



Revista Electrónica EduSol, ISSN: 1729-9091. 2012. Volumen 10, No. 32, jul.-
sep., pp. 1-11.

Concepciones metodológicas aplicadas en las clases de Educación Física del primer año intensivo en la UCP "Raúl Gómez García"

M.Sc Ricardo Cooper Ray, Profesor Auxiliar

e-mail: cooper@ucp.gu.rimed.cu

Institución: Universidad de Ciencias Pedagógicas "Raúl Gómez García"

Provincia: Guantánamo

País: Cuba

M.Sc Rogelio Wilson Ruiz, Asistente

e-mail: wilson@ucp.gu.rimed.cu

Institución: Universidad de Ciencias Pedagógicas "Raúl Gómez García"

Provincia: Guantánamo

País: Cuba

Fecha de recibido: enero de 2010

Fecha de aprobado: abril de 2010

RESUMEN

Este artículo es resultado del proyecto de investigación del departamento de Educación Física, que aborda el papel o influencia de la disciplina en la formación de la personalidad de los estudiantes de carreras pedagógicas y en su preparación como futuros docentes.

Los resultados obtenidos han permitido realizar una planificación de los aspectos metodológicos a introducir en las clases como la planificación en el programa de la asignatura a partir de un diagnóstico de habilidades deportivas y la adquisición de hábitos profesionales para la dirección de actividades físico deportivas que contribuyan a su preparación permitiendo una mayor integralidad en su futuro desempeño profesional.

Palabras Clave: Educación Física

**Methodological concepts applied in physical education classes of the first year
intensive in the CPU "Raúl Gómez García"**

ABSTRACT

This article is the result of the research project of the department that deals with the influence of Physical Education in the formation of personality of students in teaching careers as young people involved in sports activities, games and its preparation as future teachers.

The results obtained have made a schedule of the methodological aspects in classes and results can be seen: Planning was done from the result of a diagnosis of sporting skills, and the acquisition of professional habits to address physical sport activities to contribute to its preparation with view to achieve a more integrality in its future professional performance.

Keywords: Physical Education

INTRODUCCIÓN

En el proceso de universalización de las universidades pedagógicas el programa de Educación Física sufrió transformaciones, ya que hasta ese momento se venía trabajando en el desarrollo de habilidades y capacidades físicas, pero además se disponía de un tiempo para el cumplimiento de la práctica deportiva y la recreación física lo que permitía el cumplimiento de los objetivos estatales. Los cambios provocados por el nuevo proyecto educativo redujeron el horario disponible por el carácter intensivo de la formación de profesores trayendo como consecuencia un cambio en la proyección del programa de la disciplina en la cual fue excluida la enseñanza de habilidades deportivas y se incrementó el trabajo con las capacidades físicas, siendo un programa único para todas las carreras con especificaciones para algunas carreras.

Los problemas que generó este cambio en la concepción del programa limita la preparación de los estudiantes para su participación en todo el programa competitivo de los juegos universitarios, su participación activa en las actividades recreativas de juegos deportivos en las micro universidades, en la cual, organizados por la FEU los estudiantes serían los protagonistas de su preparación física y actividades físicas recreativas, requiere dominar los aspectos para su preparación física y deportiva además de incidir en sus futuros alumnos en el amor por desarrollar actividades físicas de forma sana para mejorar su calidad de vida.

La Educación Física como una de las disciplinas que se imparten a los estudiantes en las Universidades de Ciencias Pedagógicas, ha transitado por diversas etapas hasta llegar al currículo de formación intensiva y universalizada que se transita

actualmente, lo anterior trae consigo que se deba desarrollar el programa de acuerdo a las condiciones concretas del territorio y sin dejar de cumplir los objetivos generales y estatales de la disciplina; por ello se realizó el estudio en Guantánamo con el primer año intensivo, y se dio tratamiento a los programas de las asignaturas bajo la concepción de “la Educación Física para la formación y vida laboral del maestro”, permitiendo la reafirmación de habilidades deportivas alcanzadas en los grados precedentes y así contribuir a que puedan de forma libre en los años posteriores planificarse y dirigir su propia preparación física; participando activamente en las actividades deportivas que se programen, interactuar con sus alumnos compartiendo sus juegos de preparación para competencias escolares . Como parte de su formación como futuros profesores guías se desarrolla un trabajo para que sean capaces de conocer los elementos esenciales de las clases de Educación Física.

DESARROLLO

El perfeccionamiento del trabajo de la Cultura Física de los estudiantes de las carreras pedagógicas en la provincia de Guantánamo, proyectó su solución a través de diferentes tesis que permitieron la obtención de los objetivos deseados, siendo estas:

- 1- Alternativa metodológica para el desarrollo de habilidades motrices deportivas en las clases de Educación física de los estudiantes del primer año intensivo de las carreras pedagógicas.
- 2- La preparación físico-deportiva de los estudiantes de primer y segundo años con aptitudes deportivas desde las clases de Educación Física.
- 3- Un sistema de acciones que permita una mayor vinculación de las actividades de la Cultura Física con la labor profesional que realizan los estudiantes en su carrera en el primer año intensivo.
- 4- Adecuaciones para la carrera de Logopedia y Educación Especial.

La primera tesis es una alternativa que proporciona al docente una opción metodológica para lograr los objetivos del programa aplicados a las características del curso intensivo.

Teniendo en cuenta:

Elaboración del programa de la asignatura por los profesores del departamento reflejando la distribución en horas de los contenidos a impartir teniendo en cuenta el diagnóstico de habilidades deportivas seleccionadas y agrupando a los estudiantes de acuerdo a sus niveles de desarrollo.

A continuación se presenta un ejemplo de la dosificación de un deporte a impartir:

Dosificación de las acciones para la enseñanza del:

VOLEIBOL

Programa de la asignatura: Tema 2: Las capacidades físicas y las

actividades deportivas: Acciones técnico-tácticas del Voleibol.

Horas del tema: 32 h Frecuencia: 2h semanales Total: 16 semanas

Sistema estructural de los niveles para el trabajo con habilidades motrices.

(Técnica Voleibol)

Semanas	Acciones	Sistematicidad 1 2 3	Asimilación 4 5 6	Desarrollo 7 8 9
1,2,3,	“ individuales	X	X	X
4,5,6,7,8	“ Compuestas	X	X	X
9,10,11, 12,13,14	“ de equipo	X	X	X
15, 16	Juego en EVALUAR equipo		LOGRADO	EVALUAR LO LOGRADO

Clave:

Niveles de sistematicidad: refieren los estadios evolutivos de las habilidades

Motrices deportivas determinadas por la extensión o encadenamiento coordinado de movimientos deportivos elementales en una acción unitaria:

- (1) Habilidad elemental: constituida por una habilidad o fase técnica del movimiento deportivo.
- (2) Habilidad combinada: conformada por al menos dos habilidades o fases técnicas.
- (3) Complejo de habilidades: compuesta por más de dos habilidades o fases técnicas del movimiento deportivo ejecutadas de forma coordinada.

Niveles de asimilación: enfocados como resultado, refieren estadios evolutivos de las habilidades motrices deportivas, determinados por la independencia al emplear los conocimientos y los hábitos motores, para solucionar tareas motoras en diferentes situaciones.

- (4) Nivel de familiarización: lo caracteriza el proceso cognitivo, que se experimenta como resultado de las primeras experiencias en la actividad práctica.

- (5) Nivel de reproducción: Caracteriza este nivel su esencia ejecutiva y repetitiva respecto a un modelo o sin él, en condiciones de la menor variación situacional, de manera que sea conocida de antemano por el estudiante.
- (6) Nivel de aplicación: Condición necesaria para lograr efectividad al enfrentar las tareas motoras. Se relaciona con las características de la habilidad motora.
- (7) Nivel grueso: Se caracteriza la ejecución del movimiento por no cometer errores técnicos fundamentales. Logran poca eficiencia y no existe fluidez en ningún momento.
- (8) Nivel semipulido Se caracteriza la ejecución del movimiento por no cometer errores técnicos fundamentales. Logran eficiencia y la fluidez se materializa ocasionalmente.

En la segunda tesis se continúa el trabajo desde las clases en la búsqueda de lograr una mayor preparación a los estudiantes-atletas.

LA PREPARACIÓN FÍSICO-DEPORTIVA DE LOS ESTUDIANTES DE 1º Y 2º AÑOS CON ACTITUDES DEPORTIVAS DESDE LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Partimos del criterio que el currículum escolar debe estar integrado por los contenidos esenciales para el logro de la formación integral de los educandos, es decir, lo que no responda a esa necesidad y esencialidad debe ser eliminado y lo que permanezca, tratarse con el mismo criterio de prioridad en el proceso de enseñanza aprendizaje, nuestro estudio no modifica el programa de la disciplina, pero sí el modo de organizar y conducir la Educación Física con el objetivo de que esta tribute al movimiento deportivo de la institución, partiendo del presupuesto que la preparación física además de ser la base para la asimilación de las habilidades deportivas y posibilitar una adecuada actuación en la competencia, debe planificarse en correspondencia con el calendario escolar y los principales juegos deportivos del curso, para ello tomamos como referentes los postulados y requerimientos del entrenamiento deportivo contemporáneo, del cual Cuba es abanderada por todos los éxitos que ostenta. Lo expuesto hasta aquí nos indica que los ejercicios no deben escogerse ni aplicarse arbitrariamente, la conveniencia de utilizar un ejercicio resulta exclusivamente de la necesidad, importancia y fin del mismo para alcanzar el nivel de desarrollo físico o de habilidad según corresponda, es necesario además que la dosificación de la carga, garantice el ritmo de ejercitación - trabajo - lo más eficaz posible que asegure el rendimiento en la competición y contribuya a crear las condiciones para un desarrollo ininterrumpido en rendimiento (deportivo) durante un

tiempo considerable que rebase si es posible la etapa competitiva a este nivel, para que el estudiante una vez regresado de la competencia, sienta deseos de jugar con sus compañeros.

La actividad deportiva, por su carácter social condiciona valiosas cualidades psicológicas de la personalidad y son múltiples los valores que se forman mediante la ejercitación, el entrenamiento y la competición, de ahí que la razón fundamental que justifica la formación de la personalidad de los estudiantes-atletas, en este caso particular, es precisamente el intercambio que se produce entre estos y el medio deportivo en general, dentro y fuera del recinto estudiantil, fortaleciendo con ello el amor a su institución y el sentido de pertenencia. Por ello al concebir la alternativa tuvimos en cuenta las particularidades psicológicas, pedagógicas y fisiológicas; que sustentan a la Educación Física como uno de los componentes en el desarrollo de la personalidad de los educandos.

Carácter sistémico, las actividades de la alternativa se orientan a integrar toda la carga física, psíquica y técnica a partir del trabajo grupal e individual, lo que significa que se efectúa a través de un proceso continuo y participativo, de ahí su flexibilidad de acuerdo a la asimilación que muestren los estudiantes.

La alternativa didáctica-metodológica que se propone se fundamenta en cuatro (4) aspectos básicos del proceso docente de la Educación Física y el Entrenamiento Deportivo, comprende lo siguiente:

- Descripción del calendario escolar como el macro ciclo del entrenamiento deportivo.

- Orden en que se trabajan las capacidades físicas, cantidad de veces y formas en que se combinan entre ellas la ubicación de las capacidades físicas en las frecuencias de clases.

- Medios fundamentales para el desarrollo de las capacidades físicas condicionales, coordinativas y de movilidad.

- Ejercicios para el calentamiento general y específico.

Se hace notar en las siguientes tablas el progreso de la preparación física de una etapa a otra, es decir, entre el diagnóstico inicial y un test pedagógico aplicado posteriormente:

Resultados de la Prueba de Fuerza del tren inferior Triple salto

Grupo	Carrera	Matrícula	Sept.	Marzo	Diferenc.
			Marca Promedio	Marca Promedio	
#1	C. Naturales	V4 21 H5	5.18 m	5,29 m	+0,11m
#2	C. Exactas 1	V8 18 H3	5.67 m	5,84 m	+0,17m
#3	C. Exactas 2	V5 17 H2	4.32 m	5.36 m	+1.04m
#4	Humanidades	V5 23 H4	4.98 m	5,85 m	+0.87m

Nota: En la matrícula general se destacan la cantidad de estudiantes con actitudes para las actividades físico-deportivas.

Resultados Cuantitativos de la carrera de 50 mts.

Grupo	Carrera	Matrícula	Sept.			Febrero		
			T.Prom.	Mejor Marca Marca	Peor	T.Prom. Marca Marca	Mejor	Peor
#1	C. Naturales	21	9.46s	V7.12 V 9.23 H9.16 H10.37		8.76s	V7.06 V 7,69 H9.13 H 9.88	
#2	C. Exactas 1	18	8.61s	V7.41 V 8.26 H7.56 H 9.81		9.09s	V6.91 V 7.90 H9.27 H10.19	
				V7.41 V 8.23			V7.04 V 7.07	

#3	C. Exactas 2	17	9.29s	H8.57 H10.4 7		8.96s	H7.77 H 9,30	
#4	Humanidades	23	9.59s	V7.89 V 9.23 H9.51 H10.5 2		9.24s	V7.39 V 8.70 H9.20 H11.05	

Una vez comprobados los resultados del diagnóstico de entrada, se aplicaron todas las propuestas de trabajo de la alternativa didáctico-metodológica para comenzar el incremento sustancial de la preparación física y detectar los estudiantes que a nuestro juicio según el desempeño y asimilación de las cargas, dieron muestra de poseer las actitudes para las actividades físico-deportivas. Así tenemos que en los grupos de ciencias exactas se destacaron trece (13) varones y cinco (5) hembras, en el grupo de ciencias naturales y humanidades nueve (9) varones y nueve (9) hembras, para un total de veintidós (22) varones y catorce (14) hembras. Los procedimientos organizativos junto al contenido, son entre otros elementos determinantes en la forma de participación de los estudiantes en la clase, participación que favorece o no la adquisición de la preparación física según lo planificado, aspectos comprobados cuando se ejercitó la capacidad física “resistencia a la fuerza”, capacidad pocas veces trabajada en la educación física. Las exigencias y el control de la ejecución correcta de cada ejercicio es otro aspecto que potenciamos para alcanzar el efecto de la carga física, al tratarse de volumen e intensidades relativamente bajas para lo que en materia de preparación deportiva se conoce hoy, pero altas para un grupo de estudiantes heterogéneo, entonces se hace necesario cumplir con la calidad de la ejecución del ejercicio. Al finalizar las competencias de base, (juegos ínter facultades y de ciencias pedagógicas según el programa de competencias, al efectuar la comparación en los datos durante el trabajo realizado en la introducción de los resultados de la investigación en los grupos seleccionados en el 2009, comprobamos que son superiores al test pedagógico intermedio de marzo, pudimos constatar en dos de los grupos seleccionados para este trabajo, el aumento de la participación deportiva en los eventos de base desarrollados en nuestra institución, mejorándose en la preparación física de los estudiantes con actitudes para la práctica deportiva.

En la tercera tesis, se mantienen las clases como centro, y se aplicó un sistema de acciones que permitió una mayor vinculación de las actividades de la Cultura

Física con la labor profesional que realizan los estudiantes en su carrera durante el primer año intensivo:

Las acciones aplicadas están en correspondencia con las exigencias actuales para la formación profesional de los estudiantes, y puntualizan con medios concretos las áreas que posibilitan los conocimientos necesarios para su preparación y su proyección como un profesor integral. Además propicia a través de su implementación al estudiante en formación elementos que contribuyen al desarrollo de capacidades motrices, al interés y la necesidad del ejercicio físico con la intención de lograr el estímulo y desarrollo de habilidades y actividades que se manifiesten en la calidad de la participación en los diferentes ámbitos de su vida profesional social y familiar.

Para el logro de lo planteado en el párrafo anterior se trabajó en las áreas que se muestran en el siguiente esquema:

AREAS EN LA QUE SE TRABAJA LA ASIGNATURA EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA FORMACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE LAS DIFERENTES CARRERAS.



En correspondencia con las áreas expresadas y teniendo como base los resultados de la experiencia aportada en estos dos años de introducción de los resultados, se realizaron las

adecuaciones necesarias para darle cumplimiento a los objetivos del programa, centrado en la integración sistémica de métodos, procedimientos y medios esenciales, a partir de las posibilidades reales y necesidades actuales de los estudiantes.

Además se ofrecen indicaciones concretas a realizar por los docentes y estudiantes,

explicando detalladamente la forma de proceder en cada una de las áreas planteadas.

Se significa que durante la aplicación de las acciones y en la fundamentación del trabajo, siempre se asumió el hecho de priorizar las actividades físicas como parte de la formación del estudiante, pues ellos deben tener una concepción bien clara de por qué y para qué es necesario poseer una buena preparación física, y su importancia para el cumplimiento de las tareas profesionales que desempeñarán a partir de su práctica docente desde el primer año de su carrera y en los años sucesivos en su inserción a un aula en sus respectivos municipios.

Elemento medular del trabajo desarrollado lo constituyó la preparación y dirección de una parte de la clase, como elemento de integración a su labor docente, además de constituir un medio de motivación y de comprometimiento, considerando al estudiante con capacidad para apropiarse de conocimientos, hacerlos suyos con vista a su futura labor profesional.

En este sentido se elaboró la guía con la cual se evaluó el ejercicio docente o práctica pedagógica, incluido en el programa de la asignatura, que facilitara la preparación del alumno, para enfrentar esta actividad, dicha guía es la siguiente:

ASPECTOS A EVALUAR DURANTE LA IMPARTICION DEL EJERCICIO DOCENTE.

POR LOS ESTUDIANTES:

orientación hacia el objetivo.

organización y dirección de la actividad adecuada al objetivo propuesto.

(formación, y control de la disciplina del grupo.

Vocabulario y lenguaje adecuado,

Control del efecto de los ejercicios. (pulso - recuperación)

Trabajo político e ideológico.

Ajuste del contenido teniendo en cuenta el tiempo disponible.

Normas de seguridad.

ELEMENTOS PARA ORGANIZAR LA ACTIVIDAD A DESARROLLAR

nombre de la actividad o juego.

Si es juego, tipo de juego.

Si es ejercicio de desarrollo general, capacidad que va a desarrollar.

Objetivo.

Lugar donde se va a desarrollar la actividad.

Materiales a utilizar.

Si es un juego, descripción del mismo y sus reglas.

CONCLUSIONES

El sistema de trabajo planificado desde las clases permite la incorporación de los aspectos metodológicos desarrollados en las tesis analizadas.

La elaboración del programa de la disciplina permite distribuir de forma racional los aspectos metodológicos en las clases permitiendo que la concepción "Educación Física para la formación y vida laboral del maestro", sea una realidad posible a alcanzar.

BIBLIOGRAFÍA

1. Chávez Rodríguez, J. Actualidad de las tendencias educativas. La Habana, Ministerio de Educación. 1999.
2. Forum de Ciencia e Innovación. El entrenamiento en los juegos deportivos. A través de las Situaciones Simplificadas del Juego. / Andux, C. y E. George. La Habana, Forum de Ciencia e Innovación. 1998.
3. Instituto Cubano de Ciencias Pedagógicas. Problemas psicopedagógicos del aprendizaje. La Habana, Ministerio de Educación, 2003.
4. López Rodríguez, Alejandro. El proceso enseñanza-aprendizaje en Educación Física. La Habana, Deportes, 2003
5. Ministerio de Educación. Institutos Superiores Pedagógicos. Programa de Educación Física para todas las carreras de los ISP. S/E. La Habana, 2006.