos que ocurren en la vejez y afecciones que se hacen cada vez más frecuentes en esta etapa, lo cual favorece la aparición de la hipertensión arterial (Mendoza, 2018). Además ocurren deficiencias en determinadas funciones desde el punto de vista biológico, psicológico y social e influyen los prejuicios que les ha depositado la cultura y esto es percibido por las personas de la tercera edad, lo que influye negativamente en sus relaciones interpersonales, autopercepción, su autoestima y en su estado de ánimo. (Calzado, 2010)

Con la llegada de esta etapa ocurre una disminución del rendimiento físico y la actividad motriz, aumenta la fatiga muscular o sea ocurren una serie de cambios fisiológicos a nivel músculo esquelético, cardiovascular, respiratorio, metabólico, que disminuyen la agilidad, la coordinación y el equilibrio. Se reduce la capacidad de esfuerzo y resistencia al estrés físico, surgen enfermedades y malestares, debidos a una menor capacidad neuropsíquica para la adaptación al medio. (Izquierdo, 1998 citado en Moreno, 2005; Marie et al, 2013)

Los aspectos anteriores de no ser tratados a tiempo con vías sociales de intervención adecuadas, podrían condicionar una baja autoestima en el adulto mayor, con ello también podría generar mayor depresión en ellos. (Orosco, 2015)

Una gran mayoría de los adultos mayores padece de hipertensión arterial, que es la enfermedad crónica más frecuente en ellos, según los resultados de la Encuesta Nacional de Envejecimiento Poblacional realizada en todo el país. Más del 80 % de los adultos mayores cubanos padece de alguna enfermedad crónica no transmisible, y la HTA está presente en más del 55 % de las personas con edad superior a 60 años de edad. (Radio Cadena Agramonte, 2018)

La HTA también conocida como tensión arterial alta o elevada, es un trastorno en el que los vasos sanguíneos tienen una tensión persistentemente alta, lo que puede dañarlos (Organización Mundial de la Salud, 2017). Es una de las enfermedades que más afecta a los adultos mayores, tiene una elevada prevalencia en la población mayor de 60 años en Cuba, de la cual existen los diagnosticados que reciben tratamiento, los diagnosticados que no cumplen su tratamiento y los no diagnosticados. Al respecto se constata que los niveles de control y adhesión al tratamiento no han sido óptimos, lo que constituye un hallazgo con profundas implicaciones personales y sociales. (Llibre, Laucerique y Guerra, 2011)

Según estudios sobre la influencia de la actividad física en la calidad de vida del adulto mayor, se ha constatado que la primera provoca cambios favorables en aspectos psicológicos y físicos a tal punto, que se retarda el envejecimiento y se rejuvenecen algunas cualidades de la personalidad tales como la motivación por trabajar (recontratarse), por socializar en la comunidad, por participar en las organizaciones de masas, en general por ser activos y útiles. Todo ello se manifiesta en sus capacidades de comunicación y en la autoestima. Cuando los adultos mayores son practicantes sistemáticos, se promueve su independencia funcional (Escalante, Medina, Pila y Gómez, 2019). Es por ello que las áreas de recreación y deportivas contribuyen a la mejora de la autoestima en diversas edades. (Calero, Klever, Díaz, Ramiro, Freddy y Analuiza, 2016)

La actividad física puede estimular el potencial creativo del adulto mayor, se ha comprobado que este será más elevado al finalizar el ejercicio aeróbico moderado (efectos inmediatos) que cuando no está precedido por el ejercicio, así como que el potencial creativo será mayor pasado un lapso de tiempo de dos horas después del ejercicio, que cuando no fue precedido por ejercicio (efectos residuales). (Cantarero y Carranque, 2016)

La calidad de vida constituye una conceptualización general que incluye aspectos tanto materiales como espirituales en la vida de las personas, se refuerza en este caso el enfoque de la Cultura Física donde se parte de la actividad física como esencial para la calidad de vida, lo que, a juicio de los autores de este artículo puede manifestarse en indicadores como la autoestima, la mejora de esta y el papel de la comunicación en la socialización del adulto mayor.

Si se toma en cuenta que las actividades físicas - recreativas son aquellas que satisfacen las necesidades e intereses del ser humano tendientes a lograr como resultado final: salud, alegría y satisfacción, se puede inferir la importancia que esto representa para la persona misma y para la sociedad. (Acosta, 2011). Este tipo de actividades resulta una positiva respuesta a tal problema de salud. Se devela la necesidad de investigar para trazar posteriores acciones de intervención que permitan disminuir la prevalencia de HTA en los adultos mayores (Rivero, Martínez y Muñoz, 2018), por lo que se delimita el problema científico, al no existir suficientes instalaciones que permitan realizar actividades físicas-recreativas en la comunidad, se justifica la creación de alternativas que satisfagan las necesidades de ejercitación física y de disfrute espiritual. (Rondón, 2011).

Por lo anterior se infiere el siguiente problema científico: ¿Cómo contribuir al mejoramiento de la salud de los adultos mayores hipertensos de la Comunidad del CP Hospital? Para dar solución a este problema se plantea como objetivo: Proponer un plan de actividades físicas recreativas y talleres de comunicación para mejorar la salud de adultos mayores hipertensos.

## **DESARROLLO**

Para la exploración diagnóstica se utilizaron métodos como análisis y síntesis, inducción y deducción, la observación, entrevista grupal, análisis de documentos como los del INDER que norman el trabajo en la comunidad y el deporte para todos, el diario de campo para recoger datos.

De 33 adultos inscriptos en el proyecto, se seleccionó una muestra de 29 que portan HTA y mostraron mayor interés por participar en todas las actividades programadas. El grupo realiza sus encuentros con el profesor de Cultura Física con una frecuencia de tres veces a la semana. Al finalizar las actividades físicas recreativas se pasa a la realización de técnicas respiratorias, ejercicios de relajación y talleres de comunicación, se destaca la cooperación de la comunidad con el Proyecto, en este caso de la Dirección de Cultura que brinda un local para proyectar películas y para actividades recreativas musicales interpretadas por tríos y cantantes solistas. En la iglesia de la Santa Cruz, el párroco presta un local para los talleres de comunicación y autoestima.

También se realizan actividades recreativas como bailar combinando con ejercicios, cuentos cortos, juegos de palabras y otros para la estimulación cognitiva. Se cuenta con la participación de la enfermera que se encarga del registro de la presión arterial, programado una vez al mes y la trabajadora social que asiste de igual forma y ofrece charlas sobre la hiper tensión arterial.

La propuesta del plan de actividades, fue estructurada en los siguientes momentos:

1-Actividad física: los ejercicios se planifican en tres tiempos: el calentamiento como proceso activo al inicio de la clase para preparar a la persona tanto en lo físico, fisiológico como psicológico y con ello se obtiene un máximo de energía y pleno disfrute de la actividad. La parte principal, debe contener cuatro categorías básicas: Ejercicios de Estiramiento, Fortalecimiento, de Equilibrio, de Resistencia y de Coordinación, los cuales deben ser dosificados en cuanto a la cantidad de veces que se repite un ejercicio. Se realizan ejercicios específicos con un madero fino

de un metro para el fortalecimiento de los músculos de la espalda. Al inicio y al final se toma el pulso (imagen 1). (De Armas, González y Martínez, 2017)

Imagen 1: Toma del pulso al inicio de la clase.



2-Actividad física recreativa: se realizan juegos adaptados al adulto mayor por ejemplo lanzar y atrapar balones en dos equipos, para estimular el desplazamiento y la agilidad unido a la alegría de jugar (imagen 2), en ocasiones esto se realiza con música adecuada a su edad (Grupo Fakires de música tradicional), juego de enlazar palabras haciendo giros o semi giros, el mensaje en círculos caminando, adivinanzas en movimiento, otros.

Imagen 2: Juegos con pelotas.



3-Ejercicios de relajación, de respiración y concentración para volver a un estado de calma. En estos últimos se emplean algunas posturas yogas (asanas) por ejemplo sentado la paloma, de pié el gato, y la serie Lien Kun del Taichí Chuán que incluye movimientos suaves de todos los segmentos corporales, a la vez que se respira con el abdomen (imagen 3).

Imagen 3: Respiración del Taichí Chuan.



4-Talleres de comunicación (imagen 4), consisten en aquellas actividades donde la dinámica de grupo se caracteriza por el intercambio de conocimientos de forma guiada, la facilitadora es la psicopedagoga que expone un tema, con un discurso adecuado al nivel de los adultos mayores, sin exagerar en términos científicos pero sin faltar al lenguaje culto y realiza preguntas sobre este, se estimulan las opiniones de los miembros del grupo, por lo general ellos son los que plantean el tema del cual desean dialogar en el próximo encuentro.

Imagen 4: Taller de comunicación.



En los talleres se realizan ejercicios mentales y de estimulación cognitiva mediante adivinanzas, acertijos sobre conocimientos de Geografía nacional e internacional, chistes y piropos, se llevan recetas de cocina, noticias que salen en periódicos y revistas cubanas sobre la hiper tensión arterial y se debaten, entre otras actividades. En los talleres se abordaron las posibles causas del problema de la hiper tensión arterial y cómo prevenirla, sobre todo en los adolescentes y jóvenes que conviven con el adulto mayor, el hábito de tomarse los medicamentos en el horario adecuado, la disciplina con la dieta y la práctica de ejercicios físicos.

Como aspecto a agregar se destaca la celebración de actividades festivas en días señalados como el de las Madres (imagen 5) y la realización de excursiones a lugares turísticos e históricos de la ciudad.

Imagen 5: Almuerzo por el día de las Madres.



A pesar de que en Cuba existen programas de atención comunitaria encaminadas a la atención integral del anciano, para mantenerlo en el seno de la comunidad e integrado a esta (Abreus, González y del Sol, 2016), en Santa Clara ha existido falta de integración entre lo que hace el MINSAP y el INDER con los adultos mayores hiper tensos. La recreación física por tanto contribuyó a dar respuesta a esta problemática, porque posibilitó la creación de un estado de

satisfacción y sensación de bienestar en la muestra seleccionada, además propició vivencias alegres, manifestación de sentimientos de solidaridad, sentido de pertenencia al grupo, estados de ánimo positivos, reflejan la esperanza de mantenerse con mejor salud, la interacción comunicativa entre todos los miembros, facilitando la socialización.

Las actividades propician el apoyo social y de amigos, que puede ser percibido por los adultos mayores de forma explícita, los cuales comparten la misma edad, ello mejora la auto percepción de salud. (Navarro, Salazar, Schnettlerberta y Denegri, 2019)

Los ejercicios de relajación entre otros beneficios contribuyeron a la disminución de la ansiedad, a la mejora de la capacidad de concentración y atención, el control y la confianza en sí mismo favoreciendo la autoestima. Estos aspectos psicosociales contribuyen a una estabilidad en la hiper tensión arterial de los adultos mayores, evidenciando unidad bioemocional.

Se logró mayor flexibilidad de las articulaciones, cada persona según sus posibilidades. Los ejercicios de estiramiento mejoraron la circulación sanguínea y la oxigenación de los músculos. Los de equilibrio ayudaron a mantener la estabilidad corporal. Esto se realizó en un clima recreativo y placentero mediante técnicas participativas que generaron influencia social dinámica, proporcionando conocimientos, forjando actitudes y provocando prácticas favorables para la vida y la HTA. (De Armas, González, Martínez y Pérez, 2018)

Al aplicar la entrevista grupal de los 29 adultos mayores implicados en el estudio, 19 (66%) afirman que sus crisis de HTA se han espaciado y cuando las tienen, realizan algunas de las técnicas de relajación aprendidas para salir de estas o para ganar tiempo, calmarse y poder ir hasta el Consultorio del Médico de la Familia. Los 10 restantes (34%) afirman que, cuando se sienten mal, temen que la crisis sea fuerte y salen para el Consultorio a atenderse o al servicio de urgencias más cercano, lo cual indica poca confianza en sí mismos y en lo que han aprendido. De los 10 hay 6 que viven solos y temen su reacción ante una crisis de HTA y 4 no sienten temor (Gráfico 1 y tabla 1).

Gráfico 1: Resultados de la entrevista.

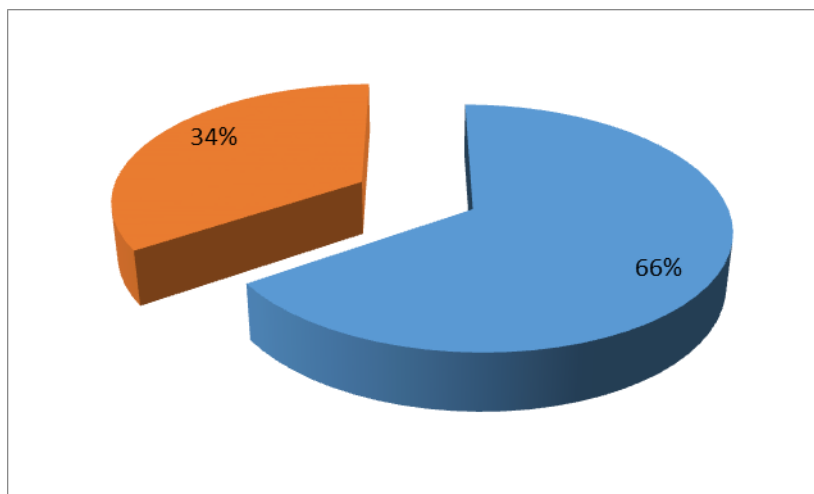
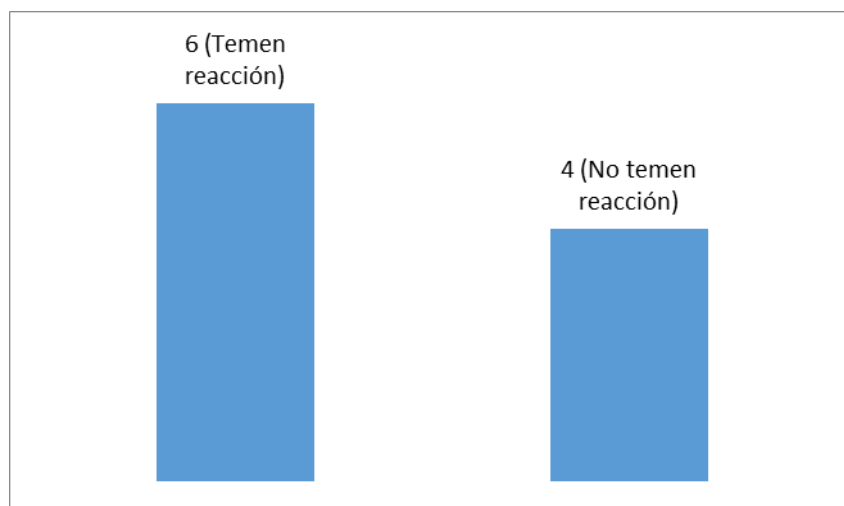


Tabla 1: Resultados de la reacción ante crisis.



Con estos resultados se refuerza la tesis de que la ejercitación de las capacidades motrices al igual que las cognitivas, responden positivamente al ejercicio constante y repetido, el cual incrementa las funciones vitales. (Martínez, 2017; Orosa, 2017)

## CONCLUSIONES

La práctica sistemática y bien estructurada de las actividades físicas-recreativas, las técnicas de respiración y los ejercicios de relajación realizados con el grupo de adultos mayores, contribuyeron a extender el espacio entre las crisis de HTA, una vez que dominaron estas prácticas y las aplicaron con regularidad. No todos los adultos mayores que participan en este proyecto logran controlar su reacción ante las crisis de HTA.

Los talleres de comunicación contribuyeron a una mejor capacidad de expresar sus necesidades, alegrías, dudas, aportar ideas valiosas para todos, estimular a los que pierden la confianza en sí mismos y elevar su auto percepción como adultos mayores, los más sabios y experimentados de su familia y de la comunidad.

## BIBLIOGRAFÍA

- Acosta Silva, A. (2011) *Actividades físicas recreativas para el adulto mayor de la Comunidad Pedro Camejo*: <http://www.monografias.com>
- Abreus Mora J. L., González Curbelo V.B. y del Sol Santiago F. J. (2016) *Abordaje de la capacidad física equilibrio en los adultos mayores*. Revista Finlay Universidad Carlos Rafael Rodríguez. Cienfuegos. Cuba.
- Beltran Figueredo, A.M.(2010) *Programa de actividades físicas recreativas para el mejoramiento de la salud física del adulto mayor en la comunidad*. Portal deportivo La Revista Año4 N°21 Noviembre Diciembre 2010 ISSN 2010 0718-4921. Las Tunas, Cuba.
- Calero Morales S., Klever Díaz T., Ramiro Caiza M., Freddy Rodríguez A. y Analuiza E.F. (2016) *Influencia de las actividades físico-recreativas en la autoestima del adulto mayor*, Rev Cubana Invest Bioméd vol.35 no.4 Ciudad de la Habana oct.-dic. 2016
- De Armas Ramírez N., Gonzalez Padrón Á. y Martínez Verde A. R. (2017) *Actividad física, recreación y cultura. Su contribución a la calidad de vida del adulto mayor*. Revista Electrónica "Innovación Tecnológica". Vol 23, Número Especial. Centro de Información y Gestión Tecnológica y Ambiental (CIGET) de Las Tunas, Cuba.

## LA EDUCACIÓN EN Y PARA EL TIEMPO LIBRE. UNA MIRADA FUTURISTA

Lic. Juan Pablo Machado Almanza

Investigador e-mail: [jpalmanza94@nauta.cu](mailto:jpalmanza94@nauta.cu) [jmachado@uclv.cu](mailto:jmachado@uclv.cu) Universidad Central “Marta Abreu” de las Villas. <https://orcid.org/0000-0002-4789-5695>

Est. Arlenis Silveiran

Universidad de Granma. orcid: <https://orcid.org/0000-0003-4371-7266> e-mail: [arlenis.silveira@nauta.cu](mailto:arlenis.silveira@nauta.cu)

### RESUMEN

El trabajo aborda la problemática de cómo contribuir a la formación del uso del tiempo libre. Se presentan acciones que contribuyen para la formación de esta cultura, teniendo como base los conceptos de Cultura, Recreación, Recreación Física, Actividades físico-recreativas, Tiempo Libre, Jóvenes, Participación y Comunidad. Se parte de la teoría a la práctica, que lleva a evaluar, el uso del tiempo libre y el fortalecimiento profesional en la esfera de recreación; basada en el diseño de acciones, sobre la base de educar en y para el tiempo libre. Resultando de gran aceptación y satisfacción, con reconocimiento institucional y comunitario.

**Palabras clave:** recreación, tiempo libre, actividades físico recreativas, participación, comunidad.

### INTRODUCCIÓN

La UNESCO reafirma la necesidad de preservar, reforzar y fomentar la misión de contribuir al desarrollo sostenible y el mejoramiento del conjunto de la sociedad. Para lograrlo insta a las instituciones de Educación Superior a formar ciudadanos que participen activamente en la sociedad y estén abiertos al mundo, proporcionar las competencias técnicas adecuadas para contribuir al desarrollo cultural, social y económico de las sociedades, contribuir a proteger y consolidar los valores de la sociedad, al inculcar en los jóvenes los valores en que reposa la ciudadanía democrática, proporcionando perspectivas críticas y objetivas a fin de propiciar el debate sobre las opciones estratégicas y el fortalecimiento de enfoques humanistas (UNESCO, 1998).

De aquí la importancia de las concepciones actuales de la universidad como instrucción social, dirigida a la formación integral de un profesional que englobe los cuatro saberes de los pilares de la Educación para el siglo XXI, aprender a conocer, hacer, ser y convivir juntos; un profesional formado integralmente (Delors, 1998).

Nuestro país asume estos postulados en los documentos oficiales del Comité Central del Partido, al considerar la formación integral del profesional como una prioridad. En la concepción educativa de una personalidad integralmente formada, la cultura del uso del tiempo libre ocupa un espacio importante como parte de los saberes que le permiten convivir en sociedad.

La formación cultural integral supone la preparación de un profesional que defienda, con sólidos argumentos, la historia y el quehacer nacional, que actúe acorde con los principios y valores más

genuinos de su país y del proyecto social que comparte día a día, desarrolle habilidades que garanticen un desempeño competente, de excelencia académica, con una alta productividad científico-tecnológica, además de un horizonte cultural válido para satisfacer las necesidades individuales y colectivas e insertarse con éxito en los disímiles escenarios donde debe desempeñarse.

Es evidente que se debe seguir trabajando en la comprensión integral sobre el valor e importancia de la cultura por parte de profesores y estudiantes que propicie un programa de acciones coherente y abarcador, de amplia influencia pedagógica a favor de la formación integral de los futuros profesionales de la cultura física.

Este proceso, cuya concepción general se desarrolla a través de las dimensiones curricular, extensionista y sociopolítica, se concretan en el proyecto educativo como vía para lograr el desarrollo político-ideológico, la cultura socio-humanista, una alta competencia profesional y un elevado compromiso social, que se evidencie en su incondicionalidad con la patria y les permita estar preparados como promotores culturales dentro de su centro universitario y en la comunidad.

Pero los espacios docentes no son los únicos para el desarrollo de esta integralidad y en ocasiones tampoco son el marco más propicio para las demostraciones de los modos de actuación consecuentes con las aspiraciones de formación del profesional que hoy demanda la sociedad cubana. He aquí la aparición de un espacio y una concepción muy llevada y traída por la educación, la universidad y la sociedad en general, en este caso la Recreación y el Tiempo Libre.

Para acercarnos a estas concepciones que han venido evolucionando con la sociedad podemos definir como Recreación al “conjunto de experiencias voluntarias de los seres humanos en el tiempo libre expresadas en la diversidad de intereses y otras motivaciones para la satisfacción de necesidades que contribuirán al descanso, la recuperación de las energías físicas y espirituales, la diversión, el perfeccionamiento de la salud, la integración social y con el medio natural, hacia el logro de un estado de bienestar pleno y creador que constituya una vía permanente de educación y formación de la personalidad para el mejoramiento de la calidad de la vida a partir del protagonismo del sujeto” (Sosa Loy, 2007).

El concepto anterior favorece la interpretación y el tratamiento de esta actividad como parte de la vida universitaria y sus potencialidades para la formación integral del egresado así como la posibilidad de manifestación de las habilidades que lo hacen competente en la esfera de actuación de la cultura física; siendo oportuno conocer algunas de las definiciones de Tiempo Libre como la de Aldo Pérez en su obra Recreación: Fundamentos Teórico- Metodológicos cuando dice que este “es aquel que resta luego de descontar la realización de un conjunto de actividades biológicas o socialmente admisibles de inclusión, propias de un día natural (24 horas) y que se agrupan bajo los rubros siguientes: Trabajo, transportación, tareas domésticas y necesidades biofisiológicas”.

Todas estas ideas nos demuestran la necesidad de tomar más en cuenta estos necesarios y reales momentos para la formación de los egresados de la carrera Licenciatura en Cultura Física y Deportes y conocedores de la situación actual en este sentido nos lleva a declarar la situación problemática siguiente:

Las insuficiencias en la utilización del tiempo libre de los estudiantes de la carrera Licenciatura en Cultura Física, limitan la formación del profesional en y para el uso del tiempo libre. Se parte

entonces del problema científico: ¿Cómo contribuir a la formación de la cultura para el uso del tiempo libre en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Cultura Física de la UCLV?

Se proponen como objetivos:

- Diagnosticar la situación actual del uso del tiempo libre en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Cultura Física. Facultad de Villa Clara.
- Argumentar la necesidad de la educación para la formación de una cultura en el uso del tiempo libre en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Cultura Física. Facultad de Villa Clara.
- Diseñar acciones que contribuyan a la educación para la formación de una cultura en el uso del tiempo libre en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Cultura Física. Facultad de Villa Clara.

## **DESARROLLO**

En todo este proceso investigativo hay una serie de conceptos que son necesarios conocer para entender las interpretaciones y decisiones tomadas durante el mismo, por eso manejamos a continuación como punto de partida para saber cuándo se abordan estos tópicos a que nos estamos refiriendo.

Recreación Física se define como el conjunto de actividades físicas definidas por los motivos físicos recreativos que constituyen un subsistema de la recreación y forma parte de la cultura física de la población con énfasis hacia el descanso activo, la salud, la creación de hábitos motores, la diversión y el desarrollo individual creativo. Tal tipo de recreación está caracterizada por cierto nivel de motricidad, lo cual genera un alto nivel de protagonismo físico recreativo (Sosa, 2000).

En la Recreación Física el aspecto de la participación es esencial, la cual se define como algo más que asistir o estar presente aunque esto sea una condición necesaria para que se produzca la participación. Participar es tener o tomar parte, intervenir, implicarse, supone en consecuencia que la presencia es activa, comprometiendo a la persona, en mayor o menor medida.

La Recreación Física se realiza en grupos, generalmente pequeños, en los cuales la comunicación constituye una fuente inagotable para la reflexión y la elaboración personal del individuo (Urrutia, 2006), refleja la necesidad objetiva de asociación y cooperación mutua para concretar la Recreación Física. Los miembros del grupo comparten espacios donde la participación de sus miembros posibilita la elección consciente de proyectos de transformación dirigida a la solución gradual y progresiva de las contradicciones potencializadoras de su autodesarrollo (Sosa, 2007). Son los propios miembros del grupo los que auto determinan sus objetivos recreativos, las actividades que desean realizar y las formas de ejecutarlas.

El proceso investigativo se llevó a cabo con todos los estudiantes del Curso Regular Diurno (CRD) de la Facultad de Cultura Física de Villa Clara y se utilizaron métodos del nivel teórico como el analítico-sintético y el histórico lógico; del nivel empírico revisión documental, observación, encuesta y entrevista; del nivel estadístico-matemático la distribución empírica de frecuencias.

Dentro de los resultados más significativos de la investigación se encuentra en primer lugar el diagnóstico de la situación actual del uso del tiempo libre en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Cultura Física. Facultad de Villa Clara que arrojó de manera resumida los siguientes datos:

- Limitada la variabilidad de las actividades del tiempo libre.
- Pobre uso de actividades físico-recreativas en el tiempo libre.
- Insuficiente intercambio con la comunidad en el tiempo libre.
- Deseos de participación en actividades en el tiempo libre.

Lo cual demuestra que no se usan las potencialidades de estos espacios ni de los propios estudiantes en función de su formación integral y su autodesarrollo.

Entre los aspectos que justifican la necesidad de este trabajo encontramos un amplio bagaje teórico que sustenta esta investigación y habla de la pertinencia del proceso llevado a cabo, partiendo de la especial atención que debe prestarse al empleo del tiempo libre de los niños y los jóvenes, en tanto este incidirá de una forma u otra en la formación de la personalidad.

La calidad de la vida y la creación de un estilo de vida en la población, presuponen una relación dialéctica entre la utilización adecuada del tiempo libre y la salud mental y física de cada persona, ya que por un lado la realización de adecuadas actividades recreativas-físicas fortalecen la salud y lo prepara para el pleno disfrute de la vida, y por otro, una buena salud posibilita un mayor y mejor aprovechamiento del tiempo libre en otras esferas de la Recreación.

Mediante un uso diversificado y culto del tiempo libre es posible lograr que los modelos de la sociedad actual se incorporen incesantemente a la conducta y al pensamiento de los hombres contemporáneos. Para eso es necesario crear y mantener una educación y una cultura del tiempo libre en la población y que se basen, ante todo, en las funciones más importantes que debe cumplir el tiempo libre en este periodo histórico: el despliegue de las potencialidades y capacidades creadoras de los hombres y el logro de la más amplia participación popular en la cultura y la creación. Impulsar una cultura del tiempo libre que se oponga al modelo de consumismo en forma positiva, demostrando la capacidad creativa y los niveles de participación popular del socialismo, la riqueza incalculable de la creatividad popular. Una cultura socialista del tiempo libre basada en la antítesis del consumismo: En la creación y la participación.

La influencia formativa del tiempo libre es un hecho comprobado científicamente y puesto en práctica hace muchos años por el sistema capitalista. La cultura de masas y la industria recreativo-cultural capitalista tiene la función ideológica de reproducción en cada individuo los valores sociales que dan estabilidad al sistema; y esa función estabilizadora comienza por la infancia: Desde niños, los ciudadanos de los países capitalistas están absorbiendo inconscientemente y asimilando en mayor o menor grado las bases ideológicas que se transmiten de manera incesante por la escuela y los medios de difusión, por las actividades generales por la industria cultural de masas y los planes y sistemas recreativos comunitarios, etc.

No puede subestimarse el papel formativo o deformativo del contenido del tiempo libre pues sé esta subestimando la tendencia educativa que caracteriza a las sociedades contemporáneas en las condiciones de la revolución científico-técnica, la interpretación socio-cultural, y la enorme

complejidad de conocimientos, valores y normas que deben asimilar el individuo actualmente para poder tener una función creativa y una participación social acorde con las exigencias actuales.

El fenómeno del tiempo libre va en aumento, lo que genera la necesidad de saber como utilizarlo adecuadamente de manera que contribuya al desarrollo integral del individuo.

Se ve que la mejor forma de alcanzar esto es mediante las actividades recreativas, pero estas están inmersas dentro de una sociedad de consumo, lo que plantea el surgimiento de una educación en y para el tiempo libre, permitiendo que el individuo conozca las alternativas que existen y pueda elegir, consciente y responsablemente las actividades que realizará dentro de su tiempo libre contribuyendo a su desarrollo personal y social dentro de una comunidad.

Educar en el tiempo libre: es aprovechar el tiempo libre como marco de alguna actividad educativa. Esta puede ser una actividad propia de la recreación o puede no ser, puede estar encaminada a formar a la persona para que su tiempo libre sea más enriquecedor o bien puede ir dirigido a algún objetivo formativo o de aprendizaje alejado del tiempo libre. En estos casos, tanto la actividad como el objetivo que se presenten tienen poco que ver directamente con la recreación, sin embargo son actividades educativas para la realización de las cuales el individuo invierte una parte de su tiempo libre.

Educar para el tiempo libre: aquí el tiempo libre y las actividades recreativas se convierten en objetivo de la intervención pedagógica, se pretende preparar a la persona para que viva su tiempo libre de la manera más adecuada y elija con responsabilidad las actividades que realizará. Esto puede implementarse dentro del tiempo libre o también fuera de él. Por ejemplo puede presentarse en la escuela, que debe contar entre sus objetivos el de dar al estudiante un conjunto de recursos culturales que le ofrezcan más ricas posibilidades de recreación, mucho más cuando las desarrolla en la comunidad, desde una óptica de educar para el cuidado del medio ambiente (González y otros, 2016).

El deporte comunitario como las actividades físicas en la comunidad permiten el establecimiento de nuevas relaciones interpersonales esto permite conocer y socializar las costumbres, tradiciones, motivaciones e intereses de los grupos de edades. En la comunidad se aprovecha el entorno natural que permite satisfacer las necesidades de los grupos de edades por ejemplo la pesca y la casa deportiva para los adultos y los niños juegos acordes a su edad.

Desde la Recreación Física y el deporte se le proporciona a los sujetos relaciones afectivas en las que se pongan en juego la peligrosidad-seguridad, riesgo-dominio, dificultad-facilidad, la motivación, la imaginación, la creatividad, con la correspondiente adaptación al medio natural o no en búsqueda de una condición física coherente con sus tareas habituales del día a día. (García, M y Ruiz, J, 2003).

Además existen condiciones reales en el contexto universitario donde se desenvuelve el proceso investigativo que favorecen todo lo anteriormente expuesto como es:

- La formación integral del profesional de la cultura física.
- La necesidad de formación de un profesional revolucionario y comprometido.
- Las potencialidades de los estudiantes y del currículo.

Otro de los resultados de mayor realce es el diseño de las acciones que permitieron la interrelación entre los contenidos teóricos y el accionar práctico, así como las demostraciones de modos de actuación consecuentes con las metas trazadas así como la labor extensionista de la universidad. Estas acciones fueron las que a continuación relacionamos.

- Creación del club de orientación.
- Estudio de concepciones teórico-metodológicas y administrativas de la recreación.
- Participación en eventos de carreras de orientación o Senderismo universitario.
- Desarrollo de actividades comunitarias.
- Intercambio con instituciones educativas y recreativas.

La actividad de carreras de orientación fue la más aceptada por todos los estudiantes, en las cuales participaron junto a vecinos de la comunidad de Bengochea. Es oportuno y necesario destacar que todos los instrumentos aplicados y todos los sujetos tuvieron valoraciones positivas sobre el trabajo realizado durante el proceso, mostrando altos niveles de satisfacción con las acciones desarrolladas, obteniéndose resultados significativos y reconocidos por los organismos y organizaciones con los cuales se interactuó.

## **CONCLUSIONES**

El diagnóstico nos permitió conocer las insuficiencias en el uso del tiempo libre de los estudiantes y sus deseos y potencialidades para el desarrollo de actividades físico-recreativas.

Las acciones conformadas contribuyen a la formación de una cultura del uso del tiempo libre, sobre la base de educar en y para el tiempo libre, a partir de las potencialidades y necesidades de los estudiantes; resultando de gran aceptación de su parte.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Aisanuk. L. (s.f.). *Gestión de Tiempo libre*. Barcelona: INDER Publicaciones.

Bilaño Mercado, E. (1996). Recreación y valores. *Revista Kineris*. Colombia.

Boullon, R. (1983). *Las actividades turísticas y recreacionales*. México: Editorial Trillas.

Brancher, H. (1977). *Recreación*. Rusell Sage Foundation. New York.

Brancher. H. (s.f.). *Recreación Física y altura intelectual*. Buenos Aires: Editorial Kapeluz.

Butler, G. (1963). *Principios y métodos de recreación para la comunidad*. Buenos Aires: Editorial Gráfica Omeba.

Caballero Rica boa, M. T. y Jordi García, M. J. (2003). *El trabajo Comunitario: alternativa Cubana para el desarrollo Social*. Camagüey: Ediciones Ácana.

Cantor. H. (1996). *Planes de Recreación para la Comunidad Moderna*. Buenos Aires: ED. Gráfica Omeba.

Delors, J. (1998). *La educación encierra un tesoro*. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre Educación para el Siglo XXI. París

## Epígrafe V

### DEPORTE ADAPTADO

#### 5.1

### CONTENIDOS NECESARIOS EN LA PREPARACIÓN DEL ENTRENADOR DEL PARADEPORTE

Lic. Osma Manuel Chaviano Castro.

Metodólogo de Deporte para personas con discapacidad. Inder. Villa Clara. ORCID: 000-0002-7278-8445

Lic. Humberto Ruíz Ruíz.

Entrenador de atletas con discapacidad. Inder. Villa Clara. ORCID: 0000-0001-5105-3821

Dr. C. Daniela Milagros Palacio González.

FCF-UCLV. Correo dpalacio@uclv.cu

Dr. C. Yanet Pérez Surita.

Vice decana de investigación y Postgrado FCF UCLV Correo: yanetperez@uclv.cu

#### RESUMEN

En el ámbito deportivo, la investigación dirigida a comprender la necesidad de superación constante, hoy adquiere mayor fuerza en el contexto del deporte para personas con discapacidad. En el presente artículo se trazó como objetivo definir los principales contenidos necesarios en la preparación del entrenador del paradeporte. Utilizan métodos del nivel teórico, del nivel empírico para la recogida de la información como, el análisis de documento, la encuesta, la entrevista y la triangulación. En los resultados se resumen los principales contenidos o conocimientos básicos, las habilidades profesionales y los rasgos distintivos del entrenador del paradeporte. En las conclusiones se declaró los contenidos de carácter médico-biológico y psicosocial del paradeporte; las habilidades profesionales más efectivas para la adecuada comunicación en la diversidad y los rasgos éticos sobre la discapacidad como elementos principales en la preparación del entrenador de referencia.

**Palabras clave:** entrenador deportivo; paradeporte, preparación básica.

#### INTRODUCCIÓN

El Entrenamiento Deportivo como proceso eminentemente pedagógico, que se ocupa del proceso de instrucción y educación de los deportistas en función de que manifiesten en cada momento de su preparación los más destacados resultados en el deporte que se practique, sólo es posible si existe un entrenador que tenga conocimientos sobre este proceso, que sepa hacer bien las cosas con vocación y responsabilidad, que tenga la competencia requerida, Hechavarría (2006).

Autores como Hernández (2000); Pérez (2003); Reina (2010); Pérez-Tejero (2014); Zucchi (2017) y Freire, Pilatti & Rodríguez (2019); aseguran que el entrenamiento deportivo para atletas con

discapacidad es una disciplina considerada un área de conocimiento dentro del directorio de las Ciencias del Deporte, según el vademécum del Comité Internacional de la Educación Física y las Ciencias del Deporte de la UNESCO (ICSSPE, 2007); que precisa de una amplia preparación de sus profesionales.

Guerra, & Guerra (2018), ofrecen un conjunto de pautas metodológicas para la capacitación del entrenador del paradesporte, las cuales incluyen precisiones para los componentes del proceso, la relación entre estos atendiendo a los contextos de actuación de los atletas y sus familias, a las necesidades del tipo de discapacidad. Estos autores preconizan el apoyo y la vivencia, como vía para la motivación por la actividad deportiva y la expectativa de vida.

Es ese mismo sentido Hechavarría (2006) refiere *rasgos* que debe reunir el entrenador deportivo, entre los que resalta: poseer conocimientos científicos suficientes y profundos de la modalidad deportiva que entrena. A pesar de ello en la provincia Villa Clara se organizan acciones de preparación para este profesional, aún no precisan los principales aspectos básicos y específicos que este necesita. En consecuencia, *el objetivo* del presente artículo es definir los principales conocimientos básicos o contenidos, habilidades profesionales y rasgos, que deben poseer los entrenadores noveles, en el trabajo con atletas con discapacidad.

Es preciso señalar que en ocasiones desde la Facultad de Cultura Física se desarrollan acciones de superación y/o capacitación, entre las que se destacan el curso “Actividades Físicas Adaptadas”, el curso Paradesporte” y el Curso de “Certificación de entrenadores de Olimpiadas Especiales”, en los mismos el contenido se ha identificado con aspectos históricos, se han enmarcado en la discapacidad intelectual, o en clasificación funcional de un deporte en específico; donde los receptores generalmente han sido profesores de Educación Física de escuelas especiales o profesores de Combinados Deportivos, que atienden el Deporte para personas con discapacidad.

La población está compuesta por 15 profesores deportivos noveles, que se inician en la labor de entrenar atletas con discapacidad en Villa Clara.

Desde el punto de vista metodológico, para llevar a cabo el proceso de identificación de los conocimientos básicos se ha utilizado un conjunto de métodos y técnicas como:

El *análisis de documentos* para analizar documentos normativos y metodológicos del proceso, relacionados con el tema objeto de estudio tales como el programa integral de preparación del deportista en el atletismo convencional, planes de entrenamiento, entre otros.

La *observación* a sesiones de entrenamiento, las sesiones o acciones de superación organizadas por el Departamento de Atención a personas con discapacidad en el INDER, para verificar la aplicación de conocimientos.

La *encuesta* a los entrenadores con el fin de obtener información, acerca de las necesidades cognitivas y prácticas que poseen acerca del paradesporte.

La entrevista a especialistas en paradesporte para recopilar opiniones y criterios acerca de los contenidos o conocimientos básicos que debe poseer un entrenador en este ámbito

La triangulación metodológica, para la verificación concurrente de los datos obtenidos desde los diferentes métodos.

### **Regularidades emanadas de la triangulación**

Los documentos revisados reflejan la ausencia de contenidos y acciones relacionadas con la preparación teórico-metodológica de los entrenadores noveles en el paradesporte.

En la observación realizada a sesiones de entrenamiento y acciones de superación se percibió la necesidad de desarrollo de habilidades profesionales y poca aplicación de conocimientos por parte de los entrenadores.

Los entrenadores encuestados refieren en su mayoría, necesidad de acciones de superación que los prepare y desarrolle habilidades en el proceso de planificación del entrenamiento, organización del mismo.

Como resultado de la entrevista a especialistas en paradesporte se obtuvo criterios sobre la necesidad de preparación de los entrenadores noveles, fundamentalmente en los aspectos cognitivo, procedimental y actitudinal.

## **DESARROLLO**

### **Contenidos o conocimientos básicos a tener en cuenta por los entrenadores noveles, en el trabajo con atletas con discapacidad, en la alta competencia.**

#### **Grupo 1.** Aspectos pedagógicos del paradesporte para personas con discapacidad.

- Definiciones básicas: paradesporte, deporte paralímpico, discapacidad, etc.
- Selección de métodos para el desarrollo de las capacidades y HMB y deportivas.
- Enseñanza de los diferentes elementos técnicos.
- Aplicación de los principios del entrenamiento deportivo
- Adaptaciones curriculares
- La selección de contenidos
- Relación tipos de deporte-discapacidad
- Tipos o clasificación de los deportes

#### **Grupo 2.** Aspectos médico-biológicos o de la salud en deporte.

- Efectos del entrenamiento y la competición, cambios de estado de la condición física
- Diferencias Individuales desde lo fisiológico, morfológico, biomecánico
- Fundamentos biomecánicos del movimiento
- Fundamentos sobre mediciones, antropometría, /Valoración/Clasificación: propiedades psicométricas de los instrumentos, o temas acerca de la clasificación en paradesporte.
- Clasificación en paradesporte
- Lesiones en paradesporte (etiología, prevención y tratamiento)
- Principales enfermedades oculares. Contraindicaciones relacionadas con la práctica deportiva en algunos casos.

#### **Grupo 3.** Aspectos psicosociales del paradesporte.

- Fundamentos éticos relacionados con el comportamiento del entrenador ante la discapacidad
- Perspectivas psicológicas o sociológicas (e. g. orientaciones motivacionales).
- Contenidos de carácter históricos: análisis de los cambios acontecidos a lo largo del Tiempo, tendencias en el DA.
- Sobre Inclusión/ entornos adaptaciones curriculares o de materiales
- Barreras para la participación en paradesporte

- Avances tecnológicos en el paradesporte
- Análisis difusión de resultados olímpicos nacionales, regionales e internacionales

### **Habilidades profesionales del entrenador novel, en el trabajo con atletas con discapacidad, en la alta competencia.**

*Respecto a las habilidades profesionales del entrenador del paradesporte relacionadas con la planificación debe:*

- Utilizar los documentos que orientan el desarrollo de la preparación metodológica los documentos normativos relacionados con la atención a personas con discapacidad, como el Código de ética.
- Relacionar los aspectos instructivos y educativos del proceso de enseñanza con aspectos correctivos compensatorios.
- Pronosticar los resultados reales según posibilidades de sus atletas.
- Realizar la planificación por etapas teniendo en cuenta las particularidades periódicas de la discapacidad los periodos sensitivos a cambios climáticos, geográficos.
- Aplicar los documentos normativos para controlar y evaluar el trabajo, como los relacionados con la clasificación deportiva.
- Concebir el apoyo como herramienta pedagógica en tanto en el entrenamiento como en la competencia.
- Analizar las condiciones en que se desarrollará el trabajo docente barreras arquitectónicas, que puedan limitar el acceso y la participación.
- Aplicar los principios del entrenamiento deportivo en su conjugación con principios de la pedagogía especial.

*En relación a las habilidades profesionales del entrenador del paradesporte relacionadas con la organización debe:*

- Seleccionar y adaptar los medios adecuados de acuerdo con las particularidades de los deportistas y la etapa de entrenamiento.
- Utilizar la bibliografía general y especializada sobre la discapacidad en correspondencia con el contenido a desarrollar.
- Disponer los recursos necesarios de acuerdo con los objetivos a lograr por los atletas. Contar con aditamentos terapéuticos medica primeros auxilio.
- Distribuir adecuadamente a los atletas de acuerdo con los objetivos propuestos.
- Redistribuir a los atletas cuando se presenten situaciones imprevistas.
- Disponer cómo atender las diferencias individuales.

*Respecto a las habilidades profesionales del entrenador del deporte adaptado relacionadas con la comunicación debe:*

- Utilizar la terminología propia del paradesporte que entrena y la discapacidad.

- Determinar los errores más generales cometidos por los atletas o equipo y deslindarlos de la estructura natural del movimiento que genera la discapacidad.
- Establecer relaciones afectivas con el atleta y su familia.

### **Rasgos, sentimientos y actitudes que deben identificar a los entrenadores noveles, en el trabajo con atletas con discapacidad, en la alta competencia.**

En opinión de los autores del artículo y en correspondencia con los resultados obtenidos con la aplicación de los métodos, se considera que como rasgos que debe reunir el entrenador del paradesporte están: poseer conocimientos científicos suficientes y profundos sobre la discapacidad, las adaptaciones curriculares y el reglamento de la modalidad deportiva que entrena; demostrar capacidad profesional amplia para dirigir el proceso; desarrollar iniciativas creadoras en función que suplan la falta de herramientas didácticas en el proceso; inspirar confianza, no sólo a sus atletas, sino también al entorno familiar del mismo, mostrar disposición a la cooperación e intercambio con el resto de los especialistas implicados en el proceso; aplicar trato adecuado a los deportistas de acuerdo con las particularidades de cada uno de ellos; poseer estabilidad emocional para enfrentar con paciencia y perseverancia las posibles situaciones que se presenten y resolverla. No solo estar motivado sino también, lograrlo en sus atletas; conocer las particularidades de cada uno; actuar con ética y ser reconocido por sus atletas y sus familias.

### **CONCLUSIONES**

Los principales conocimientos básicos que deben dominar los entrenadores noveles en el entrenamiento con atletas con discapacidad, sobresalen los aspectos pedagógicos; los aspectos médico-biológicos o de la salud y los de carácter psicosocial del paradesporte.

Las habilidades profesionales de deben demostrar los entrenadores del paradesporte, implican la planificación y organización efectivas en el proceso de entrenamiento; en concordancia con una adecuada comunicación en la diversidad de actitudes y aptitudes que implica la discapacidad.

Los rasgos más distintivos que deben poseer los entrenadores noveles, en el trabajo con atletas con discapacidad, se relacionan con el dominio de aspectos científicos y éticos sobre la discapacidad; la capacidad profesional amplia para dirigir el proceso; la creatividad; inspirar confianza y seguridad; al atleta y su entorno, la cooperación, la motivación e implicación en el proceso; la estabilidad emocional para enfrentar situaciones que genera la discapacidad en la competencia y resolverla.

### **BIBLIOGRAFÍA**

- Freire, G. M., Pilatti, L. A., & Rodríguez, G. M. (2019). Lanzamiento de peso: análisis ergonómico en el paradesporte. *Apuntes Educación Física y Deportes*, 35(136), 113-128.
- Guerra Y., & Guerra Iglesias, F. (2018). Pautas metodológicas para la capacitación de profesionales de la cultura física y el deporte sobre el paradesporte para las personas con discapacidad.
- Hechavarría, M. (2006). *Lo que todo entrenador deportivo o director técnico debe saber hacer*. Edit. Deportes. La Habana. Cuba.
- SENADIS, (2013). *Política Nacional para la inclusión Social de las Personas con Discapacidad 2013–2020*.

## LA CONDICIÓN FÍSICA DE ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL PARA LA INICIACIÓN DEPORTIVA EN GIMNASIA RÍTMICA.

MSc. Gricelda Monteagudo Leal.

Cuba Correo: gmonteagudo@uclv.cu

MSc. Ana Margarita O'Rielly Sotolongo.

Correo: aorelly@uclv.cu

Dr. C. Daniela Milagros Palacio González.

Correo: dpalacio@uclv.cu. Institución: Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Cuba

### RESUMEN

Al hablar de condición física se hace referencia al conjunto de cualidades o capacidades motrices del sujeto, susceptibles de mejora por medio de la actividad física, el término en si, alude tan solo a aquellas cualidades que permiten desarrollar las actividades diarias con rigor y eficiencia. La práctica del deporte es uno de los medios más eficaces que existen, al alcance del hombre para mejorar su salud, además, que permite hacer uso de las potencialidades físicas. En el caso de estudiantes con algún tipo de discapacidad, contribuye además a desarrollar esas condiciones físicas en función de la práctica de un deporte determinado y en última instancia para su integración social e independencia en la vida futura. En este ensayo se presenta una valoración de indicadores que permiten evaluar las condiciones físicas, y que se deben tener en cuenta, para la selección de estudiantes con discapacidad intelectual leve hacia su iniciación en la práctica de la Gimnasia Rítmica, con vistas a participar en el programa de Olimpiadas Especiales.

**Palabras clave:** condición física, estudiantes con discapacidad intelectual, iniciación deportiva, gimnasia rítmica.

### INTRODUCCIÓN

La noción actual de la Discapacidad Intelectual (DI) se enmarca en la idea general de discapacidad, que centra su atención en la expresión de las limitaciones del funcionamiento individual, dentro de un contexto social y representa una desventaja sustancial para el individuo. La discapacidad tiene su origen en un trastorno del estado de salud, que genera deficiencias en las funciones del cuerpo y en sus estructuras, limitaciones de la actividad y restricciones en la participación dentro de un contexto de factores medioambientales y personales (Luckasson et al., 2002; Organización Mundial de la Salud, 2001).

En este trabajo se asume el concepto de Verdugo, (2003, p 6), el cual ofrece una definición más actualizada de la discapacidad intelectual, la que se caracteriza por limitaciones significativas, tanto en el funcionamiento intelectual, como en la conducta adaptativa, tal y como se ha manifestado, en habilidades adaptativas, conceptuales y prácticas; esta discapacidad se origina antes de los 18 años.

Según Torres González (2002), el retraso mental como una característica especial del desarrollo, presenta una insuficiencia general en la formación y desarrollo de las funciones psíquicas superiores, comprometiendo de manera significativa la actividad cognoscitiva provocada por una

afectación del sistema nervioso central en los períodos pre-peri y postnatal. Ello está dado por factores genéticos, biológicos adquiridos e infraestimulación socio – ambiental intensa en las primeras etapas evolutivas.

Los estudiantes con retraso mental leve no tienen impedimentos físicos, por lo que la práctica del deporte es factible, incrementando la autoestima y la disciplina. Con ella se logra además, reducir la frecuencia de trastornos de conducta asociados, como la agresividad, la autoagresión, incrementa las posibilidades de participación social, preparándolo para la integración al grupo, el cumplimiento de reglas y la tolerancia a la frustración.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (1992), define la condición física como bienestar integral corporal, mental y social, esta definición, engloba un conjunto de factores, capacidades o cualidades que posee el sujeto como energía potencial y que mediante su desarrollo, permiten obtener un buen nivel de aptitud física para realizar tareas de carácter físico-deportivo. Su fin es, por lo tanto, de tipo "higiénico" (prevención de salud) y está orientado hacia la actividad normal.

Condición física: parte componente de la habilidad motriz general del sujeto, que reúne a 3 componentes, dos de tipo muscular (fuerza y resistencia muscular) y uno general de todo el organismo (resistencia cardiovascular), apoyados sobre una buena base orgánica y una alimentación adecuada (Clarke, 1967. Citado en Boffil, 2008).

Se entiende por Olimpiadas Especiales: "un movimiento internacional que, mediante el entrenamiento y la competición deportiva durante todo el año, siguiendo el ejemplo de los Juegos Olímpicos, da a las personas con discapacidad intelectual la oportunidad de desarrollar su condición física, fortalecer su carácter, demostrar habilidades, experimentar alegría, y participar en un intercambio de premios, destrezas y amistad junto a sus familias, otros atletas y la comunidad". (COI-OS, 2015)

La Gimnasia Rítmica (GR) como uno de los deportes que se encuentra dentro del movimiento de Olimpiadas Especiales, se caracteriza por un elevado nivel de dificultad técnica y exigencia física de las gimnastas. Este deporte conjuga belleza, plasticidad y excelencia de los movimientos corporales, con la maestría en la utilización de los aparatos: cuerda, aro, pelota, mazas y cinta. Para que una gimnasta alcance un nivel de rendimiento elevado en esta modalidad deportiva, es crucial un desarrollo de las capacidades físicas, primordialmente la flexibilidad, la fuerza, la resistencia, la coordinación, la agilidad y el equilibrio.

Las principales condiciones físicas para la práctica de esta disciplina deportiva están relacionadas con todas las capacidades, tanto las condicionales, como las coordinativas, pero sobre todo, las coordinativas especiales (equilibrio, ritmo, lateralidad) y la flexibilidad. Esta última, resulta imprescindible para perfeccionar la técnica y educar la expresividad de los movimientos; su desarrollo conduce a resultados positivos en el rendimiento deportivo. (Weineck 1999).

A partir de las ideas anteriores, se corrobora la importancia de la evaluación de la condición física en este tipo de escolar, sobre todo si es en función de la iniciación deportiva; sin embargo, en la práctica estos centros educativos que se rigen por los programas de educación física convencional, no cuentan con un programa específico para evaluar la condición física de estos estudiantes, al menos con pruebas, para la selección de talentos en la Gimnasia Rítmica.

La selección de estudiantes para la participación en las competencias de Olimpiadas Especiales de este deporte, se realiza empíricamente por observaciones en las clases de educación física y de acuerdo a los resultados de las pruebas diagnósticas que se hacen al inicio del curso escolar,

además, la evaluación se realiza a partir de una comparación entre el diagnóstico inicial y un segundo diagnóstico (antes de finalizar el curso) y así valorar el progreso de los mismos. Las pruebas que se les aplican para 1ro y 2do grado son las de peso, talla, flexibilidad, rapidez y salto de longitud sin impulso y a partir de 3ro grado se suman las planchas, abdominales, y la resistencia, teniendo en cuenta el orden metodológico y las adaptaciones correspondientes a su discapacidad.

## **DESARROLLO**

El deporte adaptado a personas con discapacidad intelectual, tiene su base precisamente en los programas para atletas convencionales, dígase programa de preparación integral del deportista (PPID). Es significativo destacar que al revisar el de esta disciplina deportiva, buscando elementos que pudieran adaptarse para la selección de talentos, encontramos que se hace referencia a la selección inicial, y lo dividen en dos etapas: primera (preliminar) donde se evaluará: estado de salud, estructura y composición corporal, desarrollo motriz y características psicológicas y en la segunda: capacidad de asimilación de las cargas de entrenamiento, capacidad de aprendizaje motor y grado de motivación hacia la actividad.

Consideramos, que para la preparación de las estudiantes que participan en las competencias de Olimpiadas Especiales, sería significativo incorporar a las pruebas de diagnóstico que se realizan al iniciar cada curso escolar, otro tipo de pruebas, tales como: flexibilidad, fuerza y lateralidad, de acuerdo a lo establecido por orientaciones metodológicas para esta enseñanza, así como, el ritmo, equilibrio y orientación espacial, previstas por programa de Olimpiadas especiales.

Para la medición de la lateralidad se propone aplicar el Test de Galifret-Granjon: Adaptación del test de Zazzo, incluye seis pruebas para determinar la dominancia lateral en los ojos, manos y pies. Para la práctica de la Gimnasia Rítmica es importante conocer el resultado de esta prueba, pues a partir de esta se puede potenciar el trabajo de la parte no dominante, ya que este deporte exige el equilibrio de ambos lados en las rutinas de competencias, o sea, que debe verse en la coreografía un balance en el trabajo con los dos hemisferios corporales, así como, un equilibrio en el manejo de los instrumentos con ambas manos, es decir bilateralidad.

El Test de Romberg para evaluar el equilibrio estático y dinámico. Esta capacidad física coordinativa especial es distintiva en la Gimnasia Rítmica, es la capacidad del organismo para mantener o recuperar la posición del cuerpo durante la ejecución de posiciones estáticas o en movimiento, permitiendo desplazar el centro de gravedad del cuerpo hacia todas las direcciones posibles sin abandonar su área de sustentación, independientemente de la inercia o fuerza externa que tiende a sacarlo de la misma.

El tamaño del área que sustenta el cuerpo es un factor que influye en mantener equilibrio, dentro de los elementos técnicos propios del deporte están lo relevés o pararse en media punta, mantener la posición estática o dinámica sobre un pie, sobre una pierna, girar sobre su propio eje, dar vueltas, etc., por lo que se hace necesario educar esta capacidad.

Por su otra parte, para la orientación espacial el test de Garcés (2005). Sus resultados permiten al entrenador evaluar los movimientos espacio corporales y temporales en las actividades físico deportivas, lo que facilita el trabajo a la hora de ejecutar la rutina por parte de las atletas, puesto que las coreografías requieren del uso del practicable en su totalidad, ocupar diferentes direcciones/trayectorias de los movimientos, del aparato/cuerpo y modalidades de desplazamiento (diagonales, de frente, laterales) y niveles espaciales, dígase alto (saltos), medio (contacto con una o ambas piernas con el practicable) y bajo (suelo). Además, se orientan en sus

ejecuciones de acuerdo a la posición de los jueces, pues deben comenzar y terminar sus rutinas de frente a ellos, así como la ubicación del público, aspectos estos que pueden variar en dependencia de las condiciones del lugar donde se desarrolle la competencia.

La prueba del ritmo del movimiento es la propuesta por Garcés (2005). El valor de este test para la Gimnasia Rítmica, está en que como su nombre lo indica, es una actividad deportiva totalmente rítmica, se requiere fundamentalmente de sonidos externos, en este caso música. Las rutinas en esta disciplina deportiva se ejecutan en su totalidad con música. Con el sentido del ritmo se favorece el logro de la coordinación de los movimientos corporales con el trabajo de los aparatos (cuerda, aro, pelota, clavav y cinta) y la música, todos al unísono, elementos distintivos de este deporte.

Para evaluar la flexibilidad además de las pruebas propuestas por los programas de Educación Física, se recomienda evaluar los niveles de amplitud de las articulaciones, mediante la utilización del goniómetro, que mide la amplitud máxima de los movimientos. En sentido general esta prueba ofrece información valiosa con vistas a desarrollar la flexibilidad como capacidad física preponderante para la Gimnasia Rítmica.

Haciendo un análisis comparativo de las pruebas que se tienen en cuenta para la detección y selección de talentos en las futuras gimnastas convencionales y las que desde la educación especial se aplican a las estudiantes que pueden pasar a formar parte de las Olimpiadas Especiales, relacionamos a continuación los aspectos de coincidencia y los que podrían incorporarse a la selección de las estudiantes con discapacidad intelectual leve, siempre teniendo en cuenta la adaptación necesaria.

### **Correlación de pruebas de evaluación de la condición física y la iniciación deportiva, para la Gimnasia Rítmica de Olimpiadas Especiales.**

<b>Pruebas</b>	<b>PIPD. Gimnasia Rítmica. Enseñanza Especial. Deporte Adaptado. Gimnasia Rítmica de O. Especiales.</b>	
Estado de salud	Pruebas Medicina deportiva Informe médico Observaciones Médico-pedagógicas	
Estructura y Composición corporal	Pruebas antropométricas Medicina deportiva Test antropométrico (De la Vega, et al., 1988). Inclusión	
Características psicológicas	Medicina deportiva Pruebas psicométricas en coordinación con el CDO	
Desarrollo motor	Habilidades motrices básicas: Caminar; Correr, Salto vertical Cuadropedia Capacidades motrices: <u>Flexibilidad:</u> Pierna, Tronco, Hombros, Pie <u>Fuerza:</u> Tronco, Pierna Coordinación: Test de Romberg (modificado) Ritmo: marcha con guía rítmica Creatividad motriz (improvisaciones)	Se recomienda incluir las mismas habilidades motrices básicas con sus respectivas adaptaciones. Capacidades motrices: <u>Flexibilidad:</u> Pierna (goniometría) Tronco (adaptación) Hombros (goniometría) Pie: (goniometría) <u>Fuerza:</u> incorporar <u>Tronco:</u> incorporar <u>Piernas:</u> incorporar Coordinación: Test de Romberg (complejo 1)) Ritmo: patrones rítmicos Creatividad motriz: (incorporar)

## CONCLUSIONES

Los elementos consultados corroboran la importancia y necesidad de la evaluación de la condición física en este tipo de escolar, sobre todo para la iniciación deportiva.

La selección de talentos para la participación en las competencias de Olimpiadas Especiales de Gimnasia Rítmica, se realiza empíricamente en el contexto de la Educación Física.

Entre las pruebas para la evaluación de la condición física del PIPD de la Gimnasia Rítmica en el deporte convencional y las aplicadas en la Educación Física de la Enseñanza Especial; existe una correlación oportuna para la selección de talentos en función del Deporte Adaptado: Gimnasia Rítmica de O. Especiales.

## BIBLIOGRAFÍA

Boffil Ródenas, A.M. (2008). *Valoración de la condición física en la discapacidad intelectual*. (tesis doctoral). Universidad de Barcelona.

Luckasson R. (2002). Retraso mental. Definición, clasificación, sistema de apoyo. Asociación Americana sobre Retraso Mental. Soporte electrónico. Washington, DC, Estados Unidos de Norteamérica.

Organización Mundial de la Salud. (OMS) (2001). Clasificación Internacional Del Funcionamiento De La Discapacidad Y De La Salud. Madrid: Grafo S.A.

Torres González, M. (2002). Definiciones conceptuales en la educación especial. La Habana, CELAEE.

Verdugo, M.A. (2003). Análisis de la definición de discapacidad intelectual de la Asociación Americana sobre retraso mental de 2002. *siglocero*, 2003,34 (1), 5-19

