

HACIA EL ESTABLECIMIENTO DE UN NUEVO ETHOS
DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Obra de conocimiento para optar el título de Magíster en Educación
JONHY LEANDRO ANDRADE PATARROYO

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE MANIZALES
MAESTRIA EN EDUCACIÓN
Manizales, Caldas
2012

HACIA EL ESTABLECIMIENTO DE UN NUEVO ETHOS
DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Obra de conocimiento para optar el título de Magíster en educación
JONHY LEANDRO ANDRADE PATARROYO

Asesor del proyecto
Magíster: Hernán Humberto Vargas López

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE MANIZALES
MAESTRIA EN EDUCACION
Manizales, Caldas
2012

DEDICATORIA

Esta obra de conocimiento, realizado con mucho esmero, esfuerzo y dedicación, se lo debo principalmente a Dios, quien en todo momento me llena de bendiciones.

A mi padre, Luis Enrique Andrade Arias, quien ha sido mi fuente de apoyo y mi fortaleza, dándome en todo momento sabiduría en mí proceso formativo

A mi madre, Rosabel Patarroyo Ballares, quien me ha brindado calma espiritual y sus consejos alentadores con aires de nobleza.

A mis hermanos, Diana y Gustavo, por darme ejemplo de la formación académica y entrega hacia lo que se ama como nuestra profesión.

A mis tías Luz Marina y María Ligia por su apoyo incondicional, a mis tíos, porque cada uno ha aportado en mi formación personal y académica.

A mi novia, Angélica, quien ha sido incondicional en este devenir Magíster y comprende y comparte mis ideales.

A todos mis compañeros de Universidad y trabajo, quienes entienden el esfuerzo y me apoyan para alcanzar las metas propuestas.

Finalmente, dedico este proyecto a todas aquellas personas que se puedan beneficiar de él, está hecho con todo mi amor, mi dedicación y con la bendición de Dios.

AGRADECIMIENTOS

A toda la comunidad educativa del programa de Maestría en Educación de la Universidad Católica de Manizales.

A la directora del programa, Diana Esperanza Carmona González; a mi asesor del proyecto, Hernán Humberto Vargas López y a todos los profesores que han aportado a los conocimientos para hacer posible la realización de la obra de conocimiento.

A la Institución SENA, Centro de Comercio y Turismo, quienes me apoyaron en la realización de este proyecto y se han convertido en mi segunda familia.
A los jóvenes Aprendices, quienes fueron la materia prima para la implementación de nuevos métodos formativos de Actividad Física.

Muchas gracias.

Contenido

DEDICATORIA.....	3
1. MOMENTO 1	8
1.1. PREGUNTA FUNDANTE.....	8
2. MOMENTO 2	9
2.1 APERTURA. CONTEXTUALIZACIÓN DEL PROBLEMA	9
3 MOMENTO 3.....	31
3.1 RECORRIDO TRAS LAS HUELLAS INVESTIGATIVAS	31
3.1.1 Aportes investigativos relacionados con pedagogía y deporte	31
3.2 APORTES INVESTIGATIVOS EN EL CAMPO DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO	34
3.3 APORTES INVESTIGATIVOS EN EL ÁMBITO DE LA INICIACIÓN Y FORMACIÓN DEPORTIVA	40
1. MOMENTO 4.....	45
4.1. TÓPICOS DE INDAGACIÓN	45
4.1.1. Historia de la Actividad Física	45
4.2. TENDENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA.....	53
4.3 EL IMAGINARIO.....	55
4.4 CULTURA DEPORTIVA.....	58
4.5 MOTRICIDAD.....	59

4.6	HABILIDADES MOTORAS.....	61
4.7	ENSEÑANZA DE LAS HABILIDADES MOTORAS EN LA EDAD ADULTA 62	
4.7.1	Psicomotricidad:	64
4.8	PEDAGOGÍA SOCIAL	65
4.8.1	Ética.....	72
5.	MOMENTO 5	81
5.1.	GUIA DE OBSERVACIÓN.....	81
5.1.1	Análisis de datos	81
6	MOMENTO 6.....	88
6.1	MÉTODO Y MATERIALES	88
7.	MOMENTO 7	89
7.1.	CIERRE APERTURA	89
8.	MOMENTO 8	93
8.1.	AUTOEVALUACIÓN DE LA OBRA DE CONOCIMIENTO	93
9.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	96

Imagen 1 Rumba terapia	10
Imagen 2 3 Rumba terapia	12
Imagen 4. Formación de Activad Física.....	14
Imagen 5 Formación de Actividad Física deportivizada.....	19
Imagen 6 Formación de Activad Física entrenamiento deportivo	20
Imagen 7. Formación de Actividad Física lúdica.....	24
Imagen 8. Formación de Activad Física entrenamiento físico clásico.....	28
Imagen 9 NOMBRE.....	57

1. MOMENTO 1

1.1. PREGUNTA FUNDANTE

¿Cómo propiciar un proceso integral de actividad física que aporte al desarrollo humano de los individuos y al mejoramiento de la calidad del programa de actividad física que ofrece el SENA?

2. MOMENTO 2

2.1 APERTURA. CONTEXTUALIZACIÓN DEL PROBLEMA

Esta obra de conocimiento da cuenta de una experiencia de vida, en conjunción con la realidad de los formadores que han puesto en escena su desinterés por los paradigmas contemporáneos de la Actividad Física, en lo referente a su desarrollo formativo. Es decir, aplicando las nuevas tendencias de actividad física como las clases grupales a través de juegos lúdicos, rumba terapia o danza aeróbica; sin embargo aún se están aplicando proyectos deportivizados y objetivación de la formación con entrenamiento físico, no apropiados en espacios que debieran ser de esparcimiento, ocio y disfrute. Si lo que se quiere es atraer a aprendices sedentarios a hacer ese cambio de imaginario con respecto a la actividad física, debemos de procurar hacerlo con sentido atrayente al gusto y capacidad de cada aprendiz, de esta manera obtendremos una mejora en su salud y en calidad de vida.

Lo que se procura con este cambio es pasar de ser aprendices sedentarios y apáticos por el *ethos* que se tiene de la actividad física, a aprendices activos físicamente con gusto y placer de realizar trabajos físicos lúdicos. Para ello, la motivación se debe de buscar en los gustos por los cuales el aprendiz sedentario se moviliza, indagando y rompiendo esas barreras imaginarias de 'superioridad' instructor – aprendiz, brindándoles una *actitud* contagiosa con la realización de los trabajos que se ejecutan acorde a las necesidades a esa población catalogada como sedentaria.

“A través de su mímica, transpirando, un profesor a quien enseñar resulta tedioso o rutinario, inspirará o proyectará tedio o rutina a sus discípulos. Un profesor desinteresado por

profundizar el conocimiento del área, enseñará, quiéralo o no, apatía” (Según DeZubiría, citado por Jaramillo, Murcia, & Portela, 2005, pág. 89)



Imagen 1 Rumba terapia

Estos trabajos físicos, con cargas intensas en edades y en contextos que no son apropiados para la fisiología, capacidad y motricidad de los aprendices, deja observar señales gestuales de dolor en quienes los practican y desagravio por la realización de las mismas prácticas intensas y deportivizadas, orientándose con un sentido más técnico y nada pertinente en contextos de aprendices poco activos físicamente. Usualmente se implementan metodologías y tareas motrices complejas de un entrenamiento deportivo o de un deporte específico, en espacios que debieran ser de regocijo y disfrute, y donde debe predominar no sólo el desarrollo motor, sino también aflorar el gusto por la realización de la praxis en la actividad física.

Abbagano, (1986, citado por Silva s.f.) expresa que

Se entiende por “desarrollo” el movimiento hacia un estado mejor. Este significado optimista es propio de la filosofía del siglo XIX y, según él mismo, estrechamente ligado a la noción de progreso. Posee como sinónimo próximo el término evolución, aunque este último sea más empleado para referirse al desarrollo biológico o cósmico y no siempre posee connotación positiva. En cualquiera de estos términos considerados, está presente la idea de movimiento

Con la realización de actividad física lo que se busca es una mejor calidad de vida, impedir el estrés y no generarlo, por el tipo de trabajos físicos que no son ejecutados a la medida del aprendiz. Por consiguiente, se debe estimular a los dirigentes de estas actividades a realizar re-pensares de afectividad y trabajos a la medida del ser, con un alto sentido humanístico y apropiado para la población.

“Un aprendizaje es significativo cuando puede incorporarse a las estructuras de conocimiento del sujeto, es decir, cuando el nuevo material adquiere simplificado para el mismo a partir de su relación con conocimientos anteriores” (Pozo, 1994, citado por Murcia, Angel, & Taborda, 2004) Esta es la perspectiva, el horizonte con el que cuenta el Educador Físico y Áreas afines para conseguir los objetivos formativos que se plantean en sus contextos.

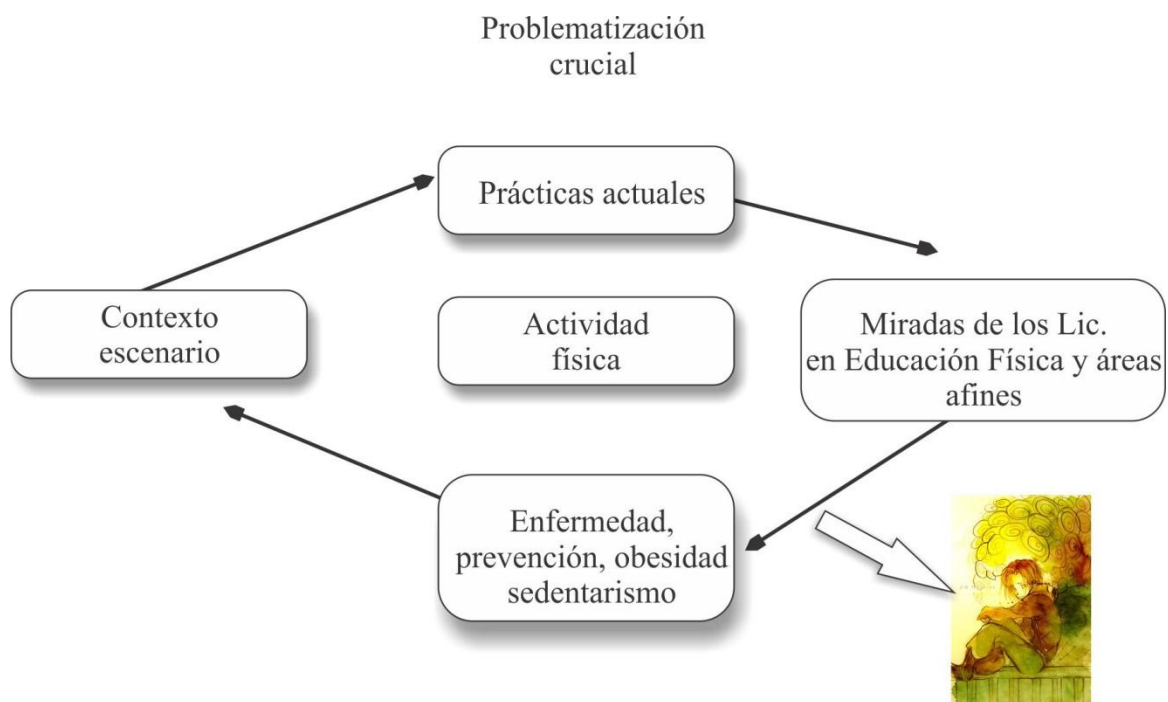


Imagen 23 Rumba terapia

Las corrientes pedagógicas contemporáneas de la actividad física suelen ser un quiebre para muchos Educadores Físicos y Áreas afines, ya que si bien se ha venido hablando de la importancia de hacer las formaciones atrayentes y coherentes, con espacios suficientes y acordes para el ocio y disfrute de los aprendices, con prácticas del gusto común como la rumba terapia, danza aeróbica, entre otras, con el fin de conseguir realizar las clases más seductoras en estos campos de praxis y no con objetivos pensados en el uso del tiempo libre únicamente.

Si bien aún se utilizan estrategias poco ortodoxas para poblaciones sedentarias, sin componentes éticos ni morales, con exigencias físicas altas, donde el predominio es, en palabras del común, ‘Sacarle el jugo’ a los aprendices con las consecuentes dolencias físicas, a decir del común ‘sin dolor no hay trabajo’, con tratos de desprecio en aras a que realicen una formación desmedida físicamente, tratos verbales subidos de tono y diálogos donde se le subestima la autoestima al aprendiz por no realizar el trabajo físico. Esta comunicación fragmentada genera

una distancia emocional y humana que limita los alcances de la acción motora y se realiza generalmente en aras de salvaguardar su ‘pellejo’ ante los superiores que poco o nada saben del tema, y cuyo interés es tener el grupo ocupado.



Gráfica 1. Realidad de la Actividad Física Imagen tomada de: <http://rocktuete.deviantart.com/>

Pero esto no es lo único que se puede observar. Sale a consideración el beneficio propio del instructor por realizar la formación, sin pensar cómo se encuentra el aprendiz o en qué condiciones llega a realizar una actividad física. Si posee problemas nutricionales, familiares, autoestima baja, entre tantos componentes intrínsecos y extrínsecos que el ser humano posee, y que no son considerados antes de la realización de una actividad física. Como se mencionó anteriormente, se está reforzando el imaginario de Actividad física en los aprendices sedentarios, culturalmente hablando, con cargas físicas y/o deportivas que no son necesariamente del gusto de muchos.



Imagen 4. Formación de Actividad Física

Hay que construir trayectos hologramáticos en esos campos de movilidad, de tal manera que se vea reflejado la unión del *todo*, pero trabajando desde las partes. Eso es a lo que nos está incitando la educación moderna cuando hace alusión al compromiso integral del aprendiz. “Las razones que mueven a un sujeto a involucrarse en una práctica deportiva son, muy diversas como por ejemplo, la búsqueda de recompensas, éxito personal, liberación de energía vital, tener relaciones sociales, etc” (Antón, 1997, citado por Contreras, 2000).

Este compromiso pedagógico-curricular pretende crear conciencia a los licenciados en Educación física y áreas a fines más pertinentes en las etapas formativas del ser humano y más aún si se movilizan en contextos donde predomina el sedentarismo, conllevándolos poco a poco hacia el mejoramiento no sólo de sus capacidades coordinativas y condicionales, sino además del mejoramiento de su composición corporal, aportándole estímulos a sus habilidades motoras básicas, estimulando y sensibilizando al aprendiz sobre el beneficio que la actividad

física aporta a la salud y tomando como punto de referencia los modelos pedagógicos clásicos bajo una concepción contemporánea de acuerdo con las necesidades de los aprendices.

En concordancia con una visión humanística y aportándole a los aprendices componentes de ética y valores para realizar los cambios necesarios que el mundo reclama pero que se han ido dilatando en gran medida e inculcando compromisos ambientales desde los campus donde estos se desenvuelven, para que el ser humano pueda vivir en alianza y armonía aprendiz-aprendiz-medio ambiente, o en pensamientos, a decir de Morín, auto-eco-organizado. “La subjetividad se va configurando y reconfigurando desde las necesidades propias del sujeto, pero en función de los otros sujetos” (Morin, citado por Murcia, Ángel, & Taborda, 2004).



Gráfica 2. Trayecto teórico - investigativo.

Cualquier proceso de formación integral empieza desde los estímulos significativos transmitidos por el instructor que se compromete con el aprendiz. Si bien la influencia que posee es de suma vitalidad para la autoestima, éste debe sentir el respaldo y el apoyo de su entorno

social y lógicamente de su instructor en el desarrollo de las formaciones adquiridas desde su desarrollo motriz en su infancia o en estructuras deportivas, generando aprehensiones en su entorno social desde las praxis de Actividad física.

El mundo de la vida cotidiana se estructura tanto en el espacio como en el tiempo. La estructura espacial es totalmente periférica con respecto a nuestras consideraciones presentes. Es suficiente señalar que también ella posee una dimensión social en virtud del hecho de que mi zona de manipulación se intersecta con la de otros. Más importante en lo que respecta a nuestro propósito presente es la estructura vida cotidiana (Berger & Luckmann, 2002)

Cuando se hace énfasis en la pedagogía, se piensa en un proceso que se desarrolla de una manera coherente, sistematizada y bien orientada desde el ámbito del aprendizaje del ser humano, en este caso referido específicamente al entorno de la Actividad Física, donde el conocimiento del desarrollo del aprendiz debe de ser primordial por parte del formador, asumiendo varias implicaciones pedagógicas necesarias para saber cuáles son sus desenvolvimientos de acuerdo a su crecimiento motor.

Uno de los grandes problemas del desarrollo motor en los aprendices proviene desde sus etapas formativas iniciales, por consiguiente se refiere a las formaciones de base. Si bien es cierto el área de Educación Física no se ejerce en la primaria por personal capacitado para ello, donde se puede lograr grandes avances motores en etapas primarias, se permite que los alumnos vivencien la motricidad a través de movimientos específicos, partiendo de un componente deportivizado, también es cierto que hay espacios donde se desarrolla este tipo de actividad, de libre albedrío o cargas inadecuadas. La cuestión es que no se suministran las concepciones pertinentes para el desarrollo de su praxis, siendo esta materia fundamental para la realización de

procesos formativos motores. Esto podría ser una de las falencias por las cuales los aprendices a medida que van desarrollándose hacia su etapa adolescente no adquieren una disciplina activa físicamente y mucho menos un estímulo conceptual apropiado referente a la importancia de la salud.

Desde siempre se han proporcionado de manera deportivizada los currículos de Educación Física y lo que es peor sin direccionamiento alguno por parte del docente encargado. Esto no implica que no cause efecto en la motricidad del aprendiz, pero ¿dónde queda la transversalidad e interdisciplinariedad?, esto es un asunto que debe ser tenido en cuenta y re-pensar cómo se están llevando a cabo estos procesos en la escuela actual. Hay que pensar al aprendiz como un ser que merece la integralidad en todas sus materias a fin de cuentas, para su crecimiento.

La disciplina es una categoría organizadora en el seno del conocimiento científico; instituye en él la división y la especialización del trabajo y responde a la diversidad de los dominios que recubren las ciencias. Aunque está englobada en un conjunto científico más vasto, una disciplina tiende naturalmente a la autonomía, por la delimitación de sus fronteras, el lenguaje que establece, las técnicas que se ve en el caso de elaborar o utilizar y eventualmente por las teorías que le son propias (Morin, citado por Rodríguez, s.f.)

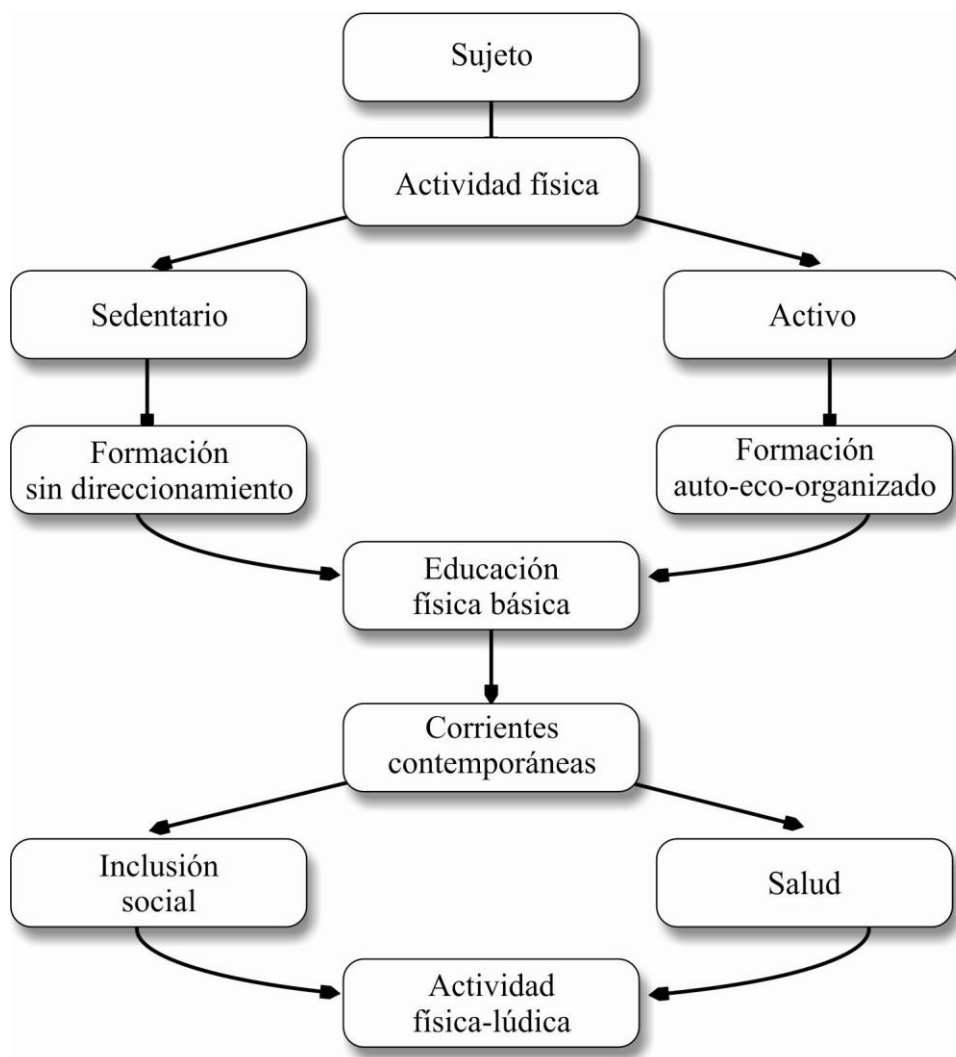


Ilustración 1. Holograma del recorrido aprendices sedentario-aprendices activo.

Los aprendices ya han hecho un re-ajuste a las formas de aprendizaje, este se ha convertido en algo dinámico, lo que implica situaciones reales como ‘aprendo para hacer’.

La Educación Física ha sido suplantada por la cultura academicista que aún se imparte en la escuela, por espacios simbólicos de altruismo patriótico, por salidas temprano a casa y por la misma actitud del profesor que sucumbe ante un dejar hacer sin sentido (Jaramillo, Murcia, & Portela, 2005)



Imagen5Formación de Actividad Física deportivizada

No es permisible que en este siglo, donde se han promulgado tantas teorías, guías e investigaciones en cantidad sobre el buen trabajo de desarrollo motor y en donde la corriente pedagógica está enfocada en los procesos significativos motores del aprendiz, trabajando la simplicidad del desarrollo motor, para ir haciendo tejidos hacia la complejidad del movimiento de tal forma causar una buena conciencia bien sea de actividad física, ejercicio físico o deporte.

El contexto que se observa hoy en día, respecto a la clase de Actividad Física en tanto los multiversos contextuales en los niveles de los aprendices que son pasivos físicamente, sedentarios, se nota un doble desinterés: en primera instancia por parte de los encargados de las tareas motoras, licenciados en Educación física y áreas a fines y en segundo lugar por la gran mayoría de los aprendices, en especial del género femenino, toda vez que los maestros no miden los trabajos de acuerdo con sus capacidades. Es decir, abordan trabajos iguales con ambos géneros, desarrollando similitudes en los trabajos físicos, sin importar el grado de dificultad del gesto motor que este pueda ser para cada una de ellas, sin brindarle variantes que se puedan ajustar a cordes y a la medida de cada aprendiz.

Tampoco se tiene en cuenta su edad cronológica ni biológica. Pero el problema real es la falta de programaciones acorde a las necesidades e interés de los aprendices, conllevando así el aburrimiento, causando apatías y malos encuentros en las tareas físicas y provocando sedentarismo, de donde se derivan a problemas patológicos.



Imagen6Formación de Activad Física entrenamiento deportivo

Estos inconvenientes son producto de un sistema mal orientado, como si la salud futura de nuestros aprendices no importara. De hecho, son pocos grupos sociales los que cuentan con la Educación Física como componente importante en el currículo, desde las bases de la Educación escolar. Pero, ¿Acaso la educación no debe de ser en igualdad de condiciones?

La Actividad física está siendo excluyente en las bases fundamentales motrices para el aprendiz (primaria), se ha convertido en un camino alternativo; el cual deben buscar en las escuelas de formaciones deportivas, estas son las que deben de ser un componente adicional, opcional y no como un elemento primordial en cuanto al desarrollo motor se refiere. Ahora bien, cuando este derecho se escudriña en estas escuelas de formaciones, también podemos estar cometiendo un error, a lo que se le hace referencia es que hay personas que se hacen llamar “profesores” de formación deportiva, sin tener conocimiento alguno, siendo empíricos que desarrollan procesos

con componentes de cargas mal trabajadas y lo único que les interesa es el crecimiento lucrativo personal.

Esto es un acontecimiento que sucede diariamente en el contexto actual, con gente que cree que porque alguna vez jugó o práctico el deporte ya eso está capacitado para orientarlo. Esto es generador de otra deficiencia más en contextos formativos deportivos.

La enseñanza de la Educación física, actividad física y áreas relacionadas buscan una idoneidad en los ambientes de la realización práctica, conformando situaciones que ayudan al mejoramiento de la calidad de vida del aprendiz. Las actividades deportivas sitúan en una confrontación de intereses con los demás, especialmente en aquellas modalidades que se ven condicionadas por los valores de competitividad presentes en la sociedad actual. Hay contextos que son apropiados y otros que se deben acondicionar para la ejecución de la praxis de la Actividad Física, articulando acciones, habilidades y destrezas. Escenarios apropiados para la realización de actividades físicas que propicien en el aprendiz placer y deseo por estar en un espacio idóneo, que no perjudique su integridad física, emocional y psicológica.

Esta obra de conocimiento pretende brindar a los licenciados en Educación física y áreas a fines y a toda la comunidad estudiantil que realiza actividad física, los beneficios que trae para ellos un proceso bien orientado a lo que es un estímulo positivo en su acervo motor, donde se les debe incluir un programa en el cual se les trabajea través de la Actividad Física las habilidades motrices y capacidades coordinativas y condicionales, tomando la lúdica como un medio para alcanzar la destreza del aprendiz y aplicando todos los recursos y/o herramientas didácticas que comúnmente se ven en este entorno, con el fin de generar en cada uno de los participantes un nuevo y más amplio banco de hábitos motores, que les sirvan o permitan una mejor calidad de vida.

Esta obra de conocimiento está sustentada desde seis miradas categóricas que dieron un soporte a su desarrollo, abarcando desde sus inicios la *historia de la actividad física* con relación al surgimiento de la Educación Física. Si se quiere realmente cambiar los preceptos en cuanto al desarrollo de la Educación Física-Actividad Física- Deporte, es necesario como primera medida entender su crecimiento para después hilar los procesos que hoy en día vemos reflejados en sus procesos de praxis.(Laza, 2010)

Otra de las temáticas es *la tendencia de la Actividad física*, en tanto se configura como base para el trabajo realizado y que sirve como soporte para una mejora en la calidad de vida, de los cambios imaginarios y las posibles mejoras que los aprendices pueden adquirir, desde los conceptos específicos del desarrollo del ser y sus procesos formativos de base, dándole inteligencia motriz por medio de trabajos simplificados y acordes, hasta llevarlo a las etapas de iniciación y especialización de un deporte específico si es el caso.(Arráez y Romero, 2000).

El siguiente tópico de indagación que marca el contraste de los doxas en los aprendices es ese *Ethos* que ha venido germinando por décadas y que se ha permeado en la Actividad Física, puesto que cada vez se fortalece a causa de los procesos formativos deportivizados de algunos Licenciados en Educación Física y áreas a fines. (Gadamer, citado por Hurtado y colaboradores, 2005).

La siguiente temática es *la cultura deportiva*, la inclusión del niño y niña en etapas de desarrollo motor de acuerdo con su proceder de un territorio determinado, adquiriendo destrezas motoras en edades tempranas, subdividiendo en sus componentes las distintas unidades didácticas con los objetivos y contenidos establecidos basados en las características psicofísicas propias de la edad de los aprendices y a su vez realizando conexiones interpersonales con su entorno social. (Vázquez, citado por Isla, 2007).

En consonancia con las miradas anteriores, está la categoría de *Motricidad*, fuertemente relacionada en el movimiento del aprendices, pues si se tiene un buen desarrollo motor, la calidad de vida del ser humano va a ser más adecuada, su trasegar por la vida será con menos esfuerzos físicos y psicológicos, como lo expresa el antiguo adagio griego “*Mens sana in corpore sano*”

La pedagogía social es otro de los componentes que hace un nodo conector con relación a la obra de conocimiento. Si bien se reconoce que los procesos formadores deben estar arraigados fuertemente para no perjudicar psicológicamente a los aprendices en cuestiones de aprendizaje-enseñanza, es de uso incluyente en los nuevos paradigmas de la educación física – Actividad física – Deporte, pues es a través de la interdisciplinariedad que se adquiere más agrado por la realización de los procesos motores, en tanto se vincula en la esfera del movimiento, cualidades, actitudes, aptitudes, desempeños y logros, para consigo mismo como para con los demás.

(Herrera, 2005)

En una última mirada, pero no menos importante, está la *Ética* como fuente formadora y abrigadora, adaptando los procesos humanistas, fortaleciendo los lazos entre aprendices-aprendices, realizando rupturas entre el docente – alumno, creencias religiosas, razas – Etnias, es decir viendo al aprendices como un solo aliado con y para el mundo. (Morin, citado por Rodríguez, s.f.)

Todos estos procesos epistémicos son conceptos que generan el bucle praxiológico de la actividad física y coadyuvan articulando ese impacto imaginario que los aprendices sedentarios permiten dar lugar a unos alcances y limitaciones de su *ethos* que se convierten en un objetivo claro y significativo tanto para los aprendices como para las instituciones: sensibilizar a los licenciados en Educación Física, áreas a fines y aprendices sedentarios y vincularlos a un proceso de formación motora, estimulando el agrado a la realización de la actividad física e incitando su desarrollo motor a través de la Actividad física. No es por supuesto la pretensión sacar deportistas

de alto rendimiento, lo que se pretende contextualizar son las formaciones a la medida y acordes para las poblaciones sedentarias, con prácticas formativas bien establecidas y, en consecuencia, los aportes en el desarrollo motor, ético y moral del aprendiz que se hilan en procesos pedagógicos.



Imagen7. Formación de Actividad Física lúdica

En el devenir de los tiempos han brotado paradigmas lineales en cuanto a la Actividad Física en los contextos de trabajo en el desarrollo motor, formativo, bien sea en el ámbito académico, como en el ámbito social, extracurricular, ocasionando problemas que repercuten en un futuro sus tareas psicomotoras y por tanto siendo constituyente del sedentarismo. Esto ha permitido hacer descubrimientos sobre los agentes etiológicos de diversas patologías lo que ha contribuido a controlar las enfermedades infectocontagiosas “enfermedades de fácil y rápida transmisión, disminuyendo ostensiblemente las tasas de morbilidad, enfermedades causantes de la muerte en determinadas poblaciones, espacios y tiempos” (Parrací, 2010)

Se presume que desde hace mucho tiempo se han cambiado los métodos de trabajo deportivizados por otros de carácter pedagógico haciendo un tejido con la lúdica, esto con el fin de buscar y/o mejorar una actitud, una predisposición del aprendiz frente a la formación de

Actividad Física, permeando con una mejor disposición de estar en la praxis. Los juegos pueden estar presentes en las diferentes etapas del proceso de formación del ser humano, en la pedagogía, en la psicología, en la pedagogía, en la hebegogía, en la andragogía y en la gerontología.

Se debe tener en cuenta algunas características básicas que permitan que lo planeado y lo realizado se manifiesten en los objetivos trazados que llevarán implícitos aspectos psicomotores, sociológicos, intelectuales y afectivos.

- *Estimulador sicomotor*: El aprendiz necesita en su formación integral la recreación, puesto que es un excelente motivador de las funciones motrices a favorecer la armonía corporal, en el tiempo y el espacio.
- *Descanso*: Actividades recreativas en el momento del descanso contribuyen a la recuperación física y mental.
- *Apropiación*: Permite a la persona adueñarse de sus propias formas de recreación y en ocasiones hacerse merecedor de algo que le representa un triunfo personal o una ganancia.
- *Creatividad*: Le sugiere al aprendiz algunas vías para desarrollar aptitudes, actitudes, destrezas o formas de expresión en cada situación de manera personal o frente a un grupo.
- *Formación psicológica y social*: la participación, la cooperación, la comunicación que genera el acto recreativo mejora las relaciones con el otro.
- *Liberador de la espontaneidad*: Crea una conducta liberadora con formas de expresión individual. A través del desarrollo de programas de auto expresión individuales. A través del desarrollo de programas de auto expresión el ser humano se hace más tranquilo, toma una actitud más espontánea y su capacidad creadora aflora, así como su condición de hombre lúdico.

Estas características hacen parte en el trabajo que hay que desarrollar de manera innovadora, creativa, anegados de autoridad epistemológica, que reviertan esta tendencia e influyan sobre todo el proceso de formación. Pero ¿por qué aún se ésta viendo ese supuesto cambio en minorías? ¿Cuántos pensadores más hay que escuchar y leer para empezar con esta tarea? ¿A cuántas capacitaciones más hay que asistir, escuchando esté mismo discurso de la no deportivización en etapas tempranas, escolar y extra escolarmente?

Las generaciones de hoy en día se encuentran permeadas por diferentes razones de coexistencia, intereses que han logrado cambiar su atracción por la actividad física, su motricidad y su ocio, motivaciones externas que son más atrayentes para un sujeto en etapa de crecimiento psicomotor y que se mueve en un contexto tecnológico, dejándose llevar por una corriente globalizadora como la televisión, los juegos de video y simuladores electrónicos, o por conceptos de disociaciones sociales con criterios lucrativos que llaman la atención de los jóvenes desde las etapas de escolaridad sin mayor esfuerzo: el tráfico de drogas., problemas de sicariato entre otros, los cuales han causado un desorden en el desarrollo psicomotor del ser humano. Este como los anteriores obstáculos que distancian cada vez más la realización de la Actividad Física ha conllevado a que los aprendices sean cada vez más inactivos físicamente, provocando una mayor monotonía en su rutina sedentaria.

Aproximadamente 3,2 millones de personas mueren a causa del sedentarismo cada año. Las personas con poca actividad física corren un riesgo entre un 20% y un 30% mayor que las otras de morir por cualquier causa. La actividad física regular reduce el riesgo de padecer depresión, enfermedades cardiovasculares, hipertensión, diabetes y cáncer de mama o colon. El sedentarismo es más frecuente en los países de ingresos altos, pero actualmente también se detectan niveles muy altos del problema en algunos países de ingresos medios, sobre todo entre las mujeres (OMS, 2010)

Se perciben varios factores que influyen para que hoy en día el aprendiz se interese poco por su cuerpo, no le da importancia a los problemas de salud desde su adolescencia que pueden repercutir a causa del sedentarismo y falta de movilidad corporal rutinaria en su adultez. Este problema se ve influenciado en ocasiones por los lazos familiares que no crean ningún incentivo para que el individuo desde sus etapas de asimilaciones motoras tempranas, ejerzan algún tipo de actividad física, ejercicio físico o deporte o, por el contrario, puede que sí le brinden el ‘apoyo’, pero no le tienen en cuenta al niño o niña para la escogencia del deporte que más le llame la atención. En ocasiones, son los padres los que deciden qué deporte deben practicar sus hijos. Desde allí empieza el desorden de un supuesto orden, ahora no solo se tiene un niño o niña sin motivación por la práctica deportiva sino un individuo que muestra apatía por la actividad

Los cuerpos son lugares de enunciación y de inscripción cultural, el terreno de la carne donde se inscribe, construye y reconstruye el significado, son el resultado de tradiciones intelectuales y de las formas en como dichas tradiciones nos han disciplinado para entenderlas (McLaren, citado por Zuñiga & Montoya, 2005)

A través de la Actividad Física, no sólo se proyecta alcanzar un buen desarrollo motor con habilidades y destrezas, sino que también se busca la unión entre grupos sociales, dejando a un lado las discriminaciones de raza, creencias religiosas, etnias, culturas, entre otras. Lo que se debe lograr es una compenetración y respeto por el otro, para que en su integridad se forme un ser lleno de valores, ética, respeto, colaboración y un carácter óptimo en la toma de decisiones. Que no sea débil de pensamiento, ni mucho menos un ser que se deja influenciar por aquellos que transitan en los caminos erróneos de la vida, no importa el contexto donde este aprendiz se desenvuelva.

Esto va ligado con el apoyo de los principales influyentes, los más cercanos al aprendiz, padres y familiares, amistades dentro y fuera de un contexto educativo, formadores con criterios destacables y principios éticos que brinden confianza.

Hay cambios que están pidiendo a gritos las metodologías de trabajos ya culturalizadas, arraigadas por décadas pasadas que en su tiempo dieron resultados.



Imagen8. Formación de Actividad Física entrenamiento físico clásico

Es pertinente una re-estructuración de estos trabajos transitados por tantas décadas y empezar a buscar la atracción de los aprendices que son permeados por la novedad, con reajustes que se manejen por medio de una Actividad Física Lúdica, sin ser la Actividad Física específica, en otras palabras, sin praxis desmedidas de ejercicios físicos.

La Educación física – Actividad física – Deporte, como estrategia, por llamarlo de alguna manera ‘competitiva’ ha de fomentar los valores como la participación, solidaridad, creatividad, comunicación, socialización, la fraternidad y sentido crítico en un marco de convivencia deportiva, respeto a las diferencias, tolerancia y armonía con su entorno ecológico y social.

Para que esta triada: Educación física – Actividad física – Deporte, cumpla su función formadora en capacidad motriz, humana y social, requiere ser implantada en un ambiente adecuado, creativo, tolerante en donde predomine el hombre, donde tenga preferencia el desarrollo motor formativo y no el resultado deportivo, ni la competitividad. Se trata de fomentar un cambio partiendo de los fundamentos técnicos en los verdaderos intereses de los actores del proceso para la participación, el liderazgo y la vida saludable.

Desafortunadamente, la mayoría de los contextos escolares están lejos de crear en sus planeaciones una sólida base para obtener en el futuro del aprendiz un gran porvenir. Hacen que jóvenes despiertos animados y llenos de energía y entusiasmo se conviertan frecuentemente en seres desanimados y apáticos por culpa de los métodos que siguen estando profundamente enraizados en los métodos que no aportan un aprendizaje significativo.

A menudo se hace más hincapié en ocupar a los grupos durante las sesiones de trabajo en vez de formarlos, con lo que algunos padres, desilusionados del trabajo de iniciación, suelen llamar a las escuelas ‘guarderías’. Sólo se suele enseñar ‘cómo hacer’ en vez de considerar igualmente el ‘cuándo hacer’ y ‘por qué actuar de una forma u otra forma’.

En resumen, la triste realidad es que la monotonía y el aburrimiento en las praxis de la clase de Actividad física, no sólo constriñen la mente hasta tal punto que el aprendiz es cada vez menos capaz de afrontar en la praxis problemas que exigen un esfuerzo físico e intelectual superior, sino que también causa el abandono prematuro frecuentemente observado en las formaciones. “Todavía se intenta adaptar al niño o niña al deporte en lugar de adaptar el deporte al niño o la niña” (Wein, 2007).

Para los Educadores y formadores físicos, esto es positivo dentro de los límites razonables que supone el cómo iniciar pronto esta disciplina deportiva y, por otro lado, crear y utilizar el tiempo suficiente para enseñar a nuestros niños y niñas de una forma progresiva.

Hace falta conocer las necesidades vitales de los niños y niñas a la hora de practicar su deporte favorito, saber qué es lo que más les gusta para descubrir con el tiempo de forma gradual la dificultad y complejidad del deporte o actividad física.

Es un cambio que es necesario, pero que no hace diferencia si sólo algunos cuantos cambian su mirada. Es un cambio de formación de ideas, de concepción de lo que es el niño y niña en su desarrollo motor natural, es un proceso paulatino en su realización, pero seguro en su formación.

Este es el aporte significativo que se le brinda al aprendiz, desde la planeación en la clase de Actividad física y para el bienestar, aplicando nuevos métodos, buscando un pro en el cambio de la Actividad Física para la formación motora y salubridad, abriendo caminos para las nuevas generaciones llenas de sueños y posibilidades de triunfar en el ámbito personal, social, deportivo o simplemente para una vida sana.

3 MOMENTO 3

3.1 RECORRIDO TRAS LAS HUELLAS INVESTIGATIVAS

3.1.1 *Aportes investigativos relacionados con pedagogía y deporte*

Son muchos los informes y trabajos realizados referentes al entrenamiento deportivo en etapas formativas, sin embargo, son pocas las que aplican referente a modelos pedagógicos como los del profesor Horst Wein, “Fútbol a la medida del niño con su especificidad en el desarrollo de la inteligencia de juego de acuerdo a su edad” (2007) , o Napoleón Murcia Peña, Javier Taborda Chaurra, Luis Fernando Ángel Zuluaga, “Escuelas de formación deportiva y Entrenamiento Deportivo Infantil” (2004) en Colombia, pues la mayoría de los trabajos hacen énfasis en el desarrollo físico, técnico y táctico como tal sin apartar las etapas de evolución de los deportistas y el cómo llevar progresivamente ese proceso.

Por otro lado, los proyectos otrabajos encontrados en el departamento del Quindío conreferenciaa estos autores, no están siendo implementado o no son conocidos por los docentes ni entrenadores y pocos son los que ejecutan estos modelos pedagógicos en el país, sin embargo, hay modelos similares que tocan partes esenciales del método de Horst Wein, y Napoleón Murcia Peña y colaboradores ya citados

Para llegar a fondo sobre el tema de esta obra de conocimiento es necesario repasar algunos aspectos importantes que acompañan el debido proceso. Por esta razón, se hará una búsqueda sobre la pedagogía y el deporte tanto a nivel mundial, nacional y, finalmente, regional.

El deporte en Brasil se unifica al contexto histórico de la Educación Física Escolar (EFE) y asume un importante papel en la cultura popular de este país, por ejemplo el icono del fútbol brasileño.

La ruptura entre el deporte de performance y la acción pedagógica del profesor en el ámbito de la Educación Física Escolar (EFE) es cada vez más problemática. Desde esta premisa, el objetivo del documento ‘Lo pedagógico de la Educación Física escolar en Brasil, (Barreta, Pereira, & Heredia, 2007) es proponer la separación deporte / Educación Física Escolar bajo la óptica de la propia historia de la Educación Física, así como de la historia del pensamiento pedagógico en Brasil.

En este ensayo, se discuten tendencias principales como la Tradicional, la Técnica y la Técnico Educativo. En la Tradicional, el profesor asume funciones centrales para con sus alumnos, actuando con autoridad, disciplina, rigidez en los contenidos y en las estrategias de enseñanza. Este era el periodo correcto para el inicio del movimiento del deporte. Un periodo de nacionalismo derechista con un deporte con sus reglas, disciplina y servidumbre al Estado Fuerte y capitalista.

Por otro lado, la Tendencia Técnica se concentra en el modelo de la conducta mediante estímulo-respuesta, siendo la escuela un instrumento de modelación del comportamiento a través de técnicas específicas y de condicionamiento con bases experimentales. Este abordaje tiene como premisa la eficiencia, la rigidez de los contenidos y la competitividad.

Finalmente, en los años 70 proliferó el llamado abordaje Técnico Educativo, inspirado en las teorías conductistas de Skinner (citado por Barreta, Pereira, & Heredia, 2007). Este abordaje pedagógico se concentra en el modelo de la conducta mediante estímulo-respuesta, siendo la escuela un instrumento de modelación del comportamiento a través de técnicas específicas y de condicionamiento con bases experimentales.

El deporte para todos era el lema de esta época y se formulaba la pirámide de la élite deportiva en la cumbre, organización deportiva, equipamiento básico urbano, y educación física/deporte escolar en el medio y el deporte de masa en la base (Tubino, 1996, citado por Barreta, Pereira, & Heredia, 2007)

Ya para el siglo XXI, la EFE se encuentra con un cierto atraso en relación con la propia historia del pensamiento pedagógico. Es evidente que gran parte de los profesores de Educación Física no comprenden claramente la función social de la escuela y de la disciplina, y no consiguen separar el momento de la clase del momento del entrenamiento si es que este debe existir en la EFE (Cardoso, 2003, citado por Barreta, Pereira, & Heredia, 2007)

Como conclusión, no es debido descartar la importancia del deporte en las clases de EFE como contribución para la formación del educando, pero tampoco se puede dejar que la educación física sea confundida muchas veces con el deporte competitivo. Cómo se puede decir entonces que la EFE necesita asumir la aptitud física, el deporte técnico y táctico y la competición para dar lugar a una EFE formadora de ciudadanos y no de atletas que en realidad nunca fuera llevado a cabo en sus objetivos iniciales en la propia historia de la EFE en Brasil.

En el contexto nacional, se encontró un trabajo realizado por los doctores José Luis Vera Rivera y Nelson Adolfo Mariño Landazábal, en la ciudad de Cúcuta (Vera & Mariño, 2008). El objetivo del estudio consistió en la programación de la preparación técnico-táctica de los futbolistas infantiles. Un ejemplo para 13 y 14 años de edad por medio de un proceso investigativo que se realizó con diferentes escuelas de fútbol del departamento norte de Santander, Colombia.

En este trabajo se presenta un estudio de la evolución de los programas de preparación del deportista de la Federación Colombiana de Fútbol, programas del Ministerio de Educación Nacional y de otros países, así como de la bibliografía especializada relacionada con el tema de la programación.

Además obtuvieron una valiosa información sobre el problema científico mediante una encuesta a los entrenadores para conocer su opinión sobre la programación de la preparación técnico-táctica de los jugadores motivo de estudio, la caracterización del actual proceso de programación de la preparación en el ciclo anual mediante el análisis de los planes anuales y diarios de los equipos estudiados.

Los resultados obtenidos permiten expresar que la programación del contenido de la preparación técnico-táctica de los futbolistas de la categoría 13-14 años de edad, elaborada sobre la base de elementos teóricos y metodológico fundamentales para su realización, elevan en los jugadores el nivel de dicha preparación.

La programación es una nueva y mejorada forma de la planificación del entrenamiento, de un nivel metodológico y científico más elevado, que permite obtener mayores posibilidades para conseguir el objetivo fijado.

3.2 APORTES INVESTIGATIVOS EN EL CAMPO DEL ENTRENAMIENTO

DEPORTIVO

Respecto al desarrollo que ha tenido el entrenamiento deportivo se ha extraído una gran cantidad de información, tomando como referenciadiferentes ramas de estudio e investigaciones, que permitieron dar más apoyo a nuestro proyecto y de esa forma también reconocer su evolución.

Las bases fundamentales del entrenamiento de Gorinevskij, fue la obra trascendental para la comprensión del Entrenamiento Deportivo (E.D.) como un proceso pedagógico plural con sus propias leyes específicas. Y si bien esta obra data de 1922, quienes hoy son irreverentes ante las evidencias de las bondades de la Periodización y Planificación del Entrenamiento, continúan en las mismas tinieblas de ideas que los soviéticos anteriores a dicha obra. Es necesario tener en cuenta este concepto: El E.D. es ya un proceso pedagógico plural con sus propias leyes singulares y específicas. (Quesada s.f.)

Luego, Peter Teschiene, del Instituto Técnico Superior de Darmstadt, aunque cuestiona algunas posturas al respecto, coincide con la singularidad y la especificidad en el razonamiento operativo con miras a la periodización del entrenamiento.

El accionar deportivo y sus resultados son concebidos como un sistema funcional motor por lo cual se refuerza el aspecto biológico de la Teoría del Entrenamiento. La adaptación (específica y singular) concebida dentro de un proceso pedagógico plural, es el centro de todas las reflexiones, y esto se explica por las ventajas que ofrece en las previsiones y precauciones los diferentes procesos del entrenamiento. (Quesada s.f.)

G.K. Birsin (citado por Quesada s.f.) en su estudio 'La Esencia del Entrenamiento' ratifica el intento de concebir el proceso del entrenamiento desde las perspectivas de las leyes que se observan en el desarrollo del organismo (sustento biológico). Para justificar la necesidad de una elevación progresiva de las cargas, critica en relación a ello, a las ideas corrientes de su época que califican a la fatiga como un fenómeno fisiológicamente perjudicial. Él es quien también menciona el método de una alternancia racional de cargas y recuperación (densidad de los estímulos), y habla de la necesidad del desarrollo general como base del perfeccionamiento deportivo.

Según datos de N.G. Ozolin, el entrenamiento ininterrumpido durante todo el año se produjo en la Unión Soviética a principio de los años 30, siendo sus iniciadores los especialistas del atletismo, convirtiéndose este hecho en el impulso fundamental hacia los estudios teóricos y metodológicos en el campo de la periodización del entrenamiento.(Quesada s.f.)

En 1939, K. Grantyn publica en Moscú el estudio ‘Contenido y principios generales de la preparación del entrenamiento deportivo’, el que cobra trascendencia por el intento de enunciar los rasgos esenciales que ha de tener la periodización en todos los deportes. Quizá es uno de los primeros en incluir conceptos como formación corporal general y especial, Educación Técnica, Educación Táctica Y Educación Moral del Atleta Deportista. (Vasconcelos, 2005)

Deja clara la conexión entre la preparación general y la especial, divide al ciclo anual del entrenamiento en tres periodos: el de preparación, el principal y el de transición. Años más tarde, un paso importante en el planteamiento de esta temática la dio N.G. Ozolin, con su obra: ‘El Entrenamiento en el Atletismo’, que fue publicada en Moscú y Leningrado en 1949, donde concreta las ideas existentes sobre los periodos del entrenamiento, propone planes detallados, incluso en etapas y ciclos semanales y los relaciona con los caracteres peculiares de cada período.

Hasta entonces se planificaba en periodos, pero no se puede hablar de Periodización propiamente dicha, sino hasta la aparición de un artículo de S.p.Letunov,

Sobre el sistema de planificación del entrenamiento”, en el cual hace una crítica al sistema utilizado para planificar entrenamientos de acuerdo a las temporadas, argumentando que no son ni deben ser las condiciones climáticas, las razones sustanciales de la periodización, sino que las mismas son solo consecuencias pre disponibles, pero de ninguna manera determinantes de los logros en el rendimiento deportivo. (Quesada s.f.)

Los datos enunciados anteriormente, siguen planteando interrogantes en cuanto al objeto de estudio de la Periodización del Entrenamiento. Kukuschkin, Schulov y Koriakovskij, en su libro “Teoría y Ciencia de la Cultura Física” (Moscú 1953), plantean: “Los periodos solo sirven para una mejor planificación del proceso de entrenamiento, para una más fácil estructuración”.

La importancia de la planificación es enorme e innegable, pero es indispensable tener en cuenta que el plan no puede confundirse con los fenómenos planificados. El plan no entrena, lo hacen los estímulos realizados, y las leyes de adaptación que los regulan y los determinan. Estas últimas responden a principios biológicos, pedagógicos y afectivo-motivacionales que determinan sus alcances, sus efectos y en definitiva, los logros deportivos. (Quesada s.f.)

La conclusión que se puede obtener de esta información es que la relación que existe entre Planificación y Periodización no se reduce a una mera cuestión de comodidad o moda por lo cual se planifica en periodos. Muy por el contrario, los periodos son consecuencia de unas leyes objetivas, singulares y específicas que han de observarse permanentemente durante el proceso de entrenamiento, a fin de que mediante ese control de gestión que se materializa en la tan nombrada “evaluación”, dichas leyes se verifiquen, se cuantifiquen, se califiquen y entonces se reajusten las cargas que se administran, encontrándose allí la razón de ser de la periodización.

El rápido avance de la investigación aplicada al Entrenamiento Deportivo hace necesaria la revisión de los fundamentos que sustentan los modelos actuales de planificación y entrenamiento. Por otra parte, cada modalidad deportiva demanda la aplicación de métodos de entrenamiento específicos o la adaptación de los ya existentes a las demandas fisiológicas y funcionales que plantea cada deporte. En este sentido, se tiende cada vez más a la aplicación de los sistemas de entrenamiento en los espacios deportivos específicos.

Hay infinidad de investigaciones relacionadas con la planificación deportiva, dentro de ellas se mencionaran algunas encontradas como “Ejemplo de planificación de un micro -ciclo de trabajo físico en Fútbol”, realizado por Roberto López, en España,(López-Cózar, 2008)Donde se habla que la labor y el cometido del preparador físico en un equipo de fútbol ha ido adquiriendo una gran importancia y especialización tanto en el fútbol como en el deporte de alto nivel en general. El artículo pretende ser un ejemplo de micro-ciclo corriente dentro de un meso-ciclo estabilizador. Se encuentra en torno a mediados de temporada, momento en el que la condición física de cada jugador aparece como fundamental para lograr los objetivos planteados al principio del curso futbolístico.

Por otra parte, Pedro Gómez y Víctor De Lucio en su trabajo “Modelo bifásico de planificación del entrenamiento deportivo” (2007) argumentan que hoy en día el sistema de preparación del deportista se ha ido modificando en función de las necesidades de las disciplinas deportivas, el calendario de competencias, y una serie de factores que influyen directamente en la preparación de los deportistas; y que la creación de Centros de Alto Rendimiento para preparar reservas de atletas que se integren de forma paulatina a los equipos nacionales, ha sido una de las políticas importantes en materia de deporte en México. Está latente necesidad ha hecho que surjan diferentes formas de planificar el entrenamiento obedeciendo siempre a los principios biológicos de adaptación, sin embargo ajustados a las necesidades específicas de cada realidad en momentos concretos de la historia.

Pues bien, para ratificar que el entrenamiento deportivo está sumamente ligado a la biología del deportista, se encuentra el libro “Entrenamiento de la condición física en el Fútbol” realizado por JensBangsbo en el 2008, el cual presta una contribución única en su género al fútbol, al transformar principios científicos en recomendaciones prácticas de un modo claro y fácil de seguir. En este libro se presentan temas como la fisiología básica del fútbol, Exigencias

físicas del fútbol, Test de la condición física, Entrenamiento de la condición física y La sesión de entrenamiento.

También menciona las tres áreas principales de entrenamiento de la condición física: Entrenamiento aeróbico, anaeróbico y muscular específico. Dentro de estos temas se ofrece un número determinado de sesiones de entrenamiento y de ejercicios para ilustrar los principios del entrenamiento. Con respecto a esto, en Planificación de la temporada, describe cómo puede variarse el entrenamiento de la condición física a lo largo del año así como durante la semana. Finalmente, habla sobre la importancia de la Nutrición y la Ingestión de fluidos para el jugador de fútbol.

Combinando estos conocimientos con la experiencia sobre un grupo específico de jugadores, puede obtenerse un entrenamiento bien estructurado, beneficiando de este modo al entrenador y a los jugadores.

Y por último pero no menos importante se encuentra la investigación realizada por Horst Wein, “Fútbol a la medida del niño”, editado en el 2007, donde da a conocer la necesidad de modificar los improvisados modelos de la enseñanza del fútbol e implantar en los colegios y en los clubes un sistema de entrenamiento y de competiciones que se adapte al niño (y no al contrario) y además sea capaz de guiar y aconsejar en cada momento al instructor. Este es el tema central del estudio del profesor Wein. Para cada una de las categorías de fútbol base, describe detalladamente en 5 niveles de formación, según las fases evolutivas del niño, todas las actividades a realizar. Con esta orientación eficaz y atractiva, hace que cada niño sea capaz de jugar y disfrutar con la práctica del fútbol.

Es por este gran motivo que en el presente proyecto se basará con muchos conceptos de este modelo pedagógico, puesto que nace de una necesidad para re-construir las visiones lineales de muchos Licenciados en Educación Física y áreas a fines, contando con algunos aprendices que

no han tenido la posibilidad de un desarrollo motor apto a través de estructuras acordes para el crecimiento fisiológico en etapas tempranas; otros por el contrario si lo han tenido pero con procesos acelerados y no formativos en su motricidad (netamente específico del deporte), esto da cuenta en las capacidades condicionales y coordinativas, y lo más preocupante en la falta de interés en edades adolescentes (en adelante) para la realización de alguna actividad física o deportiva.

3.3 APORTES INVESTIGATIVOS EN EL ÁMBITO DE LA INICIACIÓN Y FORMACIÓN DEPORTIVA

En el mundo de la pedagogía de la actividad física y de la iniciación deportiva se encuentran con diversas tendencias en el análisis de la iniciación deportiva. Autores como Wein, (2007) y Usero & Rubio (1993), proponen un “modelo de enseñanza vertical”. Este modelo comienza con la puesta en práctica de juegos modificados o simplificados para pasar a una segunda fase en la que se trabaja a través de la aplicación de mini deportes. Finalmente, el proceso acaba con el aprendizaje específico del deporte estándar.

Por otro lado, tenemos el “modelo de enseñanza horizontal”, propuesto por Blázquez, (1986), Lasierra y Lavega (1993), citados por (Hernández, 2000). En este tipo de modelos se busca en primer lugar una iniciación común a varios juegos deportivos.

A partir de este punto el proceso se divide. Por un lado, se puede pasar a una transferencia vertical de juegos modificados y formas jugadas hasta llegar al deporte estándar, por otro, se puede continuar con una transferencia horizontal para llegar a la práctica de diferentes juegos deportivos. (Hernández, 2000)

El proceso de la iniciación deportiva produce un aprendizaje adecuado y beneficioso para la formación, educación integral del niño y niña, la salud y el bienestar espiritual. El deporte se

consolida con un medio muy eficaz para educar, que puede coexistir a su vez con las intenciones lúdicas o de juego, o recreativas del niño y niña con las expectativas de rendimiento en la competencia a largo plazo, de los agentes con intereses en el proceso de iniciación deportiva.

En su artículo sobre “La enseñanza del judo mediante una metodología activa. Una propuesta de entrenamiento integrado”, (Robles, 2003) establece que los objetivos generales de la iniciación deportiva están dirigidos a mejorar la salud de los alumnos, trabajar los contenidos técnico-táctico básicos, acorde con la edad, en deportes individuales y colectivos, Enseñar las reglas básicas del deporte, mejorar la socialización y el trabajo en equipo, fomentar en el alumno (a) hábitos y valores educativos que contribuyan a su formación integral y lograr hábitos de práctica deportiva.

También Juan Carlos Vázquez Lazo y Oscar Viana González (2001), al caracterizar en su artículo “La competición como medio en el proceso de iniciación deportiva” establecen que esta etapa de la formación deportiva está dirigida a la búsqueda, en un primer momento, de la motricidad con características generales, de la aportación a posibles transferencias entre diferentes especialidades deportivas que presentan características motrices o funcionales parecidas y la capacitación para el desarrollo de una o varias actividades deportivas.

Con respecto a ello, se encuentra una investigación de María de Lourdes Sánchez Franyuti (2008), “El desarrollo de la motricidad en el niño (a) en su paso por la escuela básica” donde esquematiza de manera sencilla, cómo es que el movimiento se va dando en el ser humano desde que nace y cómo se va afinando a través de la maduración y las experiencias propias, dado que estas etapas son las que se suceden en el niño (a) durante su paso por la escuela básica y resultan por tanto, motivo de estudio para el educador físico puesto que su labor docente incide en el desarrollo de la motricidad en el educando.

Las investigaciones actuales en el campo de la psicología del deporte, y su relación con otras ciencias afines, ponen al descubierto nuevos paradigmas para la interpretación del aprendizaje técnico, táctico o estratégico, que encuentran su principal regulación inductora en las percepciones. González y Rangel (2002) en su artículo “Percepción y aprendizaje durante la iniciación deportiva. Una orientación para la dirección pedagógica”, consideran necesario basarse en la psicología cognitivista, como análisis, pues en esta área diferentes autores (Marteniuk, 1976; Meinel y Schnabel, 1988; Schmidt, 1992; Hotzapud Ruiz, 1994 entre otros) han desarrollado modelos que intentan explicar cuáles son los mecanismos que participan en la regulación de las conductas motoras.

Por tal motivo, identifican tres mecanismos envueltos en el tratamiento de las informaciones, que corresponden a diferentes fases de ese proceso: la fase perceptiva, responsable de la síntesis aferente de las condiciones externas e internas; la fase de la toma de decisión, encargada de analizar la situación y programar el movimiento en relación al objetivo respectivo de la acción; y por último, la fase efectora responsable de la ejecución del movimiento planeado.

En Colombia, “La danza como medio potenciador del desarrollo motriz del niño y niña en su proceso de formación deportiva en las escuelas de Fútbol”, por José Alberto Piedrahita Vásquez (2008), plantea una importante relación entre la danza y el fútbol ya que la danza potencia el control y dominio de los movimientos corporales del niño (a), quien puede evolucionar desde la libre expresión del cuerpo, hasta el aprendizaje de algunas danzas en un ambiente divertido y variado.

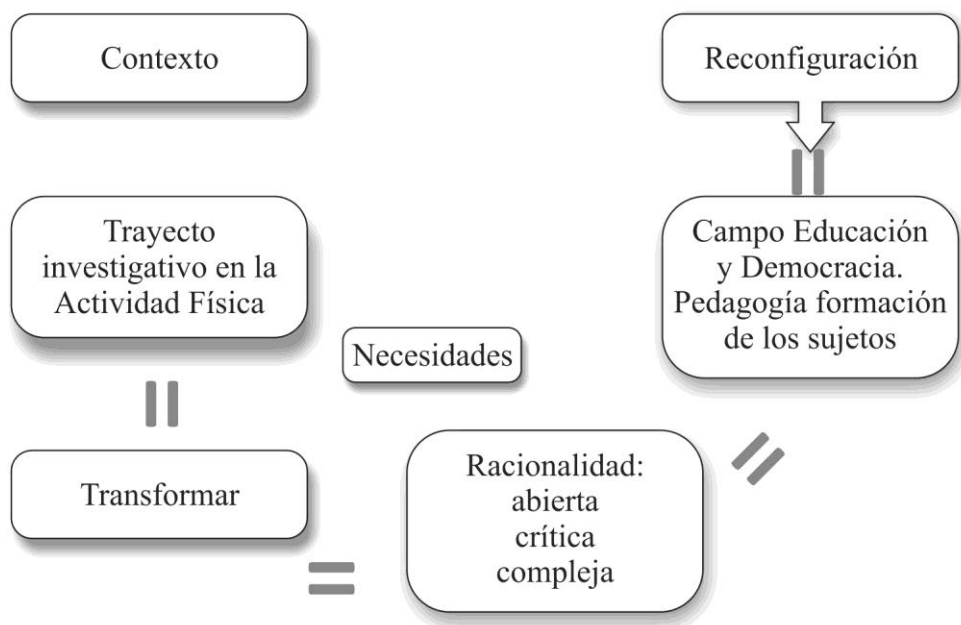
Por su parte, Juana del Carmen Ortega (2008) elabora un artículo titulado “Consecuencias Osteoarticulares de la iniciación temprana en el Deporte” el cual pretende informar y alertar sobre los posibles daños que pueden contraer nuestros niños y niñas cuando practican desde muy

temprana edad y de manera incorrecta el deporte. Esto se debe a diversos factores como lo pueden ser la falta de maduración articular, mala ejecución de movimientos y otros por los cuales se reflejan; pues los infantes son sometidos a una carga para la cual sus articulaciones aún no han sido preparadas, formadas, ni desarrolladas, por tanto las innumerables consecuencias que no sólo van a repercutir en su deporte sino también en su adecuado desarrollo teniendo en cuenta que a esta edad se están iniciando procesos de maduración de los cuales depende todo su organismo y que más adelante irán a repercutir en su vida futura, dañando toda proyección a corto, mediano y largo plazo.

De otro lado, el “Programa de resistencia aeróbica y resistencia a la fuerza, y sus efectos sobre la composición antropométrica en el seleccionado de rugby subacuático” realizado por María Lucia Paz y Nancy Molano (2009), miden los efectos de la implementación de un programa de resistencia aeróbica y resistencia a la fuerza sobre la composición antropométrica, por medio de una caracterización inicial de los deportistas antes de ejecutar el programa, para medir variables antropométricas como: Peso, Índice de masa corporal, Índice cintura cadera, Porcentaje de grasa, óseo y de masa muscular, somatotipo (endomórfico) utilizando el kit de antropometría Polar (kit calliper).

Después de la ejecución del programa realizaron una evaluación final de las mismas variables y se presentaron cambios más significativos. Las capacidades condicionales de fuerza abdominal y fuerza de cuádriceps mostraron cambios positivos, mientras que la capacidad cardiorespiratoria y la velocidad presentaron cambios negativos. Como conclusión sugieren un control directo sobre la alimentación balanceada para observar cambios significativos en la composición corporal, y una mayor disciplina por parte de los deportistas para mejorar las capacidades condicionales evaluadas.

Trayectos



Gráfica 3 Trayecto

1. MOMENTO 4

4.1. TÓPICOS DE INDAGACIÓN

4.1.1. *Historia de la Actividad Física*

La Actividad Física es una de las prácticas más apáticas a nivel mundial hoy en día, tanto a nivel escolar, universitario como a nivel laboral; doy apertura con está mirada que para nadie es un secreto el saberlo, para hacer la transferencia y remontarnos en un viaje, al como fue que se dio el asusto de los estudios del movimiento y la importancia que ha obtenido la misma en las diferentes épocas. La *historia de la Actividad Física*, lejos de estar ligada siempre a la grandeza de un deporte popular, ha estado sujeta a los avatares de la historia de la humanidad, adaptándose a cada cultura hasta llegar ha convertirse en un corpus de conocimiento propio, a base de constantes y desiguales incorporaciones de las diversas ciencias, según los momentos Históricos, siendo algunas mas contribuyentes que otras en la conformación de este corpus, las ciencias médicas de la educación o las psicológicas, han formado parte de ella de una manera u otra.

Para empezar a rememorar la historia de la *Actividad Física* y localizar el origen de la misma, sería necesario remontarse hasta las antiguas civilizaciones e imperios, donde pueden encontrarse diversos antecedentes de movimientos con características visibles. No se debería realizar una aproximación histórica, tratándola de manera aislada, sino considerándola inmersa en un contexto sociopolítico-cultural. Es decir, los distintos métodos y modelos surgidos a lo largo de la historia de esta disciplina son fruto de los principios generales de la ideología, la religión o de la ciencia dominantes en cada época.

El hombre evolucionó fundamentalmente por la necesidad de sobrevivir, desarrollando nuevas características mentales y físicas. Así vemos como a través del tiempo surgen tendencias y elementos de juicio para garantizar los beneficios de las actividades físicas organizadas. Los movimientos fueron necesarios al hombre desde que utilizó su energía cinética como estímulo óptimo para la realización de actividades dirigidas a subsistir en su lucha contra la naturaleza. La carrera, el salto, la natación, los escalamientos, la lucha, fueron manifestaciones instintivas desarrolladas en la comunidad primitiva, evolucionando su dialéctica cada vez más, para perfeccionar la supervivencia de la época.

Engels (1820-95) utilizando los postulados de Darwin, repara en la necesidad de complementar estas teorías con elementos de la dialéctica, que lograron poner de manifiesto los factores sociales que contribuyeron a que la sociedad humana surgiera, se estabilizara y que ésta seguiría avanzando en espiral. Sin proceso regresivo. De ahí que estos factores son considerados determinantes al hablar de la evolución de la sociedad (la liberación de las manos, el dominio de la marcha erecta, el desarrollo del lenguaje y la actividad cada vez mayor de las estructuras cerebrales, todo lo cual se producía y se produce por la actividad laboral, que impulsa al hombre hacia metas más altas y cada vez, más novedosas)(Laza, 2010)

En esta época percibimos que ya se relacionan dos componentes vitales para la supervivencia del aprendiz, componentes que a partir de esta época empieza a mejorar sus funcionalidades, ya el hombre re-piensa cada vez más el como contribuir para el beneficio de su manada; **trabajo y ejercicio**, es en este punto crucial para el ser humano, darse cuenta de la importancia de hacer nudo con estas dos tendencias que se perpetuarían en la historia del hombre.

Sin una buena ejercitación física el sujeto no podría haber sobrevivido en aquella época, ya que el trabajo de las comunidades primitivas se fundaban en las capacidades motoras de los

hombres; estos tenían que salir en búsqueda de alimentos, teniendo confrontaciones entre individuos, animales que superaban sus capacidades condicionales y con la naturaleza misma.

Están presentes en la actividad del hombre dos elementos totalmente interrelacionados: trabajo y ejercicio. No es posible delimitar entre uno y otro, y sin embargo, el auxilio del primero era el segundo, que por necesidad tuvo que utilizar, y este es, entonces, un ejercicio físico natural, cuyo objetivo era la satisfacción de las necesidades naturales (Laza, 2001).

La educación en esta época primitiva esta orientada casi en su totalidad a el mejoramiento físico del sujeto, esto es con el fin del progreso, la supervivencia y conformidad de la sociedad; es de resaltar está educación por parte de la familia que le brindan a los niños y niñas, con un gran compromiso de convertirlos en eficientes para la comunidad. Los adultos realizaban tareas motrices para que a través de la observación y en forma de juego los infantes fueran percibiendo estos quehaceres, estando entrelazadas fuertemente las costumbres de los mayores e instruyendo la realización de estas tareas físicas por medio de la imitación de estas duras labores de sobrevivencia, labores como la caza, pesca, entre otras.

En esta etapa se puede hablar del origen de la educación, representada en primera instancia por las formas de juego que los niños (as) van a ejecutar, en la medida que imitan a las madres en las labores de recolección y las propias de los quehaceres domésticos; a ello contribuyen los ancianos, transmitiéndoles aquello que conocen del trabajo de la comunidad, en su preocupación por entretenerlos. Con el tiempo la educación fue convirtiéndose en una función de la comunidad (Laza. 2001).

Podemos inferir que los padres primitivos fueron los primeros maestros de Actividad Física, el padre adiestraba a sus hijos en el uso del arco y la flecha, como trepar arboles, el

empleo de sus extremidades para correr y nadar, entre otras labores culturales que cada tribu ejercía. Conforme las poblaciones primitivas fueron evolucionando socialmente, fue evolucionando también la Actividad Física.

En el contexto educativo de la comunidad primitiva la educación no estaba confiada a nadie en particular, Surgió espontáneamente y era el ambiente propio que rodeaba el niño el que permitía que éste aprendiera todo lo que necesitaba. Como señala Durkheim (Citado por Fernández Corujedo op. cit. 1965) bajo el régimen de tribu la educación tiene por características esenciales el ser difusa y suministrada por todos los miembros del clan indistintamente; no hay maestros determinados ni inspectores especiales para la formación de la juventud; son todos los ancianos, es el conjunto de las generaciones anteriores las que desempeñan ese papel(Murcia, Angel, & Taborda, 2004)

Enrutando la historia de la Actividad física en épocas siguientes y que han sido parte fundamental de los avances de esta disciplina, es preciso referirse a la cultura china concerniente a la actividad física, ya que esta cultura resegó un poco su actividad física a causa de sus creencias espirituales e intelectuales. Se fundamentó en las prácticas religiosas según las enseñanzas del taoísmo, confucionismo y Budismo. Aunque no fueron del todo resegadas, ya que por medio de las artes marciales esta cultura realizaba prácticas donde trabajan las habilidades, sus destrezas y otras capacidades físicas, pero siempre orientadas a su paz interior.

La cultura china y en consecuencia sus artes marciales, estuvieron influidas no solo por el confucionismo sino también por otras corrientes filosóficas que como el Brahmanismo, Taoismo, Budismo, Jainanismo y el Naturismo, incidieron en cierta medida en las artes marciales, dando origen a una gran cantidad de escuelas (Murcia, Angel, & Taborda, 2004, pág. 22)

En esta cultura china, como en todas las culturas esclavistas, dominadas por los altos mandatarios de las sociedades, los imperios no permitían la realización de estas prácticas a las clases bajas; el derecho a la educación y la práctica de las artes marciales eran dirigidas a una minoría como los nobles. Desde edades tempranas al niño se le preparaba para las confrontaciones que se ocasionaban con los países vecinos que pretendían hacer invasores de los territorios del Norte y Asia central. Se les preparaba con armas y sin armas, estas enseñanzas no solo se orientaban para una preparación física, sino que iba entrelazada con las concepciones filosóficas y ante todo culturales.

Con el tiempo desarrollaron una destreza motora Gimnastica, dirigida particularmente a la prevención de enfermedades y a mantener el cuerpo en buenas condiciones físicas. De este movimiento Gimnástico de naturaleza terapéutico surgió lo que conocemos hoy en día como “*Kung fu*” enfatizando primordialmente como ejercicios respiratorios, ya después se popularizo y se especializaron en las artes Marciales, tales como boxeo, lucha y esgrima. Muchos de los juegos se enfatizaban en la enseñanza moral. Así como el ejercicio del cuerpo

Asimilar las formas (series de ejercicios ordenados con arma o sin arma, realizados individualmente, por parejas o por grupos) exigía gran dedicación y extenuantes horas de práctica. Pero no era para el niño la única actividad; debía asimilar también las enseñanzas espirituales propias de su escuela, el comportamiento moral que refleja su maestro y el ejemplo de sus mayores, entre otros. Cuerpo, conciencia, actividad y espiritualidad eran las consignas comunes a todas las escuelas(Murcia, Angel, & Taborda, 2004, pág. 23)

En esta época la realización de actividad física se constituía ya como una organización que fundamentaba la integralidad de los sujetos, en armonía con su “yo” interior, y acogiéndose a las políticas del imperio el cual su principal labor era formar ciudadanos y brindar una mejor

calidad de vida, ya que entonces se pensaba que la realización del ejercicio brindaba una vida más duradera.

Aun hay incógnitas e incertidumbre por saber si en esta época sabían de la labor sistémica y organizada de las prácticas deportivas que ejercían para ofrecer la integralidad del niño, ¿o solo contemplaban estas prácticas como intencionalidad de las escuelas? O sencillamente era un sentido estricto de entrenamiento el que se orientaba.

Treinta siglos antes de nuestra era, en china, los deportes se encontraban perfectamente codificados atribuyéndoles una gran influencia higiénica, preventiva, sanitaria y patriótica” y agrega que “La civilización china parece haber sido la primera en hacer uso bastante amplio y razonado de los ejercicios físicos (Murcia y colaboradores, citando a Cosío Sierra. 1987, citado por (Murcia, Angel, & Taborda, 2004, pág. 23).

Damos un gran salto en la historia, y ahora hacemos un viaje embarcándonos a una de las culturas que marco trascendentalmente lo que es la Actividad física, considerada como la cuna de la civilización occidental, incluye el arte del drama, historia, matemáticas, oratoria, filosofía, poesía, ciencia y escultura; los primeros juegos atléticos o deportivos registrados en la historia se celebraron en 776 antes de cristo. La civilización Griega, reconocía al sujeto como un todo, esta cultura concentro sus esfuerzos en el desarrollo del intelecto, así como en la perfección y logro físico.

En el periodo histórico o clásico entre el siglo VII y II A.C. Es a partir de este periodo que el pueblo Griego tuvo una gran expansión, por la supremacía de Esparta y Atenas como polis estado, obteniendo de igual forma una gran evolución en la economía y en su sociedad; ya en esta

época se remplazaría la educación de imitación a los adultos, la educación que los niños (as) recibían a través de la familia, ya estaba dando un gran avance.

Es entonces que la escuela se presentaría como institución, los atenienses garantizaban la educación integral del sujeto en cultura literaria, musical, artística y física, los espartanos siendo más bélicos, se fundamentaban en la formación de la milicia fortaleciendo su carácter y desarrollo físico.

Ambas polis tenían filosofías opuestas en cuanto a las metas de la Educación física, los atenienses creían en el desarrollo simétrico del cuerpo y enfatizaban la belleza corporal así como el desarrollo intelectual, veían en el deporte y la Gimnasia un instrumento para la paz. La lectura y la escritura se convirtieron en destrezas vitales y necesarias para esta sociedad.

En Atenas, existían clases sociales donde solo unos pocos poseían ciudadanía, el resto de población eran esclavos encargados de hacer el trabajo fuerte; se les designaba la construcción de los templos, edificios públicos, la exploración de minas, entre otros oficios. La ciudadanía era un privilegio que se adquiría por nacimiento. Atenas representa lo que hoy en día conocemos como democracia.

La creación de la escuela sin embargo, no solo represento el surgimiento de ella como institución, sino también la estructuración de un complejo tramado organizativo que en Atenas garantizaría la educación integral del ciudadano con una combinación ideal de cultura literaria, musical, artística y física, y en Esparta, la educación militarista del espartano centrada en la formación de su carácter y desarrollo físico(Murcia, Angel, & Taborda, 2004, pág. 24)

Los Espartanos enfatizaban el desarrollo de un hombre en acción a diferencia de los Atenienses que su énfasis era el desarrollo armonioso del aprendiz dentro de un marco físico e intelectual.

Ahora tomemos una mirada de la Educación física en la época del Renacimiento; vuelve y toma fuerza la importancia que tiene el ejercicio como medio terapéutico y como juego a nivel educativo. Esta época representa el período de la historia entre la edad media y el comienzo de los tiempos modernos (siglos XIV al XVI), Incorpora una época que se conoce en la historia Europea como el “Revivir” del saber.

Se resalta la enseñanza filosófica de los griegos y romanos, donde la Educación física tuvo un impacto importante para estas civilizaciones, trastocando la concepción del ser humano en el centro de atención de sí mismo y el cultivo y desarrollo de los valores individuales es su principal tarea.

Fue evidente para esta época que la Educación Física era de suma importancia para poder mantener una apropiada salud, para prepararse y entrenar físicamente en caso de surgir una guerra y como un medio para desarrollar efectivamente el cuerpo humano.

Se popularizó la idea que el cuerpo humano y el alma eran inseparables, indivisibles y que el uno era necesario para el funcionamiento del otro. Se creía que el aprendizaje se podía fomentar a través de una buena salud. De igual manera se revive el enfoque de reconocer la importancia de la Educación Física para desarrollar y mantener el bienestar general como medio recreativo o para fines militares.

Para esta época los humanistas reconocieron la importancia de la Educación Física, dentro de la Educación general de los sujetos.

Aquí, el humanismo al promover la posibilidad de mirar al mundo desde una perspectiva diferente, trajo a la actividad física grandes beneficios, basta decir que no hubo filósofo, educador, o médico que no se interesase por ellas como medio de promoción de la salud como elemento de reflexión o como agente educativo (Murcia, Angel, & Taborda, 2004, pág. 26)

Comprendemos entonces desde esta corta travesía literaria histórica e imaginaria por las culturas más influyentes en el desarrollo de la Educación Física, la apuesta por cada una de estas, (Congreso de la República, 1925) y su formación en valores.

Con la Ley 80 del 18 de noviembre de 1925 se institucionaliza en Colombia la educación física, de carácter obligatorio en todas las escuelas, colegios y universidades del país. Esta Ley quedó reglamentada mediante Decreto 1734 del 19 de octubre de 1933. Entre los principales motivos que se tuvieron en cuenta para sustentar el proyecto ante la Cámara de Representantes están: la importancia que tiene la educación física en el desarrollo de la inteligencia; facilitar a los niños la libre expresión y la necesidad de movimiento que inciden en su crecimiento y formación de carácter; la relación entre músculos y voluntad, entre la cultura física y el desarrollo de todos los centros cerebrales (Congreso de la República, 1925)

4.2. TENDENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Busca fomentar la práctica regular de Actividad Física para mejorar la salud, la calidad de vida y bienestar de la población, por medio de la construcción y socialización de lineamientos basados en la evidencia, la concertación y las metas gubernamentales; operativizado a través de

un sistema organizado, eficiente y sostenible de políticas, programas y proyectos intersectoriales de actividad física en Ámbitos Educativo, Comunitario, Laboral y de Salud.

De acuerdo a lo antes mencionado la actividad física ha surgido y ha estado involucrada en diferentes campos de acción desde tiempos remotos dándole un manejo socio-político, tomando sendas diferentes pero que en última es el mismo objetivo, orientar al aprendiz a la buena salud física y al crecimiento personal en toma de decisiones, valores y ética para la mejora con el entorno social.

Es una acción corporal a través del movimiento que, de manera general, puede tener una cierta intencionalidad o no; en el primer caso, la acción corporal se utiliza con unas finalidades-educativas, deportivas, recreativas, terapéuticas, utilitarias, etc.-, en el segundo caso, simplemente puede ser una actividad cotidiana del individuo.

(Nutrideportes s.f.)

Entiéndase por “*Tendencia*” a la novedad e ingenio que aprovecha el Educador físico o ente que esté relacionado con este campo de praxis en los distintos contextos, con los diferentes elementos que esté utiliza para el cometido de una clase práctica.

De igual modo, se debe de especificar que aunque para un docente puede que sea novedoso algún tipo de trabajo, para otro puede que no lo sea. Lo novedoso surge en relación con las moviidades de cada aprendiz, en otras palabras, cuando se aborde un espacio donde siempre se ha trabajado igual, por ejemplo canchas múltiples, y se le cambie la rutina con un espacio natural, por ejemplo un parque, esto causará una percepción distinta en los educandos.

Ahora bien, aludiendo al ejemplo anterior, en una clase de Educación física siempre han prevalecido los mismos deportes, fútbol, baloncesto, voleibol y atletismo, estos son los más utilizados en nuestro entorno escolar, deportivización escolar, la *Tendencia* sería si involucramos esos mismos deportes con aspectos lúdicos, es decir, si el fútbol lo jugamos con la variante de

amarrar con un lazo una pierna de cada aprendices dejando una pierna suelta y la otra amarrada con la del compañero. Fuera de que estamos practicando el deporte, estamos trabajando patrones básicos de movimiento, como por ejemplo la coordinación, entre otros, que debe de tener la pareja para desplazarse, eso en cuanto a lo motriz. Por parte del componente social, se ve reflejado el diálogo que debe de haber y el trabajo de equipo que tienen que colocar en escena para luchar por el mismo objetivo, el de no caerse, por ejemplo, aquí se está reforzando el trabajo en equipo que tanta falta le hace a muchos entes laborales.

De igual modo llamamos “*Tendencia*” a los diferentes componentes físicos como lo son los deportes alternativos que bien podríamos vincular en las clases de Educación física o cualquier otra área a fin, con tal de conseguir un cambio de rutina y gusto por la actividad física. En la actualidad contamos con muchísimas *tendencias* que atrae el gusto por los aprendices, una de ellas son las Danzas Aeróbicas, las rumba terapias entre muchas otras más.

En realidad no interesa cuál es la “*Tendencia*” que utilicemos como modo de trabajo, lo que interesa es que se realice algún tipo de actividad física que cause no sólo un beneficio a la salud, sino que también haya un gusto por la praxis a realizar, de este modo garantizamos un poco más la apropiación y estimulación de los componentes positivos que produce la actividad física.

4.3 EL IMAGINARIO

Cuando expresamos el término de “*imaginario*” en este contexto, hace alusión a la Educación física – Actividad Física – Deporte, en estas facetas que pareciera que fuese lo mismo para todas aquellas personas del “*común*”, es decir aquellos, que son sedentarios que no practican ningún tipo de “Actividad Física” por hacer un cierre-apertura en este tejido.

Estos sujetos del “*común*” han crecido con un imaginario erróneo que les han generado desde las etapas tempranas de desarrollo motor, haciendo alusión al *Citius, Altius, Fortius*, más rápido, más alto, más fuerte. Desde la formación que se brinda en el antes y en el ahora, en la escuela, colegio, media y superior, también lo podemos notar en las escuelas de formaciones deportivas. Aquellos profesionales que ven a sus educandos como deportistas de alto rendimiento sin importar el contexto, sin interesarles lo que aquel pueda estar sintiendo, pensando al respecto.

Es a causa de estas confusiones estructurales de clase y en donde la voz del otro no interesa, que apartamos la otredad y sólo nos centramos en el desarrollo de una sistematización organizacional, discernimos en torbellinos con poblaciones que no buscan procesos de rendimiento y que sólo procuran un disfrute y ocio para apartar los problemas de la cotidianidad. Es por esta razón por la que se genera ese imaginario de apatía hacia la actividad física. No se debe desligar las comprensiones sociales que cada aprendiz trae intrínsecamente, no es una labor fácil de afrontar, pero es el compromiso que articula en la multidisciplinariedad del contexto escolar y/o en los distintos contextos en el que el aprendiz se moviliza.

Consideraa que la comprensión se hace complementaria en tanto nos coloca en una doble condición, una condición histórica que al mismo tiempo nos pone en situación hermenéutica y una condición hermenéutica que es simultáneamente situación histórica. En está perspectiva la comprensión (versthen) de sentido a través de la hermenéutica, no se asume como método sino ontológicamente a partir de su vinculación con la intencionalidad y las motivaciones de las acciones humanas. Es la palabra la que nos pone en diálogo, ella va más allá de los actos comunicativos y permite que nuestros horizontes se desplacen al fin de entendernos mutuamente; así al estar en diálogo no nos ponemos primero de acuerdo; en el diálogo, estamos ya de acuerdo. (Zuñiga & Montoya, 2005, pág. 32)

Estos profesionales que han decidido abordar trabajos de alta intensidad en un contexto de desigualdad de género, edades cronológicas y edades biológicas, hacen que el devenir de las nuevas generaciones sea cada vez más cerrada en el re-pensar de ese nuevo Ethos que vincula salud-deporte-ocio.

Cuando se hacen preguntas a cerca del porqué no hacen algún tipo de actividad física para la buena salud, las respuestas son un mecanismo casi involuntario (...) “porque no tengo tiempo”, “porque termino demasiado cansado y adolorido para después ir a trabajar o estudiar”, entre otras. Si se indaga un poco más al aprendiz, es posible darse cuenta que lo que sucede es que las cargas son demasiado fuertes para una persona que lleva meses o tal vez años sin hacer ninguna clase de actividad física, es lógico que este aprendiz va a terminar adolorido y exhausto. Mejor aún, hay que autoanalizarse, autopensarse y colocarse en la posición del otro para entender por qué no realiza estos procesos, el por qué se produce la deserción de las clases y por qué hay gestos de desagrado en la praxis.

Ese imaginario de que sin “*sudor, cansancio y dolor*” no hay un buen trabajo físico, ya está obsoleto, no hace falta ahondar más nuestra esfera perceptiva. Este lema se diluyó con el re-pensar al aprendiz como aprendiz que sienten, acogen y recogen... Siente su cuerpo como un todo, acoge sus partes vinculando ese todo y recoge el llamado de ese cuerpo que lo invita a unirlo con su alma. “*Mens sana in corpore sano*”.

De igual modo, hay que hacer lo posible por cambiar, trastocar, que haya un re-sentir, un re-pensar de ese imaginario a los que difunden el concepto equívoco. Una pelota no es sólo eso, es una unión que se realiza en un contexto social-ético-moral, un aprendiz no es un objeto, un aprendiz deviene con sociedad-cultura-creencias-doxas-entre muchas más, es un todo que se arroja con las partes, esas que hay que re-organizar para cambiar esos Ethos, si se toma como referencia la Educación Física-Actividad Física-Deporte como un medio, en otras palabras y en

sentido metafórico, ¿le colocarías unos tenis talla 5 a alguien que es talla menor? Seguramente te colocarías un tenis a tu medida, lo mismo es con la Actividad física, hay que hacer trabajos físicos lúdicos de acuerdo a las capacidades de cada aprendiz, para que se sienta complacido y cómodo en la realización de la praxis.



Imagen 9

4.4 CULTURA DEPORTIVA

Lo primero que hay que resolver es que significa “*Cultura*”. Si bien podríamos decir que este fundamento está relacionado con los saberes y costumbres de una sociedad, región, país, todo esto depende según de nuestros orígenes; la *cultura* representa el conjunto de experiencias y logros obtenidos de la creación y aplicación de principios, fundamentos, condiciones, metodologías orientadas a la ejercitación del ser humano, manifestaciones y realizaciones humanas en materia de actividad física encaminada al ocio, educación, competición, aptitud física y salud. “Conjunto de valores, saberes, hábitos, técnicas y usos corporales de una sociedad, que son transmitidos mediante los procesos de socialización” (Vázquez, citado por Isla.2007).

La cultura deportiva ha venido en un transitar de conocimiento que día a día ha ido obteniendo mayores manifestaciones en la acción física de los aprendices. Estas manifestaciones han sido optadas por distintos momentos históricos, en las diferentes culturas que han surgido a través de la historicidad del ser humano.

Cada generación ha hecho una interpretación diferente del papel de la actividad física, de acuerdo con sus necesidades y su cultura de sociedad. Por ejemplo: como se ha mencionado anteriormente, en la cultura primitiva el movimiento era concebido para la supervivencia, ya que tenían que tener grandes habilidades para cazar.

4.5 MOTRICIDAD

La motricidad se puede definir como la capacidad de generar un movimiento con efectividad y eficiencia, pero esta no sólo influye en los procesos del movimiento del ser humano, sino que tiene gran inferencia en su desarrollo intelectual, social y conductuales entre otros. La teoría piagetiana describe que el desarrollo de la motricidad desde etapas infantiles influye en el desarrollo cognitivo infantil, “todos los mecanismos cognoscitivos reposan en la motricidad” (Paiget, citado por Muñoz, 2009).

La motricidad se clasifica en gruesa y fina, *la primera de ellas* hace referencia a movimientos amplios, coordinación general y viso motora, tono muscular, equilibrio, etc., y la motricidad fina a movimientos con destreza y precisos. Estos tipos de motricidad ayudan en el desarrollo normal del niño y niña. Un niño o niña con deficiente motricidad gruesa puede presentar problemas como escribir, colorear, trabajar con papel, con plastilina, no tolerará la textura, trabajará con témperas y no manejará bien las tijeras, en los primeros años de vida el niño o la niña tiene que pasar por la fase de gateo que forma parte de la motricidad gruesa, si este

ocurre, el niño o niña puede presentar dislexia, una alteración de su coordinación y no sabrá diferenciar dónde queda su derecha de su izquierda, o simplemente a nivel cognitivo presentara problemas por confundir algunas letras como la *p* y la *q*.

El desarrollo de la motricidad fina es decisivo para la habilidad de experimentación y aprendizaje sobre su entorno, de esta depende la coordinación ojo-mano donde el niño o la niña, a medida que crecen, tienden a coger todo lo que encuentra. Entre otros desarrollos finos, está el de coger objetos en forma de pinza como si estuviera pellizcando algo lo cual es catalogado como una habilidad motriz muy importante en las primeras fases de la infancia.

La motricidad fina influye movimientos controlados y deliberados que requieren el desarrollo muscular y la madurez del sistema nervioso central. Aunque los recién nacidos pueden mover sus manos y brazos, estos movimientos son el reflejo de que su cuerpo no los controla conscientemente. El desarrollo de la motricidad fina es decisivo para la habilidad de experimentación y aprendizaje sobre su entorno, consecuentemente, desempeña un papel central en el aumento de la inteligencia. Así como la motricidad gruesa, las habilidades de motricidad fina se desarrollan en un orden progresivo.

El desarrollo de las habilidades motrices en el ser humano se inicia desde su nacimiento, a lo largo de la vida las personas requieren de la solución de algunos problemas, unos de estos de cierta complejidad y otros de menor importancia, pero cualquiera que sea nuestra dificultad las habilidades motrices siempre van a estar de una forma implícita en nuestro diario vivir, desde barrer o correr simplemente por alcanzar un bus, estas respuestas motoras son ocasionadas por nuestro sistema nervioso central encargado de llevar todas las órdenes a través de los receptores nerviosos y que se manifiestan luego en movimientos o reflejos.

Desde los primeros meses de vida el niño realiza movimientos y conductas de movimiento como lo son: reflejas, el gatear, reptar y agarrar. Son conductas motoras que van

evolucionando con la edad y se van estimulando a lo largo de su vida. El desarrollo de las habilidades motrices también están muy ligadas a la interacción social, la alimentación y el espacio físico que el niño o niña tenga para explorar y jugar libremente por un área determinada, para que el acervo motor se vaya desarrollando sin mayor problema y sin tener la supervisión de un educador físico al lado, los niños y niñas deben tener mucho juego al aire libre porque tienen la posibilidad de ejecutar toda una suerte de actividades como trepar árboles, saltar o lanzar objetos, se puede decir que para aumentar el banco de hábitos motores en los primeros años de vida no es necesario tener al infante en una disciplina específica puesto que su cuerpo y mente están abiertos a aprender conductas motoras constantemente.

Las habilidades motrices se dividen en dos grandes bloques, las básicas que son las que ejecutamos desde niños como lo son los desplazamientos, saltos, giros y el manejo y control de objetos, las habilidades motrices específicas que se puede definir como el perfeccionamiento de las básicas por decir para un velocista la habilidad motora de la carrera se convierte en específica ya que este la lleva a sus movimientos a una mayor complejidad para un mejor desempeño en una competencia.

4.6 HABILIDADES MOTORAS

Una habilidad motora se puede definir como la acción o movimiento voluntario que tiene una finalidad concreta. Estas acciones nacen de la exigencia de la vida misma en la búsqueda de la solución de problemas que están implícitos a cada instante, desde las propias actividades domésticas, laborales y las de ocio, también llamadas deportivas.

Desde antes del nacimiento el cerebro se está preparando para dar instrucciones a los nervios y músculos para ejercer movimiento, en el vientre se desarrollan conductas motoras innatas que se podrían definir como los reflejos y actos de movimientos que se realizan en el

proceso de desarrollo prenatal. Cuando nacen, las personas van adquiriendo nuevos hábitos motores debido a que la influencia del entorno y la necesidad del movimiento se hacen presentes en el ser humano. Como en la infancia, donde existe la posibilidad de explorar un mundo nuevo, las acciones como las de subir y bajar de un árbol van enriqueciendo el banco de hábitos motores de una manera indirecta, el lanzar objetos con las manos son muestras de movimiento que se van desarrollando a medida que el infante juega y disfrute su entorno.

El desarrollo motor humano parte de conductas motoras innatas que por decirlo en otras palabras es la base donde se sustenta todo nuestro acervo motor, cada individuo nace con una serie de movimientos y reflejos, y estos a su vez poco a poco van desarrollando nuevas habilidades motoras más especializadas teniendo como resultado unas conductas motoras más complejas en nuestra madurez biológica.

Casi todo acto motor o movimiento puede ser considerado una habilidad. Tocar la guitarra, el nadar, el tiro al arco, un saque en tenis de campo, son ejemplos de habilidades motrices. Dentro de esta consideración, es interesante observar, sin embargo, que todos estos actos tienen en común la propiedad de ser aprendidos para poder ser ejecutados correctamente. Se puede entonces, definir la habilidad cuando es relacionada específicamente con las habilidades motrices, como el conjunto de aquellos actos o tareas que requieren movimiento y deben ser aprendidos a fin de ser ejecutados correctamente (Magill. 1998, citado por Muñoz, 2009).

4.7 ENSEÑANZA DE LAS HABILIDADES MOTORAS EN LA EDAD ADULTA

La tardía enseñanza de las habilidades motrices desde niños causa ciertos problemas en la adultez, hay que decir que sólo en la niñez es donde las personas tienen más tiempo para dedicar

a sus actividades físicas y ejercicios de más exigencia en donde salen a relucir todas sus capacidades motoras, en la edad adulta es difícil establecer patrones motrices debido a que las personas con el tiempo pierden la capacidad y el tiempo de realizar cualquier actividad física.

Es muy difícil que un adulto con escaso desarrollo del control corporal y de destrezas psicomotrices o recreativas el llamado deficiente motor tenga el tiempo, energía, paciencia o deseos de construir las bases que le fueron denegadas en la infancia.(Lawther, 1993)

Como aprendices que inmersos en un mundo de aprendizaje desde cualquier punto de vista, se requiere la necesidad de contar con una amplia variedad de experiencias motrices, la enseñanza de las habilidades motrices a tiempo o en edades tempranas es la base para poder adquirir patrones motores más desarrollados en un futuro, aumentando sus niveles de competencia grupal, laboral y social. Las habilidades motrices pueden llevar al éxito a una persona en su adultez ya que logran que tengan un mejor rendimiento en cualquiera que sea su campo de acción.

Cabe decir que el ser humano siempre está en constante aprendizaje sin contar su edad, como profesionales de la educación física y áreas a fines, también se está en la obligación de seguir mejorando la calidad de vida de todas las personas, en este caso, de seguir instruyendo el cuerpo adecuadamente para que las personas adultas que no tuvieron un buen adiestramiento en su acervo motor puedan incorporar estos nuevos hábitos en su vida sin importar que haya superado los 50 años, en donde el cuerpo humano tiende a ser más cansado y lento, aunque no se aprenda en la forma en que debería ser lo fundamental es que las habilidades motrices siempre van a estar presentes desde nuestro nacimiento y a todo lo largo de nuestra vida.

En general, los casos en donde los niños y niñas no aprenden o desarrollan un buen acervo motor es muy escaso, se debe a factores más externos como la falta de alimentación, o también a factores fisiológicos que en últimas afectan todos los desarrollos naturales del niño (a).

4.7.1 Psicomotricidad:

El favorecimiento del desarrollo psicomotor en los niños y niñas es fundamental para la vida, ya que con estas no sólo se está trabajando en el movimiento, sino que su nivel cognitivo se incrementa debido a que puede lograr mayores niveles de adaptación a nivel social y emocional, el aporte que hace esta disciplina a la educación es ideal ya que hace que los jóvenes no sólo aprendan a mover su cuerpo, sino en el pensar cómo y por qué lo hace.

El aprendizaje del movimiento le permite al infante incorporar a su mente diversos pensamientos, pues existe una estrecha relación entre dominio cognoscitivo y el dominio motor como lo manifiesta Piaget “consideró la inteligencia como algo que permite a un organismo lidiar efectivamente con su ambiente” (Muñoz, 1996). Se entiende como que el desarrollo de las capacidades tiene su origen en el cerebro y que de esta se desprenden o sustentan todas las bases sensorio-motrices.

Dentro de los centros educativos la importancia psicomotora debe ser reglamentada como un factor indispensable en la formación integral del niño y niña, con actividades bien preparadas en donde tengan la posibilidad de correr, saltar, trepar o utilizar aparatos como cuerdas, barras etc., esto aumentará su nivel polivalente ya que se está permitiendo que el niño y niña desarrolle destrezas físicas y mentales, es por eso que la psicomotricidad se debe trabajar en edades tempranas. El desarrollo motor de los niños y niñas de primaria permite identificar los objetivos particulares de la educación motriz permitiendo que puedan explorar sus posibilidades de movimiento desarrollando todo su esquema corporal.

4.8 PEDAGOGÍA SOCIAL

Cuando se habla de pedagogía, se piensa en un proceso que se desarrolla de una manera coherente, sistematizada y bien orientada desde el ámbito del estudio del ser humano, en este caso de la escolaridad. Es en este espacio donde es necesario saber cuáles son sus desenvolvimientos de acuerdo con su crecimiento, el conocimiento del desarrollo del alumno y las implicaciones pedagógicas que esto conlleva.

En primer lugar, se puede referenciar el cambio que tienen los niños y niñas con respecto a su evolución, desde los cuales y para los cuales se organizan las actividades curriculares. Al respecto, es reconocida por la psicología y la pedagogía la importancia de la vivencia y la experiencia de movimiento desde las primeras fases evolutivas del aprendiz, dado que el movimiento acompaña el proceso de crecimiento y maduración estimulando y perfeccionando su desarrollo.

En segundo lugar, determina el tipo de trabajo motriz, el nivel de las cargas del ejercicio físico, los procedimientos metodológicos y las formas de relación con el estudiante, las cuales influyen en el éxito o fracaso de la orientación pedagógica de la asignatura.

En tercer lugar, permite al maestro y al propio alumno realizar comparaciones de sus logros, de sus dificultades, de sus avances o retrocesos, que en la práctica pedagógica se convierten en una posibilidad fundamental de conocimiento y ampliación de las posibilidades formativas.

En cuarto lugar, permite comprender la correlación de los proyectos curriculares y la necesidad de cambio permanente en función de las características propias de los alumnos. Finalmente, permite identificar capacidades del aprendiz y promover su mejoramiento. De igual forma, suministra bases para orientar a los estudiantes con dificultades de manera individualizada

y de acuerdo con su necesidad. Cada teoría psicológica, privilegia determinadas características del ser humano. Ello ha permitido un conocimiento muy amplio del aprendiz y con ello apoya los procesos educativos en la solución de problemas.

Desde la educación superior, y según las cátedras, se dice que es lo necesario para trabajar de una manera coherente y asumir el rol de docente en la educación básica y secundaria, pues se brindan unas bases del desarrollo del ser y del porqué de sus manifestaciones emocionales.

Uno de los procesos contextuales de las características que posee el ser humano y a manera de ejemplo, es tratar de comprender una situación del pasaje donde se mueve el ser, implementando una situación que ofrecen las cátedras superiores de la universidad para dar un saber más claro, orientando hacia la razón del porqué actuar en un contexto es diferente cuando se encuentra solo y cambian las situaciones dependiendo del número de personas que estén al rededor como en grupos sociales.

Esta ciencia brinda herramientas que van encaminando el desarrollo intelectual y social del ser humano, dándole forma a dicho proceso para que este sea minucioso y proponga un cambio significativo en todos los aspectos de su vida; llevando procesos sistematizados y bien detallados de la evolución de cada persona, estudiando su comportamiento tanto grupal como individual.

La Pedagogía es la ciencia que tiene por objeto el Proceso de formación, es decir, la que estudia la formación, en general, de la personalidad de los hombres. El estudio de la Pedagogía nos permite dirigir científicamente la formación de los ciudadanos de una sociedad (Herrera, 2005).

No nos quieren decir que cuando nos encontremos en la praxis y nos topemos con situaciones relacionadas anteriormente, queramos cambiar de manera radical el comportamiento del ser, lo que se quiere es observar y analizar el por qué ese comportamiento y darnos cuenta del

cómo podemos manifestarnos sin herir susceptibilidades; y no estamos hablando de que hay que ser un experto en el tema, son situaciones que como docentes nos toparemos y debemos saber manejarlo de una forma idónea, por medio del entendimiento que la pedagogía nos ha puesto en contexto.

Al centrar la acción pedagógica en el niño como autor de su propia educación, es menester aceptar con las pedagogías activas que la educación no es esencialmente un proceso autoritario de enderezamiento para imponerle al niño saberes y actitudes

(Rousseau, citado por López, 2002)

La educación física en la básica primaria y secundaria no se puede dejar a la espontaneidad del movimiento del niño o la niña, pues requiere formar sus potencialidades a través de procesos dirigidos pedagógicamente y adecuados a sus necesidades. Tampoco debe sustituirse la clase de educación física por otras actividades; por el contrario pueden utilizarse las posibilidades que presenta la educación física para procesos pedagógicos integradores, lúdicos y de compromiso directo tanto del estudiante como del profesor.

La educación física debe constituirse para el niño y niña con base en su formación integral favorecida por el carácter vivencial que compromete en la acción corporal las dimensiones cognitivas, comunicativas, éticas y estéticas. Ello requiere de ambientes y procesos apropiados de los cuales depende la calidad y significado de los aprendizajes que pueden hacer de la educación física la principal mediadora de la formación infantil.

La pedagogía es una ciencia que está favorecida del desarrollo de las aptitudes del ser humano, con el fin de lograr una formación idónea para su quehacer cotidiano, permitiendo un desenvolvimiento de manera sencilla, es decir, de lo simple a lo complejo, de lo indefinido a lo definido, y de lo empírico a lo racional, formando al ser humano en todas sus facultades

dependiendo de su naturaleza individual, empleando los medios y objetos necesarios todo ello para comprender los procesos que se les brinda, bien sea en el aspecto intelectual, moral como físicamente, alcanzando sus destrezas particulares en una situación determinada.

La pedagógica es la ciencia que tiene como fin la formación intelectual, moral y física de los educandos y a partir de esta, desarrollar las aptitudes personales que permitan en que cada persona se realice por si misma. Se diferencia de la didáctica en que esta es el arte y la técnica, que estudia problemas metodológicos relativos a la enseñanza-aprendizaje de las diversas disciplinas, modelos y planes de estudio. (Perea, 2008, pág. 13)

Además, la pedagogía acoge el desarrollo del ser humano dándole un coherente orden, respetando las etapas de evolución del individuo como lo afirma Piaget.

El niño desde que nace, va desarrollando estructuras cognoscitivas las cuales se van configurando por medio de las experiencias. El pensamiento del niño sigue su crecimiento, llevando a cabo varias funciones especiales de coherencia como son las de clasificación, simulación, explicación y de relación (Piaget, citado por Del Río Gómez, 2010)

Por ende, se comparte el pensamiento de los autores antes nombrados, al mencionar la pedagogía como una ciencia en tanto se ha dado a la tarea de estructurar los procesos formativos de tal forma que se conviertan en una guía a seguir para un óptimo proceso en sus etapas formativas, permitiendo una coherencia en sus procesos psicológicos según el rango de edad en que estos individuos se encuentren, observándolos en la praxis y valorando de manera concreta el comportamiento en un contexto educativo.

La pedagogía no se podría concebir sin el carácter científico que posee por excelencia; los hechos históricos lo confirman, la pedagogía es ciencia, al emanar

situaciones que involucran la teoría con la práctica, basándose en hechos empíricos que se transforman a través de diversos métodos de índole científico, en acciones prácticas, y que no pueden ser tangibles, por tratarse de acciones humanas abstractas. Sin embargo dichas acciones se pueden medir y evaluar con conductas observables, por medio de escalas y estadísticas que se basan en números, sin perder por ello el sentido humano que tiene el ámbito educativo en cualquiera de sus modalidades. (Casas, 2009)

La pedagogía está ceñida a la observación, al análisis, llevándola a una práctica de los comportamientos del ser humano. Estos argumentos son los apropiados para entrar en las conductas de la personalidad individual y establecer si el proceder humano es fuera de lo común, argumentándonos que es científicamente comprobable un normal desempeño anímico del ser.

Ante estas realidades, es necesario que el profesorado, comprometido con su entorno social y el momento histórico que vive, se capacite para poder transformar la escuela y la propia sociedad.

Una cualidad básica de esta tendencia es considerar que la adquisición de conocimientos esencialmente se realiza en la institución escolar, que tiene la tarea de preparar intelectual y moralmente a los alumnos para asumir su posición en la sociedad y que éstos respondan a los intereses de la misma. La escuela, es el medio de transformación ideológica y cultural cuyo propósito es formar a los jóvenes, enseñarles los valores y la ética prevalecientes, así como educarlos en las conductas de la comunidad (Canfux, 2000, pág. 7)

Si queremos obtener un proceso formador bien constituido con referente al desarrollo motor del ser humano, su formación psicológica y su adquisición de valores, es necesario la relación que se debe tener en cuenta para brindar un proceso bien estructurado desde el ámbito educativo y deportivo. Según los aportes brindados en la carrera de educación física y deportes,

es preciso implementar las prácticas deportivas como herramienta para el quehacer pedagógico, si logramos que estas dos vertientes se conjuguen, posiblemente los resultados a nivel de formación serán los más adecuados y motivadores para el aprendiz, teniendo en cuenta que cada rama da aportes desde su que hacer formador.

Por ende, si juntamos y trabajamos con las dos líneas, pedagogía y deporte, muy seguramente se notará un proceso con más fuerza y argumentos para obtener un progresivo avance en el ámbito deportivo y/o actividad física.

La pedagogía deportiva es la ciencia de la educación que se encarga de estudiar los procesos de instrucción y de formación integral de la personalidad del educando - deportista, a través del desarrollo de las capacidades físico - funcionales y cognitivas (intelectuales), además de las habilidades motrices deportivas, influyendo igualmente de manera positiva en la conducta social de éste. De esta ciencia se deriva una disciplina científica especializada como la Teoría y Metodología de la Educación Física y el Entrenamiento Deportivo. (Mozo, 2008)

Este proceso se lleva a cabo desde la familia, pasando por la escuela y llegando a los grupos sociales. Si un niño o niña tiene un modelo a seguir desde su hogar, muy seguramente se tendrá un infante activo en la realización de la actividad física y por ende en el deporte. Desde una perspectiva de la educación física, es bien sabido que el compromiso del niño o niña va acompañado del gusto del padre, pues es él quien le impone al niño un deporte, no debe de interesar cuál sea el deporte en el que él esté, si el docente-entrenador lleva en concordancia la pedagogía-deporte los resultados para un desarrollo integral será el más apropiado en la formación del alumno-deportista.

De esa forma tenemos que la pedagogía y el deporte son dos aspectos necesarios en la formación del ser humano y por tal razón se debe tener un conocimiento apropiado con el fin de

llevar estos procesos de una manera acertada. El deporte debería estar ligado con una teoría pedagógica que respalde su quehacer y no se limite únicamente a la técnica y la táctica deportiva: reglamentos, fundamentos, sistemas de juego, destrezas, etc.

Por el contrario, existela certeza que una necesidad apremiante es el componente educativo, hecho que implica en primera instancia definir una clara concepción de la educación que permita consecuentemente con la misma establecer igualmente una clara concepción de escuelas deportivas y dentro de ésta el papel que juega el deporte como estrategia de formación.

Entre el deporte y la pedagogía ha existido, desde hace tiempo, una relación problemática. Dicha relación no ha tenido hasta el momento, la fluidez que permita suponer un atravesamiento recíproco entre ambas disciplinas. Para citar unos ejemplos específicos, las teorías del aprendizaje vigentes han olvidado los aprendizajes deportivos a la hora de teorizar sus fundamentos. Desde el otro lado, los desarrollos en el ámbito del deporte han progresado mucho más en el eje de lo técnico-táctico que en relación a aspectos vinculados con problemáticas psicológicas o sociológicas, de mayor abstracción. En basquetbol o en fútbol, como en la mayoría de los deportes de conjunto, el liderazgo de los conductores de equipos se ejerce bajo una fuerte impronta del saber técnico que ignora la mayoría de las otras disciplinas (pedagogía, psicología, etc.), indispensables también para el abordaje de la práctica deportiva(de la Vega, 2006)

Para efectuar un buen método formativo en procesos deportivos hay que tener conceptos muy claros y específicos de cada deporte, tocándolos en profundidad y llevándolos de la mano con los métodos que nos dan las ciencias complementarias a nuestro que hacer.No sería un buen proceso enfocarsesólo en una disciplina y encarrilarlos técnicamente o físicamente si no hay una formación del ser como persona ante una sociedad, si no se implementan los valores y la ética, si los procesos que se llevan a cabo no son los apropiados para la edad, si por medio del deporte no

habría la relación que se habla y que se ha inculcado tanto en las cátedras universitarias, no se hablaría de la integridad del deporte.

4.8.1 Ética

En esta época, el direccionamiento y principal fundamento de la educación es fomentar respeto y tolerancia hacia los demás, toda vez que este mundo se ha olvidado o se han perdido los valores, el respeto por el otro, la tolerancia en el libre pensamiento, la cultura espiritual, la estética del saber convivir. La tarea de la formación consiste en alcanzar cierto grado de objetividad desde la Historia en el cual se disuelve la certeza de la realidad presente, una realidad presente que es a su vez cambiante, con horizontes cambiantes de futuro, ya que a medida que se aprende se re-aprende, se hacen ajustes a las vigencias existentes pues toda nueva comprensión transforma al aprendiz, renueva al hombre haciéndolo diferente de lo que era antes sin dejar de lado la relación que este posee con la sociedad y teniendo en cuenta que los rasgos esenciales de los ideales del pasado permanecen en el ideal presente.

Surgen problemas en la educación que se deben re-contextualizar, como la formación de los docentes, de la enseñanza como tal, del direccionamiento sin aperturas de significados diferentes, del simple y sencillo hecho de quedarnos con lo que nos dicen, con los mismos libros, guías y métodos de décadas pasadas que alguna vez sirvieron en la educación, pero como bien se menciona anteriormente los tiempos son cambiantes y hay que ajustarse a ese cambio, tratando de direccionar positivamente la educación, hacia una educación planetaria, como lo plantea Morin.

Una educación que en los peores casos siempre es predilecta en cualquier circunstancia, pues es un término que se utiliza para cualquier contexto, en acciones por las cuales se intenta influenciar con un sentido positivo y lo más duradero posible. Hay que educar el ser cuando realiza actuaciones no deseables para un contexto o un criterio psico-socio-contextual... Se educa para la vida. Pero ¿se está en realidad educando' (...) o sencillamente se está adaptando para un

régimen del qué dirán, se le está cambiando y trastocando su forma de ser, su manera de actuar, se le está robotizando o convirtiéndolo para el antojo de una sociedad.

Ese *educar para la vida* nace de un buen uso del lenguaje del docente, de la decodificación de las palabras y el saber direccionar y realizar transversalidades con la triada de los campos políticos, humanos y curriculares, formando al aprendices con sentido crítico liberal, en relación con lo humano y partiendo con nuestros espacios de formación académicos, desde ese lugar que puede ser un campus de conocimiento complejos, donde se diseminan sus criterios subyacentes de los claustros naturales.

Se quiere convertir a ese aprendiz en un ser con disposiciones al propio agrado, con las mismas ideas y estados emocionales deseados por quienes ejercen la educación, dejando a un lado que el asunto es educar para un fin. Nunca habrá un receso cuando se refiere de conocimiento, de aprender a aprender, todos los días se aprende cosas nuevas, cosas que nos hacen sentirnos entramados.

La historia natural, empírica y apropiada del aprendiz es un buen punto de partida, pero no es posible enclaustrarse en ella. Todo nace de un pasado, pero se debe articular, se hace un nudo con el presente y hacia el futuro, de esa forma el ser ha evolucionado, recoge lo pasado y lo transforma según su contexto y sus necesidades, la educación debe interesarse por lo mismo si queremos ver cambios positivos y significativos en los aprendices.

A través de la Educación Física, actividad física y/o el deporte, no sólo se busca alcanzar un buen desarrollo motor con habilidades y destrezas técnicas y tácticas o un acondicionamiento físico, sino que también se busca la unión entre grupos sociales, dejando a un lado las discriminaciones de raza, creencias religiosas, etnias, culturas, entre otras. Lo que se debe lograr es una compenetración y respeto por el otro, para que en su integridad se forme un ser lleno de valores, ética, respeto, colaboración y un carácter óptimo en la toma de decisiones. Que no sea un

aprendiz débil de pensamiento, ni mucho menos que se deja influenciar por aquellos que transitan en los caminos erróneos de la vida, no importa el contexto donde este aprendiz se desenvuelva.

Esto va ligado con el apoyo de los principales influyentes, los más cercanos al aprendiz, padres y familiares, amistades dentro y fuera de un contexto educativo, formadores con criterios destacables y principios éticos que brinden confianza al educando-deportista.

Hay cambios que están pidiendo a gritos las metodologías de trabajos ya culturalizadas, donde solo importaba la destreza motora, arraigadas por décadas pasadas que en su tiempo dieron resultados; como si fuera una camisa de fuerza sin opciones ni experimentaciones, pero en este presente no son apropiadas esas enseñanzas deportivas netamente especializadas con trabajos netamente físicos donde solo buscamos la técnica y la táctica desde su iniciación deportiva y mucho menos no aptas ni acordes para los jóvenes que solo buscan y quieren el ocio para su satisfacción personal y que en este siglo se hace tan necesario el refuerzo de los principios éticos y morales.

Es necesario hacer una re-estructuración de estos trabajos transitados por tantas décadas y empezar a buscar la atracción de los aprendices que son permeados por la novedad, con reajustes humanitarios que se manejen por medio de un deporte, sin ser el deporte específico.

La comunicación entre la esfera de los objetos y la esfera de los aprendices, que conciben estos objetos. Se trata de establecer la relación entre ciencias naturales y ciencias humanas, sin reducir las unas a las otras (Morin, citado por Murcia. 2003).

Damos cuenta entonces de la gran importancia que posee la cultura física para la formación integral del ser humano, influyendo en las diferentes circunstancias del desarrollo motor, bien sea que se aplique como ocio o de una manera más comprometida en el sentido

directo de lo deportivizado ya que por medio de esto se conlleva a la complementación de la formación del ser humano.

La educación física y el deporte han sido y siguen siendo considerados de gran potencial para el desarrollo de valores sociales y personales, aumentando de esta forma su importancia como elemento pedagógico y formativo.

El deporte, ha adquirido su propia especificidad como fenómeno social y se constituye como objetivo y medio de formación. Como fenómeno social tiene diferentes connotaciones como pasatiempo, diversión, recreación y competencia. En tal sentido y orientado hacia finalidades formativas el deporte es uno de los principales medios a través de los cuales se realiza la educación física. (Ministerio de Educación Nacional)

El deporte está altamente ligado con la escolaridad y en especial en la clase de educación física, siendo el campo donde los niños y niñas muestran sus destrezas motoras, es allí en donde se debe fortalecer su interés ajustando una conciencia de actividad física para el beneficio de su salud futura o para abordar una línea de alto rendimiento, esto se muestra reforzado desde el campo escolar y lo escolar de los hábitos que tienen implícitos los menores en sus juegos de calle.

El deporte, según el campo de aplicación, abarca tres áreas diferentes: por un lado, el ámbito escolar, donde se debe valorar no sólo el aprendizaje de ciertas destrezas, sino también el esfuerzo realizado, la cooperación, etc. Por otro lado, en el ámbito del ocio, donde se trata de aplicar destrezas, pero centrado en los aspectos de salud y recreación. Y por último, el deporte de alto rendimiento, que pretende conseguir mejoras en el resultado, utilizando mucho tiempo en la preparación, con una gran selección de talentos y con alta dedicación profesional. (Díaz & Martínez, 2003)

Podemos notar un proceso muy particular que el deporte aporta en beneficio del mismo, alimentándose desde distintos ámbitos y contextos donde surge el gusto del niño o niña, bien sea por un compañero, la influencia de los padres o la clase de educación física donde el docente es de vital importancia para enamorarlos de la actividad física y por ende de un deporte específico, encontrándole las aptitudes necesarias para una línea deportiva determinada o encarrilándolo a seguir con un ritmo de vida saludable; si tomamos el deporte como medio de trabajo en el desarrollo motor del ser podríamos concluir que es un proceso seguro para llegarle a ellos.

Lo que se pretende decir es hacer entender a los padres de familia que le inculquen al niño o niña desde sus etapas primarias la cultura física y/o deportiva, pues como bien se sabe hace parte de un currículo escolar, puesto que una de las primeras soluciones debe de salir de la propia familia, la responsabilidad de los niños, niñas y adolescentes corresponde a los mismos, y no puede ser totalmente delegada al estado. Los padres deben de controlar el acceso a las nuevas tecnologías si pretenden que no se malgaste un ser motrizmente potencial, ético y moral.

El Estado por su parte representado en nuestros municipios, como en zonas rurales, por entes políticos, deben de implementar programas de aprovechamiento del tiempo libre, utilizando las infraestructuras deportivas de los municipios.

Esta labor también corresponde a los docentes de educación física y áreas a fines que direccionen bien su labor en la praxis, y a los formadores deportivos que orienten sus formaciones acorde a las condiciones, habilidades y destrezas del individuo. No hay que volver apáticos a los seres humanos por un proceso mal dirigido en las formaciones físicas.

Formaciones físicas que debemos inculcar desde la casa, que lleguen con bases estables al colegio asegurarnos que el niño y niña sientan que cuenta con todo el apoyo de los padres para ejecutar cualquier actividad física o deportiva, no importa cuál sea, lo que interesa es que realice lo que él más desee, que se sienta a gusto, que no por el hecho de realizar algo que los padres no

estén de acuerdo, significa que se perderán valores que en la casa les hayan inculcado, lo que se pretende buscar es la alegría y felicidad del aprendiz y un desarrollo motor que le aporte a su vida cotidiana, mejorándole la calidad de vida.

Las posibilidades del deporte como convocador de masas, aglutinador de intereses y como elemento de desarrollo económico, ha creado los llamados barones del deporte, aprendices que ajenos a los fines altruistas, educativos y culturales que dicen perseguir, hacen presencia en la vida pública controlando el deporte espectáculo, organizan empresas, relaciones, influencias... Lo que les permite manejar grandes cantidades de dinero en beneficio propio, todo ello, a través de un complejo entramado de relaciones de servilismo, relaciones políticas y de la vida de los negocios (Vizueté, 1999). El deporte, es por tanto hoy en día mercancía de gran rentabilidad económica, así los intereses divulgativos y educativos han sido sustituidos por intereses comerciales. Ricardo (2000) señala que el deporte competitivo resulta de una industria de billones de dólares basada en la cooperación entre *mass media*, sponsors y autoridades deportivas. Multinacionales deportivas, con espíritu de ONG, saquean el Tercer Mundo en busca de talentos-mercenarios deportivos. La planificación económica de los grandes eventos deportivos se ha realizado sobre la base de una mayor rentabilidad económica lo que permita ingresar año tras año las mayores divisas a las televisiones y marcas publicitarias (Vizueté, 1999).

El fútbol es uno de los deportes más llamativos y acogidos a nivel mundial, desde las etapas tempranas del aprendiz, sin importar edades, raza, sexo, ni creencias religiosas; es un medio con el cual podemos desarrollar el mejoramiento de las capacidades motoras, físicas y deportivas; mediante sus fundamentos técnicos y físicos, que permita motivarlos para continuar con el proceso formador en sus capacidades competitivas; por lo mismo el deporte ha de constituirse en un medio, un vehículo para la formación motora y técnica, acompañada de valores humanos y sociales.

El deporte como estrategia (por llamarlo de alguna manera) “competitiva” ha de fomentar los valores como la participación, solidaridad, creatividad, comunicación, socialización, la fraternidad y sentido crítico en un marco de convivencia deportiva, respeto a las diferencias, tolerancia y armonía con su entorno ecológico y social.

Para que el deporte cumpla su función formador en su capacidad motriz, humana y social, requiere ser implantado en un ambiente adecuado, creativo, tolerante en donde predomine el hombre, donde tenga preferencia el desarrollo motor formativo y no el resultado deportivo, ni la competitividad. Se trata de fomentar un cambio partiendo de los fundamentos técnicos en los verdaderos intereses de los actores del proceso para la participación, el liderazgo y la vida deportiva.

Por ende el modelo pedagógico que se debe de emplear en los distintos contextos educativos, tienen la importante labor de fomentar e interesar a los niños (as) en las prácticas bien sea de actividad física o deportivas como medio formador en un periodo transcendental de su formación Psico-física; siendo un complemento de actividades escolares con una finalidad eminentemente formativa y social, de acuerdo con el crecimiento sano y armónico de los niños.

Los profesores-docentes de la Escuela deben preparar las actividades de forma que sean dentro de un ambiente agradable y familiar, divertido y eficaz desde el punto de vista de aprendizaje. Si no se logra dar a los niños (as) en estas horas, la instrucción adecuada para que puedan afrontar en el futuro las decisiones importantes, estos están destinados ha convertirse en ciudadanos poco formados en aspecto moral y profesional (en todos los ámbitos).

La auto eco organización “es un sistema que debe trabajar para construir y reconstruir su autonomía”. Morin considera al aprendices humano como un sistema auto – eco – organizado (Morin, citado por Murcia, Angel, & Taborda, 2004)

Desafortunadamente, la mayoría de los contextos escolares están lejos de crear en sus planeaciones una sólida base para obtener en el futuro aprendices de un gran porvenir. Hacen que jóvenes despiertos animados y llenos de energía y entusiasmo se conviertan frecuentemente en seres desanimados y apáticos por culpa de los métodos que siguen estando profundamente enraizados en los métodos que no aportan un aprendizaje significativo.

En resumen, la triste realidad es que la monotonía y el aburrimiento en las praxis de la clase de educación física y escuelas deportivas infantiles, no sólo constriñen la mente hasta tal punto, que el aprendiz es cada vez menos capaz de afrontar en el campo problemas que exigen un esfuerzo físico e intelectual superior sino que, también causa el abandono prematuro frecuentemente observado en las escuelas de iniciación.

Cada vez más tenemos niños y niñas que comienzan la práctica deportiva en edades más tempranas. Niños y niñas de diferentes edades comienzan procesos formadores a nivel deportivo para conocer el deporte de su escogencia, de su gusto o como bien lo planteaba antes del gusto del padre o madre.

Las escuelas deportivas de base, tanto públicas como privadas, se adaptan a las demandas de la sociedad y vemos naturalmente que cuanto antes se inicien a practicar un deporte, mejor. Para nosotros, los educadores físicos y/o formadores, esto es positivo dentro de los límites razonables que supone el cómo iniciar pronto esta disciplina deportiva y, por otro lado, crear y utilizar el tiempo suficiente para enseñar a nuestros aprendices deportistas de una forma progresiva.

Debido a que las etapas de formación del niño o la niña están en proceso evolutivo, no se puede esperar que pueda dominar las técnicas del deporte como un adolescente o un adulto y mucho menos pretender que lo realice con las mismas cargas e intensidades de trabajo, suficiente

razón es que está expuesto a ejercitarse con elementos que no son aptos para su edad, causándole perjuicios musculares y articulares.

Hace falta conocer las necesidades vitales del niño (a) a la hora de practicar su deporte favorito, saber qué es lo que más les gusta para poder descubrir con el tiempo de forma gradual la dificultad y complejidad del deporte.

Hablar de estos conceptos implica un cambio radical en la manera de ver la formación de los niños (as) en la educación física y en los deportes. Es un cambio que es necesario, pero que no sirve de nada si sólo algunos cuantos cambian su percepción. Es un cambio de formación de ideas, de concepción de lo que es el niño (a) en su desarrollo motor natural, es un proceso paulatino en su realización pero seguro en su formación.

De aquí el aporte significativo que le brindemos al aprendiz, desde nuestras planeaciones en la clase de Educación física y en el deporte de iniciación en nuestra región y para el bienestar de nuestros aprendices, aplicando nuevos métodos, buscando un pro en el cambio de la Actividad Física para la formación motora, abriendo caminos para las nuevas generaciones llenas de sueños y posibilidades de triunfar en el ámbito deportivo.

5. MOMENTO 5

5.1. GUIA DE OBSERVACIÓN

5.1.1 *Análisis de datos*

Las siguientes miradas dan cuenta de la realización de trabajo de los instructores del SENA Regional Quindío en las formaciones de Pausas Activas, para su análisis de datos y comparación con la teoría y la práctica, de acuerdo a lo deportivizado y Entrenamiento Deportivo.

Lo que observamos en la práctica

1. ¿Hay dialogicidad de amistad (Instructor-Aprendiz) antes del inicio de cada formación?

En las sesiones de trabajo observadas, no se evidenció que los instructores tuvieran dialogo de acercamiento con los aprendices, todo fue un discurso académico, donde la única interacción que se dio fue para explicar el proceso como se desarrollaría la sesión de trabajo, respondiendo dudas referente a la praxis.

2. ¿Se denota la participación de los aprendices en la formación del orientador?

En estas observaciones realizadas, no se vio que el instructor diera lugar de opinión referente a los trabajos que se iban a realizar, ya que la única mirada era la del organizador de la clase.

3. ¿Son pertinentes los trabajos de la Actividad física para los distintos grupos?

Se refleja en las distintas sesiones de trabajo, que los instructores orientaban la misma catedra, con los mismos ejercicios para todos los grupos con los cuales tenían sesiones de trabajo; en algunos grupos hay aprendices que tienen algún impedimento físico, excluyéndolos de los trabajos que son meramente físicos.

4. ¿Desde qué perspectiva se desarrolla la actividad?

Las perspectivas que denotan de las sesiones de trabajo son de realización de ejercicios de entrenamiento deportivo o son ejercicios deportivizados, en donde el instructor les da un balón y por consiguiente el aprendiz asemeja la imagen del elemento con el deporte específico a desarrollar.

5. ¿Cuál es el enfoque que el instructor le da a los trabajos de la Actividad Física?

En la realización de las sesiones de Pausas Activas, se busca es el mejoramiento cardiovascular y capacidades condicionales de los aprendices, estos trabajos son desarrollados con los componentes de entrenamiento deportivo, es decir, se realizan cargas, intensidades y volúmenes demasiado fuertes para algunos (por no decir que la gran mayoría) aprendices que son personas que llevan una vida sedentaria, aprendices que no tienen adaptado el cuerpo para realizar estos tipos de trabajos tan fuertes, y peor aún 1 vez cada semana.

6. ¿Cuál es la actitud o rol del instructor en la sesión de trabajo?

Aunque la actitud de los instructores demuestra un gran compromiso por sensibilizar a los aprendices sedentarios a hacer más activos físicamente, no está siendo tomado por los aprendices de esa manera, ya que si son forzados a hacer un tipo de actividad que los “maltrata” físicamente, es decir que al siguiente día no se pueden mover por las dolencias musculares que les genero el trabajo físico, muy seguramente van a ser más apáticos a este tipo de actividades.

7. ¿Cuál es la actitud del aprendiz en la sesión de trabajo?

Como bien explicaba anteriormente, los aprendices (más el género femenino) demuestran insatisfacción por las cargas de trabajo tan fuertes que realizan los instructores en sus sesiones de trabajo, ya que son personas con un gran grado de sedentarismo, la apatía se refleja en la gran mayoría de los (as) aprendices.

8. ¿Con que Método y Metodología trabaja el instructor?

Método tradicional y Método del ejercicio activo diferenciado. Es un método que busca perfeccionar la técnica a base de repetir situaciones reales. Es decir, ejercitando técnica junto con ejercicios de competición (si existe) para consolidarla.

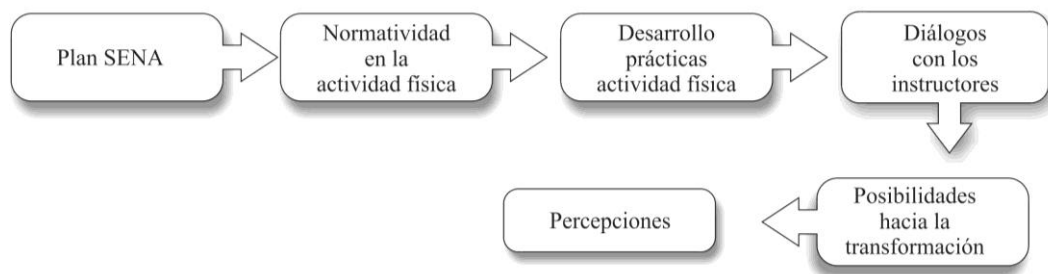
Metodología es la de mando directo seguido por asignación de tareas, ya que el instructor dice que es lo que deben de hacer en las sesiones de trabajo, no brinda opción de opinión de los aprendices.

9. ¿La lúdica, el goce, el ocio de la Actividad física se refleja en la expresión Corporal de los aprendices?

En la gran mayoría de los aprendices no se ve reflejado esta expresión corporal, ya que son personas que no hacen un ejercicio constante, se refleja el disgusto y la gran apatía por la actividad física.


10. ¿Deportiviza las sesiones de trabajo, los trabajos son incluyentes?

En los trabajos físicos que se observaron, muchos de los ejercicios han sido de deportes específicos sin patologías, es decir no se tuvo en cuenta que en algunos grupos se presentaban aprendices con patologías excluyentes a estos trabajos, como en silla de ruedas o con displacias de cadera. Necesariamente hay que apartar estos aprendices por que los trabajos no daban cabida a la realización de dichos ejercicios.



Gráfica 4. Ethos de la Actividad Física.

Tabla 1. Resumen de evidencia

 Universidad Católica de Manizales Maestría en Educación				
ANEXO 1 TABLE RESUMEN DE EVIDENCIAS				
Establecimiento Educativo: SENA centro de comercio y Turismo				
Nombre del evaluador: Jonhy Leandro Andrade Patarroyo			cc 9739095	
Fecha incorporación de la evidencia (dd/mm/año)	Tipo de evidencia (D: Documental; T: Testimonial)	Nombre de la evidencia (Plan de trabajo, informe, material pedagógico, proyecto de investigación, certificación, encuesta, etc.)	Competencia que soporta (Indique las competencias funcionales y comportamentales relacionadas con esta evidencia)	Firma (de quien consigna y valora la evidencia)
04 – 09 – 2012	Documental	Proyecto de investigación	Promover la interacción idónea consigo mismo, con los demás y con la naturaleza en los contextos laboral y social.	

República

EVALUACIÓN ANUAL DE DESEMPEÑO LABORAL
 DOCENTES Y DIRECTIVOS DOCENTES DECRETO LEY 1278 DE 2002

ANEXO 2. TABLA RESUMEN DE EVIDENCIAS

Tabla 2. Observación de clase.

 Universidad Católica de Manizales Maestría en Educación					
ANEXO 2 MODELO DE PAUTA DE OBSERVACIÓN DE CLASE					
Establecimiento Educativo: SENA centro de comercio y Turismo					
Jornada: Diurna			Curso: Tecnólogos		
Asignatura: Pausas Activas			Fecha de diligenciamiento: 07 – 09 – 2012		
La pauta de observación en clase comprende dos momentos: la planeación del trabajo en la praxis y la observación de clase. En cada uno, el instructor debe describir y definir las condiciones que se indican.					
1. PLANEACIÓN DEL TRABAJO EN LA PRAXIS					
Rendimiento académico actual de los estudiantes y su perfil	Metas de aprendizaje programadas para la clase	Estrategias pedagógicas que ha seleccionado para la clase	Contenidos (temas y subsistemas) que se van a desarrollar en clase	Procedimientos para evaluar el aprendizaje en clase	Otros aspectos necesarios para comprender las actividades que desarrollará en clase
En las sesiones de Pausas Activas, la mayoría de los aprendices demuestran gran apatía por los trabajos que se desarrollan netamente Físicos, es decir donde los trabajos	Las metas que resaltan en las sesiones de Pausas Activas, son la que buscan un mejoramiento cardiovascular, y tonificación muscular.	- El instructor orienta de forma directa las sesiones, sin escuchar propuestas de los aprendices.	El tema principal es de entrenamiento deportivo. Subtemas: Fuerza, velocidad, Resistencia.	Dependiendo los trabajos a realizar se evalúa, es decir, si los trabajos son de capacidades físicas, hay un promedio de repeticiones que los aprendices deben de llegar para obtener una	Materiales de trabajo.

son de grandes cargas e intensidad.				buena calificación.	
2. OBSERVACIÓN DE CLASE					
Claridad en los objetivos de la clase y forma en que los aborda	Desarrollo de las temáticas: coherencia, solvencia, actualización, etc.	Estrategias pedagógicas utilizadas de acuerdo a las características del grupo	Materiales y recursos durante el desarrollo de las temáticas	Procedimientos de evaluación y de retroalimentación al estudiante	Ambiente durante la clase y comportamiento estudiantil
Tiene muy buen manejo de los temas y los aborda con claridad.	El instructor posee los conocimientos necesarios para abordar una clase bien sea deportivizada o de entrenamiento físico.	No se ve una estrategia diferente a las utilizadas con los diferentes grupos, puesto que con todos utiliza la misma sesión de trabajo.	Utilizan conos, pito, cronometro, dependiendo la sesión de trabajo, estos recursos varían. Después de los trabajos físicos, les da un balón para que jueguen al libre albedrio.	La evaluación se realiza de acuerdo a los trabajos físicos, entre más haga más puntuación se le dará, en cuanto a la retro alimentación, no se observa con los distintos trabajos que realiza.	Es de notar en los rostros de la gran mayoría (más mujeres) de los aprendices que no están en total agrado con las cargas físicas que se ejercen en los espacios de Pausas Activas.
3. VALORIZACIÓN DE LA OBSERVACIÓN DE CLASE					
Fortalezas observadas en el proceso de enseñanza – aprendizaje			Aspectos a mejorar en el proceso de enseñanza – aprendizaje		
Es de resaltar los conocimientos que posee el instructor referente a los trabajos físicos de entrenamiento.			Es preciso asumir la Pausa Activa como una materia que busca socialización, ocio, inclusión con todos los aprendices, aportándole no solo al mejoramiento de la salud física, sino que también se busca el mejoramiento de la motricidad, la Ética y la Moral.		
NOMBRES Y FIRMA					
OBSERVADOR: Jonhy Leandro Andrade Patarroyo					

6 MOMENTO 6

6.1 MÉTODO Y MATERIALES

El presente proyecto se ejecutó en las instalaciones del SENA, Centro de Comercio y Turismo de la regional Quindío, durante el segundo periodo académico del 2012. Teniendo sesiones de observación (Etnográfico) de tres veces por semana, lunes, miércoles y viernes con una intensidad de dos horas cada sesión.

La población evaluada estuvo conformada: por los dos instructores a cargo de las formaciones de Actividad Física que se desarrollan en el coliseo y Gimnasio de la institución, y con la participación de los aprendices SENA de distintas titulaciones, realizando constante seguimiento durante las formaciones desde su inicio hasta su finalización, registrando su comportamiento y actitudes ante la práctica de Actividad Física.

Para el diagnóstico, la observación y el análisis de los registros metodológicos que se observaron en las instalaciones del SENA Centro de Comercio y Turismo de la regional Quindío, se ejecutaron preguntas específicas que permitieron facilitar la observación en el desarrollo de las prácticas de los instructores a cargo de las formaciones, también se observó el comportamiento actitudinal de los aprendices en cuanto a la realización de la praxis. Al iniciar y finalizar el segundo trimestre (abril – junio) y al iniciar y finalizar el tercer trimestre (julio – septiembre) académico del 2012. Se utilizó un software en Microsoft Word para la recolección y el análisis de los datos de la observación de las formaciones, a su vez se utilizó una cámara fotográfica de marca Samsung S860 con una resolución de 8.1 mega pixeles para las evidencias físicas del trabajo de campo.

7. MOMENTO 7

7.1. CIERRE APERTURA

En los modelos pedagógicos implementados actualmente en la Actividad Física no se está tomando en consideración las etapas de evolución de los aprendices implicados y mucho menos la población con la que se trabaja (Sedentarios), no se está trabajando con las etapas formativas de acuerdo a los intereses y gustos en la praxis por los vinculados al proceso y mucho menos aportan significativamente a su desarrollo motor, por el contrario se está tomando la Actividad física como un entrenamiento deportivo cual si fuesen grupos de rendimiento en miras a una competencia.

Esto puede tener una implicación negativa, puesto que se desea una vinculación directa de competitividad, buscando siempre un resultado estandarizado en primeras posiciones para sentir que el trabajo si está dando resultados óptimos, se está dando a entender que su avance Físico solo se ve desde esa perspectiva y es en lo único en lo que el docente y los implicados se basan, ya que no se les da información ni datos a los aprendices demostrando los avances individuales en el desarrollo motor.

No se les puede negar a los aprendices implicados su progreso tanto en lo motriz como en lo humanístico, a los aprendices hay que hacerlos partícipes de sus avances formativos, de esta forma se aumenta el autoestima y su agrado por la actividad física en su etapa formativa de pausas activas.

Se debe proponer una serie progresiva de actividades que respetan siempre la evolución física y mental de los aprendices siendo incluyentes con el otro y fomentando la igualdad de culturas con miradas abiertas, críticas y complejas; los objetivo específicos de la formación

pedagógica de la Actividad Física - Lúdica es brindar ocio y disfrute en la actividad, respeto y tolerancia con la otredad, consiguiendo desarrollo gradual y sistemático a través de las mejoras físicas de los aprendices, esto se da como resultado de un trabajo motor pensado en el aprendiz.

La influencia del método tradicional en los aprendices del SENA centro de Comercio y Turismo en la regional Quindío según las observaciones y análisis de datos que se hicieron fue en términos generales positiva para la obra de conocimiento. Ya que desde el inicio de las pausas activas la gran mayoría de los aprendices (más las mujeres) se mostraron apáticos y sin entusiasmo por el planteamiento de las prácticas realizadas por el instructor, ya que estas eran deportivizadas o de manera de entrenamiento físico, sin novedades y con una complicación para el desarrollo de las capacidades físicas de la mayoría de los aprendices.

Se puede concluir que definitivamente la pedagogía y la lúdica cuando intervienen en los procesos formativos motrices permiten que se presenten procesos más completos y complejos, y más aún cuando esta relación pedagógica-Actividad física viene desde sus etapas de formación en edades tempranas, los resultados serán óptimos.

Tanto la pedagogía como la Actividad Física-Lúdica son importantes en el pilar del proceso de enseñanza de aprendizaje de nuestros aprendices, por lo tanto la competencia debería ser entendida como un medio más para lograr progresiones en la adquisición de habilidades y capacidades motoras, partiendo del conocimiento de las características del aprendiz a una edad determinada junto con la lógica interna de la actividad física en cuestión, intrínsecamente fortalecer el tejido ética y valores en los implicados de la praxis, se hace necesario crear también para las pausas activas una estructura de progresión de situaciones reales para la vida cotidiana de lo menos a lo más difícil con el fin de facilitar la asimilación de las mismas por parte del aprendiz hasta lograr la capacidad motora significativa en la acción cotidiana de cada aprendiz y los lazos

de fraternidad aprendiz-aprendiz, estimulando con gran empeño a la formación de ese auto-eco-organizado.

Estos procesos bien orientados, dan paso a un incremento motor, permitiendo una adaptación en sus capacidades físicas coordinativas y condicionales, por ende una mejor composición en el entorno sociable, accediendo de una manera gradual a altos logros motores en los implicados, de ahí surge la necesidad de un seguimiento individualizado y un grado de maduración biológica del aprendiz; ya que las secuelas obtenidas en la gran mayoría fueron en todo momento no significativos para la auto estima de los practicantes, fomentando un desagravio mayor y falta de compromiso por la realización de los trabajos.

Se deja un gran legado en la institución y en los instructores en cuanto a Actividad Física - Lúdica se refiere, trabajándolo desde la pedagogía y movimientos motores simplificados, fomentando en los aprendices una toma de conciencia de la actividad Física, valorando la implementación de métodos innovadores que se basen en el desarrollo motor del individuo según su nivel de formación y estimulándoles una mayor afectividad con los que les rodea.

La estimulación de este método no termina ahí, siguen procesos formativos con un grado más de complejidad e inclusiones constantes, con respecto a las ya establecidas; hay que mejorar cada día más los aprendizajes significativos ya adquiridos.

En el devenir de los procesos formativos de Pausas Activas en el SENA Centro de Comercio y Turismo, hay que hacer más énfasis en cuanto al compromiso de los instructores del SENA se hace referencia, es decir, seguir motivándolos con la implementación de las nuevas corrientes pedagógicas que se están vinculando en las praxis de la Actividad Física en los contextos formativos, haciendo más inclusión lúdica en estos procesos, atrayendo así a los aprendices a sumergirse en un mundo saludable y beneficioso para su salubridad y transformando

su concepción de la Actividad Física clásica donde sólo se pensaba en praxis de entrenamientos deportivos deportivizados.

Queda un camino extenuó por transitar, pero es un compromiso con la sociedad, la salubridad y el re-pensar humanístico que debe resaltar en las praxis de la Actividad Física.

8. MOMENTO 8

8.1. AUTOEVALUACIÓN DE LA OBRA DE CONOCIMIENTO

Debe quedar claro que en todo momento del trabajo observado en los instructores que orientan las Actividades Físicas del SENA Centro de Comercio y Turismo en la regional Quindío y a la aplicabilidad de los modelos pedagógicos implementados por los mismos, se reflejó un claro manejo y conocimiento de los temas y a su vez una clara preferencia hacia los aprendizajes clásicos del deporte y/o entrenamiento físico con los aprendices, reconociendo que el modelo conduce hacia unas eficacias motoras específicas y tienen efectos “positivos” en tanto a lo físico hacemos referencia.

La intención es reflexionar sobre la posibilidad de una innovación metodológica en la Actividad Física que esté sustentada por la resolución de otros factores de primer orden, como el propósito educativo, los contenidos, la secuencia y la evaluación. La resolución de estos factores determina el tipo de aprendices que queremos formar, lo que debe aprender y la forma de medir el aprendizaje.

Para lograr estos procesos es necesario tener buenos recursos en cuanto a implementos didácticos deportivos se refiere y así llevar a cabo un óptimo desarrollo de los juegos simplificados e inteligencia motriz. El material didáctico es primordial, puesto que siempre se adquiere variadas opciones para realizar todos los trabajos de una manera lúdica excluyente para una rutina cambiante visual en los aprendices. Esto es posible, con el apoyo del SENA, el cual cuenta con directivos consientes de la importancia de la formación de los aprendices, ya sea

académica, deportiva o social, pues continuamente se preocupan por el bienestar y la excelente calidad de todos los ámbitos que conciernen al mismo.

Dentro de la búsqueda de un mejoramiento motor a través de la Actividad Física y en la búsqueda de los resultados positivos del desarrollo motor y crecimiento humano de los aprendices es también importante resaltar el aporte de los instructores de Educación Física del SENA Centro de Comercio y Turismo Regional Quindío, ya que gracias a los planes elaborados hacia el desarrollo del ser y con un objetivo principal que es el de trabajar y fortalecer los patrones básicos de movimiento y las capacidades físicas coordinativas y condicionales, se han brindado aportes constructivos en concordancia del trabajo de Pausas Activas realizado como un aporte extra por medio de la Actividad Física.

La metodología brindada a los aprendices fue a través de un mando directo con asignación de tareas, donde el aprendiz se abstiene de opinión y solo realiza una ejecución de ejercicios que les fue orientado por parte del instructor a cargo de la formación; este proceso fue recibido por los aprendices de carácter obligado, ya que es una formación transversal para la formación y culminación de su titulación, dejando que el aprendiz sea un receptor de un trabajo físico específico, quitándole a su gran mayoría las posibilidades de goce, disfrute y alegría, y la posibilidad de cambiar el imaginario de una nueva orientación en los componentes físicos conllevando a ese nuevo Ethos que la Actividad Física puede ofrecer.

Hay un gran aporte que nos deja el método clásico, con respecto a, Pausas Activas, brindando miradas apáticas de trabajo en el desarrollo de la formación en los implicados de los procesos de ejecución, permitiendo así resultados conceptuales negativos por parte de los aprendices (su gran mayoría), dándonos evidencias efectivas con muestras de desagravio y desinterés por la realización de la misma, sin embargo, no se puede decir que los trabajos desarrollados por parte de los instructores sea incorrecto, por el contrario brindan componentes

positivos en las capacidades coordinativas y condicionales de los aprendices, el gran problema radica en el compromiso que se tiene con el aprendiz y de aislar los componentes humanos, pudiendo desarrollar estos mismos componentes por medio de trabajos lúdicos donde si se valore el aprendiz como un ser discerniente de expresiones corpóreas con satisfacción, alegría y goce por la realización en las prácticas Físicas-Lúdicas.

9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bangsbo, J. (2008). *Entrenamiento de la condicion fisica en el futbol* (3 ed.). México: Paidotribo.
- Barreta, A., Pereira, E., & Heredia, M. (febrero de 2007). Lo pedagógico de la Educación Física escolar en Brasil. *EFDeportes Revista Digital*, 11(105).
- Berger, P., & Luckmann, T. (mayo de 2002). *La construcción social de la realidad*. Recuperado el 13 de octubre de 2012, de Los Cholonautas. Sitio web para el desarrollo de las ciencias sociales en el Perú: <http://www.cholonautas.edu.pe/modulo/upload/berger.pdf>
- Canfux, V. (2000). La pedagogía tradicional. En C. d. CEPES, *Técnicas pedagógicas en la realidad educativa*. Tarija, Bolivia: Editorial Universitaria 'Universidad Juan Misael Saracho'.
- Casas, M. (3 de octubre de 2009). *Ciencia y Pedagogía*. Recuperado el 12 de octubre de 2012, de Red.Pedagogia.mx: <http://red.pedagogia.mx/blog/view/388/ciencia-y-pedagoga>
- Cerezo, H. (Julio-diciembre de 2006). *Corrientes pedagógicas contemporáneas*. Recuperado el 10 de noviembre de 2012, de Odiseo. Revista electrónica de pedagogía: <http://www.odiseo.com.mx/2006/07/cerezo-corrientes.html>
- Congreso de la República. (1925). *LEY 80 DE 1925. Sobre educación física, plazas de deportes y precio de las becas nacionales*. Bogotá: El Congreso.
- Contreras, O. R. (2000). *La formación inicial y permanente del profesor de educación física* (Vol. II). España: Cuenca; Ediciones de la Universidad de Castilla- la Mancha.
- de la Vega, E. (26 de septiembre de 2006). *Pedagogía y Enseñanza del Deporte*. Recuperado el 12 de octubre de 2012, de PortalFitness.com: <http://www.portalfitness.com/Nota.aspx?i=753>

De Zubiría Samper, J. (s.f.). *¿Qué modelo pedagógico subyace a su práctica educativa?*

Recuperado el 12 de octubre de 2012, de Instituto Alberto Merani:

<http://www.institutomerani.edu.co/publicaciones/articulos/que-modelo-pedagogico-subyace.pdf>

Del Rio Gómez, S. I. (15 de junio de 2010). *Técnica de solución de problema simulando un computador*. Recuperado el 17 de octubre de 2012, de Te-Clase:

<http://rafaelariasclase.blogspot.com/2010/06/tecnica-de-solucion-de-problema.html>

Díaz, A., & Martínez, A. (2003). Deporte escolar y educativo. *EFDeportes.com Revista Digital*, 9(67). Obtenido de EFDeportes Revista Digital.

Gabriel, G. (s.f.). *Hans Selye: El descubrimiento del estrés*. Recuperado el 12 de octubre de 2012, de Revista de divulgación científico-tecnológica del Gobierno del Estado de Morelos.

Gómez, P. E., & De Lucio, V. (2007). Modelo bifásico de planificación del entrenamiento deportivo. *EFDeportes Revista Digital*, 12(108).

González, M. S., & Rangel, H. (2002). Percepción y aprendizaje durante la iniciación deportiva. Una orientación para la dirección pedagógica. *EFDeportes Revista Digital*, 8(53).

Hernández, J. (2000). *La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica. Aplicación a la educación física escolar y al entrenamiento deportivo*. España: INDE.

Herrera, J. (2 de febrero de 2005). *¿Es ciencia la Pedagogía?* Recuperado el 12 de Octubre de 2012, de Sapiens.com la sociedad del conocimiento:

<http://www.sapiens.com/sapiens/comunidades/edsoarti.nsf/%C2%BFes%20ciencia%20la%20Pedagog%C3%ADa/592FF33CDB8B6AA0C1256F950048909D!opendocument>

Isla, S. D. (2007). Manifestación de la cultura física en América prehispánica. El Warachicuy, ritual en el Imperio de los Incas. *EFDeportes. Revista Digital*, 12(113).

- Jaramillo, L. G., Murcia, N., & Portela, H. (2005). *La educación Física: ¿Un problema de preparación o seducción?* Armenia: Editorial Kinesis.
- Lawther, J. D. (1993). *Aprendizaje de las Habilidades Motrices*. Buenos Aires: Paidós Iberica.
- Laza, M. A. (2010). *Aproximación histórica a la inserción de la educación física en los modelos educativos y las tendencias pedagógicas*. Recuperado el 5 de octubre de 2012, de Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y la Recreación:
<http://www.inder.cu/indernet/Provincias/hlg/documentos/textos/HISTORIA%20DE%20LA%20CULTURA%20FISICA/Historia%20DE%20LA%20CULTURA%20FISICA.PDF>
- López, N. E. (2002). *Seminario permanente sobre la problemática pedagógica en la educación superior*. Neiva: Universidad Surcolombiana.
- López-Cózar, R. (2008). Ejemplo de planificación de un microciclo de trabajo físico en fútbol. *EFDeportes Revista Digital*, 120.
- Ministerio de Educación Nacional. (s.f.). *Serie lineamientos curriculares. Educación Física, Recreación y Deporte*. Obtenido de Mineducación:
http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-89869_archivo_pdf3.pdf
- Mozo, L. D. (5 de mayo de 2008). *La Educación Física Escolar como Proceso Pedagógico*. Recuperado el 12 de octubre de 2012, de PortalFitnes.com:
<http://www.portalfitness.com/Nota.aspx?i=1801>
- Muñoz, D. (2009). Capacidades físicas básicas. Evolución, factores y desarrollo. Sesiones prácticas. *EFDeportes. Revista Digital*, 14(131).
- Murcia, N., Angel, L. F., & Taborda, J. (2004). *Escuelas de formación deportiva y entrenamiento deportivo infantil / un enfoque integral un enfoque integral /*. Armenia: Editorial Kinesis.
- Nutri deportes. (s.f.). *Glosario de terminos deportivos*. Recuperado el 25 de septiembre de 2012, de <http://nutrideportes2012.blogspot.com/p/glosario-de-terminos-deportivos.html>

- OMS. (2010). *Informe sobre la situación mundial de las enfermedades no transmisibles 2010. Resumen de orientación*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud:
http://www.who.int/nmh/publications/ncd_report_summary_es.pdf
- Ortega, J. d. (22 de agosto de 2008). *Consecuencias osteoarticulares de la iniciación temprana en el Deporte*. Obtenido de Portal fitness.com:
<http://www.portalfitness.com/Nota.aspx?i=1909>
- Parracé, R. (2010). Papel de la cátedra de educación física frente a los hábitos de vida saludables. *Revista EDU-FISICA*, 2(6).
- Paz, M. P., & Molano, N. J. (2009). Programa de resistencia aeróbica y resistencia a la fuerza, y sus efectos sobre la composición antropométrica en el seleccionado de rugby subacuático. *EFDeportes Revista Digital*, Marialucia Paz Medina.
- Perea, E. (2008). *Fútbol, pedagogía y didáctica*. Colombia: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Quesada, R. (s.f.). *La Periodización del Entrenamiento Deportivo*. Recuperado el 4 de octubre de 2012, de Historia del boxeo:
<http://www.historiadelfoxeo.com/entrenamiento/trainer12.htm>
- Robles, J. (2003). La enseñanza del judo mediante una metodología activa. Una propuesta de entrenamiento integrado. *EFDeportes Revista Digital*, 9(64).
- Rodríguez, A. L. (s.f.). Recuperado el 12 de octubre de 2012, de
http://ticadocente.bligoo.com.mx/media/users/13/669001/files/77986/LA_MENTE_BIEN_ORDENADA.pdf
- Sánchez, M. d. (31 de mayo de 2008). *El desarrollo de la motricidad en el niño, en su paso por la Escuela*. Recuperado el 3 de octubre de 2012, de Educación física escolar y liceal:
<http://efescolaryliceal.wordpress.com/2008/05/31/63/>

- Silva, S. (s.f.). *libertad y autonomía cómo valores guía de los programas para el desarrollo de la Motricidad Humana*. Obtenido de Universidad del Cauca:
<http://www.consentido.unicauca.edu.co/site/desplegararticulo.php?id=84>
- Usero, F., & Rubio, A. (1993). *Juego al rugby*. Madrid: Escuela Nacional de entrenadores de la FER.
- Vasconcelos, A. (2005). *Planificación y organización del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Vázquez, J. C., & Viana, O. H. (2001). La competición como medio en el proceso de iniciación deportiva. *EFDeportes. Revista Digital* -, 7(38).
- Vera, J. L., & Mariño, N. A. (2008). La programación de la preparación técnico-táctica de los futbolistas infantiles. Un ejemplo para 13 y 14 años. *EFDeportes, Revista digital*, 13(124).
- Wein, H. (2007). *Futbol a la medida del niño. Volumen 1*. Armenia: Kinesis.
- Zuñiga, C. I., & Montoya, J. H. (2005). *Jóvenes e imaginarios de la educación física: un estudio comprensivo en la ciudad de Popayán*. Colombia: Universidad del Cauca.