

**CARACTERIZACIÓN DE LA CULTURA FISICA Y DEPORTIVA EN LA
UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER**

JOAO MARCELO GUTIERREZ HERRERA



**UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA DE EDUCACION
MAESTRIA EN PEDAGOGIA
BUCARAMANGA
2013**

**CARACTERIZACION DE LA ASIGNATURA CULTURA FISICA Y
DEPORTIVA EN LA UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER**

JOAO MARCELO GUTIERREZ HERRERA

**Directora
Clara María Forero Bulla
MG. En Estructuras y Procesos del Aprendizaje**



**UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA DE EDUCACION
MAESTRIA EN PEDAGOGIA
BUCARAMANGA
2013**

DEDICATORIA

En primer lugar a Dios por ser mi apoyo espiritual en todos los momentos buenos y aun más en los difíciles, puesto que siempre he sentido que está a mi lado para protegerme.

A mi familia, entre los que están mi madre, mis hermanos, mi papá, mi novia y mi hija por alentarme a mejorar como persona, principalmente mi mamá quien se ha esforzado para que yo sea alguien que le aporte a los demás.

A la profesora Clara María Forero Bulla, por ser la persona encargada de orientarme y guiarme en este proceso, por ser tan paciente y comprometida en todo momento de la investigación.

A cada uno de los integrantes de la maestría, desde los directores, los profesores, los estudiantes, los ex estudiantes, la secretaria y los auxiliares, por su acompañamiento y enseñanzas para llevar a cabo este proyecto.

A todo el Departamento de Deportes desde el Director, los profesores de planta, los catedráticos, la secretaria, los auxiliares, por el respaldo laboral, por sus experiencias y consejos.

Por supuesto a todos los estudiantes que participaron en este estudio, pues son ellos en últimas a los que va dirigido todos nuestros esfuerzos para que en el futuro seamos recompensados con el trabajo de ellos.

Tabla de contenido

INTRODUCCION.....	10
1. CONTEXTUALIZACION DEL PROBLEMA.....	12
1.1. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	12
1.2. JUSTIFICACION.....	14
1.3. OBJETIVOS	15
1.3.1 Objetivo General.....	15
1.3.2 Objetivos Específicos	15
1.4. CONTEXTUALIZACIÓN DE LA INSTITUCION	16
2. AREA TEMÁTICA	19
2.1. FUNAMENTOS CONCEPTUALES	19
2.1.1 Evolución Histórica De La Educación Física en Colombia.....	19
2.1.2 Didáctica de La Educación Física	23
2.1.3 Modelos Pedagógicos Y Estrategias	27
2.1.4 La Evaluación Parte Integral de la Enseñanza y el Aprendizaje	30
2.1.5 Concepciones	34
2.2. FUNDAMENTOS LEGALES.....	37
3. DISEÑO METODOLOGICO.....	45
3.1. CLASE DE ESTUDIO	45
3.2. ESCENARIO Y PARTICIPANTES.....	45
3.3. PROCESO DE RECOLECCION DE LA INFORMACION	46
3.4. PROCESO DE ANÁLISIS	47
3.5. VALIDEZ INTERNA.....	48
3.6. PRINCIPIOS ÉTICOS.....	48
4. RESULTADOS	49
4.1. EN BÚSQUEDA DEL DATO: UNA APROXIMACIÓN A LA CULTURA FÍSICA COMO ASIGNATURA.....	49
5. A MODO DE CONCLUSIÓN	76
6. RECOMENDACIONES.....	77
BIBLIOGRAFIA.....	80
ANEXOS	83

LISTA DE ANEXOS

ANEXO A. MATRIZ DE CATEGORÍAS	84
ANEXO B. MEMORANDOS DESCRIPTIVOS FINALES	90
ANEXO C. PRECATEGORIZACIÓN DE LA INFORMACIÓN DE LOS ESTUDIANTES. ASIGNATURA DE CULTURA FÍSICA	104
ANEXO D. MEMORANDOS DESCRIPTIVOS PRELIMINARES: INFORMACIÓN DE ESTUDIANTES	136
ANEXO E. MEMORANDO DESCRIPTIVO DE LOS DOCENTES DE CULTURA FISICA	158

RESUMEN

TITULO: CARACTERIZACION DE LA ASIGNATURA DE CULTURA FISICA Y DEPORTIVA*

AUTOR: GUTIERREZ HERRERA, Joao Marcelo**

PALABRAS CLAVE: cultura física, deporte

DESCRIPCION:

En una sociedad contemporánea como la nuestra en constante transformación, es bien sabido que la Educación Física es un área que integra diferentes prácticas sociales y que, además posee la capacidad de influir positivamente en la calidad de vida de toda una población. Sin embargo, es interesante apreciar una actitud contrapuesta entre la importancia del conocimiento de la Educación Física sus funciones en la persona y la cultura, con el escaso apoyo y valor que se le da desde el punto de vista de la investigación y el reconocimiento de la importancia en los estudios académicos sociales y culturales.

Por esta razón es conveniente que los docentes de la Universidad Industrial de Santander, tengan una actitud proactiva ante la investigación en esta área, que hasta el momento es incipiente y como líderes se entreguen a la ardua tarea de despertar el interés en sus estudiantes para que juntos aporten ideas y gestionen proyectos de investigación y/o extensión en busca de obtener información útil, adquirir nuevos conocimientos para comprender los procesos actuales de formación y desarrollo con el fin de utilizarlos a favor de la sociedad, en la búsqueda de un crecimiento espiritual, moral y ético hacia los demás.

Este estudio etnográfico buscó caracterizar la asignatura de Cultura física de la UIS, con el fin de contextualizarla. Sus resultados muestran la importancia que tiene para los estudiantes quienes las consideran fundamental para su desarrollo físico y mental, abogan por un mayor tiempo y créditos; la necesidad de fortalecer el programa, el desarrollo de una formación más integral; la consolidación de la investigación y actualización de los docentes. Las sugerencias están encaminadas a avanzar y dar respuesta a estas inquietudes.

* Trabajo de grado

** Facultad de Ciencias Humanas. Escuela de Educación. Directora Clara María Forero Bulla

ABSTRACT

TITLE: CHARACTERIZATION OF THE SUBJECT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS *

AUTHOR: GUTIERREZ HERRERA, Joao Marcelo **

KEYWORDS: physical culture, sport

DESCRIPTION:

In a modern society like ours constantly changing, it is well known that physical education is an area that integrates different social practices and that also has the ability to positively influence the quality of life of an entire population. However, it is interesting to see an attitude contrasted between the importance of knowledge of physical education office in the person and culture, with little support and value that is given from the point of view of research and recognition of the importance in social and cultural studies scholars.

It is therefore desirable that teachers of the Industrial University of Santander, have a proactive approach to research in this area, which so far is emerging as leaders and delivered to the arduous task of arousing interest in students to brainstorm together and manage research projects and / or extension in search of useful information, acquire new knowledge to understand the current processes of training and development in order to use them for society, in the search for spiritual growth, moral and ethical for others.

This ethnographic study sought to characterize the subject of Physical Culture of TUI, to contextualize. Their results show the importance for students who consider critical to their physical and mental development, advocating more time and credits, the need to strengthen the newscast, the development of more comprehensive training, the strengthening of research and updating of teachers. The suggestions are designed to move and respond to these concerns.

* Graduation Project

** Human Science Faculty, Education School, Directora Clara María Forero Bulla

INTRODUCCION

Este estudio sobre la “Caracterización de la asignatura de cultura física y deportiva”, está orientado a contextualizar la asignatura de Cultura Física, como referente, para que desde aquí se continúe con el fortalecimiento de la asignatura desde la reestructuración del programa. De igual manera está encaminado a abrir espacios para proponer y resolver situaciones relacionadas con el Departamento como tal, los docentes y los estudiantes y de esta forma potenciar su papel en el ámbito universitario atendiendo a su visión, misión y al buen cumplimiento de su práctica docente, de la investigación y de la extensión.

Es definitivo que para que el profesor pueda desarrollarse plenamente en la docencia, necesita procesos de preparación académica y profesional en donde reflexione y actúe en pro de su quehacer pedagógico, donde se dimensionen la actividad física más allá de lo instrumental, esto es que el movimiento no se vuelva una forma de control, de regularización, de normalización del cuerpo mediante prácticas y técnicas rígidas, si no se tenga en cuenta la corporalidad, desde la noción del propio cuerpo: “Lo que más ha predominado en la Educación Física es ese afán de objetividad del cuerpo y ha hecho un discurso objetivista del cuerpo, mientras que en una educación corporal le interesa la noción del propio cuerpo en primera persona, ese cuerpo vivido porque lo que uno vivencia y experimenta no se deja materializar”¹; esto es percibir el cuerpo, como el yo corpóreo.

Esto se constituye en una nueva mirada de la corporalidad en la educación que permite ir más allá de lo físico que se centra en la mirada del cuerpo como objeto, la dimensión corporal permite centrar la reflexión sobre la corporalidad desde una instancia más pedagógica, más humanista, que va más allá del dualismo cuerpo mente y que conlleva una mirada más integral.

El proyecto se desarrolla en los siguientes capítulos:

Un primer capítulo, en el que se encuentra la contextualización del problema, comprendido por la formulación del problema, justificación, objetivos y la contextualización de la institución.

¹ GALLO, Luz Elena. Los discursos de la Educación Física contemporánea. Armenia Colombia: Kinesis, 2010, p. 314.

El segundo abarca los fundamentos conceptuales, dentro de lo que están los antecedentes investigativos y temas específicos, los cuales respaldan los argumentos teóricos y legales.

El tercero presenta el proceso metodológico utilizado para este proyecto, en el que se explica la clase de estudio, el escenario, participantes, el proceso de recolección y análisis, entre otros.

El cuarto se refiere a los hallazgos y en estos van inmersos la caracterización que da cuenta la sistematización de los datos y la interpretación en donde se integran las visiones de los participantes junto con la teoría formal y el análisis del investigador.

El quinto habla de las conclusiones generales según los resultados y el fin de la investigación.

El sexto presenta algunas sugerencias que permitirán potenciar el programa y los servicios que brinda el Departamento de Deportes.

1. CONTEXTUALIZACION DEL PROBLEMA

1.1. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

En la medida en que se muestre el compromiso y la actitud para innovar en la planificación de las clases por parte de los profesores de la asignatura de cultura física y deportiva, habrán más y mejores oportunidades para toda la comunidad universitaria en general, este compromiso y disponibilidad cuenta con el apoyo del grupo de profesores del Departamento de Deportes desde su dirección .

Para lograr una representación de lo que en la actualidad se denomina programa de cultura física y deportiva y dar cuenta de su problemática, se contó con el recorrido que ha tenido este programa dentro de la universidad desde su creación en el Departamento de Deportes, el cual está adscrito a la Facultad de Ciencias Humanas. Igualmente reconocer la gestión que se ha hecho para su construcción durante este tiempo, a sí mismo, se considera que dicha gestión se va desarrollando según los resultados que se obtienen con los estudiantes del semestre anterior.

Sin embargo, sin desconocer sus avances, unos de los aspectos de la problemática se centra en que la clase de cultura física y deportiva se viene realizando sin tener en cuenta el estado de las capacidades físicas de los estudiantes, proceso que se supone se trabaja durante la primaria y la secundaria; lamentablemente el desempeño físico del estudiante no es el que se espera durante dichas etapas llevando a que los estudiantes ingresen a la universidad con una condición física que a veces no responde a las actividades exigidas. De la misma forma el estudiante a veces asume actitudes negativas o de desmotivación, que dificultan del desarrollo de las actividades.

La cultura física, no sólo está dirigida al desarrollo físico y mental de los estudiantes, sino también a promover valores por medio del deporte y crear hábitos beneficiosos para el cuerpo, tales como la alimentación, la flexibilidad, la concentración, las variadas posturas corporales, entre otros, que con el tiempo le permitan al educando desenvolverse en las rutinas diarias de la vida.

Si bien, se supone que el estudiante al desarrollar sus cualidades físicas, motrices y cognitivas durante la clase de cultura física y fuera de ella, se está formando integralmente a través del movimiento, no se conoce mediante un estudio el hacer de la clase, las inquietudes y expectativas de los estudiantes, por esto fue necesario conocer el estado de la asignatura para que su contextualización sirva de referente para potenciarla.

Teniendo en cuenta lo anterior, fue necesario abordar e interpretar los procesos que se están dando en la asignatura de cultura física y deportiva desde la percepción de estudiantes, profesores y director; es por esto que surgió la pregunta de investigación:

¿Cuáles son las características de la asignatura de cultura física y deportiva en la Universidad Industrial de Santander?

Para responder acertadamente a esta pregunta formularon las siguientes preguntas directrices:

¿Cuáles son las percepciones que directivos, profesores y estudiantes tienen sobre la signatura de cultura física y deportiva?

¿Qué significados tiene para los estudiantes la asignatura de cultura física?

¿Qué aspectos fundamentales se dan en el trabajo de aula de la asignatura de cultura física y deportiva?

¿Cómo piensan los estudiantes que se podría potenciar la asignatura de cultura física?

1.2. JUSTIFICACION

Este estudio cobra gran importancia dado que los objetivos actuales de la asignatura de cultura física y deportiva para los estudiantes de pregrado de la universidad Industrial de Santander², están orientados a fortalecer sus valores, hábitos y costumbres, una rápida adaptación a un entorno social conflictivo y, al logro de la superación física e intelectual; puesto que es una asignatura donde se puede aprender no sólo de la importancia del cuerpo humano sino de la conexión cuerpo, mente, espíritu y sociedad.

Paralelamente, la universidad ha estado trabajando en la revisión y actualización de los distintos entes que la conforman, es por ello que el Departamento de Deportes no puede ser ajeno a dicha transformación; por tal motivo es imprescindible contar con un análisis sobre el trabajo que se realiza para tener en cuenta sus avances y vacíos y de esta manera ofrecer un servicio que esté al nivel de las mejores universidades del país.

Ahora bien, no sólo se considera lo anterior, sino también los continuos cambios que se han venido realizando durante la construcción del currículo de cultura física y deportiva, por parte de los profesores del departamento y de las constantes discusiones que se están dando sobre la forma en que se debe orientar el programa. Es en este punto se hace evidente la necesidad de profundizar en el estudio de esta asignatura, de tal forma que se pudiera sustentar lo vital de la misma para el desarrollo integral de los estudiantes.

² DEPARTAMENTO DE DEPORTES. Programa de cultura física y deportiva de la Universidad Industrial de Santander. Bucaramanga, 2007.

Los resultados del estudio llevaron a develar el estado de la misma, para que directivos, profesores y estudiantes lo analicen y, en un estudio posterior, se propongan soluciones o alternativas que le den respuesta a las problemática que se detecten en el programa de cultura física, las variadas formas de abordar cada situación, seguir velando por el desarrollo pedagógico y didáctico de la asignatura para el mejoramiento de la formación integral y, desde luego, maximizar sus avances.

1.3. OBJETIVOS

1.3.1 Objetivo General

Caracterizar la asignatura cultura física y deportiva de la universidad Industrial de Santander.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Indagar por las percepciones que directivos, profesores y estudiantes tienen sobre cultura física y deportiva.
- Identificar las características del trabajo de aula en la asignatura de cultura física.
- Determinar las inquietudes de los estudiantes que lleven a potenciar el programa de Cultura Física.

1.4. CONTEXTUALIZACIÓN DE LA INSTITUCION

Para hacer la contextualización del programa de cultura física y deportiva de la universidad Industrial de Santander³, se toma como referente las características actuales del mismo; dichas características se basan en el programa académico diseñado y ejecutado por los profesores del Departamento de Deportes para el año 2007.

Desde el año 1948, año en el cual se fundó la Universidad Industrial de Santander, la actividad deportiva fue de las primeras que logró ubicarse dentro del contexto universitario de aquel entonces, a través del Comité de Deportes, el cual estaba conformado únicamente por estudiantes. En 1964 se origina el Departamento de Cultura Física y Deportes como dependencia de la División de Ciencias Básicas de aquella época; es desde febrero del 2001 que aparece la asignatura de Cultura Física que hasta este momento cumple con la misión de formar estudiantes cada día más íntegros.

Este programa de cultura física soporta su diseño en tres factores de aprendizaje, como son las necesidades y los intereses de los educandos, además de la motivación por aprender y querer participar positivamente en la clase. Al interior de la universidad Industrial de Santander, se busca constantemente el fortalecimiento del programa de cultura física para servicio de toda la comunidad universitaria, las propuestas que hace el programa para el buen uso del tiempo libre por medio de actividades lúdico-deportivas-recreativas es una clave para el avance del mismo, dichas propuestas están dirigidas a reafirmar los valores, los hábitos, las buenas costumbres establecidas por la sociedad, y claramente deben ir en concordancia con las dimensiones del ser.

³ DEPARTAMENTO DE DEPORTES. op cit.

El modelo pedagógico del programa va en concordancia con el modelo dialógico de la universidad, resaltando la enseñanza para el mejor conocimiento de sí mismo, la enseñanza activa y la enseñanza emancipadora. La comunicación entre estudiantes y profesores se origina a partir del canal visual, del auditivo y del kinestésico-táctil. Cabe señalar que se utilizan métodos como los activos con sus estrategias como es el descubrimiento guiado y la resolución de problemas, y métodos cognitivos que se refiere a la parte teórica de la asignatura. El programa de cultura física y deportiva tiene una duración de 16 semanas, con una intensidad de 32 horas, de las cuales son 2 horas semanales, una hora por cada sesión de clase. Si algún estudiante deja de asistir al 20% del total de las clases que equivale a 7 fallas, tiene que repetir la materia, esta asignatura es requisito para graduarse, tiene el valor de 1 crédito y se evalúa de forma cuantitativa.

Los objetivos del programa van dirigidos a la superación física e intelectual de los estudiantes, lo mismo que a fortalecer los valores, hábitos y costumbres para una sana convivencia que conlleve al desarrollo individual, su adaptación con el entorno y una interacción social con sus compañeros y comunidad universitaria. Paralelamente a los objetivos están los contenidos, los cuáles se desarrollarán en tres ejes temáticos: la motricidad, la recreación-deportes y las conferencias; otro factor que incide en la formación de los estudiantes son los criterios de evaluación, entre los que están la participación activa y dinámica por parte de los estudiantes tanto en clase como en todas las actividades que realice el Departamento. Para un buen desarrollo de la clase se recomienda presentarse con ropa deportiva adecuada, los que sufran de alguna lesión o enfermedad deben presentar una excusa médica refrendada por bienestar universitario de modo que la presente para el caso que no haya asistido a una evaluación, la excusa no quita falla; todas las clases se llevan a cabo en el campus deportivo de la universidad y en el coliseo, salvo las actividades como la carrera atlética que

se realiza por la ciudad. Los profesores deben comprometerse cada día con su trabajo pues cuentan con suficiente espacio y material adecuado para las clases.

2. AREA TEMÁTICA

2.1. FUNAMENTOS CONCEPTUALES

2.1.1 Evolución Histórica De La Educación Física en Colombia

Victor Chinchilla⁴ habla sobre la historia de la educación física en el país y se refiere a la necesidad de rescatar y reconocer esta historia, que transcurre en el contexto de los cambios sociales y culturales del país y por tanto de sus definiciones políticas. La educación física se ha dado en medio de las guerras y ha sido influenciada por ellas. Se ha caracterizado por ser una disciplina moralizante y generadora de criterios de orden en los tiempos de calma y posteriores a los grandes conflictos; ha sido una estrategia de fomento de higiene y de salud; una tecnología encargada de la actualización de habilidades y destrezas para los cambios en las fuerzas productivas; un medio de preparación de deportistas de calidad; se le ha privilegiado como actividad preparatoria para el uso del tiempo libre y la recreación; se ha asumido como una actividad complementaria de las tareas intelectuales, aglutinadora de la escuela y promotora de espectáculos; ha sido organizadora de juegos deportivos; ordenadora de desfiles y rituales simbólicos de actos patrióticos; promotora también de paseos y excursiones, campamentos ecológicos y de actividades de interrelación con el ambiente; gestora de la actividad artística; actividad preventiva del alcoholismo y de la drogadicción; controladora u orientadora de deseos. Estos objetivos en cierta forma similares, han predominado en distintos momentos de la historia colombiana, aún en algunos casos en los que ha cambiado de matices, intenciones y proporciones.

⁴ CHINCHILLA, Víctor. Lineamientos curriculares para educación física, recreación y deportes. Colombia: Ministerio de Educación Nacional, 2000, p. 20.

En su historia como asignatura escolar ha recibido influencias de concepciones y prácticas pedagógicas, militares, religiosas, médico-biológicas, psicológicas, deportivas, artísticas, recreativas y, en consecuencia, su enseñanza se ha desarrollado con diferentes modelos pedagógicos que expresan sus teorías y formas de organización a través de las cuales se han conformado los hábitos, prácticas, conceptos y representaciones que ha tenido y tiene hoy la sociedad colombiana sobre el particular.

La educación física del siglo XX Y XXI⁵ se construye sobre los conceptos de cuerpo y educación, heredados del siglo XIX a partir del surgimiento de los estados modernos, del capitalismo y de las escuelas pedagógicas de carácter activo. El cuerpo comienza a tener una especial importancia en la educación, siendo considerado desde diversas ópticas, entre las cuales se puede nombrar aquella que enfoca al cuerpo y se apoya en la medicina, la anatomía y la fisiología, cuyo objetivo central se refiere al mantenimiento de una buena salud; también está la del movimiento, que centra su interés en el desarrollo de las capacidades físicas y en el aprendizaje de destrezas motrices complejas como la recreación, la lúdica y el deporte; otra es la militar, que se apoya en el sentimiento nacionalista que procura la formación de hombres sanos y fuertes para la defensa de la patria y quizá desde la década del setenta la integral, que se basa en la formación del ser humano en todas sus dimensiones. El carácter físico y militar asumido por la educación física hace muchos años, puede explicar en alguna medida el hecho de que sean médicos y las fuerzas militares los primeros en salir a defender la continuidad de la educación física en las diferentes instituciones educativas, hay que recordar que ellos son creadores de las escuelas gimnásticas.

⁵ Ibíd. p. 23.

Benilde Velásquez, señala: “el concepto de educación física no ha sido unificado aún, la interpretación que se le da depende en última instancia, del concepto de educación que se tenga, lo que remite a un concepto previo de hombre, sociedad y al lugar que se le asigne al cuerpo en la misma”⁶.

Las prácticas corporales tienen antecedentes muy importantes para el mundo occidental en las culturas griega y romana, pero es necesario aclarar que el tratamiento de estas prácticas con un sentido educativo se define fundamentalmente a partir del siglo XIX con la denominada guerra de los métodos o la consolidación de las escuelas gimnásticas, las cuales iniciaron una reflexión sistemática sobre el papel de la actividad física en la nueva estructura socioeconómica. Por ejemplo, una postura puede ser el cuerpo como instrumento necesario para la producción y la defensa de las naciones, por consiguiente debe tener cualidades como la salud, la fuerza y la disciplina; lo dice muy claro Foucault, “la disciplina fabrica cuerpos sometidos y ejercitados, cuerpos dóciles, aumenta las fuerzas del cuerpo (en términos económicos de utilidad) y disminuye esas mismas fuerzas (en términos políticos de obediencia)”⁷, es difícil concebir para este tipo de pensamiento a una educación física que permita la construcción e intercambio de significados a partir de diversas experiencias corporales.

Para Sáenz y López Bañuel⁸, las tendencias de la educación física presentes en el mundo de hoy, aunque se gestaron desde principios del siglo XX, son de conformidad con las concepciones de cuerpo ya anotadas, logrando una plena identidad y desarrollo a partir de 1960, algunas de las tendencias más importantes son: la deportiva, la expresiva, la psicomotriz, la educación física

⁶ VELASQUEZ, B. La educación física en la educación básica. Madrid: Gymnos, 1988, p. 108.

⁷ FOUCAULT, M. Citado por CAJIAO, F. En poder y justicia en la escuela. Colombia: Fundación FES, 1994, p. 76.

⁸ SAÉNZ P. y LÓPEZ B. Educación física y su Didáctica: Manual para el profesor. España: Wanceulen Editorial Deportiva, 1998, p. 23.

de base, la investigadora y la socio motriz. Actualmente, los aeróbicos y las ciclas estáticas son consideradas como dos actividades de gran impacto en la comunidad en general. Estos autores aclaran que en la vida educativa actual es muy difícil encontrar una tendencia desarrollada de manera completa y pura, lo que existe es un criterio de complementación o ecléctico, donde el profesor toma una y de otra tendencia dependiendo de la necesidad e interés de los estudiantes. A esto se agrega que algunos autores consideran que la mujer no está preparada para asumir las mismas actividades que los hombres; actitud que hoy crea polémica, puesto que la mujer actúa en competencias con buenos resultados.

Eugenia Trigo y Sofía de la Piñera⁹, hacen referencia a la escuela coeducativa, que implica no sólo educar conjuntamente a hombres y mujeres, sino procurar las condiciones para que tengan igualdad de oportunidades reales a través del respeto y la valoración de las características de ambos grupos. Estas autoras señalan que un análisis histórico de la educación física conduciría a hablar del método Ling, en el siglo XIX, el cual se trabajaba en la gimnasia Sueca, donde se dice que la predisposición fisiológica de las mujeres exige un tratamiento menos vigoroso que el de los varones. La ley de la belleza en ese entonces se basaba exclusivamente en la concepción de la línea sin abusar de ella; las formas redondeadas de las mujeres no debían transformarse en angulosidades o nudosidades como en los varones. Cabe anotar que a principios del s. XX, la educación física se centró en la salud de las personas, preocupándose por la higiene y el estado físico del estudiante, su presentación personal e imagen ante la sociedad, son estos y otros temas los que abarca la educación física actualmente.

⁹ TRIGO, E. y PIÑERA, S. Manifestaciones de la motricidad. Barcelona: INDE Publicaciones, 2000, p. 83

Desde una perspectiva más holista de la didáctica, la educación física necesita avanzar en una mirada, desde la antropología pedagógica, que contempla al hombre como un ser educable y necesitado de educación, y que podría ayudar a tener una mayor claridad sobre el sentido de la educación física. Luz Elena Gallo plantea: “la antropología pedagógica, como aparato conceptual, también nos permite entender los sentidos que tiene para la Educación Física, la educación y la formación humana. Interesa, dar a conocer la idea de educación que se materializa y vehiculiza en los discursos de la Educación Física, pero al mismo tiempo, reconocer la relación de este saber con la pedagogía”¹⁰. Aclara que estos referentes conceptuales si bien están en la filosofía y la pedagogía, en la educación física casi no están presentes los análisis al respecto, desde donde se daría cuenta del cómo surgen las concepciones de cuerpo, movimiento corporal, las imágenes de hombre y de educación en educación física.

2.1.2 Didáctica de La Educación Física

Para estudiar la didáctica de la educación física es necesario conocer sobre su campo de acción, su objeto de conocimiento y establecer los ámbitos a los que hace referencia. En primer lugar, hay que definir los términos que integran el objeto de reflexión: educación física y didáctica; en segundo lugar:

hay que tener en cuenta que la didáctica es reconocida como una ciencia que posee un carácter práctico y que centra sus estudios en los procesos de enseñanza-aprendizaje, al mismo tiempo la didáctica constituye teoría aplicada partiendo de los resultados de las investigaciones pedagógicas, en este sentido, no se le puede considerar como una actividad estrictamente instrumental, es decir, la falta de

¹⁰ GALLO, Luz Elena. Op., cit. p. 122,123.

dimensión teórica es el problema central de la didáctica y es así que nace la inquietud sobre el estado actual de la didáctica¹¹.

La didáctica general es un marco explicativo interdisciplinario indispensable, pues en ella confluyen infinidad de aspectos filosóficos, psicológicos, antropológicos y sociológicos de la enseñanza, los cuales brindan mayor profesionalidad y carácter científico al acto educativo en cualquier nivel y en cualquier disciplina. Entre los campos que hace parte la didáctica está: la formación de profesorado, la dinámica socio-cultural del aula, la investigación didáctica, la producción y usos de materiales didácticos, los recursos de la enseñanza, el proceso de aprendizaje, las estrategias, la evaluación y la planificación del proceso didáctico, cada uno de ellos exige una mirada cuidadosa, para poder detectar deficiencias minúsculas en el proceso educativo.

Para Díaz Barriga¹², el desarrollo del campo de la didáctica se halla en una encrucijada, su dinámica instrumental se encuentra fuera de sitio, ante el desarrollo de técnicas derivadas de la psicología en sus distintos ámbitos, a su vez, la propia dinámica instrumental de la didáctica ha frenado este pensamiento, impidiendo explicar su dimensión teórica, más aún, prácticamente se ha negado esta dimensión al conocimiento didáctico. Para revertir esta situación, el autor considera vital lograr entender la dimensión histórico-social indispensable para avanzar en los procesos de comprensión de la didáctica; al igual que combatir la ignorancia que existe sobre este saber, el cual erróneamente se tiende a reducir a propuestas técnico-instrumentales que sirvan para manejar de mejor forma la exposición de un tema en clase.

¹¹ DIAZ BARRIGA, Ángel. Didáctica: aporte para una polémica. Buenos Aires: Aique, 1995, p. 15

¹² *Ibíd.* p. 9.

Este es un problema que surge de una concepción epistemológica de la didáctica, arraigada de los condicionales socio-históricas del desarrollo de la misma, en donde corrientes como el positivismo y el funcionalismo fueron adueñándose del timón de conducción, precisamente por ser las adecuadas para el desarrollo industrial que surge de la modernización capitalista. Así, la adopción de la tecnología educativa, como opción instrumental, científica y como expresión de una pedagogía industrial, permite garantizar una formación de acuerdo a una nueva racionalidad como es la formación eficiente de recursos humanos para el desarrollo industrial. La pedagogía, tiene que adaptarse a las exigencias del proceso de industrialización y con ella queda marcada también la suerte para la didáctica, todo lo cual se ve actualmente agravado porque el problema se complica mucho más cuando se observa la falta de legitimidad social que en este momento tiene el conocimiento educativo en general y didáctico en particular; por eso, no se puede restringir la didáctica sólo a su aplicación e instrumentalización de la técnica en la educación, porque sería negar su triple condición de disciplina teórica, histórica y política.

Las didácticas especiales son campos específicos para explicar lo relativo a la enseñanza de cada ciencia en particular o de un nivel educativo, sin que se pierdan las intencionalidades formativas con la totalidad de estudiantes y el compromiso político e ideológico del proceso de enseñar. Sin duda, las didácticas especiales han logrado un desarrollo en la formación de investigadores de la enseñanza de las diferentes disciplinas y niveles.

Ambos escenarios, tanto la didáctica general como la específica, exigen a cada docente el desarrollo del pensamiento crítico, autocrítico y reflexivo; es decir, que los docentes asuman un rol investigativo en cada una de las disciplinas a las que pertenecen y así describan los procesos, resultados, interacciones y demás elementos del aula, para que el mismo docente

modifique su práctica y logre tanto su desarrollo personal como el profesional.

Con respecto a la didáctica de la educación física¹³, es necesario construir lazos que sellen una alianza con la asignatura de cultura física, para que de esta manera dicha asignatura cumpla con la tarea de desarrollar física y mentalmente a los estudiantes, y así, al momento de integrarse por medio de las actividades que tienen en cuenta al género, la edad y su lugar de origen, no se produzcan diferencias y exclusiones entre los educandos. Esto implica tener en cuenta la diversidad cultural que existe en los países, regiones e instituciones, para usarlo a favor del grupo y así trabajar con metodologías acordes al contexto.

Cada día se hace más necesario profundizar en la didáctica específica de la educación física y el deporte, puesto que presenta unos contenidos cuya diferenciación y especificidad son evidentes, entre las que están: la manifestación de resultados, la metodología de enseñanza, las relaciones interpersonales y la estructura de organización. La didáctica de la educación física da respuesta a la singularidad de los contenidos en el proceso de enseñanza-aprendizaje; de ahí que constituya una didáctica específica cuyo eje central lo forman tanto el cuerpo como el movimiento en calidad de medio educativo. Las clases de educación física tienen un efecto más directo e inmediato sobre los estudiantes y los profesores que las que se imparten en el marco del salón de clases y, esta situación diferencial, como es lógico conduce a procesos de socialización más significativos.

Son muy importantes las repercusiones didácticas que determinan el curso de la clase, además las actividades están condicionadas por las

¹³ LOPÉZ DE VIÑASPRES, P. Manual de educación física y deportes. Barcelona: Editorial Océano, 2004, p. 16.

instalaciones deportivas y el material para la clase. Un factor esencial para el profesor es la organización de la clase, pues de ésta depende los resultados que se espera obtener, otro factor que lleva a los actores educativos a alcanzar los objetivos establecidos es la comunicación, puesto que es la mejor forma para entablar una relación cooperadora, respetuosa y exitosa.

2.1.3 Modelos Pedagógicos Y Estrategias

Los Modelos Pedagógicos tomados desde una mirada general se dividen en cuatro, como son “el Tradicional, el Activista, el Cognitivo y el Socio-cognitivo”¹⁴, en la teoría de la educación física se encuentran divididos en tres, pero siempre se van a encontrar similitudes con los propósitos que surjan alrededor del significado de los Modelos Pedagógicos.

Aquí conviene detenerse un momento a fin de comentar un poco sobre el significado de cada uno de Los Modelos Pedagógicos desde el punto de vista de Hipólito Camacho¹⁵, quien hace referencia al modelo tradicional, el cuál posee un ideal educativo que se fija en la formación de un ser disciplinado, virtuoso y con carácter. Las relaciones profesor-alumno son ante todo, de carácter vertical, donde el estudiante es considerado como una persona que recibe órdenes y las ejecuta, sin entrar en discusiones; el mando directo y la resolución de tareas, son las técnicas de trabajo preferidas.

Otro modelo, es el tecnocrático, que tiene relación con el modelo tradicional, solo que en éste, la relación alumno-profesor se reviste de una gran cordialidad y su ideal educativo está orientado hacia la formación de un ser humano productivo, prestando especial atención a elementos de carácter

¹⁴ DE ZUBIRIA, S. Tratado de pedagogía conceptual: Los modelos pedagógicos. Bogotá: Fundación Alberto Merani, 1994, p. 21.

¹⁵ CAMACHO COY, H. Pedagogía y didáctica de la educación física. Armenia-Colombia: Kinesis, 2003, p. 67.

técnico, promoviendo el individualismo, la marca y el gesto o fundamento técnico definidos por un deporte.

El Modelo Emergente se piensa que es el ideal educativo, que cumple con la construcción de un ser autónomo, crítico, creativo, capaz de coadyuvar al mejoramiento de una sociedad, haciéndola más justa, más democrática y más participativa. Este modelo tiene aspectos relacionados con el deporte, la salud, la ciencia, la tecnología, la formación social, la comunicación, tomando como referente la conducta motriz. La interacción estudiante-maestro es de carácter Dialógico, uno y otro están aportando permanentemente en el proceso de enseñanza y aprendizaje, es por esta razón que buscan técnicas de trabajo como son el descubrimiento guiado, la resolución de problemas y la enseñanza recíproca. En los tres modelos pedagógicos se recurre a la integración de procesos de autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación. Las estrategias están determinadas por el modelo pedagógico donde el profesor crea sus estrategias de manera que estas sean coherentes, con los componentes curriculares, al igual que deben ser económicas (que impliquen grandes costos) y didácticas para que se adapten adecuadamente a la variedad de contextos y de profesores. La idea de orientar la educación física a partir de un método único de trabajo es absurda, pero lo es también el hecho de intentar desarrollarla sin una definición metodológica previa, amplia, dinámica y flexible que permita al educador dirigir con acierto su trabajo. Entre las estrategias más comunes están el juego, el seminario, el análisis de casos y el proyecto.

Todo cambio o reforma del plan curricular¹⁶ se evidencia en el aula a través de una alteración de las estrategias de enseñanza, además, es uno de los campos que revela con mayor claridad el saber y el hacer didáctico del profesor a favor de la calidad y lo significativo de los aprendizajes; las

¹⁶ DELGADO NOGUERA, M. Citado por Camacho Coy Hipólito. Ibid. , p. 77.

estrategias pueden conceptuarse como el conjunto de intencionalidades, procesos, recursos, secuencias que se utilizan para promover distintos tipos de aprendizaje. Es una expresión que supera a las llamadas metodologías de enseñanza, que sólo se limitan al dominio de unas técnicas, obviando las intenciones y calidad de los resultados.

Cada disciplina requiere de estrategias muy particulares, pero hay que destacar que la formación del profesional y del ciudadano que habrá de exhibir un título universitario, necesita de estrategias de enseñanza que garanticen aprender haciendo, aprender a aprender y aprender en colectivo, tanto los conocimientos disciplinares como los de procedimiento y actitud.

Los conocimientos de procedimientos contribuyen a un aprendizaje significativo, aumentando las posibilidades para llevar a cabo una tarea o solucionar un problema, mejorar la comprensión y reelaboración de los nuevos saberes; a crear comportamientos autónomos, a desarrollar la creatividad y a descubrir nuevas estrategias valoradas en su profesión.

Las nuevas estrategias de enseñanza conducen a la transformación del aula por un taller o un laboratorio, donde cada educando en proceso de formación integral sea capaz de desarrollarse profesional y personalmente: esto demanda espacios académicos para su autoconocimiento, autoestima, fijación de metas, patriotismo, ética, entre otros; de igual forma, desarrolle categorías de destrezas de aprendizaje, como por ejemplo la aplicación flexible de los conocimientos teóricos de cada disciplina. Las estrategias de aprendizaje del estudiante tienen que promoverse según los tipos de aprendizajes, la clase de conocimiento, pero pueden ubicarse dentro de las llamadas complejas, es decir, de revisión, de organización o afectiva y las de metacognición que encierran la toma de conciencia, el control, el planeamiento y la evaluación de su propio aprendizaje.

Es necesario recordar, que cada docente a partir de una reflexión teórica, esta llamado a construir su estilo de enseñanza, entendido este como la forma particular del profesor de dar la clase. Tales estilos se clasifican en: “estilos tradicionales, en estilos que posibilitan la participación, estilos que impliquen cognitivamente al estudiante y estilos que favorecen la creatividad”¹⁷ y guardan relación con los modelos pedagógicos.

2.1.4 La Evaluación Parte Integral de la Enseñanza y el Aprendizaje

La evaluación es considerada por algunos sectores educativos¹⁸ como un conjunto de prácticas que sirven al profesor de educación física para determinar el grado de progreso alcanzado por el estudiante, y poder así ajustar los objetivos de la clase a las características del mismo. Se trata de un proceso de diálogo, comprensión y mejora constante, que se realiza a partir de los logros alcanzados y no de las diferencias encontradas. La evaluación es un concepto dinámico y continuo de obtención y gestión de la información. Toda evaluación debe acumular información sobre tres aspectos: los estudiantes, el proceso y los profesores. La evaluación de los estudiantes será realizada en tres momentos: evaluación inicial, formativa y sumativa; debe estar ligada al proceso educativo, vinculada a los objetivos y contenidos que debe diagnosticar. La evaluación de los estudiantes reúne información sobre los resultados del aprendizaje, concretamente sobre la práctica, los conocimientos y las actitudes, con el objetivo de tomar las decisiones oportunas de orientación y desarrollo una vez obtenida esa información. Si no se contempla la posibilidad de establecer ajustes según los resultados obtenidos, el proceso evaluador será incompleto.

¹⁷ *Ibíd*, p.77.

¹⁸ LÓPEZ DE VIÑASPRES, P. Manual de educación física y deportes, Barcelona: Océano, 2004. Op. Cit, p. 39.

Entre los principales objetivos de la evaluación están el de informar y orientar sobre el ritmo de aprendizaje de cada estudiante mediante la valorización de los logros alcanzados y hasta qué punto se ha llegado, hay que aclarar que en las edades tempranas la evaluación tendrá un carácter cualitativo e individual, al igual que debe ser formativa, criterial y participativa.

Según algunos autores, la evaluación necesita cumplir, en cierto grado, con factores como la fiabilidad, esto es, el grado de estabilidad de las mediciones, las que aportan cierta información. En el caso del test de Cooper, empleado con el fin de valorar la resistencia, si la medición del recorrido es incorrecta la prueba no será confiable; otro factor es la validez, se refiere a la precisión de instrumento, el cual debe satisfacer las exigencias para las que fue creado, esto es, medir lo que se quiere valorar. Por ejemplo, si se busca mejorar la técnica de recepción en el fútbol, una cámara de video se constituye en una buena ayuda al momento de evaluar; igualmente apoya el factor relacionado con la objetividad, dando cuenta con independencia de los resultados obtenidos con respecto a la apreciación personal. “De todas formas, la evaluación no se debe tomar como un hecho aislado, sino que está estrechamente ligada al proceso de enseñanza-aprendizaje y tiene que dejar bien definidos el qué, cómo y cuándo evaluar”¹⁹.

Asumir desde la educación física la nueva perspectiva en la evaluación, implica reconocer múltiples elementos intervinientes y solucionar distintos problemas, que se deben tratar de manera interrelacionada, pues la acción sobre uno de ellos influye sobre los otros. Un mejor conocimiento de los estudiantes permite comprender cómo asume su papel participativo, cómo se atienden las diferencias individuales y sus niveles de desarrollo. Ello se relaciona por ejemplo, con el tratamiento de los logros de la clase en la que,

¹⁹ Ibid. p. 39.

estudiantes con mayores capacidades físicas y motrices realizan con menor esfuerzo las exigencias de las pruebas, mientras que aquellos que por sus características personales tienen menor destreza, obtienen resultados más bajos, pese a que sus esfuerzos e interés por la clase pueden ser mayores. Se relaciona también con las maneras de promover en los estudiantes el interés por participar y su comportamiento dentro del proceso de formación, su iniciativa y las condiciones que brinda la clase para su desenvolvimiento; si los estudiantes no tienen deseos de aprender y desarrollarse será inútil el esfuerzo que haga el maestro para estimularlos y orientarlos, es por esta razón que hoy no es suficiente tener especial cuidado con los métodos de enseñanza y por eso es esencial examinar las causas y las características del aprendizaje.

En cuanto a los lineamientos curriculares, Chinchilla²⁰ hace referencia a la necesidad que hay, en que los docentes diseñen y apliquen métodos y técnicas que consideren adecuados a las características del estudiante, del aprendizaje y de los fines educativos. La evaluación informa acerca de qué tanto se cumple eso en la práctica. En este sentido, es importante tener en cuenta que la evaluación en educación física se ha desarrollado históricamente entre dos grandes posibilidades: primero, responder a los criterios generales de la política educativa en cada momento a la par de las demás áreas y segundo, desarrollar sus propios criterios de acuerdo con la naturaleza de sus prácticas.

En el primer caso, ha predominado el criterio formal para cumplir con la normatividad, empleando procedimientos transferidos de las políticas generales a los aspectos particulares. Entre las cuáles el examen, la cuantificación y la selección con base en resultados cumplen una función evaluativa. Las transformaciones pedagógicas han llevado a cuestionar los

²⁰ CHINCHILLA, Víctor. op cit p. 116.

conceptos y procedimientos de evaluación, dando pasos a una mayor integralidad de la evaluación, a la valoración y el reconocimiento de las diferencias de los estudiantes. Paralelamente se toma como criterio la obtención de un resultado variado para todos, dependiendo del nivel de cada estudiante, tomado a partir de las conductas de entrada. Sin embargo, los contenidos de la evaluación se realizan desde componentes parciales relacionados con la condición física, las habilidades, las destrezas y aspectos formales como el comportamiento y la presentación personal; aspectos que hoy en día son objeto de estudio, debido a que no se tienen en cuenta muchas veces por los profesores de educación física.

Algunos de los procedimientos empleados para la evaluación en educación física, han sido criterios cuantitativos y cualitativos. Los primeros basados en pruebas con mediciones precisas en tiempo, resultado, distancia, repeticiones, y los segundos en la apreciación de la calidad de las habilidades y las destrezas, en la nueva perspectiva es necesario asumir el reto de cómo lograr la relación entre lo cualitativo y lo cuantitativo, así como relacionar los procesos y los resultados.

Si bien, como señala V. Chinchilla, las propuestas teóricas y los conceptos expresados por docentes y padres de familia (en los estudios realizados) coinciden con las políticas educativas sobre lo que se debe conseguir con la educación física, la recreación y los deportes; en la práctica todavía falta mucho porque no se han elaborado procedimientos ágiles y eficaces para evaluar integralmente. La evaluación permite relacionar la concepción de los estudiantes, del docente y, el interés que ellos asignan a las áreas del conocimiento para logros académicos, con la significación que dan a la educación física que no debe estar limitada a la promoción escolar, sino que se descubra la importancia que tiene para la vida cotidiana del estudiante, en

lo personal, en lo social y como proceso permanente para el mejoramiento en la calidad de vida de las personas.

2.1.5 Concepciones

Se dice que un término muy utilizado para referirse a concepción es el de representación²¹, pero también se pueden encontrar otras connotaciones dependiendo de la escuela que la utilice, dicha variedad de connotaciones hace que este concepto no tenga un sustento único, acomodándose a cualquier debate, en este caso de índole educativo. Entre las ideas que hay para clarificar la definición de concepciones están:

Una concepción se corresponde con una estructura subyacente; la concepción para Giordan y de Vecchino, no es sólo un producto, sino un proceso que se desprende de una actividad elaborada, dependen de un sistema subyacente, el cual constituye su marco de significación. Lo importante de la concepción es lo que se logre inferir sobre el funcionamiento mental del que aprende, este moviliza ciertas nociones o esquemas, en el transcurso de la actividad representativa, a partir de los cuales se infieren en una concepción y luego se explica mediante contraposiciones.

Una concepción es un modelo explicativo; una concepción se actualiza siempre por la situación vivida, por las preguntas planteadas, puede depender de la secuencia pedagógica en marcha, del contexto en el que emerge, se trata pues, es de movilizar lo aprendido y adaptarlo a una situación que se vive. En consecuencia se dice que existe una concepción o incluso actividad de conceptualización, que es cuando los elementos de una serie de objetos, se encuentran expresados, figurados y traducidos bajo la forma de un nuevo conjunto de elementos, y cuando se establece una

²¹ GIORDAN, A. y de VECCHI, G. Los orígenes del saber: De las concepciones personales a los conceptos científicos. Sevilla: Diada, 1995, p. 101, 102.

correspondencia directa entre los elementos de partida y la estructura que le ha dado un sentido, es decir, la red semántica. Para estos autores, esta correspondencia se traduce en concreto por las relaciones que unen entre ellos a los elementos que son objeto de la representación. Esto se manifiesta sobre todo en los procedimientos figurativos de representación como el dibujo, las gráficas, los esquemas, los mapas, entre otros, pero es también cierto que la red semántica da la medida de lo que una persona puede integrar en un campo dado.

Esta idea fundamental de red semántica está siempre equilibrada por otra noción igualmente crítica, la de operación, es decir, de transformación aplicada a través del proceso de estructuración del conocimiento. Existe, en efecto, un cambio que hace que la naturaleza de los productos o de los procesos de conceptualización sea cualitativamente distinta de las de los objetos de salida. Esta actividad es el resultado de actividades de codificación, mediante las cuales una información de determinada naturaleza es puesta en relación con otras y expresada bajo una nueva forma. La codificación puesta en marcha, aunque llegue a representaciones de alto grado, se manifiesta siempre por una cierta pérdida de información, lo que es propio de todos los procesos de abstracción.

Las concepciones tienen una génesis al tiempo individual y social; por concepción se entiende un proceso personal, por el cual un individuo estructura su saber a medida que integra los conocimientos; este saber, se elabora en la gran mayoría de de los casos, durante un período bastante amplio de la vida, a partir de la acción cultural parental que tenga, la práctica social de niño en la escuela y la actividad profesional y social de adulto.

Petit²² (citado por Giordan y de Vecchi) señala, que es lógico pensar, que los hijos de los agricultores no son por lo general analfabetos en los distintos campos del conocimiento, abordados por ellos en la enseñanza agrícola; más que otras categorías sociales; quizás habrán adquirido un conjunto de saberes prácticos por observación o imitación a los padres o al medio social inmediato y por su propia práctica sobre la explotación agrícola familiar. Pero entran en juego otros elementos, como las percepciones directas de los fenómenos naturales, otro es el conjunto de procedimientos empíricos aplicados a diferentes actividades y el último elemento, son las informaciones transmitidas por los medios científicos que en algunos casos son difíciles de asimilar.

Toda concepción conlleva una construcción mental de lo real, está construcción se efectúa a partir de las informaciones que la persona recibe por medio de los sentidos, pero también por las relaciones que entabla con otros individuos o grupos, en el transcurso de la historia, y que permanecen grabadas en la memoria; cada información recibida es codificada, organizada, categorizada dentro de un sistema cognitivo global y coherente de acuerdo con las preocupaciones y con todos los usos que de él hace cada persona. Al mismo tiempo las concepciones anteriores filtran, seleccionan y elaboran las informaciones recibidas, y simultáneamente, puedan a veces ser completadas, limitadas o transformadas, lo que da como resultado nuevas concepciones.

La actividad de construcción mental que hace una de lo real, se ejecuta según la modalidad psicológica y socialmente determinada e interdependiente, la realidad es la fuente de lo que el sujeto concibe, pero esta realidad es aproximada, dividida, decodificada y explotada en función de los problemas, del marco de referencia y de las operaciones mentales de la

²² Ibíd. p.105.

persona, lo que le permite construir una trama de lectura aplicable a su medio ambiente, este instrumento de análisis le lleva a organizar el mundo, o un aspecto del mundo, de tal modo que pueda comprenderlo, actuar sobre él, adaptarse o evadirse al menos a un cierto nivel.

2.2. FUNDAMENTOS LEGALES

La legislación en Colombia favorece en cierta forma, el derecho al desarrollo de la actividad física de los estudiantes desde una perspectiva de manejo del tiempo libre, la recreación y el deporte, al igual lo contempla para las distintas poblaciones. Si bien lo concibe como un derecho, encaminado a una formación más integral de fundamental importancia, no siempre se apoya su cumplimiento sobre todo en la educación pública.

La “ley 181”²³ del deporte en su artículo 1 de su primer título, hablan de los objetivos generales que se enfocan al patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos sus niveles y estamentos sociales del país, el desarrollo del derecho de todas las personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuadas. Así mismo, la implantación y el fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitar el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.

La “ley 115 de 1994”²⁴ en el artículo 5, habla sobre los fines de la educación, refiriéndose entre otras cosas a la formación para la promoción y

²³ CONGRESO DE LA REPÚBLICA. Ley del Deporte. Bogotá, 1995. (Nota: modificada en lo pertinente por la Ley 344 de 1996 artículo 44)

²⁴ CONGRESO DE LA REPUBLICA. Ley General de Educación. Bogotá: Instituto para el desarrollo de la democracia Luís Carlos Galán, 1994. (reglamentada parcialmente por el Decreto 1860 de 1994)

preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización del tiempo libre. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual , moral, espiritual, afectiva, cívica y demás valores humanos.

El “Decreto 1860 de 1994”²⁵, en el artículo 1º, se basa en el Ámbito y Naturaleza. Las normas reglamentarias contenidas en este decreto se aplican al servicio público de educación normal que presten los establecimientos educativos del Estado, los privados, los de carácter comunitario, solidario, cooperativo sin ánimo de lucro. Su interpretación debe favorecer la calidad, continuidad y universalidad del servicio público de la educación, así como el mejor desarrollo del proceso de formación de los educandos.

La resolución 2343 de 1996, señala en el Artículo 3º que los lineamientos constituyen orientaciones para que las instituciones educativas del país ejerzan la autonomía para adelantar el trabajo permanente en torno a los procesos curriculares y al mejoramiento de la calidad de la educación. Agrega que estos lineamientos aportan elementos conceptuales para constituir el núcleo común del currículo de todas las instituciones educativas, fundamentar los desarrollos educativos hacia los cuales pueden avanzar y generar cambios culturales y sociales.

Bajo el “Acuerdo N° 5”²⁶ del 20 de febrero del 2001, aprobado por el Consejo Académico de la universidad Industrial de Santander, se crea el programa institucional de Cultura Física. Acuerda que todos los estudiantes de programas presenciales de pregrado que ingresen a la universidad, a partir

²⁵ *Ibíd.*

²⁶ CONSEJO ACADEMICO DE LA UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER. Acuerdo N° 005, Bucaramanga, 2001.

del primer semestre de su programa académico, se matricula al curso de cultura física, ofrecido por el Departamento de Deportes.

2.3. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

A nivel internacional se consultaron dos investigaciones que se relacionan con el actual proyecto, la primera es realizada por Jesús Viciano Ramírez,²⁷ profesor de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la universidad de Granada (España), titulada “Procedimiento de una Investigación – acción colaborativa entre docentes de Secundaria en servicio de Educación Física y la Universidad de Granada”. Su objetivo principal es el de proveer a los docentes o investigadores en Educación Física (E F) una información que pueda ser utilizada como base para iniciar un proceso de investigación y/o autoformación. Esta investigación se divide en dos fases:

En la primera fase, se evaluó a través de cuestionarios a docentes de E F y por medio de entrevistas a asesores específicos de E F, de la formación permanente que se ofrecía. Se obtuvo como resultado información acerca de los objetivos y preferencias de los profesores en cuanto a su propia formación; manifiestan el deseo de investigar, actualizarse, e innovar con el fin de aplicarlo en el lugar donde realizan sus clases. En cuanto a la metodología, valoran positivamente el trabajo en equipo al destacar la colaboración y el grupo como artificio para conseguir objetivos más amplios y formativos; la participación del profesorado en su formación manifestado mediante el interés por asistir a cursos o congresos y otras actividades de formación.

En la segunda fase, el estudio se encaminó a proporcionar alternativas al profesorado de Educación Física en Servicio, con el fin de superar los

²⁷ VICIANA RAMIREZ, J. Lecturas: Educación física y deportes. Revista Digital, año 3, N*12. Buenos Aires-Argentina.1998. Disponible en www.efdeportes.com.

problemas encontrados en la formación permanente tradicional. Por lo tanto, basados en los resultados obtenidos en las encuestas realizadas en la primera fase de la investigación, dichas alternativas estuvieron dirigidas a motivar a los docentes para que participaran en las actividades de formación, desarrollaran programas con horarios flexibles que se adecuaran al tiempo libre de los docentes; en cuanto a la metodología hicieron énfasis en la formación grupal debido a los beneficios que esto conlleva, pero sin hacer a un lado la libertad individual y la autonomía en el trabajo. Finalmente resaltaron la importancia de establecer un programa lo suficientemente extenso en el tiempo, que ofreciera un mínimo de eficacia en los resultados teniendo presente que estuviera acoplado con la práctica diaria de los docentes participantes ya que no basta con teorizar, hay que aplicar y actuar.

El trabajo en el grupo se guió por los principios de unir la formación inicial y la permanente, principio que se llevó a cabo desde dos vertientes: Por las características de los profesores participantes y por la participación que tuvieron los estudiantes de segundo ciclo de la licenciatura en educación física en todo el proceso, familiarizándose así con la formación permanente; esto es, centrar el trabajo en la propia práctica de los profesores que integran el grupo de trabajo e inducir a los profesores a la búsqueda y tratamiento de sus problemas. Por tanto, la flexibilidad de la metodología que siguieron fue propia de la investigación-acción; proporcionando a los profesores la competencia de exponer sus casos ante los compañeros y así aprender de las experiencias de los demás, eventualmente hacer hincapié en las tareas de investigación de los profesores en sus aulas de Educación Física.

La segunda investigación fue realizada por Ana Pavón Lores y Juan Antonio Moreno Murcia²⁸, se titula “Actitud de los Universitarios ante la practica Físico-Deportiva: Diferencias por Géneros”. El objetivo fue evidenciar los diferentes factores que motivan e influyen en los alumnos al momento de participar en los programas universitarios que promueven la práctica físico-deportiva y, de esta manera, contribuir a desarrollar, e incrementar los niveles de compromiso personal durante la vida adulta en manteniéndose activos físicamente.

Para proceder con esta investigación se elaboraron cuestionarios, con el fin de recoger la información necesaria para conocer las opiniones de los estudiantes de la Universidad de Murcia (España) acerca de sus intereses y motivaciones hacia las Actividades Físico-Deportivas. Estos fueron diferenciados en tres grupos: los activos físicamente, los no activos y los que actualmente habían abandonado la práctica. Posteriormente los investigadores obtuvieron datos que reflejaban las diferencias entre géneros y demás. Por ejemplo, la mayoría de los hombres practica alguna actividad física, en cambio las mujeres lo hacen en menor medida. La diferencia entre las características de la actividad física realizada por los dos géneros es evidente, los hombres prefieren actividades y/o deportes colectivos (futbol, baloncesto); mientras que las mujeres prefieren deportes y/o actividades individuales (natación, carrera, gimnasio).

Por género los hombres le dieron más valor a los aspectos vinculados con la competición, el hedonismo y las relaciones sociales, la capacidad personal y la aventura; no obstante, las mujeres practicaban por motivos relacionados con la forma física, la imagen personal y la salud. Al opinar sobre los espacios que ofrecía la Universidad de Murcia (España), los estudiantes

²⁸ PAVON LORES, Ana. Y MORENO MURCIA, Juan Antonio. Actitud de los universitarios ante la práctica físico-deportiva: Diferencias por Géneros. Publicada en la Revista de la Psicología de Deporte. 2008. Disponible en este link: <http://www.um.es/univefd/acuni.pdf>

masculinos consideraron insuficientes en número las instalaciones deportivas, a diferencia de las mujeres, pero ellas percibían menor accesibilidad por que estaban preparadas para deportes masculinos.

En cuanto a los programas que ofrece la Universidad se reveló que para las universitarias las clases de Educación Física eran difíciles, inútiles y suficientes; por el contrario, para los varones eran fáciles, útiles e insuficientes. Otros factores que a diferencia de los hombres motivaban a las mujeres a participar en los programas que ofrecía la universidad era la oferta de créditos. En cuanto a las circunstancias que influyen en el abandono de la práctica de Actividad Física están la pérdida de interés, las malas experiencias y la falta de tiempo libre.

Finalmente los investigadores concluyeron que para crear el hábito de la Actividad Física en los estudiantes, es importante transmitir climas motivacionales, entendiendo que la participación de mujeres y hombres varía dependiendo de factores como el tipo de actividad física y/o deporte que se va a realizar, de la facilidad de acceso que se tenga a las instalaciones, la disposición de los estudiantes en el momento de realizar la actividad entre otros, con el fin de disminuir considerablemente el sedentarismo y promover el compromiso personal durante la vida adulta por mantenerse activos físicamente.

A nivel nacional, se encontró una investigación, realizada por el grupo Motricidad humana y mundos simbólicos²⁹, conformado por los profesores de las universidades de Caldas, Cauca, Surcolombiana, Pamplona, Pedagógica Nacional, Quindío y la UCC de B/manga, en el año 2005, titulada “Imaginarios de l@s jóvenes escolares ante la clase de educación física” . Es

²⁹ GRUPO MOTRICIDAD HUMANA Y MUNDOS SIMBOLICOS. Imaginarios de l@s jóvenes escolares ante la clase de educación física. Armenia, Colombia: Kinesis, 2005.

un estudio de complementariedad etnográfica, donde se trabajó con estudiantes de secundaria de instituciones públicas y privadas del país.

Entre sus resultados muestra que para los estudiantes la clase de educación física es algo fuera de lo común; dicen que es una clase distinta a las demás, esto es un imaginario inherente a lo juvenil pues es básico para el desarrollo mental y motriz de los educandos. Además es un espacio de comunicación donde los estudiantes entran en confianza con el profesor, formándose un entorno de cooperación por la forma y el modo activo de ser de la clase; es decir, es una clase para integrar a los alumnos a través del movimiento. Entre otras valoraciones que se hacen a la educación física está su aporte a lo estético corporal, a la salud y a la posibilidad de desarrollar destrezas deportivas. Pero también se encontraron resultados muy preocupantes, que se dan por distintas razones, como es el caso en que, la población menos favorecida es excluida regularmente de su derecho, bien sea por no contar con un número suficiente de profesores para el área o porque tan sólo se cuenta con uno para todo los cursos, desmejorando notablemente la calidad de la asignatura.

A nivel local, se revisó la investigación hecha por el grupo investigativo KINEPAIDEIA (estudio regional que hace parte del anterior proyecto), integrado por profesores de la Universidad Cooperativa de Colombia seccional Bucaramanga, Clara M Forero Bulla, Héctor Mancera Galvis, María Teresa Castañeda Galvis³⁰, entre otros, durante el año 2005, titulada “Los imaginarios de los jóvenes ante la educación física: La educación física, una oportunidad de encontrarnos con nosotros mismos y con el otro” . Es un estudio de complementariedad etnográfica, su objetivo es hacer evidentes las potencialidades y problemáticas del área de educación física, a partir de

³⁰ GRUPO KINEPAIDEIA. Los imaginarios de los jóvenes ante la educación física. La educación física, una oportunidad de encontrarnos con nosotros mismos y con el otro. Bogotá, Colombia: Editorial Universidad Cooperativa de Colombia, 2005.

los imaginarios que construyen los jóvenes en esta área. Algunos de los resultados que se obtuvieron muestran que el área de educación física se encuentra en un estado deficiente, particularmente en las instituciones pertenecientes a los estratos uno y dos, en las cuáles se cuenta con un profesor para todos los grupos; en los estratos tres y cuatro se da una orientación combinada entre educación física y deporte, mientras que en los estratos cinco y seis se encuentra mayor organización en las instituciones privadas, en una de las cuáles el trabajo es considerado como innovador. El descuido del área no sólo está en las instituciones sino también en el incumplimiento de las políticas gubernamentales para con las instituciones públicas. En general, los estudiantes solicitan un profesor joven, preparado, con “clases más pedagógicas” y con una evaluación de acuerdo con el desarrollo físico del educando; para los estratos menos favorecidos, la única opción de desarrollo de la motricidad está en la escuela.

El camino a seguir es el de plantear una nueva propuesta que permita trabajar desde el desarrollo de la motricidad humana, también hay que rescatar los principios de la creatividad desde la interdisciplinariedad y básicamente, entablar un diálogo permanente e interinstitucional entre los formadores de este área y los demás actores del estudio. Desde la perspectiva de Ibernón, podría tenerse en cuenta la flexibilidad curricular, de igual forma, los cambios en la cultura institucional y educativa; el favorecimiento de las relaciones interpersonales en la comunidad educativa; la comprensión de las diferentes culturas, sin olvidar su diversidad, bajo parámetros de tolerancia que no lleven a la discriminación.

3. DISEÑO METODOLOGICO

3.1. CLASE DE ESTUDIO

Se realizó una investigación cualitativa, desde etnografía enfocada o particularista, dado que su propósito era describir y analizar desde una perspectiva holista un grupo social específico en determinadas circunstancias; en este caso se hizo a partir de las percepciones de los participantes y característica de la prácticas pedagógicas de la clase de cultura física en la universidad.

Se constituyó en un estudio microetnográfico³¹ por ser una investigación de un escenario pequeño, relativamente homogéneo y geográficamente limitado, de igual manera permitió elaborar explicaciones e interpretaciones de la situación estudiada, atendiendo a sus características, contexto, estructura, participantes, sentimientos. En la dinámica investigativa se consolidaron los datos desde la mirada de los diferentes participantes, atendiendo a las características propias de la investigación cualitativa, con el fin de reconstruir un universo social³², en este caso la clase, los sentimientos e inquietudes que despierta.

3.2. ESCENARIO Y PARTICIPANTES

El estudio se realizó en la Universidad Industrial de Santander, en el Departamento de Deportes y en su respectivo campus deportivo. Los participantes fueron el director del Departamento, cuatro profesores de

³¹ MORSE, Janice M. Asuntos críticos en los métodos de investigación cualitativa. Medellín Colombia: Editorial Universidad de Antioquía. 2003-

³² PEREZ SERRANO, Gloria. Investigación cualitativa: Retos e interrogantes. Madrid: Muralla. 1994, p. 21.

planta, cuatro profesores cátedra y un total de 200 estudiantes, distribuidos en seis grupos del primer semestre que cursan diferentes carreras y deben cursar esta asignatura y dos grupos también de diferentes carreras y semestres, matriculados en la asignatura de contextos deportivos; cada grupo cuenta con un promedio de 25 estudiantes por profesor.

3.3. PROCESO DE RECOLECCION DE LA INFORMACION

En el estudio se utilizaron diferentes técnicas para recolectar la información:

El análisis de documentos que consistió en la revisión del programa oficial de la asignatura de cultura física y deportiva y el modelo pedagógico de la universidad.

La observación interna o participante³³, dada la accesibilidad al espacio, a los participantes con quienes se mantuvo una comunicación constante, eventos de clase puesto que se efectuó para tener un mayor contacto y así poder caracterizar el entorno físico y social del lugar. En el desarrollo del trabajo de aula que realizan los profesores con sus estudiantes se observarán las situaciones relacionada con los procesos propios de su actividad pedagógica, estrategias que usan los profesores o estilos de enseñanza, temáticas; de la misma forma se observa a los estudiantes.

La entrevista, se utilizó la informal conversacional para abordar inicialmente a los participantes y así obtener datos generales de los puntos a tratar; las preguntas se formularon sin usar una guía que delimitara el proceso, puesto que se pretendía propiciar una conversación informal entre algunos participantes. En la entrevista semiestructurada se utilizó una guía de preguntas, se aplicó al director, profesores y algunos estudiantes.

³³ *Ibíd.*, p. 24

Cuestionarios, estos se aplicaron con el fin de recoger en forma ágil información relevante, esencial sobre temas claves para la investigación; se aplicaron a los estudiantes al inicio y en el transcurso de la investigación. Sus datos permitieron avanzar el proceso de pre configuración.

Técnicas de Registro:

Se utilizó el diario de campo para anotar los diferentes eventos, percepciones de lo observado y escuchado que guardara relación con el objeto de estudio. Los videos, fotografías y audios, permitieron consignar eventos de clase, entrevistas, reuniones de trabajo, dándole mayor fidelidad al dato al ser evidencia que permitieron comparar acciones y reacciones de profesores y estudiantes en la clase.

3.4. PROCESO DE ANÁLISIS

El proceso de análisis se realizó a lo largo de la investigación; los datos obtenidos de los cuestionarios permitieron preconfigurar la situación dando lugar a las categorías iniciales; las entrevistas se transcribieron, se efectuó su lectura y relectura, con el fin de avanzar en la sistematización de los datos y lograr su categorización. Esta sistematización permitió la elaboración de memorandos descriptivos, para facilitar la comprensión e interpretación desde la perspectiva de los participantes, proceso que se apoyó, en la aplicación de algunas herramientas analíticas, en la teoría formal y la visión del investigador.

3.5. VALIDEZ INTERNA

Se realizó por medio de la triangulación de la información, estrategia que permitió la confrontación de los datos, en búsqueda de la calidad del estudio por medio del contraste entre información coincidente o discordante; se triangularon los datos obtenidos, desde las técnicas de recolección de la información, desde los participantes y la percepción del investigador.

3.6. PRINCIPIOS ÉTICOS

Se tuvo en cuenta la participación voluntaria y el principio de reserva cuidando de no utilizar nombre propios.

4. RESULTADOS

4.1. EN BÚSQUEDA DEL DATO: UNA APROXIMACIÓN A LA CULTURA FÍSICA COMO ASIGNATURA

La experiencia de investigación se constituyó en una aproximación a la contextualización de la asignatura de Cultura Física en la universidad Industrial de Santander; estudio que da cuenta de un precedente que permite valorar el significado y aquello que la asignatura representa para los estudiantes, tanto en su vida personal como académica. Igualmente invita a reflexionar sobre las potencialidades como sobre aquellos aspectos que aproximan a algunos vacíos, dificultades o inconvenientes para desde allí, generar alternativas que lleven a avanzar en una asignatura que para los estudiantes es fundamental, puesto que la visualizan como un componente valioso en su formación integral.

Si bien, la universidad, el departamento y participantes colaboraron en el estudio, algunas interrupciones de los períodos académicos dilataron la recolección de información y en ocasiones fue necesario volverla a recoger, para su actualización; en cuanto a la actitud de los estudiantes siempre fue de colaboración, con la esperanza de que algunas de sus inquietudes se tuvieran en cuenta

La búsqueda de la organización del dato es un camino que aproxima a la comprensión y que advierte sobre sus mensajes en la medida que se logren comprender; tarea no muy fácil pero que reclama atención del investigador. En este proceso se utilizaron algunas herramientas analíticas como: la comparación y la alerta roja para evitar los prejuicios que a veces rotulan las actuaciones y conductas de los estudiantes influenciados por las

experiencias del investigador como docente y algunas clases de preguntas: al investigador, al dato, sensibilizadoras y de profundización.

La interpretación se realiza desde una perspectiva integradora con el fin de relacionar diferentes aspectos de los hallazgos, atendiendo al panorama que presentan los datos, al proceso de sistematización, al surgimiento de categorías y que, como tal, convergen fortaleciendo la triangulación y desde luego, la validez interna del estudio. Es por esto que algunos de sus apartes se rotulan con aspectos de las categorías señaladas como centrales.

La sistematización se presenta de la siguiente manera: en este informe el anexo A matriz final de categorías y el anexo B, memorandos descriptivos finales. En un CD se presentan: el anexo C que corresponde a la pre categorización; el anexo D, memorandos preliminares y el anexo E, memorandos descriptivos de los profesores.

4.2 INTERPRETACIÓN

SIGNIFICADO Y FUNCIONALIDAD DE LA CULTURA FISICA: ENTRE REALIDAD Y UTOPIA

La universidad tiene dentro de su misión el formar integralmente a sus estudiantes, de manera que ellos sean quienes planeen, gestionen y ejecuten proyectos que les permita crecer como personas, profesionales y hagan progresar a la sociedad. Es por esto que el programa de cultura física junto a materias como el inglés, la ética profesional y el taller de lenguaje, están enfocadas a la formación integral a través del lenguaje, el movimiento y el pensamiento, además dichas asignaturas son requisito para que todos los educandos se puedan graduar.

Por lo anterior, hay que entender a la cultura física desde un enfoque Biosicosocial, al ser un área que forma parte de todo un sistema educativo el cual tiene como propósito contribuir a la formación de un ciudadano más productivo, más solidario, más participativo, más tolerante, más respetuoso de las normas o leyes y, por lo tanto, más colaborador en las relaciones con sus semejantes; más consciente del valor de la naturaleza y por lo mismo, menos depredador y destructor. Esta es en parte, la misión de la universidad, pero es claro que es indispensable el compromiso de la comunidad universitaria para cumplir a cabalidad con este propósito.

La asignatura de cultura física es benéfica para la salud corporal y mental, así lo entienden y manifiestan algunos educandos quienes hablan “del fomento del deporte en el estudiante como base para una buena salud y un buen desempeño”; entienden y son reiterativos en la importancia que tiene la actividad física para sus vidas. Así mismo los estudiantes consideran que si bien, la “cultura física tiene como fin ayudar al mejoramiento de la salud mediante la práctica del deporte”, sin embargo, en algunos casos no se observa o es claro este fin, posiblemente porque al ser los profesores autónomos en sus temas y metodologías, las clases pueden estar orientadas en esta dirección o tener un fin más técnico o de cumplimiento con algunas prácticas o ejercicios en particular.

En el Manual de educación física y deportes³⁴, se habla de los efectos que tiene la actividad física sobre la salud humana; ésta hace referencia a: prolongación de la vida, mejoramiento de la respiración, prevención de enfermedades; aspectos que influyen en el fortalecimiento corporal, mental y espiritual, entre otros. Chicharro³⁵ en fisiología del ejercicio, recomienda

³⁴ LOPEZ De Viñaspres. Op. cit., p.165

³⁵ CHICHARRO. Op. cit.

hacer un mínimo de 30 minutos diarios de ejercicios variados, de tal forma que se vaya adquiriendo una cultura del ejercicio.

En el estudio se encontró, que si bien los estudiantes no desconocen sus beneficios, no van más allá del discurso, aspecto que se ha encontrado en otras investigaciones como en Hernández Jackeline, Forero B. Clara M³⁶, donde si bien se tienen claros sus beneficios no se asume un compromiso y disciplina en la práctica de la actividad física.

En el estudio sobre la asignatura de Cultura Física, se encuentra que hay un buen número de estudiantes que no están acostumbrados a hacer ningún tipo de actividad física, ni como lo dicen: “nada parecido”; para algunos de ellos, esto viene desde sus primeros años, bien porque no “había costumbre en el hogares”, “espacios apropiados”, por ser para algunos adultos, pérdida de tiempo y ellos no adquirieron la costumbre; además para algunos durante su formación básica, “...en el colegio no se hacía nada durante la clase de educación física”. Para otros “el sedentarismo” a que están acostumbrados y la “falta de conciencia que se tienen”, lleva a que se le reste importancia, no se le asigne un lugar en sus actividades y la misma asignatura “sea una pérdida de tiempo”. Un estudio etnográfico³⁷ sobre la educación física en Bucaramanga, da cuenta de algunos de estos aspectos, que señalan el descuido en que se halla la educación física en básica primaria, particularmente en la educación oficial, donde no cuenta con un profesor de educación física o tan sólo existe uno para toda la institución

³⁶HERNÁNDEZ, Jackeline, FORERO B. Clara M.³⁶ Concepciones y percepciones sobre salud y calidad de vida, actividad física en una comunidad académica de salud. En Revista Electrónica Cubana de Enfermería. Abril-junio, 2007. Vol 27, No 2.

³⁷ FORERO B. Clara M. Una reflexión crítica sobre la educación física en básica primaria. En: Revista Pedagogía y movimiento, 2 No. 2000, pp. 8-28.

De la misma forma se encuentra un grupo de estudiantes para quienes la actividad física y el deporte son fundamentales, les causa agrado y motivan a otros compañeros. Por lo general conforman los grupos de contexto y las selecciones deportivas, pues ellos reconocen que les sirven “para mantenerse activos y “saludables”, adoptan un estilo de vida basado en “la actividad física”, “incitan a la práctica y al desarrollo de los deportes”; de la misma forma “han incidido positivamente en la motivación y práctica de algunos deportes”.

El hábito por hacer actividad física o ejercicio es un factor determinante en la contribución para mejorar la salud corporal, para esto, el docente cumple un papel básico en la motivación de los estudiantes con el fin de llevarlos a mejorar su inclinación por la realización de ejercicio durante y después de cursar la asignatura. Sin embargo, algunos estudiantes consideran que los mismos profesores deben ser un buen ejemplo, no “estar con sobrepeso”, “participar de las clases”; no quedarse “en el discurso” sino trascender a “los hechos”, con el fin de reafirman el pensamiento del estudiante e incentivarlo a la práctica y evitar el sedentarismo, el cual se observa en diferentes espacios de la universidad donde el estudiante permanece “sentado”, “recostado” o en posiciones poco cómodas y perjudiciales para su estructura y conformación física.

Hay otros factores determinantes que guardan relación y son el uso de las normas de aseo y la alimentación los cuales hacen parte de la asignatura y conforman el eje de integralidad. El uso de normas de aseo e higiene deportiva, se entienden como un factor que favorece la correcta práctica de la actividad física; al igual que el sueño, la dieta, la vestimenta, las costumbres, las relaciones sexuales, entre otros; todos estos aspectos se reflejan en el entrenamiento invisible que cada persona tiene que tener

presente para mejorar su bienestar personal y social y, que adicionalmente ayuda a prevenir enfermedades y lesiones.

Con relación a algunos de estos factores y particularmente con la presentación del estudiante a su ingreso a otras asignaturas, se encuentra casos de estudiantes que señalan que no alcanzan a ducharse y tienen que “asistir sudados y sucios” a las siguientes clases. Aquí también entran a actuar los profesores de otras áreas quienes no permiten el ingreso a clase a estos estudiantes por estar mal presentados, pero a la vez reclaman en lo posible, se tenga en cuenta las inquietudes de los estudiantes al respecto, puesto que el número de duchas, el tiempo del cual disponen y el desconocimiento al respecto no les permite cumplir con este requisito.

Desde las normas y prácticas se insiste en lo indispensable que es hacer énfasis a los estudiantes en la higiene corporal, recordándoles lo vital de ducharse, afeitarse, peinarse, del uso del desodorante, lociones, talcos; de la higiene dental, de la ropa deportiva adecuada para realizar ejercicios físico-deportivos. En cuanto al vestuario, que cumpla funciones de abrigo, adorno y protección que sea cómodo, que permita los distintos movimientos corporales y también ayude a la evaporación del sudor; que el calzado sea el apropiado según la disciplina deportiva y el terreno sobre el cual se va a practicar. Desde este estudio, se encuentra que como lo señalan algunos estudiantes “no todo se cumple a cabalidad”, bien sea por falta de costumbre, descuido, por falta de recursos, porque no todos en la comunidad universitaria lo saben; por lo tanto, muchas de las orientaciones no van más allá de un discurso.

La promoción de una sana alimentación, es otro de los beneficios que provee la asignatura puesto que el docente debe orientar a los estudiantes sobre la cantidad y calidad adecuada en cuanto a la ingesta de calorías, al ser

indispensable una alimentación balanceada. Es evidente que el estudiante promedio come a deshoras, no muy balanceado y bebe poca agua potable; el comer a deshoras se da por los horarios de clase, algunos por horarios de trabajo; lo balanceado se dificulta tanto por la oferta de comida que se da en las cafeterías como por falta de presupuesto. Se encuentra quienes pueden comer dos veces al día y tomar agua embazada y aquellos que no realizan sus comidas reglamentarias; además a clase asisten estudiantes sin haber desayunado y que en su afán de llegar a otras clases continúan de largo, sin ingerir alimento o tan sólo una gaseosa o un tinto. En cuanto al profesor promedio del Departamento de Deportes sufre de sobrepeso, además comen inadecuadamente, también ingieren bebidas oscuras, gaseosas, en fin, han descuidado su alimentación, aspectos que también detecta el estudiante.

El otro aspecto que presenta dificultades es la hidratación la que es vital para una buena salud. Cuando se realiza ejercicio, la pérdida de agua se incrementa a medida que el cuerpo necesita eliminar el calor por medio del sudor para mantener el control de la temperatura, por tal motivo en un día sin hacer mucho ejercicio hay que beber hasta un litro y medio de agua, entonces cuando hay ejercicio constante por más de 30 minutos hay que hidratarse antes, durante y después de cada actividad; aspectos que algunos conocen pero que difícilmente llevan a la práctica. Se encontró que como ya se dijo muy pocos beben agua y la mayoría lo hace en el grifo.

LA CULTURA FÍSICA POTENCIADORA DE LA SALUD FÍSICA Y MENTAL

Los estudiantes el concepto de cultura física lo relacionan con la salud física y mental, particularmente asociado a la práctica del deporte; consideran que propicia la calidad de vida y que, en la medida que haya un mayor desarrollo físico es más fácil lograr un buen desempeño porque favorece la salud

mental y desde luego física. Vista así, la cultura física hace “parte de una cultura saludable”, que requiere de disciplina” en “beneficio de un cuerpo sano” y su fortalecimiento, actividad que se debe constituir en un hábito: además propicia el conocimiento del cuerpo, su funcionamiento y el fortalecimiento psicológico.

“Un alto en la actividad académica” o escape “del estrés del estudio”

Sus beneficios también se traducen en “descanso”, “desestres”, “relajación”, espacio “lúdico”, “una oportunidad para alejarse de la academia” o “rutina de clase”, “interacción con el espacio” y “compañeros”. Este último aspecto para ellos es valioso, dado que la dedicación que les demanda las responsabilidades académicas a veces no les permite compartir con sus compañeros o estudiantes de otras carreras, por esto le otorgan el calificativo de “distracción” o “esparcimiento”. Quizá por todo esto y constituirse en un espacio y tiempo al cual tienen derecho por ser parte de sus asignaturas, lo valoran y ven como un hecho integrador y formador, que también quisieran encontrar en las diferentes actividades culturales que se realizan en la universidad, pero en las cuales no siempre pueden participar por razones de orden académico, debido a la falta de tiempo, costos de algunos eventos, interferencia con horarios, entre otros aspectos. De ahí que para algunos, la única opción de participar en una actividad diferente a las clases propias de su carrera y de descanso sea la práctica del deporte.

Algo interesante que se encuentra en el estudio debido a lo anterior, es la parte humana, puesto que consideran que la clase les “sirve mucho más allá de lo que algunos profesores enseñan y creen”: ejercicios, calentamiento, deportes, juegos, aspectos que se vuelven rutinario y en últimas sería una asignatura más. Este aspecto humano, el que a veces pasa desapercibido en la universidad, algunos estudiantes, por lo general,

los que están lejos de la familia lo encuentran en este espacio, al darse un mayor reconocimiento bien sea de sus compañeros o de algunos de sus docente al descubrir en ellos mismos y en sus compañeros aptitudes y actitudes desconocidas o poco reconocidas por otros. De la misma forma lo contemplan como un espacio lúdico, de goce y recreación, el cual puede tornarse en una tortura o aburrimiento cuando se enfrentan a una clase con exigencias que van más allá de su estado físico o con actividades as o repetitivas y poco motivadoras.

CONTENIDO QUE PROMUEVE LA CULTURA DEPORTIVA PERO QUE ABARCA MUCHOS TEMAS

Para poder hablar de los contenidos del programa de cultura física hay que conocerlos primero y revisarlos a la luz de los fines de la ley general de educación, por cuanto comporte aspectos básicos en la formación de los estudiantes y sirven de referentes en el desarrollo de esta asignatura en la educación superior. La Cultura Física en la universidad parte de la inducción a la misma cuando ingresan los estudiantes y se hace una presentación del profesor, de los educandos y del programa, el que se contextualiza desde una perspectiva de formación integral. En el segundo momento se trabaja la unidad llamada el mejoramiento de las condiciones motrices, la cual consta de una preparación física básica para participar satisfactoriamente durante las clases y de paso para la carrera atlética. El tercer contenido tiene que ver con la recreación, esta implica juegos grupales, autóctonos, mentales, entre otros; esto con el fin de hacer que el grupo participe de una manera activa y se integre. Finalizan con los contenidos relacionados con las rotaciones deportivas, como son el fútbol, el baloncesto, el voleibol, el softbol y el futbol de sala; sin embargo, quedan por fuera varios temas benéficos

para la comunidad universitaria que es necesario abrirles los espacios para orientarlos.

Desde aquí, se encuentra que la fortaleza en los contenidos del programa de cultura física desde la mirada los estudiantes, está principalmente en la enseñanza de los deportes; estos algunas veces apuntan a la formación integral de los estudiantes, quienes expresan que los profesores promueven la cultura deportiva a través de las clases enseñando los variados gestos deportivos, pero que los temas no son trabajados en su totalidad por la falta de tiempo. En general se observa que los temas están dirigidos a estudiantes que tienen unas cualidades físicas poco desarrolladas producto de su formación anterior secundaria y primaria; de ahí la necesidad de partir de los fines del el nivel básico de la educación general y los relacionados con la Educación Física.

Entre otros aspectos trabajados, aun cuando no con buenos resultados como ya se dijo, quizá por su difícil aplicación, están los hábitos de aseo e higiene, el aprovechamiento del tiempo libre, la alimentación e hidratación. Todos apuntando a una formación más integral de los estudiantes, quienes perciben como de gran importancia el que se “Promueva la cultura deportiva” y, a la vez, el que sea “ una clase divertida y de integración”, donde la “ enseñanza de los variados gestos deportivos”, fortalece sus conocimientos”, al igual que la “explicación detallada de la forma de realizar actividades físicas”, “habilidades y destrezas físicas” que puedan “aplicarlas en su diario vivir”. Pero así como algunos perciben los temas como “importantes” y “muy bien desarrollados” con una orientación pertinente o “apropiada para ellos, como estudiantes”; otros los ven “insuficientes” o, por el contrario que “abarcan muchos temas”, volviendo la clase monótona centrada en un esquema teórico, que se asemeja a las demás clases,

cuando se espera que sea una clase que les proporcione “descanso”. Con respecto a los demás aspectos, docentes y estudiantes consideran que estos hábitos dada las circunstancias de los estudiantes y el tiempo que reclama la academia, no se llegan a cumplir, de lo cual ya se hizo referencia.

Quizá la debilidad del programa según lo manifiestan algunos estudiantes, está en “pretender incluir muchos temas dentro del contenido del programa” cuando “el tiempo es muy corto 2 horas semanales”; esto es, 32 horas en el semestre, en las que se pretende enseñar eficientemente con detenimiento cada uno de ellos, lo cual es imposible, puesto que tan solo se trabajan superficialmente los temas planteados en el programa. Esto lleva a que como lo dicen los estudiantes “se conozcan muchos deportes” pero a la vez “se desconozca la táctica, la técnica y su reglamento para jugarlos,” y “su historia”.

En cuanto a la recreación, la ven como un aspecto necesario para la buena y sana diversión, promoviendo una cultura recreativa al interior de la universidad para que los estudiantes logren llevar este mensaje fuera de la institución, de manera que compartan sus experiencias deportivas, recreativas y académicas con sus vecinos, amigos y familiares. Esto es, desde una mirada de proyección social; sin embargo, no se ha realizado un seguimiento en este sentido, aspecto que podría ser objeto de estudio.

Más allá de la asignatura de cultura física como tal, se encuentran actividades recreativas para que los estudiantes tengan un espacio para desestresarse por medio del movimiento, de manera que les permita descansar de la rutina académica, aspecto que se encontró también en la investigación

realizada por Juan José Mayorga³⁸ C. Estudio en el que, si bien se resalta la importancia de la recreación en la formación integral del estudiante y la preocupación por desarrollarla desde algunas dependencia de la universidad como Bienestar Universitario o el mismo departamento de Cultura Física, el estudiante no cuentan con el tiempo suficiente para practicarla debido a la demanda de tiempo que les exige la academia; algunos lo hacen “después de haber realizado todas las obligaciones...”

Con respecto al programa en sí, hay vacíos debido a que al tener cada docente la autonomía para desarrollar su clase, se pierde la oportunidad de unificar ciertos criterios atendiendo al estado físico, mental, afectivo, humanístico, desde una perspectiva integral que favorezca el desarrollo de los estudiantes. Esto es detectado en algunos casos por los estudiantes, para quienes algunas actividades o ejercicios les resultan muy pesados o no cuentan con el desarrollo físico necesario para su ejecución o, en unos pocos casos, puede suceder que tengan un mayor aprestamiento, particularmente fruto de una disciplina personal.

De ahí que sea importante retomar los contenidos de la educación física de la básica secundaria, para que en realidad sirvan como referente para diseñar el programa de cultura física, pues los estudiantes recién se están adaptando a la nueva etapa de la educación superior con ciertas deficiencias en su desarrollo físico. Es por este motivo que se toma parte de la introducción del programa de la educación física en la secundaria, más aun cuando se ha encontrado deficiencia en la formación de educación física de básica, con el fin de hacer una reflexión acerca de lo que se tiene y de lo que se quiere hacer con la educación física universitaria.

³⁸ MAYORGA C. Juan José. Recreación “actividad humana desde la vivencia individual o grupal”: una liberación “de la academia”. Tesis de Maestría. Escuela de Educación Universidad Industrial de Santander.2008, p. 70.

“Según lo establecidos en la ley general de educación³⁹ los fines en la Educación Colombiana son:

- Desarrollo equilibrado, equitativo y sostenible del hombre para la convivencia social.
- Mejoramiento de la capacidad crítica, creativa, laboral y la producción colectiva.
- Mejoramiento de la capacidad comunicativa.
- Conservación y mejoramiento de la salud física y mental.
- Orientación del espíritu de superación frente a la solución de problemas.
- Mejoramiento de la capacidad de interacción con el entorno a través del movimiento.
- Producción del desarrollo científico y tecnológico.
- Desarrollo de la conciencia para la conservación, la protección y mejoramiento del medio ambiente .

El cumplimiento de estos fines se da parcialmente, en esto incide en parte, la falta de unificación de criterios. Otro aspecto fundamental son las tendencias, con su conociendo se puede realizar un mejor planteamiento de los contenidos y su pertinencia para aportar a la formación integral de los estudiantes.

En los Siglos XX y XXI la educación física se construye sobre los conceptos de cuerpo y educación, propios del siglo XIX; a partir del surgimiento de los estados modernos del capitalismo en las escuelas pedagógicas el cuerpo cobra mayor importancia desde la educación. Las tendencias que se generan⁴⁰ están relacionadas con la higiene, el cuerpo como instrumento productivo, la militar o patriótica y la integral, esta tiende al desarrollo de la

³⁹ CONGRESO DE LA REPUBLICA. Ley General de Educación. Op. cit.

⁴⁰ Pedagogía y Didáctica de la Educación Hipólito F. p. 37

persona desde todas sus dimensiones. Actualmente para Pedro Saenz y López Bañuel⁴¹ las tendencias del mundo son: "...la deportiva, la psicomotriz, la expresiva, la educación física de base, la investigadora en Estados Unidos y la sociomotriz", En general se espera que la actividad física propenda por la calidad de vida de las personas, desde una perspectiva integral indistintamente de su edad; se insiste que desde los primeros años se inicie una disciplina y se incorpore como parte de la cultura del individuo.

UNA CLASE AMENA Y EXIGENTE MAS NO UNA INSTRUCCIÓN MILITAR

En cuanto a la metodología, es importante tener en cuenta que la fortaleza nace en los métodos, las técnicas de enseñanza, las estrategias pedagógicas y el estilo de enseñanza que usa el profesor en el momento que va a explicar, orientar, corregir o a motivar, como por ejemplo, el tono de voz que emplee para dar las órdenes o en la forma de describir algunos movimientos o ejercicios. Es esencial que un profesor sea capaz de hacer la demostración de un ejercicio o por lo menos que lo explique pausadamente paso por paso, teniendo en todo momento presente el nivel de aprendizaje de sus estudiantes para que durante las clases no le exija al máximo a los neófitos, ni tampoco descuide a los avanzados.

Las estrategias pedagógicas conforman un conjunto de habilidades que permiten organizar y llevar a cabo los procesos educativos de tal forma que alcancen sus metas o logros. Se "... considerar también como una síntesis de medidas educativas que se fundamentan sobre conocimientos psicológicos, claros, seguros y concretos, y sobre leyes lógicas que

⁴¹ ZAENS, Pedro y LÓPEZ Bañuel: La educación física y su didáctica. Citado por Camacho, Hipólito. Op. Cit., p. 37.

realizadas con habilidad personal de artista, alcanzan sin rodeo el fin previamente fijado”⁴².

En este estudio los estudiantes encuentran que las clases de desarrollan atendiendo a una organización o preparación que señala un derrotero que permite “comprender qué se quiere lograr con la clase”. Consideran “valioso” el que “el profesor se hace entender y tiene paciencia con los estudiantes”, “explique cada deporte antes de practicarlo”, evidencian un buen desempeño de la mayoría de los docentes del Departamento de Deportes y, su afán por mejorar en su forma de orientarlos. No obstante, y en correlación con lo ya señalado, consideran que el ver diferentes deportes no permite que se trabajen bien o se “aprendan como debe ser”; por lo tanto, la metodología no es la esperada puesto que los temas y el tiempo que requieren para su desarrollo, no permiten una orientación adecuada que lleve a consolidarlos. De ahí que crean conveniente que se tenga en cuenta su opinión en el planteamiento o elaboración del programa, donde pudieran exponer sus inquietudes, y quizá poder seleccionar los temas, particularmente en lo referente a los deportes, puesto que prefieren que se trabajen unos “pocos pero que la técnica quedé bien orientada”.

Para los docentes la intención de los estudiantes de manifestar sus ideas sobre la forma en que se debieran trabajar las actividades programadas para la asignatura de cultura física es bien recibida por el Departamento. Aducen que son los estudiantes quienes van a recibir esta orientación, por lo tanto, son ellos los más indicados para opinar sobre la manera como les gustaría que fuera organizado el programa de la asignatura, pero esto se puede hacer efectivo sólo con el apoyo y la colaboración permanente de profesores y directivos de la universidad.

⁴² CAMACHO Coy, Hipólito. Op. cit., p. 74

Encuentran que el profesor al llevar un continuo registro de las clases y un minucioso seguimiento de sus aprendices podrá ver las debilidades de su metodología para reconstruirla y hacerla más agradable a sus educandos. Hay casos en los que los estudiantes dicen que “es bueno tener conocimientos teóricos y prácticos de los deportes”, pero que la fundamentación puede ser más sencilla y más de orden práctico que teórico. Si bien, ven “la metodología apropiada para los sedentarios” y, a la vez positiva la “exigencia” y desempeño físico de los estudiantes por su carácter didáctico, desde lo cual se refleja una buena aceptación y conformidad, también sugieren un mayor, “dinamismo para evitar la monotonía y ”exigir a los estudiantes de acuerdo a su estado físico”, puesto que hay algunos con un menor desarrollo que otros.

Igualmente observan que “algunos profesores no controlan lo suficiente la participación que tienen sus alumnos durante la clase”, lo cual no es muy favorable “cuando hay personas que trabajan con cierta responsabilidad y no se les reconoce su participación”. De la misma forma se hace referencia a lo inoportuno y desmotivador que es el tener a un “profesor que hace ver la clase como si fuera una instrucción militar”, es aquí donde se encuentra el mayor rechazo al docente y a su metodología; así lo expresan: se “puede ser exigente pero no actuar como si se estuviera en un ejército”; igualmente consideran de gran importancia que el profesor ejecute algunos de los ejercicios que exige a los estudiantes, puesto que de esta forma tendrían más claridad sobre su ejecución.

En la revisión del programa se encuentran algunos vacíos y poca claridad en cuanto a los métodos, pues si bien se habla de los métodos activos como el “descubrimiento guiado y resolución de problemas” partiendo la propuesta del profesor pero dándole mayor protagonismo a los intereses de los estudiantes, en los testimonios de los estudiantes no se evidencian estos

aspectos ni en el proceso de observación. En cuanto a los aspectos relacionados con: “La formación integral, la importancia del proceso y la evaluación continuada o permanente”, tan sólo se nombran sin precisar o relacionar su papel o función en el desarrollo del programa.

Con relación a “Los Métodos cognitivos: la presentación de temas teóricos a partir de “píldoras” en cada clase, sesiones de aula y conferencias desarrollaran el interés de los estudiantes por el saber específico de la actividad deportiva- recreativa”; en el proceso estos aspectos no son tan evidente, además es necesario aclarar a qué se refiere presentar el tema a “partir de píldoras en cada clase...”

Con respecto al modelo pedagógico, se resaltan aspectos que bien llevados potencian la formación del estudiante como son los relacionados con el conocimiento de sí mismo, del cuerpo y funcionamiento y toma de conciencia de sus capacidades y limitaciones para su aceptación. La enseñanza activa como ser activo, como ser capaz de movilizar sus capacidades físicas y psicológicas y llegar a soluciones y la enseñanza emancipatoria que le otorga niveles de responsabilidad, toma de decisiones de acuerdo a sus posibilidades; son aspectos fundamentales que contempla el programa pero que se trabajan con superficialidad y en algunos casos el estudiante no los detecta. Igualmente no se percibe y observa de forma clara la utilización del modelo dialógico base del proyecto institucional de la universidad.

Todos estos aspectos requieren de la autorreflexión por parte del departamento de Cultura Física y desde luego, de la comunidad educativa de la universidad, con el fin de profundizar en sus problemáticas, y así buscar posibles soluciones que ayuden a resaltar y avanzar en sus potencialidades.

Aproximación a la caracterización general de la clase de cultura física: una mirada desde los estudiantes entre el ser y los sentimientos

Entre los rasgos más comunes de la cultura física está su conocimiento práctico, sin dejar de lado el conocimiento teórico que esta conlleva; es una clase que se divide en tres fases: inicial, desarrollo y final. La fase inicial es aquella en donde se saluda, pasan al calentamiento y estiramiento, luego viene una fase de desarrollo que es cuando se realiza la actividad central de la clase y en la fase final se culminan con ejercicios de relajación o con un juego y despidiéndose del grupo. En la clase el profesor inicia tomando asistencia, procede a las rutinas de calentamiento, estiramiento y ejercicios físicos, luego da a escoger un deporte en ocasiones al gusto de cada uno.

Dentro de los conocimientos que se adquieren en esta asignatura se tienen deportes tales como el atletismo, el voleibol, el baloncesto, el fútbol, el microfútbol y el softbol; existen temas como la recreación, la lúdica y el aprovechamiento del tiempo libre, que complementan los contenidos del programa.

Aparte de todo, se hacen actividades extracurriculares como lo es la carrera atlética de la UIS, el festival de “primíparos”, el bailable, entre otros, los cuales están dirigidos para hacer que el estudiante se forme dentro del ámbito del deporte, para que compita y se integre alegremente con sus compañeros, obviamente desde un nivel social, académico, deportivo y cultural.

En el proceso de clase se contemplan fortalezas, propias de algunos docentes que le imprimen a la clase; la primera es la utilización de gestos deportivos, motivación y disciplina, tener en cuenta la capacidad física de los estudiantes sin discriminación. La utilización del gesto deportivo se constituye para los estudiantes en la “forma más adecuada de enseñar la

realización de los ejercicios o estiramientos antes de practicar un determinado deporte” y el mejor “procedimiento para practicar correctamente un deporte”.

La segunda fortaleza dentro de la metodología de la clase es su manera “amena, agradable”, “didáctica, pero a la vez exigente”; se cataloga como “buena” pues se “exige físicamente a los estudiantes y es muy didáctica”; esto hace que “durante el desarrollo de la asignatura se cree un ambiente adecuado”.

La tercera fortaleza que encuentran los estudiantes en la metodología, dentro de la asignatura de cultura física la relacionan con las “actividades que propone” o “lleva a clase el profesor” donde tiene en cuenta la capacidad física de sus estudiantes, sin entrar en discriminaciones; resaltan su agrado porque “...dentro de la metodología algunos profesores tienen en cuenta que no todos los estudiantes presentan un buen nivel físico”, entonces se realiza la clase “buscando que todos los alumnos participen pero a su propio ritmo”, “es interesante ya que no se excluye a nadie y se trata de dar cabida a los menos aptos. A veces se observa “la paciencia del profesor con algunos estudiantes descoordinados”; se encuentra “el caso de un estudiante ciego que el profesor supo integrarlo al grupo”, además, se “conforman grupos donde participan personas con discapacidad”, “el profesor averigua por el estado físico de los estudiantes para continuar con las clases”, “en la mayoría de los casos se logra la participación de todos los integrantes del grupo, incluyendo aquellos con poca disposición” y “a los sedentarios”.

En esta clase “se tiene en cuenta que todos somos diferentes y la exigencia es acorde algunas de ellas”, sin embargo, estos aspectos de la clase llevan a recomendar a otros docentes que “algunas veces no hay que olvidar

programar las actividades para un grupo heterogéneo de personas” y “la comprensión del profe con el estado físico de los estudiantes”.

En cuanto a la evaluación, no siempre es muy clara para todos los estudiantes, el problema está “en qué es lo que se va a evaluar”, la “dificultad mayor” está, en que “no se entiende bien la evaluación cualitativa”, “a unos les gusta más ésta”, así “no sepan cómo funciona y otros prefieren la cuantitativa”; lo mejor sería integrarlas pero que los profesores las expliquen bien”.

A propósito de la evaluación y considerando la importancia que le otorgan los estudiantes y lo fundamental que es para el Departamento y sus docentes esta mirada desde los estudiantes, a continuación se da un espacio para escuchar un poco más sus inquietudes

El estudiante aboga por una evaluación más integral

Con relación a la Evaluación no hay unanimidad, sin embargo, creen necesario un equilibrio entre la evaluación cualitativa y cuantitativa. Para algunos su fortaleza está en la evaluación cuantitativa al considerar que: “ésta forma”, “el profesor puede controlar la asistencia”, “la puntualidad”, “la ropa deportiva” y “la participación de cada estudiante en la clase”. Para algunos “es bueno tener una evaluación por el esmero y no por las capacidades”, resaltando que en la cuantitativa se tiene mayor “claridad con la definitiva”, porque se evalúan todos los aspectos, entendiendo por esto que se pone una nota a cada uno; esto es, que saben ‘a qué atenerse’.

Para ellos en “la evaluación cualitativa, el profesor sólo escribe una letra, A si aprobaba y R si reprobaba...”, señalan que este tipo de evaluación reduce las posibilidades que tiene un profesor a la hora de calificar al educando

basándose en las reglas nombradas anteriormente”, se refieren a que, para ellos no es claro qué criterios “incluyen” o tienen en cuenta cuando se aprueba y su equivalente A o R, en caso de desaprobar. Aquí se observa que el estudiante no tiene claridad sobre la evaluación cualitativa al considerar que se trata más de una apreciación del docente y que no va más allá de una letra, por lo tanto, deducen que la valoración cuantitativa contempla diferentes aspectos; parece ser que a algunos estudiantes no se le ha orientado sobre esta forma de evaluar, aspecto que es necesario que conozca; pero a la vez es importante ver qué claridad tienen al respecto los mismos docentes.

En cuanto a la percepción favorable sobre la evaluación cualitativa, algunos estudiantes la prefieren para aprovechar “la reducción de las posibilidades que hace el profesor”, es decir, estiman que desde aquí el docente no observaría o tendría en cuenta para la evaluación algunos de los aspectos mencionados anteriormente (en la evaluación cuantitativa) y que otros consideran positivos. Sin embargo, algunos hacen referencia a su importancia porque se les tiene en cuenta su “participación”, “avances”, “esfuerzo” y ante todo, la capacidad de “rendimiento” de cada estudiante. Según ellos, esto lleva a que no se les rote en un determinado nivel o se les exija el mismo rendimiento a todos, además se considera, si ha hecho o no deporte con anterioridad, lo cual indicaría que de hecho, tienen mejores condiciones que, quien no ha tenido esa oportunidad, esto les da la posibilidad de ir mejorando, además se les tendría en cuenta ese avance. Desde aquí, se puede observar que en estos estudiantes hay una aproximación al sentido de lo cualitativo.

Esto hace que estos estudiantes reclamen por una evaluación más “flexible”, donde “las metas no sean la asistencia, el uniforme, en número de vueltas a la cancha, etc”, puesto que lleva a “que se pierda o no la materia” al “no

existir términos medios”; sino que, también se tenga en cuenta el “esmero del estudiante”, “valoren su participación en cultura física en los seleccionados”, consideren el hecho que unos tiene un mejor desarrollo físico que otros; lo anterior permite que no “evalúen en algunos casos, por encima de las posibilidades que tienen algunos estudiantes”. Igualmente recomiendan que “la materia se vea en forma menos superficial”, a la vez, que en “algunos temas no se vean tanta teoría” sino que se convine con la práctica. Sugieren que haya “unidad de criterios entre los profesores para la evaluación” al considerar que hay diferencias en los aspectos que evalúan, la forma de evaluar y en los “niveles de exigencia. También consideran que si “la universidad aumentara los créditos de esta asignatura” esto podría “motivar más a los estudiantes”.

Finalmente es oportuno recordar que los procesos evaluativos contemplan también al docente, por lo tanto es necesario reflexionar sobre lo que piensan algunos teóricos y que sintetiza Chinchilla acerca de la evaluación en educación física:

La evaluación tradicional se centraba en el alumno y los resultados obtenidos, pero actualmente se valora, además, el proceso y el profesor; en el estudiante se tiene en cuenta los aspectos prácticos, teóricos y actitudinal; en el profesor se evalúa concretamente la planificación, la instrucción, el tipo y el nivel de formación... en el proceso la evaluación parte de la reflexión y del análisis de todos los elementos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la educación física⁴³ .

Desde la evaluación que asume estas características, paralelamente se toma como criterio la obtención de un resultado variado para todos, dependiendo

⁴³ CHINCHILLA GUTIERREZ, Víctor. Lineamientos curriculares en educación física, recreación y deportes. Ministerio de Educación Nacional. Magisterio, 2000

del nivel de cada estudiante, a partir de las conductas de entrada. Sin embargo, los contenidos de la evaluación se determinan desde componentes parciales relacionados con la condición física, las habilidades, las destrezas y aspectos formales como el comportamiento y la presentación personal; aspectos que hoy en día son objeto de estudio, debido a que no se tienen en cuenta muchas veces por los profesores de educación física. En el caso de este estudio como se señaló, si se tiene en cuenta estos últimos aspectos, faltaría profundizar cómo se extrapolan más allá de una nota.

Algunos de los procedimientos empleados para la evaluación en educación física, han sido criterios cuantitativos y cualitativos. Los primeros basados en pruebas con mediciones precisas en tiempo, resultado, distancia, repeticiones y los segundos en la apreciación de la calidad de las habilidades y las destrezas. En la nueva perspectiva, es necesario asumir el reto de cómo lograr la relación entre lo cualitativo y lo cuantitativo, así como relacionar los procesos y los resultados.

INCIDENCIA DE LA ASIGNATURA EN LA VIDA DE LOS ESTUDIANTES

Mayor integración, ambiente de camaradería, desestres, la necesidad de realizar ejercicio físico

Con el fin de mejorar la calidad de vida y de prevenir enfermedades, es imprescindible inculcar en la comunidad una serie de hábitos saludables para la vida humana. La práctica continúa de ejercicio físico, de deportes o de otra forma de movimiento es el primer paso para conseguir una buena condición física, pero no sólo depende del ejercicio, también hay que alimentarse, cuidarse y descansar bien para obtener resultados satisfactorios.

Los estudiantes que pasaron por la experiencia de ver cultura física en la UIS, reciben un mensaje claro en cuanto a la necesidad de hacer ejercicio físico para la vida, así sea por lo menos 30 minutos diarios; en algunos esta materia ha incidido en sus prácticas y actitudes en la medida que observan que van progresando en su desarrollo físico y mental y que, de esta manera, su salud está cada vez más equilibrada; en otros estudiantes ha dejado al menos la inquietud de hacer ejercicio para su bienestar y calidad de vida. Se encuentran aspectos importantes para tener en cuenta, relacionados con el haber “aprendido que todos necesitan en la vida un poco de descanso y de recreación para sentirse mejor”, el cómo “la cultura física ha incidido favorablemente en el desarrollo, al ayudar no sólo a adquirir habilidades en ciertos deportes” sino a “mantenerse saludable y activo”; para otros ha servido de de “gran ayuda y guía en el reconocimiento del cuerpo, capacidad física” y los “cuidados del cuerpo” y a la hora “de practicar un deporte”.

Igualmente sopesan el giro que han tenido al asumir un cambio de actitud ante el sedentarismo que presentaban, aspecto que algunos relacionan con el hecho de tener que responder con las obligaciones académicas las que no les da tiempo para practicar actividad física. Es así que van encontrando que, además que los “relaja o desestresa”, despierta los sentidos”, les permite ser “más atentos”, “contribuye a la mejora del autoestima”, se constituye “en una distracción sana, diferente” y proporciona “alternativas de disciplina deportiva”, lo cual los lleva a practicar deporte o actividades recreativas con cierta regularidad.

La posibilidad de integrarse con otros compañeros, de relacionarse e interactuar con distintas o similares formas de ver el mundo, es algo por lo que tienen que pasar los estudiantes en la universidad y, la asignatura de cultura física es una de las pocas que logran realizar este cometido. Dado

que los adolescentes en su mayoría acaban de terminar el bachillerato, traen muchas expectativas, con el interés de aventurar y conocer todo acerca de la universidad y sus actores (estudiantes, profesores, administrativos y empleados), esto hace que se sienta una energía juvenil y positiva en el ambiente de las clases, permitiéndoles disfrutar y sentir cierta camaradería, que puede aprovecharse para incentivar en ellos la actividad física.

La clase de cultura física hace más fácil que los estudiantes pierdan la timidez para relacionarse con sus compañeros y sus compañeras que estudian distintas carreras, integrándose rápidamente al grupo y al mismo tiempo a la universidad, compartiendo dentro y fuera de las clases sus puntos de vista y experiencias de la vida, llevándolos a reafirmar o redefinir algunos conceptos. Así lo experimentan algunos estudiantes, al sentir que:

“la asignatura ha servido para sacar tiempo para otras actividades que no sea números y letras”, “para relacionarnos socialmente”, “integrarnos con los demás”, “con la gente nueva”, “la de otras carreras”, “ayuda a que la gente se conozca” y se “logre disminuir el estrés ocasionado por la universidad”; “fue importante conocer a los compañeros a través de los deportes”, porque “fomenta la unión del grupo” y “fortalece la práctica deportiva”.

ESPERANZAS: MEJORAR EN LO ADMINISTRATIVO ACADEMICO Y EN LA ACTUALIZACIÓN DEL PERSONAL DOCENTE.

El estudiante siempre ha sido uno de los ejes de la universidad, por lo tanto, fue importante conocer sus solicitudes acerca de la manera como a ellos les gustaría que fuera el programa de cultura física. Lo esencial es que la mayoría de estudiantes se sienten motivados por la clase y con la esperanza que tengan en cuenta sus inquietudes; por esto, quien más que ellos para que expresen qué los motiva, cómo se podría avanzar, mejorar o superar en algunos aspectos.

En cuanto a la asignatura recomiendan: “crear un organigrama estructurado del contenido de la materia”, “incluir métodos de relajación que pueda practicar el estudiante en cualquier momento”, “el desarrollo de deportes diferentes a los de siempre”, “que los deportes sean escogidos por los mismos alumnos” y quizá “poder seleccionar los temas”, particularmente con respecto a los deportes; la inquietud específica es que se trabajen menos deportes pero que se profundice en la técnica y orientación de los que se elijan. En cuanto a la evaluación, que sea más integral, que los docentes tengan mayor conocimiento en evaluación cualitativa para que esta se la expliquen bien a los estudiantes.

Es importante que el Departamento de Deportes busque mejorar el bienestar físico y mental de la comunidad universitaria para luego expandirlo hacia la sociedad, a través de la actividad física, la recreación, el deporte y por supuesto, invirtiendo en materiales e infraestructura, para brindar mayor comodidad al estudiantado. Al mismo tiempo es fundamental la actualización permanente de los profesores para que aumente la calidad en la enseñanza, también es esencial la imagen física y corporal del profesor: “que el profesor tenga la chispa para motivar a los estudiantes y que la clase no sea tan rutinaria”, “que en las pruebas que se realicen asistan los profesores”, “que algunos profesores se preocupen por su... condición física”. En cuanto al departamento y la universidad recomiendan “mejorar los implementos deportivos”.

El valor de los créditos de las asignaturas en la universidad es un factor crucial a la hora de enfocar el interés de los estudiantes por la materia, sin embargo, la cultura física tiene 1 sólo crédito, haciendo que el interés disminuya. Es por esto que algunos piden una “mayor carga horaria y más créditos”, consideran que “aumentar el número de créditos” y desde luego “el

número de horas, motivaría más a los estudiantes” y fomentaría la actividad física.

Se encuentran estudiantes que señalan como debilidad dentro del contenido de la asignatura de cultura física el hecho de que la universidad solo ofrece la oportunidad de cursar cultura física en primer semestre; por lo tanto, el tiempo que se dispone para realizarla es muy corto e influye en que los deportes sean aprendidos de una forma superficial. Estos aspectos se evidencian en el siguiente aparte del memorando descriptivo sobre: Continuidad de la Cultura Física durante la carrera profesional

“No es bueno que la materia solamente sea ofrecida para los estudiantes de primer semestre”, “la diversidad de los temas aplicados no concuerda con el tiempo que hay para realizar la clase porque es insuficiente”; “en particular, para la especialidad de los temas deportivos”, puesto que “hay poca fundamentación técnica, puede ser por la falta de tiempo, sólo hay dos horas a la semana”; esto lleva a que “no se profundice en ningún deporte”, “hace falta más tiempo para explicar el modo correcto de hacer un ejercicio y los daños que puede causar hacerlo mal”. De ahí que consideren necesario “... promover esta materia para verla en otros semestres”, “hacer que sea obligatoria hasta el tercer semestre”, puesto que es una “materia muy importante para la salud física, mental del estudiante; para evitar el estrés y orientar los deportes, pero es muy generalizada y superficial”.

5. A MODO DE CONCLUSIÓN

En general en el proceso de investigación se encontraron los siguientes aspectos:

Las fortalezas más comunes para los estudiantes están relacionadas con la promoción de la práctica deportiva; la importancia de la asignatura, en su desarrollo físico, mental, en la oportunidad que les brinda para una mayor integración con los demás compañeros y el desestresarse de la labor académica; la actitud positiva y de cambio de algunos docentes que buscan replantear los contenidos, las metodologías, la evaluación, por medio de modelos dialógicos y activos

Con respecto a la caracterización de la asignatura de cultura física se halló que si bien cuenta con aspectos importantes para su formación, el actual programa requiere de reformas, normas, estrategias pedagógicas y evaluativas y teorías que le den mayor solidez y argumentación desde los fundamentos propios de la educación (cultura) física.

En cuanto al sentir de los estudiantes se evidencia, además de una actitud positiva hacia la asignatura, su deseo de participar con sus opiniones en una reforma del programa de cultura física.

Entre las debilidades más comunes está el poco tiempo dedicado a la asignatura lo cual no permite profundizar en el conocimiento relacionado con los deportes.

Con respecto los docentes se encuentran quienes quieren continuar bajo modelos tradicionales para quienes sugieren actualización para el cambio.

6. RECOMENDACIONES

Partiendo de los resultados e inquietudes de los participantes se dan las siguientes recomendaciones:

Se sugiere al Departamento de Deportes de la UIS, que en el ámbito administrativo se busque aumentar los créditos que le da la universidad a la asignatura de cultura física, puesto que los estudiantes la consideran como de gran importancia y un aporte a su formación desde lo físico y mental.

Reglamentar la coordinación (s) de cada asignatura, con el fin de convocar a los docentes con el ánimo de reflexionar y analizar aspectos relacionados con su acción docente, inquietudes de los estudiantes, aspectos logísticos, entre otros; esto serviría como fundamentos para llevarlos a consideración en las reuniones de departamento, de tal forma que se constituyan en puntos de discusión para proyectar el programa.

Replantear el programa de cultura física y actualizarlo, atendiendo a las inquietudes de los estudiantes y profesores; abrir espacios de discusión al interior del Departamento, específicamente para consolidar un programa que realmente responda a una formación integral teniendo en cuenta la misión y visión de la universidad y el departamento.

Es importante señalar que los estudiantes ven al docente como una imagen a seguir y que sus logros están asociados al trabajo y orientación que reciben de ellos; sin embargo, para promover su labor y la del departamento, es importante avanzar en algunos procesos de actualización relacionados con: los procesos de enseñanza, aprendizaje y evaluación; los saberes específicos: biología, anatomía, fisiología, biomecánica y primeros auxilios y aquellos que se consideren pertinentes en El Departamento.

Otros aspectos fundamentales están relacionados con la imagen física del docente: presentación, forma de comunicarse; su proceder, desde principios relacionados con la conducción metodológica de la clase, aspectos a evaluar y la implementación deportiva

Dado el auge y exigencia que en el ámbito nacional e internacional tiene la investigación y que los docentes en este estudio son conscientes de la necesidad de investigar y publicar sus hallazgos, para contribuir al mejoramiento de la academia, así como del Departamento, al igual que representar a la UIS en eventos, es fundamental incentivarlos para que realicen estudios que potencien y dinamicen su labor. De la misma forma la universidad debe propiciar, estimular, premiar y reconocer su investigación.

Dado que la extensión o labor social es uno de los objetivos de la universidad y desde luego del departamento, se hace necesario desarrollar programas que involucren a poblaciones de niños, jóvenes, adulto, adulto mayor y población con necesidades especiales.

Con respecto a los estudiantes es necesario que asuman un mayor compromiso en cuanto a mantener y mejorar su condición física; lograr una mejor comunicación e interacción con sus compañeros y docentes; le otorguen importancia a los fundamentos teóricos con el fin de lograr avances en la comprensión de los procesos propios de la actividad física.

A modo de sugerencia general se plantea: revisar el portafolio de servicios que ofrece el departamento de deportes para que los profesores en consenso propongan soluciones a las problemáticas que aparezcan y generen espacios para investigar, para planear, para ejecutar y evaluar

proyectos innovadores que influyan en el desarrollo del programa, aporten a la universidad y por ende, se proyecte en el progreso de la región.

BIBLIOGRAFIA

ARNOLD, P. Educación física, movimiento y currículo. Madrid: Morata, 1991.

BONILLA BAQUERO, C. Pedagogía y cultura física. Armenia: Kinesis, 1990.

BONILLA, C. Didáctica de la educación física de base. Neiva: Kinesis, 1991.

CAMACHO COY, H. Pedagogía y didáctica de la educación física.
Armenia: Editorial Kinesis, 2003.

CHINCHILLA GUTIERREZ, Víctor. Lineamientos curriculares en educación física, recreación y deportes. Ministerio de Educación Nacional. Magisterio, 2000.

CONGRESO DE LA REPÚBLICA, Ley general de educación (Reglamentada parcialmente por el Decreto 1860 del 94) Bogotá: Instituto para el desarrollo de la democracia Luís Carlos Galán, 1994.

DEPARTAMENTO DE DEPORTES. Programa de cultura física y deportiva de la universidad Industrial de Santander. BUCARAMANGA, 2007.

DAMARIS, H. La didáctica Universitaria. Venezuela: Universidad de los Andes.

DELGADO NOGUERA, M. Citado por Camacho Coy Hipólito. Pedagogía y didáctica de la educación física, 2003.

DE ZUBIRIA S. Tratado de Pedagogía conceptual. Formación en valores. Bogotá: Alberto Merani. 1995.

DIAZ BARRIGA, A. Didáctica: aporte para una polémica. Buenos Aires: Aique Grupo Editor, 1995.

FLOREZ OCHOA, R. Hacia una pedagogía del conocimiento. Bogotá: Mc Graw-Hill, 1994.

FOUCAULT, M. Citado por CAJIAO, F. En poder y justicia en la escuela, 1998.

GALANTINI, G. Marco referencial para la investigación en educación física. Armenia-Colombia: Revista Kinesis N° 29, (2001).

GALERA, A. Manual de didáctica de la educación física I; Una perspectiva constructivista moderada, Funciones de Impartición. Barcelona: Paidós, 2001.

GALLO, Luz Elena. Los discursos de la Educación Física contemporánea. Armenia Colombia: Kinesis, 2010, p. 314.

GRUPO COLOMBIANO DE MOTRICIDAD HUMANA Y MUNDOS SIMBÓLICOS. Imaginarios de l@s jóvenes escolares ante la clase de educación física. Armenia-Colombia: Kinesis, 2005.

GRUPO KINEPAIDEIA. Los imaginarios de los jóvenes ante la educación física. La educación física una oportunidad de encontrarnos con nosotros mismos y con el otro. Bogotá: universidad Cooperativa de Colombia, 2005.

GIORDAN, A. y de VECCHI, G. Los orígenes del saber. De las concepciones personales a los conceptos científicos. Sevilla: Diada, 1995.

HABERMANS, J. Conocimientos e intereses, traducción de Guillermo Hoyos. En: Revista Ideas y Valores No. 42, Bogotá: Universidad Nacional, (1975).

HAMMERSLEY, M. Y ATKINSON, P. Etnografía, métodos de investigación. Barcelona: Paidós, 1991.

LÓPEZ DE VIÑASPRES, P. Manual de educación física y deportes, Barcelona: Océano, 2004.

MEINEL, K. Didáctica del movimiento. Berlín: Zambon Verlag, 1998.

PEREZ SERRANO, Gloria. Investigación cualitativa: Métodos. Madrid: Muralla. 1994.

RUIZ AGUILERA, A. Metodología de la enseñanza de la educación física. La Habana: Tomo 1 y 2, 1985.

SÁENZ, P. y LÓPEZ BUÑUEL. Educación física y su didáctica: Manual para el profesor. España: Wanceulen Deportiva, 1998.

TRIGO, E. y de la PIÑERA, S. Creatividad y motricidad. Barcelona: INDE Publicaciones, 1999.

VASCO, C. Algunas reflexiones sobre la pedagogía y la didáctica. Bogotá: Corpodic, 1990.

VICIANA RAMIREZ, J. Disponible en www.efdeportes.com. Lecturas: Educación física y deportes. Revista Digital, año 3, N*12. Buenos Aires. 1998.

VELAZQUEZ, B. La educación física en la educación básica. Madrid: Gymnos, 1988.

ZABALA, A. La práctica educativa: Cómo enseñar. Barcelona: Grao, 1995.

ANEXOS

<p>DEBILIDADES</p>	<p>Promueve la cultura deportiva</p> <p>Falto de continuidad durante la carrera profesional</p> <p>Poca intensidad horaria de la materia dentro del pensum académico.</p> <p>Falta de autonomía por parte de los estudiantes</p> <p>Faltan otros deportes.</p>	<p>Pretender abarcar mucho contenido en poco tiempo lleva a la superficialidad</p>	<p>Un contenido que promueve la cultura deportiva pero que abarca muchos temas.</p>
<p><u>METODOLOGIA</u></p> <p>FORTALEZAS</p>	<p>El profesor se hace entender con los estudiantes.</p> <p>La clase se realiza de una manera amena, agradable, didáctica pero exigente.</p>	<p>La cultura física metodológicamente motiva a los estudiantes a aprender y a seguir practicando los deportes</p>	

<p>DEBILIDADES</p>	<p>Se tiene en cuenta la capacidad física de los estudiantes.</p> <p>No se les da la oportunidad a los estudiantes de elegir el deporte que desean practicar.</p> <p>Son demasiados los deportes que tratan de abarcar en muy poco tiempo.</p> <p>En ocasiones se forma mucha indisciplina.</p> <p>El docente debe promover el deporte y no imponerlo.</p> <p>La falta de material y de escenarios deportivos.</p>	<p>durante su vida.</p> <p>La no participación de los estudiantes en el diseño y creación del programa de cultura física.</p>	<p>Una clase amena y exigente pero que no tiene en cuenta la opinión de los estudiantes en la creación del programa.</p>
<p><u>EVALUACIÓN</u></p> <p>FORTALEZAS</p>	<p>Valoración de la asistencia y de la participación en la clase.</p> <p>El mejoramiento de las capacidades físicas y deportivas.</p> <p>El cambio de evaluación cualitativa a cuantitativa.</p>	<p>La evaluación cuantitativa se convierte en una herramienta muy efectiva para valorar la asistencia y la participación de los estudiantes en las clases.</p>	<p>El estudiante aboga por una evaluación mas</p>

<p>DEBILIDADES</p>	<p>Se evalúa lo que se ha visto en el semestre.</p> <p>Escaso tiempo y créditos que se le dedican a la asignatura.</p> <p>La necesidad de evaluar cualitativamente.</p> <p>Que sólo se evalué por la asistencia y participación en clase.</p> <p>La evaluación estricta de unos profesores y mínima oportunidad de recuperar.</p>	<p>Dar más oportunidades haciendo algunas evaluaciones cualitativas, además que hayan nuevas formas de recuperar las fallas y que aumenten los créditos de la asignatura.</p>	<p>integral</p>
<p>INCIDENCIA DE LA ASIGNATURA EN LA VIDA DE LOS ESTUDIANTES</p>	<p>La conciencia que despertaron durante la clase por hacer ejercicio o deporte en su vida.</p> <p>La clase desestresa, aleja de las materias teóricas y ánima a inscribirse en contextos deportivos.</p> <p>Ayuda a relacionarse con compañeros de otras carreras, a</p>	<p>Fortalece las relaciones interpersonales, “aleja de las materias teóricas”, crea conciencia deportiva.</p>	<p>Los estudiantes se integran con la sociedad más fácil y son concientes de la necesidad del ejercicio físico y mental.</p>

	<p>disciplinarse y desarrollarse mentalmente</p> <p>La asignatura de cultura física no significo nada para algunos.</p>		
<p>QUERER SER</p> <p>PROPUESTA PARA EL DESARROLLO DE LA ASIGNATURA</p>	<p>Menos deportes dentro del programa de la materia</p> <p>La evaluación teórica debe estar dentro de la asignatura</p> <p>Motivación por parte del docente.</p> <p>Más tiempo para la utilización de los escenarios deportivos y el mantenimiento adecuado de estos.</p> <p>Aumento de la intensidad horaria y el número de créditos.</p> <p>Competencia deportiva dentro de la clase como medio</p>	<p>La asignatura debe ampliar su argumentación teórica, reducir el número de deportes y que aumente los créditos.</p> <p>Motivar a la práctica del ejercicio físico, a través de la competencia deportiva, además del préstamo de los</p>	<p>Mejorar en lo administrativo, académico y en la actualización del personal docente.</p>

	de evaluación. No tienen propuestas.	escenarios deportivos.	
SER CARACTERIZACIÓN DE LA CLASE DE CULTURA FÍSICA	<p>Expresan el haber visto la asignatura de una manera tranquila, en donde se hace un calentamiento y luego se practica la actividad física o el deporte.</p> <p>Quedaron muy contentos con lo aprendido y tuvieron en cuenta el conocimiento de su cuerpo.</p> <p>Expresan inconformidad acerca de la asignatura de cultura física.</p> <p>Ven la materia de cultura física como una oportunidad para mejorar su rendimiento corporal.</p> <p>Aprecian la asignatura como medio de relajación y una oportunidad de relacionarse a través de la lúdica y el juego con sus compañeros de trabajo académico.</p>	<p>La clase es totalmente práctica con sus respectivas explicaciones y orientaciones por parte del profesor.</p> <p>C.F. como medio socializador entre profesores y estudiantes.</p>	<p>La asignatura se basa en los conceptos teóricos y prácticos de la educación física, la recreación y los deportes.</p>

ANEXO B. MEMORANDOS DESCRIPTIVOS FINALES

1. SIGNIFICADO Y FUNCIONALIDAD DE LA CULTURA FÍSICA (SENTIR)

Cultura física beneficio para la “Salud Física, Mental”, la cultura y arte

Algunos estudiantes relacionan la Cultura Física con la Salud Mental y Física: “tiene como fin ayudar al mejoramiento de la salud física mediante la práctica del deporte”, “es el entrenamiento del cuerpo para mantener una buena salud física y una mejor calidad de vida, “como una forma educativa de desarrollar mente y cuerpo de forma sana”, “es la capacidad de mantener una rutina de actividades aptas para ejercitar nuestro cuerpo y así contribuir al bienestar de la salud”.

“Es el arte de hacer deporte, cuidar el cuerpo, practicar diferentes ejercicios que ayudan al acondicionamiento físico”, “es el arte de impartir conocimientos del deporte, “es el arte de la formación del estado físico de las personas”.

Cultura física como Hábito para realizar ejercicios físicos.

Por otro lado, hay estudiantes que hicieron una semejanza de la Cultura Física con el Hábito de hacer deporte, consideran que “los hábitos se adquieren a través de la práctica deportiva para fortalecer el cuerpo”, “cultura son los hábitos, las tradiciones y física es lo que podemos hacer con nuestro cuerpo, cultura física son las habilidades físicas que adquirimos con los hábitos que nos enseñan”, “es una asignatura que ayuda a incorporar al estudiantado buenos hábitos para relacionarse”.

Aprendizaje sobre el cuerpo, el deporte, la formación integral, interacción.

Con relación a la asignatura de cultura física con la enseñanza-aprendizaje de los estudiantes, afirman que: “es educación para el manejo propio del cuerpo al realizar una actividad física”, “es el área del desarrollo personal que refiere a la educación de nuestro cuerpo y la conservación de un buen estado físico”.

Es un “alto en la actividad académica”, “escape ante el estrés del estudio”

Algunos participantes se refieren a la asignatura como un espacio de relajación y cultura: “es una asignatura que nos da momento de esparcimiento, es un alto en las actividades académicas y una oportunidad para realizar diferentes actividades físicas”, “creo que es la forma y actitud que tenemos respecto a nuestro cuerpo en el ámbito deportivo”, “es el espacio donde el estudiante tiene una opción de escape ante el estrés del estudio y además crece integralmente y formativamente”.

2. FUNCIONALIDAD DE LA CULTURA FÍSICA

Fortalece física y psicológicamente al estudiante.

Al hacer una minuciosa lectura de cada uno de los testimonios se develan la variedad de conceptos que tienen los jóvenes aprendices por la asignatura, **es por ejemplo el caso de los que la ven principalmente como una opción para mejorar la salud** en general comentan que “para fortalecerse físicamente, y psicológicamente sentirse más sano más vital”, “sirve para ejercitar el cuerpo, despejar la mente, trabajar las zonas del cuerpo que no están en continuo movimiento, todo esto en mejoras de la salud del ser humano”.

Asignatura que potencia la formación integral de los estudiantes, el desarrollo físico y lúdico

También hacen referencia a **la enseñanza y aprendizaje de la asignatura, manifestando el interés por mantener y mejorar la**

manera como se viene dando la cultura física: “creo que no solo sirve, sino que es fundamental para desarrollarnos no solo física sino mentalmente”, “sirve como parte de la formación integral de los profesionales”, “para darle conciencia al estudiante que si ejercita su cuerpo puede desempeñarse mejor en todos los aspectos de su vida”.

Asignatura que sirve para que los estudiantes se distraigan, se integren y se alejen del sedentarismo.

Algunos estudiantes ven la materia de cultura física funcional: “para crear en los estudiantes una costumbre y una conciencia de que hacer deporte es bueno para el organismo, “para fortalecernos en la parte física y encontrar en el deporte alternativas de vida porque el deporte es salud, distracción y cultura”, “sirve como incentivo y fomento para el desarrollo de actividades extracurriculares con el propósito mismo de la cultura física”.

3.1 Fortalezas y Debilidades que los estudiantes encuentran en el

CONTENIDO de la asignatura de cultura física. (SER)

FORTALEZAS:

Enseñanza de Gestos Deportivos

Los estudiantes señalan como fortaleza dentro del contenido en la asignatura de cultura física, el hecho de que por medio de ella **se enseña la forma adecuada de realizar los ejercicios o estiramientos antes de practicar un determinado deporte** y el procedimiento para practicar correctamente dicho deporte.

Así lo expresan: “A través de esta materia se enseña la forma correcta de hacer calentamientos y estiramientos antes de iniciar cualquier ejercicio”, “reafirma conocimientos en cuanto a deportes y métodos deportivos”, “enseñan a hacer algunos ejercicios que

contribuyen a la salud de los estudiantes”, “es importante aprender un poco sobre las diferentes reglas de los deportes”.

Clase Divertida y de Integración

Hay estudiantes que encuentran que la fortaleza en el contenido de la asignatura de cultura física esta en que **por ser una clase dinámica, relajada y divertida influye en la integración de los alumnos de primer semestre.**

Para demostrar lo escrito anteriormente se anexan los comentarios de dichos alumnos: “Integra a los estudiantes de diferentes grupos o carreras”, “practican deportes que son para ambos sexos”, “sirve para adquirir un buen estado físico y brinda interacción entre los participantes“, “cambio del ambiente académico al ambiente lúdico y con otros compañeros de otras carreras”.

Se Promueve la Práctica Deportiva

Otros estudiantes expresan que la fortaleza dentro del contenido de la asignatura de cultura física esta en que por medio de ella **se promueve la cultura hacia la realización de un deporte,** enseñándole a su vez que la practica regular de un ejercicio mejora la calidad de vida.

Exteriorizando lo anterior de la siguiente forma: “La practica de los deportes dentro de la asignatura es acorde a las capacidades de cada alumno”, “La clase es recreativa y al mismo tiempo promueve la cultura hacia el deporte”, “Se crea el hábito del ejercicio en el establecimiento universitario”.

La Variedad de Deportes

Algunos alumnos consideran que la fortaleza que tiene el contenido de la asignatura de cultura física está en **los deportes que ofrece por medio del Departamento,** dándoles a los educandos la oportunidad de aprender.

Lo enuncian así: “muestra gran variedad de deportes para una libre elección en un futuro”, “los deportes que se ven gustan mucho y son conocidos”, “A través de esta asignatura conocemos la diversidad de deportes que hay y además aprendemos a practicarlos”.

DEBILIDADES:

La Continuidad de C. F. durante la Carrera Profesional

Se encuentran estudiantes que señalan como debilidad dentro del contenido de la asignatura de cultura física el hecho de que **la universidad solo ofrece la oportunidad de cursar cultura física en primer semestre**, por lo tanto el tiempo que se dispone para realizarla es muy corto e influye en que los deportes sean aprendidos de una forma superficial.

Lo anterior se argumenta así: “No es bueno que la materia solamente sea ofrecida para los estudiantes de primer semestre”, “la diversidad de los temas aplicados no concuerdan con el tiempo que hay para realizar la clase son insuficientes”, “hay que promover esta materia para verla en otros semestres”.

Falta de Autonomía por Parte de los Estudiantes

Los estudiantes señalan como debilidades las siguientes: “No dejan escoger el deporte que a uno le guste”, “el estudiante debería proponer como le gusta la clase”, “hace falta más espacio para que los estudiantes aporten ideas que ayuden a fortalecer el contenido”, “se pierde en ocasiones la espontaneidad del aprendiz e impera el autoritarismo del profesor”.

Falta que haya otros Deportes

Hay quienes afirman que: “faltan algunas disciplinas deportivas interesantes”, “falta de competencias deportivas durante la

asignatura”, “se pueden incluir deportes extremos dentro del contenido”, “podrían incluir yoga, pilates, ejercicios que tengan que ver con la relajación”, “hay que generar integraciones por medio de paseos, campamentos o salidas de campo”, “lástima que no hicieran clases de natación o paseos de integración”, “mejorar en lo que se refiere a la tecnología deportiva”.

3.2 Fortalezas y Debilidades en la **METODOLOGIA** de la asignatura de cultura física según los estudiantes. (SER)

FORTALEZAS:

Una cultura física para enseñar, divertir, integrar y promover una cultura deportiva.

La primera fortaleza que encuentran los estudiantes en cuanto a la metodología que se utiliza en la clase de cultura física es **el profesor que use mejor su pedagogía y conocimiento para transmitirlo a sus pupilos**. Expresando lo anterior así: “el profesor se hace entender y tiene paciencia”, “el conocimiento de los profesores y el buen uso en su instrucción”, “la enseñanza de los deportes van al ritmo de uno y no hay presión en el momento de jugar”.

La segunda fortaleza que señalan los estudiantes dentro de la metodología es que **la clase se realiza de una manera amena, agradable, didáctica, pero a la vez exigente**. Para argumentar esto se citan las siguientes opiniones: “la clase es amena y agradable”, “es buena, exige físicamente a los estudiantes y es muy didáctica”, “La clase es buena y crea disciplina deportiva en el alumno además la manera como se realiza hace que sea instructiva y a la vez recreativa”, “es una metodología adecuada que motiva a los estudiantes a través del trabajo en grupo”.

La tercera fortaleza que encuentran los estudiantes en la metodología dentro de la asignatura de cultura física está que **el**

profesor al realizar las clases tiene en cuenta la capacidad física de sus estudiantes, sin entrar en discriminaciones. Esto lo manifiestan así: “Me gusta que dentro de la metodología se tenga en cuenta que no todos los estudiantes presentan un buen nivel físico, entonces se realiza la clase buscando que todos los alumnos participen pero a su propio ritmo”, “hubo un caso de un estudiante ciego y el profesor supo integrarlo al grupo”, “conforman grupos donde participan personas con discapacidad”, “el profesor averigua por el estado físico de los estudiantes para continuar con las clases”.

DEBILIDADES:

También es una debilidad el hecho de que **son demasiados los deportes que intentan abarcar en muy poco tiempo**, confirmado por estos testimonios: “deberían enseñarlo más lento para los que no saben”, “muy poco tiempo disponible para enseñar esta asignatura”.

Otros afirman que **en ocasiones se forma mucha indisciplina** en la clase por parte de algunos estudiantes: “hay momentos en que los estudiantes por su falta de interés generan desorden”, “comprender que hay clases antes y después de esta”, “algunos profesores no controlan la participación que tienen sus alumnos durante la clase”, “hay apatía por la clase por una minoría de estudiantes”, “el profesor es muy flexible y le falta ser más exigente”, “algunos estudiantes del grupo fueron de mala motivación, puesto que eran algo perezosos”.

Hay quienes encuentran como debilidad en la metodología de la cultura física **la manera en que el docente debe promocionar el deporte y no imponerlo**, diciendo lo siguiente: “La clase es muy rígida y seria, deberían exigir de acuerdo a las capacidades de cada estudiante y sin ser tan exigentes por que causan tensión en la clase y fobia deportiva”, “deberían promover el habito deportivo y no hacer que el estudiante le coja miedo o fastidio a la clase”, “el estudiante se siente como un soldado que obedece ordenes”, ,

“que los profesores prueben nuevas propuestas para la realización de sus metodologías”.

3.3. Fortalezas y Debilidades en la **EVALUACIÓN** de la asignatura de cultura física.

FORTALEZAS:

La primera fortaleza es **el valor de la asistencia y la participación en la clase, al pasar la nota final**. Esto lo evidencian así: “es bueno que tengan en cuenta el esmero en las clases y no las capacidades”, “califican de manera ideal dependiendo la participación”, “tienen en cuenta la asistencia, la participación y la ropa deportiva”, “bien enfatizada en la puntualidad y en el empeño que ponen los estudiantes”.

Por otro lado, se tiene una fortaleza en cuanto **al mejoramiento de las capacidades físicas y deportivas**, respondiendo de esta manera: “Me parece bueno que algunos profesores van al ritmo de aprendizaje de los estudiantes”, “toman en cuenta la capacidad del rendimiento de cada estudiante”, “destrezas y debilidades son evaluadas por el profesor y dependen del deporte visto”, “algunas evaluaciones se realizan individualmente y otras colectivamente”.

La fortaleza que muestra a **un profesor consciente del programa porque evalúa según lo que se ha visto en el semestre**, mostrando de este modo sus apreciaciones: “es bueno porque evalúan lo que enseñan”, “es la indicada de acuerdo a lo que se ha aprendido”, “cada evaluación es de los deportes y actividades extracurriculares que se programan”, “se evalúan los ejercicios físicos, los deportes y las actividades recreativas que se dan en clases”, “me parece bien que evalúen individual y grupalmente.

DEBILIDADES:

La primer debilidad que aparece es sobre **el escaso tiempo y créditos que se le dedica a la asignatura de C. F. dentro del pensum académico de las carreras**, esto dicen los estudiantes: “la materia se ve de una forma muy superficial”, “aumentar un crédito en esta materia para todos los estudiantes”, “dos horas semanales son insuficientes para promover seriamente el deporte en la universidad”, “si académicamente le dieran más valor a la materia seguro que los estudiantes se esforzarían más por la clase”, “hace falta motivar al estudiante con más créditos”.

De igual modo esta la debilidad de que **sólo se evalué por la asistencia y la participación en clase**, ratificando en las respuestas de esta forma: “la materia es tan superficial que las únicas metas que se pueden cuantificar son las de asistencia”, “faltan más puntos para evaluar a los estudiantes”, “no se puede evaluar el conocimiento teórico que tienen los estudiantes sobre el deporte”, “la asistencia y la participación son ítems necesarios en la evaluación, pero hay que buscar otros puntos para incluir en la evaluación como los test físicos y competencias deportivas”.

Entre otras debilidades está **el hecho de que unos profesores evalúan de una manera estricta, autoritaria y dan mínimas oportunidades de recuperar las fallas**. Lo muestran así: “los profesores deben ser más flexibles con la evaluación”, “hay que tener en cuenta a los estudiantes con limitaciones físicas”, “los profesores deben ser orientadores del grupo, debe solucionar conflictos, debe ser un líder”, “no existe un criterio unificado para la evaluación construida por los profesores”, “que hayan más chances a la hora de poder recuperar las fallas”.

4. INCIDENCIA DE LA ASIGNATURA EN EL DESARROLLO DE LA VIDA DE LOS ESTUDIANTES. (SENTIR)

Esta asignatura ha incidido en el desarrollo del ser humano de muchas maneras, a continuación unas opiniones de estudiantes que se refieren a **la conciencia que despertaron durante la clase por hacer ejercicio o deporte en su vida** “de forma positiva ya que conocí reglas de otros deportes que ya no practicaba y me comenzaron a llamar la atención”, “me ha ayudado a reconocer mi cuerpo, mis capacidades físicas y los cuidados que hay que tener”, “hacer constantemente ejercicio con el fin de tener un cuerpo sano y evitar futuras enfermedades”, “ha incidido tanto que siempre tengo en cuenta de realizar ejercicio durante la semana como forma de descanso”.

También hay quienes opinan que **la clase los desestresa, los aleja de las materias teóricas y los anima a inscribirse en contextos deportivos**, respondieron así: “me ha ayudado a fortalecer la parte física, ha desestresarme de la parte académica”, “en mi vida a mejorado el sedentarismo, me relaja, dispersa mis sentidos y contribuye a la mejora del autoestima”, “sirvió para animarme a matricular un contexto de deportes, para liberar energía, divertirme y mejorar mi disciplina”.

Algunos estudiantes dicen que la materia **los ayudo a relacionarse con compañeros de otras carreras, a disciplinarse y desarrollarse mentalmente**, contestando de esta forma: “me ayuda a fortalecerme en el deporte y a integrarme con los demás”, “mantengo un buen físico, conozco y me relaciono con gente nueva y diferente y quito el estrés ocasionado por la universidad”, “he mejorado mi disciplina y mi continuidad en el gimnasio”, “me ha servido para sacar un tiempo de mi vida que no sean siempre números y letras, también para relacionarme socialmente más y mejor”.

Un porcentaje muy mínimo de estudiantes dijo que **la asignatura de cultura física no significo nada para ellos**, lo escribieron así: “Para nada, fue hace 2 años que la vi”, “no mucho, el deporte se

fomenta desde uno mismo no desde afuera”, “en mi vida no ha incidido en nada”, “No mucho, la vi en primer semestre por requisito y ya”, “la verdad, no mucho pues yo he tenido mucho desarrollo deportivo”.

5. PROPUESTAS DE LOS ESTUDIANTES PARA EL DESARROLLO DE LA ASIGNATURA. (QUERER SER)

La selección de menos deportes dentro del programa de cultura física, buscando con esto profundizar en la práctica de los mismos.

Los alumnos expresan lo anterior de la siguiente manera: “Crear un organigrama estructurado del contenido de la materia, desarrollando deportes diferentes a los de siempre y que estos sean escogidos por los mismos alumnos”. Por ultimo tenemos otro estudiante que además de las sugerencias anteriores especifica el deporte que quiere practicar dentro de la asignatura comentando esto de la siguiente forma: “Que integren el tenis de mesa o que se haga un grupo grande de todos los deportes y que se vayan rotando”.

Las sugerencias de los estudiantes para mejorar el desarrollo de la asignatura de cultura física son **La evaluación teórica debe estar dentro de la asignatura**, Para la argumentación de lo anterior citamos las siguientes propuestas: “Que también se evalúe lecturas para así conocer detenidamente los deportes y como tener mejor estado físico”, “Se debería ver algo teórico sobre los deportes que se practican”.

A continuación, vamos a observar las sugerencias de los alumnos que encuentran **un mejoramiento en el desempeño de los estudiantes durante la clase en la medida en que sean motivados por el docente**, por ejemplo las propuestas citadas a continuación tienen como enfoque la forma en su profesor dicta la materia, lo cual exteriorizan del siguiente modo: “Que el profesor tenga la chispa para motivar a los estudiantes y que la clase no sea tan rutinaria”, “Que las clases sean mas dinámicas y tengan más juegos en grupo”. Algunos estudiantes tienen sugerencias

que tienen mayor relación con lo que ellos sintieron que hizo falta dentro del desarrollo de la clase, probándose esto de la siguiente forma: “Hacer énfasis en diferentes deportes y no tanto en trotar”, “Aumentar el número de deportes dentro de la asignatura”, “los grupos de cultura física deberían ser más pequeños para que no se vuelva un desorden la clase”.

Además tenemos un grupo de estudiantes que proponen el **aumento de la intensidad horaria para C. F. y elevar también el número de créditos**. Para verificar lo enunciado anteriormente anexamos lo siguiente: “Que le aumenten los créditos a cultura física y a todos los contextos de deportes”, “Que aumenten las horas a la materia, los créditos y que además este disponible para todos los semestres”, “Que sea un bloque de 2 horas seguidas para aprovechar más el tiempo”.

EL SER DE LA CF

6. CARACTERIZACION DE LA CLASE DE C.F.

La CF una asignatura más.

En el análisis de las respuestas de los estudiantes con respecto a esta pregunta podemos observar que describen las características generales de la forma como se realiza la clase de cultura física según la forma como les fue dictada por su profesor, o según el gusto que tengan por la materia.

En este caso, por ejemplo tenemos aquellos estudiantes que **expresan el haber visto la asignatura de una manera tranquila, en donde se hace un calentamiento y luego se practica la actividad física o el deporte**. Lo anterior se enuncia del siguiente modo: “En mi clase el profesor inicio con rutinas de calentamiento y luego nos dio a escoger un deporte al gusto de cada uno”, “Ejercicios de estiramiento, se estudia el deporte y se practica”, “Pues.... Es un calentamiento y luego se muestra un

ejercicio”, “el profesor llega, toma lista realiza un calentamiento e indica los ejercicios y se procede a la práctica”, “Se llega, se toma lista, se calienta, se juega cualquier cosa que escoja el profesor y ya”.

A continuación vamos con aquellos estudiantes que además de percibir de una manera muy completa la elaboración de la asignatura, señalan que también **se tuvo en cuenta el previo conocimiento que tenían los estudiantes sobre su propio cuerpo**. “Se toma conciencia del estado del cuerpo y de las capacidades físicas, el profesor ejecutan las una instrucciones de los movimientos según el deporte que se va a efectuar, se elaboran dichas actividades y para terminar se hace una pequeña evaluación”, “ Por medio de la práctica se enseñan diferentes rutinas deportivas, teniendo en cuenta dentro de la metodología el soporte teórico”, “me parece que se proporcionó un buen material para el desarrollo del a clase, se utilizó una sistemática pertinente”.

Encontramos también estudiantes que expresan su **inconformidad en cuanto al hacer ejercicios durante las clases de cultura física**: “Pues mi clase era más que todo correr y jugar fútbol y para mí eso era una clase de hombres”, “En ocasiones la clase se dicta de manera obligatoria pero por lo general se disfrutan y se aprovechan los espacios”, “al principio era más organizado todo pero cuando avanza el semestre solo se fija una cita para jugar, me parece que la materia debería tratarse de manera más profunda”.

Destinamos este último punto a la observación de aquellos estudiantes que **aprecian la asignatura como medio de relajación y una oportunidad de relacionarse a través de la lúdica y el juego con los compañeros del grupo**, probándose esto de la siguiente manera: “Empiezo la clase con un saludo a los compañeros y al profesor, seguido del calentamiento, ejercicio y luego la despedida”, “Clase “espontánea”, lúdica” se presta para un desorden sano”, “el desarrollo de la clase fue muy ameno, espontáneo, lúdico y también se prestaba para un desorden

sano”, “Llegábamos a la clase, los estudiantes calentaban y desarrollaban aunque fuese un poco de lo básico y luego que jugábamos”, “la clase era animada, dinámica, recreativa, divertida pero a la vez exigente, teórica y práctica, me enseñó que aquí se hace mucho más que estudiar”.

ANEXO C. PRECATEGORIZACIÓN DE LA INFORMACIÓN DE LOS ESTUDIANTES. ASIGNATURA DE CULTURA FÍSICA

1. Concepciones sobre Cultura Física

CÓDIGOS	Testimonios	Cantidad respuestas
I5TKD1(m)	Los hábitos que se hacen para fortalecer al cuerpo.	1
I5TKD2(m)	Por cultura física entiendo la actitud e iniciativa que se tiene hacia el deporte y la conservación de un buen estado físico.	1
I5TKD3(f)	Entiendo por c.f. la educación y moldeo de la mente hacia el diario o matutino seguimiento del deporte hacia una salud equilibrada.	1
I5TKD4(f)	Es una asignatura que nos da momentos de esparcimiento, es un alto en las actividades académicas y una oportunidad para realizar diferentes actividades físicas.	1
I5TKD5(m)	Es el conocimiento que debemos tener sobre los deportes y como ayudan a mantener un cuerpo sano.	1
I5TKD6(m)	Materia dada para dar un ritmo deportivo, con distintos medios, ya sea el atletismo, fútbol, etc.	1
I5TKD7(m)	Educación para el manejo propio del cuerpo al realizar una actividad física.	1
I5TKD8(m)	El hábito que se obtiene al realizar distintos tipos de acondicionamientos físicos o deportes.	1
DTKD1(f)	Asignatura donde se aprende y refuerza nuestras fortalezas y debilidades en el deporte.	1
DTKD2(f)	Es un conjunto de actividades que tienen como fin ayudar al mejoramiento de la salud física mediante la práctica del deporte.	1
DTKD3(m)	Adquisición de conocimientos para el entrenamiento y buen mantenimiento del cuerpo.	1
DTKD4(f)	Cultura son los hábitos, las tradiciones y física es lo que podemos hacer con nuestro cuerpo. C.F. son las habilidades físicas que adquirimos con los hábitos que nos enseñan	1
DTKD5(m)	Es la creación de un hábito de ejercicios físicos para fortalecer nuestra salud física y mental.	1
DTKD6(m)	La implementación de un programa de ejercicio y actividad física a la rutina de una persona, de tal forma que se convierta en un hábito recurrente para	1

	dicha persona.	
DTKD7(m)	Cultura y aprendizaje sobre el deporte.	1
DTKD8(m)	Creo que es la forma y actitud que tenemos respecto a nuestro cuerpo en el ámbito deportivo.	1
DTKD9(f)	Es el arte de impartir conocimientos del deporte, es aprender a vivir el deporte a mejorar en todos los aspectos para llevar una vida más sana.	1
DTKD10(m)	Es el espacio donde el estudiante tiene una opción de escape ante el estrés del estudio y además crece integralmente y formativamente.	1
DTKD11(f)	Generar la costumbre, la necesidad de hacer deporte.	1
DTKD12(m)	Es el entrenamiento del cuerpo para mantener una buena salud física y una mejor calidad de vida.	1
DTKD13(f)	Conocimiento del cuerpo y su funcionamiento.	1
DTKD14(m)	Adquirir un hábito para el deporte.	1
DTKD15(m)	Es el fomento del deporte en el estudiante, para una buena salud y un buen desempeño.	1
B1BASK1(f)	Desarrollo de las habilidades físicas, trabajos de ejercitación del cuerpo, todo lo relacionado con la salud mental y física del ser humano.	1
B1BASK2(f)	Como una forma educativa de desarrollar mente y cuerpo de forma sana.	1
B1BASK3(f)	Deporte múltiple que crea cultura.	1
B1BASK4(f)	Es una asignatura que ayuda a incorporar al estudiantado para relacionarse con buenos hábitos.	1
B1BASK5(f)	Formación integral del ser humano, en cuanto a deporte se refiere.	1
B1BASK6(f)	Educación hacia el deporte.	1
B1BASK7(f)	Es un espacio de tiempo en el cual el estudiante se distrae y se le proporciona un acontecimiento físico y recreativo.	1
B1BASK8(f)	Una asignatura deportiva.	1
B1BASK9(f)	Cultura deportiva para una vida saludable.	1
B1BASK10 (f)	Es dar a nuestro cuerpo un espacio para ejercitarse y tratando de dar a todas las funciones de nuestro cuerpo la estimulación circulatoria que necesita.	1
B1BASK11 (f)	Es el conjunto de costumbres y disciplinas relacionadas con el bienestar físico.	1
B1BASK12 (f)	Enseñanza y aplicación del aspecto físico del individuo y su importancia para la vida universitaria.	1
B1BASK13 (f)	Es un área fundamental en el desarrollo social que tiene como fin educarnos respecto al deporte y la	1

	buena salud.	
B1BASK14 (f)	El arte de la formación del estado físico de las personas.	1
B1BASK15 (f)	Para mi es adecuar nuestro cuerpo, ya que el deporte es necesario tanto para la salud física como mental.	1
B1BASK16 (f)	Es una materia para la recreación y deporte para el estudiante, también es una manera de salir de la cotidianidad del estudio.	1
I01GE1(f)	Conjunto de actividades que involucran el ejercicio y fortalecimiento del cuerpo humano mediante rutinas de capacidad física.	1
I01GE2(f)	Es el buen hábito de hacer ejercicios físicos.	1
I01GE3(f)	Es el arte de hacer deporte, cuidar el cuerpo, practicar diferentes ejercicios que ayudan al acondicionamiento físico.	1
I01GE4(f)	La realización de ejercicios que tienden a mejorar la condición física de una persona.	1
I01GE5(f)	Es una materia de desarrollo físico, sirve para mejorar el estado físico del estudiante, mostrando diferentes deportes que existen y que pueden servir para su mismo beneficio.	1
I01GE6(f)	Todo aquello que se relacione con y estudie el aspecto físico, los deportes que permitan el acondicionamiento físico, estudiar una cultura de vida para llevar un buen estilo de vida.	1
I01GE7(f)	Es un espacio para universitarios y personas comunes y corrientes en el que se requiere del deporte y de la libre interacción del ser humano con el espacio por medio de ejercicios.	1
I01GE8(f)	Es la cultura a hacer deporte	1
I01GE9(f)	Una asignatura destinada a la parte física y el desarrollo deportivo de los estudiantes.	1
I01GE10(f)	Es la capacidad de mantener una rutina de actividades aptas para ejercitar nuestro cuerpo y así contribuir al bienestar de la salud.	1
I01GE11(f)	Es una forma de ser, de vida, teniendo como fundamento el deporte y el mantener un buen estado físico cuidando su cuerpo.	1
I01GE12(f)	Es un método inventado para el desenvolvimiento del cuerpo en cuanto a su formación.	1
I01GE13(f)	Es más que una materia de relleno, es una rutina de ejercicios y deportes para mejorar el estado físico.	1

FU1(m)	Son las actividades deportivas que se realizan para aumentar el nivel cultural de la persona y de la sociedad.	1
FU2(m)	La preparación física del cuerpo.	1
FU3(m)	Es el área del desarrollo personal que refiere a la educación de nuestro cuerpo y la conservación de un buen estado físico.	1
FU4(m)	Cultura del deporte, fomentar el ejercicio físico.	1
FU5(m)	Preparar mi cuerpo con una rutina, forma sana.	1
FU6(m)	Desarrollo y reconocimiento del acondicionamiento del cuerpo como carácter tanto teórico como espiritual.	1
FU7(m)	Es el estudio de la educación deportiva, conocer todos los deportes.	1
FU8(m)	Es la cultura que se tiene para el desarrollo del ejercicio físico en beneficio de la salud.	1
FU9(m)	Hacer deporte frecuentemente.	1
FU10(m)	Es una formación adecuada del cuerpo humano y completa para la salud.	1
FU11(m)	Es el buen desarrollo de una cultura en la cual prima la salud en todas y cada una de las personas.	1
FU12(m)	Es el desarrollo de habilidades y destrezas al realizar algún trabajo, deporte o actividad que requiera esfuerzo físico.	1
FU13(m)	Significa un espacio para recreación y deporte, pero en si significa de cierta manera aprender a hacer deporte o ejercicio, en fin.	1

2. Utilidad de la asignatura de cultura física?

I5TKD1(m)	El ser humano se divide en dos partes el intelectual y el físico, ambos están correlacionados.	1
I5TKD2(m)	Sirve para tratar de enseñarnos como se deben desarrollar las actividades físicas de una forma correcta.	1
I5TKD3(f)	Para no ser sedentarios y moldear tiempo y espacio al cuerpo durante el resto de nuestras vidas.	1
I5TKD4(f)	Creo que no sólo sirve sino que es fundamental para desarrollarnos no solo física sino	1

	mentalmente.	
I5TKD5(f)	Para conocer los diferentes tipos de deportes y sus reglas y para alejar los vicios.	1
I5TDK6(m)	Para lograr un descanso académico y ejercitar el cuerpo y la mente. La gracia de la educación física es de equilibrar los recursos físicos y mentales.	1
I5TDK7(m)	Para aprender el buen modo de entrenar.	1
I5TDK8(m)	Para desarrollar el hábito de ejercitarse o fortalecerlo.	1
I5TDK9(f)	Propicia en los estudiantes el amor en el deporte y a mantener su cuerpo físico y mental más saludable.	1
I5TDK10(f)	Para mantener una buena salud física de todos los estudiantes, y sirve como parte de la formación integral del profesional.	1
I5TDK11(m)	Sirve como alternativa de contexto para poder mejorar o mantener una saludable condición física.	1
I5TDK12(f)	Para mejorar nuestro físico y despejar nuestra mente.	1
I5TDK13(f)	Para desarrollar habilidades físicas y motoras, mejorar la salud y desarrollar habilidades de interrelación personal.	1
I5TDK14(m)	Para evitar el sedentarismo en los estudiantes universitarios y fomentar en ellos hábitos saludables de actividad física.	1
I5TDK15(m)	Para mejorar nuestra condición física y mental.	1
I5TDK16(m)	La asignatura sirve para el mejoramiento de nuestro físico y nuestra salud.	1
I5TDK17(f)	Para darle conciencia al estudiante que si ejercita su cuerpo puede desempeñarse mejor en todos los aspectos de su vida.	1
I5TDK18(m)	Para fortalecer físicamente y psicológicamente sentirse mas sano y vital.	1
I5TDK19(f)	Mejorar la condición física.	1
I5TDK20(m)	Una forma de distracción, algo diferente a lo académico.	1
I5TDK21(f)	Para hacer conciente al estudiante de la importancia que tiene trabajar tanto el cuerpo como la mente.	1
I5TDK22(m)	Sirve para mantener un buen estado físico, además no todo es matemáticas etc. El deporte es muy importante, porque desestrea.	1
I5TDK23(m)	Sirve para mucho más de lo que los profesores enseñan, la mayoría se dedica solamente a llegar	1

	a la clase y decir calienten y jueguen.	
B1BASK1(f)	Sirve para ejercitar el cuerpo, despejar la mente, trabajar las zonas del cuerpo que usualmente no están en continuo movimiento todo esto en mejoras de la salud del ser humano	1
B1BASK2(f)	Me sirve para mantenerme bien física y emocionalmente	1
B1BASK3(f)	Crear conciencia	1
B1BASK4(f)	Para mostrar técnicas de cada deporte en forma opcional.	1
B1BASK5(f)	Sirve para mejorar el estilo de vida y como rutina estética.	1
B1BASK6(f)	Para entender la importancia del deporte.	1
B1BASK7(f)	Sirve para fortalecer la parte física del estudiante.	1
B1BASK8(f)	Para desestresar y mantener el cuerpo saludable.	1
B1BASK9(f)	Para mantenerse activo y saludable adoptando un estilo de vida basado en la actividad física.	1
B1BASK10(f)	Para aprender a ejercitar mi cuerpo y mantenerlo sano.	1
B1BASK11(f)	Sirve como incentivo y fomento para el desarrollo de actividades extracurriculares con el propósito mismo de la cultura física.	1
B1BASK12(f)	Inculcar en el estudiante la practica constante de trabajo físico para un mejor desarrollo físico y mental.	1
B1BASK13(f)	Sirve como recreación, conocimiento de adaptación física, buena salud y mejor desempeño.	1
B1BASK14(f)	Para entender la importancia de realizar actividades a parte de la academia y aprender a formar las costumbres de actividad física.	1
B1BASK15(f)	Sirve para al menos una vez a la semana poder ejercitarnos sin pensar en nuestro estudio.	1
B1BASK16(f)	Para hacer deporte y para la buena salud del estudiante.	1
I01GE1(f)	Sirve para crear espacios de relajación y fortalecer o mejorar la capacidad física de las personas q por ende benefician la salud.	1
I01GE2(f)	Para mantener un buen estado físico y una buena salud, para liberar tensiones.	1
I01GE3(f)	Sirve para crear una cultura de deporte en el estudiantado para q mejoren su estado físico y aprendan diferentes ejercicios y deportes q mejoran la salud y ayudan a la resistencia física.	1

I01GE4(f)	Para lograr una óptima salud derivada de ejercicios además de brindar momentos alejados del estrés diario.	1
I01GE5(f)	Sirve para mejorar nuestro estado físico y en su defecto nuestra salud. Para aprender las diferentes reglas de deportes.	1
I01GE6(f)	Acondicionamiento físico.	1
I01GE7(f)	Para mantener el cuerpo en buen estado y por ende gozar de excelente salud, ya q por medio de ejercicios y buen personal calificado para el desarrollo de una clase se logran grandes objetivos físicos en las personas.	1
I01GE8(f)	Para mejorar a acondicionar el cuerpo, mantener una excelente salud y para divertirse.	1
I01GE9(f)	Permite al estudiante desarrollar su parte deportiva y lúdica.	1
I01GE10(f)	Para crear en el estudiante la cultura de mantener nuestro cuerpo sano.	1
I01GE11(f)	Para crear en los estudiantes una costumbre y conciencia de q hacer deporte es bueno para el organismo; para q los estudiantes descansen de la rutina de permanecer sentados en un salón de clases.	1
I01GE12(f)	Para darle una integración a los primiparos y para darles indicio sobre el cuidado del cuerpo.	1
I01GE13(f)	Sirve para ejercitar nuestro cuerpo.	1
FU1(m)	Para fortalecernos en la parte física y encontrar en el deporte alternativas de vida por q el deporte es salud, distracción y cultura.	1
FU2(m)	Para mantener un estado físico y mental sano.	1
FU3(m)	Desarrolla en nosotros habilidades q nos permiten tener el correcto balance entre el buen estado del cuerpo y la mente.	1
FU4(m)	Distraerse un poco.	1
FU5(m)	Mantener un estado físico aceptable.	1
FU6(m)	Para crear en el estudiante el habito del deporte.	1
FU7(m)	Para crear en los jóvenes una costumbre deportiva y para quitar el sedentarismo.	1
FU8(m)	Para aprender a crear esta cultura en la vida diaria.	1
FU9(m)	Para crear como su nombre lo indica una cultura en los jóvenes universitarios, y q se interesen en el deporte.	1
FU10(m)	Para la salud.	1
FU11(m)	No solo sirve para hacer deporte y estar saludable, sino también para desarrollar talentos en cada uno de nosotros.	1
FU12(m)	Para fortalecer la costumbre de realizar actividades aeróbicas.	1
FU13(m)	Sirve para de cierta forma cambiar de ambiente, pues no todo es estudiar día y noche sino q tiene q haber un rato para hacer deporte o distraerse.	1

3.1. Contenidos de la asignatura de cultura física.

CODIGO	Testimonios	cantidad de respuestas
I5TKD1(m)	Fortalezas: la obligatoriedad. Debilidades: apenas en primer semestre.	1
I5TKD2(m)	Fortalezas: enseña formas correctas de iniciar calentamientos y estiramientos. Debilidades: es demasiado superficial al tratar de abarcar demasiados deportes.	1
I5TKD3(f)	Fortalezas: disciplinas básicas bien estructuradas. Debilidades: faltan algunas disciplinas interesantes.	1
I5TKD4(f)	Fortalezas: acorde a todo tipo de alumno. Debilidades: trata de abarcar muchas actividades al mismo tiempo.	1
I5TKD5(m)	Fortalezas: explicación detallada de la forma de realizar actividades físicas. Debilidades: que no se alcanza a ver a fondo todos los deportes que se practican en la universidad.	1
I5TKD6(m)	Fortalezas: muestra gran variedad de deportes para una libre elección en un futuro. Debilidades: sin comentarios.	1
I5TKD7(m)	Fortalezas: integra a los estudiantes de diferentes grupos o carreras. Debilidades: le falta más con respecto al modo correcto de hacer un ejercicio y los daños que puede causar un mal ejercicio, etc.	1
I5TKD8(m)	Fortalezas: deportes. Debilidades: tiempo de desarrollo.	1
I5TKD9(f)	Fortalezas: habilidad para alcanzar destrezas físicas. Debilidades: poco tiempo para practicar.	1
I5TKD10(f)	Fortalezas: completo el contenido. Debilidades: poca profundidad.	1
I5TKD11(m)	Fortalezas: desarrollo varias formas para el entrenamiento. Debilidades: la diversidad de los temas aplicados no son suficientes.	1
I5TKD12(f)	Fortalezas: deportes es para ambos sexos. Debilidades: poca profundidad en el tema.	1
I5TKD13(f)	Fortalezas: el aprendizaje de técnicas y buen contenido de disciplina mental.	1

	Debilidades: ninguna.	
I5TKD14(m)	Fortalezas: la variedad. Debilidades: la superficialidad.	1
I5TKD15(m)	Fortalezas: los temas están muy bien desarrollados hacia los estudiantes. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD16(m)	Fortalezas: muy bien por la gran variedad de deportes. Debilidades: falta de tiempo.	1
I5TKD17(f)	Fortalezas: buenos escenarios deportivos y excelentes docentes. Debilidades: falta de apoyo de la universidad.	1
I5TKD18(m)	Fortalezas: propicia y fomenta la parte física de los estudiantes. Debilidades: la gran superficialidad.	1
I5TKD19(f)	Fortalezas: gran variedad de deportes ejercidos. Debilidades: poca fundamentación técnica.	1
I5TKD20(m)	Fortalezas: recreativa y promueve la cultura del deporte. Debilidades: pocas horas a la semana.	1
I5TKD21(f)	Fortalezas: la variedad. Debilidad: la superficialidad.	1
I5TKD22(m)	Fortalezas: los buenos profesores. Debilidades: poco tiempo a la semana.	1
I5TKD23(m)	Fortalezas: mejoramiento de la salud física y mental. Debilidades: no se desarrolla de la manera correcta.	1
B1BASK1(f)	Fortalezas: variada implementación en los objetivos a cursar de las diferentes ramas de la cultura física. Debilidades: ninguna.	1
B1BASK2(f)	Fortalezas: podemos desarrollarnos físicamente de una forma sana. Debilidades: a veces es muy poco el tiempo.	1
B1BASK3(f)	Fortalezas: múltiples deportes. Debilidades: poca especialidad.	1
B1BASK4(f)	Fortalezas: abarca un poco de cada deporte. Debilidades: no brinda posibilidad al GYM.	1
B1BASK5(f)	Fortalezas: reafirma conocimientos en cuanto a deportes y métodos deportivos. Debilidades: ninguna.	1
B1BASK6(f)	Fortalezas: variabilidad. Debilidades: hace falta más espacio.	1
B1BASK7(f)	Fortalezas: se practican todos los deportes. Debilidades: muy pocas horas a la semana.	1
B1BASK8(f)	Fortalezas: bueno. Debilidades: no dejan escoger el deporte.	1
B1BASK9(f)	Fortalezas: variedad de deportes. Debilidades: poca profundidad.	1
B1BASK10(f)	Fortalezas: que se conocen varios deportes. Debilidades: falta ping pong.	1
B1BASK11(f)	Fortalezas: todo bien. Debilidades: ninguna.	1

B1BASK12(f)	Fortalezas: se conocen las diferentes opciones deportivas de la UIS. Debilidades: al ser tantos grupos no se pasa por todos los deportes.	1
B1BASK13(f)	Fortalezas: es bueno saber que el deporte prevalece la buena salud. Debilidades: que en ocasiones se sufren accidentes.	1
B1BASK14(f)	Fortalezas: variedad de disciplinas Debilidades: poca profundidad.	1
B1BASK15(f)	Fortalezas: crea conciencia de ejercicios físicos. Debilidades: no hace énfasis en deportes.	1
B1BASK16(f)	Fortalezas: saludable, recreación, salir de la cotidianidad y el buen manejo de talentos. Debilidades: ninguna.	1
I01GE1(f)	Fortalezas: realización de ejercicios dinámicos, espontaneidad en las clases. Debilidades: falta de competencias amistosas.	1
I01GE2(f)	Fortalezas: se ve el deporte tanto en su parte teórica como práctica. Debilidades: ninguna.	1
I01GE3(f)	Fortalezas: es apropiado, tiene personas capacitadas. Debilidades: son pocas horas a la semana.	1
I01GE4(f)	Fortalezas: permite el conocimiento de diversas actividades. Debilidades: ninguna.	1
I01GE5(f)	Fortalezas: me parece que posee un buen contenido tratando de mostrar los deportes. Debilidades: poco tiempo a la semana.	1
I01GE6(f)	Fortalezas: excelente, permite el aprendizaje. Debilidades: poco tiempo para el desarrollo.	1
I01GE7(f)	Fortalezas: es enriquecer ya que se aprende muchas cosas en determinado tiempo. Debilidades: ninguna.	1
I01GE8(f)	Fortalezas: muy completo. Debilidades: ninguna.	1
I01GE9(f)	Fortalezas: se desarrolla integralmente manejando la diversidad de deportes. Debilidades: ninguna.	1
I01GE10(f)	Fortalezas: bastante profesional. Debilidades: son pocas horas semanales.	1
I01GE11(f)	Fortalezas: sirve para adquirir un buen estado físico y es una buena manera de hacer ejercicio. Debilidades: falta que sea más variable porque es muy monótono.	1
I01GE12(f)	Fortalezas: enseñan a hacer algunos ejercicios que contribuyen en algo.	1

	Debilidades: ese algo es muy poco deberían enseñar algo que a la gente le guste y que practique algo.	
I01GE13(f)	Fortalezas: mejora el acondicionamiento físico. Debilidades: ninguna.	1
FU1(m)	Fortalezas: existen diferentes deportes para practicar. Debilidades: pocas horas a la semana.	1
FU2(m)	Fortalezas: conocimiento en deportes. Debilidades: poca teoría.	1
FU3(m)	Fortalezas: crea el hábito del ejercicio en el establecimiento universitario. Debilidades: es muy generalizado.	1
FU4(m)	Fortalezas: muy completo. Debilidades: ninguna.	1
FU5(m)	Fortalezas: métodos para el enriquecimiento espiritual. Debilidad: ninguna.	1
FU6(m)	Fortalezas: más reconocimiento de los diferentes deportes. Debilidades: ninguna.	1
FU7(m)	Fortalezas: aprender las diferentes reglas de los deportes. Debilidades: no se profundiza un deporte.	1
FU8(m)	Fortalezas: me parece que es completa. Debilidades: ninguna.	1
FU9(m)	Fortalezas: es bueno. Debilidades: debería abarcar más.	1
FU10(m)	Fortalezas: el acondicionamiento físico. Debilidades: la pereza.	1
FU11(m)	Fortalezas: todo se maneja un buen desarrollo en las clases y un programa ordenado. Debilidades: ninguna.	1
FU12(m)	Fortalezas: temas variados y bien fundamentadas. Debilidades: pocas horas a la semana.	1
FU13(m)	Fortalezas: cambio de ambiente. Debilidades: debería haber más de dos horas a la semana.	1

3.2 Metodología empleada en la clase de Cultura física.

CODIGO	Testimonios	cantidad de respuestas
I5TKD1(m)	Fortalezas: la opción de escoger el deporte favorito. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD2(m)	Fortalezas: es interesante ya que no excluye a nadie y trata de dar cabida desde los menos aptos físicamente. Debilidades: falta tratar de ser más específicos en las metas a lograr.	1
I5TKD3(f)	Fortalezas: la acorde con las disciplinas. Debilidades: poco tiempo semanal.	1
I5TKD4(f)	Fortalezas: empeño en la realización de la metodología. Debilidades: deberían escoger máximo dos deportes y enfocarse en ellos.	1
I5TKD5(m)	Fortalezas: que el profesor se hace entender y tiene paciencia. Debilidades: no se tiene control a veces con las personas que no le ponen interés a la clase.	1
I5TKD6(m)	Fortalezas: que el profesor explica cada deporte antes de practicarlo. Debilidades: deberían enseñarlo mas lento para os que no saben.	1
I5TKD7(m)	Fortalezas: debería ofrecer más posibilidades de actividades de acuerdo a cada estudiante. Debilidades: reúne a los primíparos en un solo lado.	1
I5TKD8(m)	Fortalezas: el conocimiento de los profesores y el uso de su instrucción. Debilidades: poca o demasiada exigencia.	1
I5TKD9(f)	Fortalezas: se ven diferentes deportes se trabaja lo principal del mismo y 1luego se evalúa. Debilidades: no tiene en cuenta el gusto deportivo de los estudiantes.	1
I5TKD10(f)	Fortalezas: paciencia del profesor. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD11(m)	Fortalezas: se promueve un buen ambiente para el desarrollo físico.	1

	Debilidades: muy poco tiempo disponible para las asignaturas.	
I5TKD12(f)	Fortalezas: la práctica. Debilidades: disposición para la clase.	1
I5TKD13(f)	Fortalezas: el profesor se vincula totalmente con los alumnos. Debilidades: es rígida y muy seria.	1
I5TKD14(m)	Fortalezas: amena y agradable. Debilidades: poca estructuración y algo desordenada.	1
I5TKD15(m)	Fortalezas: buena, exige a los estudiantes y es muy didáctica. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD16(m)	Fortalezas: buena Debilidades: ninguna.	1
I5TKD17(f)	Fortalezas: tratan de enseñarle al alumno los diversos deportes. Debilidades: el horario.	1
I5TKD18(m)	Fortalezas: elabora capacidades motrices y rendimiento físico que necesitamos. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD19(f)	Fortalezas: desarrollo alegre del contenido deportivo. Debilidades: algunas veces los escenarios no son los apropiados.	1
I5TKD20(m)	Fortalezas: una forma correcta de la enseñanza. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD21(f)	Fortalezas: flexibilidad, van al ritmo de uno y no lo esfuerzan. Debilidad: constancia secuencia de las clases.	1
I5TKD22(m)	Fortalezas: metodología es apropiada. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD23(m)	Fortalezas: no le encuentro. Debilidades: no la dictan como se debería.	1
B1BASK1(f)	Fortalezas: me parece una buena manera en la que se trabaja calentamiento, ejercitación, trabajo y descanso. Debilidades: ninguna.	1
B1BASK2(f)	Fortalezas: nos permite desarrollar varios deportes. Debilidades: no todos los deportes son del gusto del estudiante.	1

B1BASK3(f)	Fortalezas: buena y crea disciplina en el alumno. Debilidades: ninguna.	1
B1BASK4(f)	Fortalezas: los docentes son muy profesionales. Debilidades: no le encuentro ninguna.	1
B1BASK5(f)	Fortalezas: la manera en q se incentiva la cultura deportiva. Debilidades: ninguna.	1
B1BASK6(f)	Fortalezas: es una metodología organizada. Debilidades: darle al estudiante la posibilidad de escoger el deporte.	1
B1BASK7(f)	Fortalezas: muy buena puesto que enseñan la teoría. Debilidades: comprender que hay clases antes y después de esta asignatura.	1
B1BASK8(f)	Fortalezas: bueno. Debilidades: a veces la forma en cómo se dicta la asignatura se vuelve obligación.	1
B1BASK9(f)	Fortalezas: aceptable. Debilidades: el sometimiento a deportes que no son del agrado de todos.	1
B1BASK10(f)	Fortalezas: procura ver que seamos afines con todos los deportes. Debilidades: algunas personas pueden más que otras.	1
B1BASK11(f)	Fortalezas: todo bien. Debilidades: ninguna.	1
B1BASK12(f)	Fortalezas: involucran teoría y práctica. Debilidades: depende del profesor.	1
B1BASK13(f)	Fortalezas: es bueno tener conocimiento teórico y práctico. Debilidades: pocas horas de entrenamiento.	1
B1BASK14(f)	Fortalezas: involucran buena técnica. Debilidades: falta formación en el estado físico.	1
B1BASK15(f)	Fortalezas: ayudan a ejercitar nuestro cuerpo. Debilidades: no diferencian entre sexos.	1
B1BASK16(f)	Fortalezas: enseñar y aprender las técnicas y el buen desempeño en el deporte. Debilidades: algunos profesores no tienen la capacidad para hacer que los alumnos asistan a clase.	1

I01GE1(f)	Fortalezas: se da una buena comunicación entre el profesor y el estudiante y hay flexibilidad. Debilidades: la imponentia en la realización de ejercicios para recibir la nota.	1
I01GE2(f)	Fortalezas: se desarrolla de manera adecuada siguiendo normas de calentamiento y estiramiento de inicio. Debilidades: ninguna.	1
I01GE3(f)	Fortalezas: es correcta Debilidades: ninguna.	1
I01GE4(f)	Fortalezas: logra la participación de todos los integrantes del grupo. Debilidades: el tiempo de las horas de clase es muy limitado.	1
I01GE5(f)	Fortalezas: me parece muy buena ya que es como una rutina ejercitante. Debilidades: ninguna.	1
I01GE6(f)	Fortalezas: buena, extensa, permite llevarlo a la vida diaria. Debilidades: podría ser un poco más dinámica.	1
I01GE7(f)	Fortalezas: se tiene en cuenta que todos somos diferentes y la exigencia es acorde. Debilidades: pocas horas a la semana.	1
I01GE8(f)	Fortalezas: dinámica divertida y exigente. Debilidades: ninguna.	1
I01GE9(f)	Fortalezas: es una metodología adecuada que motiva a los estudiantes a través del trabajo en grupo. Debilidades: hay deportes que no les gusta a algunos estudiantes.	1
I01GE10(f)	Fortalezas: variedad de actividades. Debilidades: incomprensión de los horarios con otra asignatura.	1
I01GE11(f)	Fortalezas: bueno saber qué se va a trabajar la siguiente clase. Debilidades: no se tiene en cuenta que no todos tienen el mismo estado físico.	1
I01GE12(f)	Fortalezas: no puedo señalar todo pero me parece que con la profesora que tuve fue divertida.	1

	Debilidades: aunque muy rutinario y el tiempo es muy corto y en la carrera se ve en 1er semestre.	
I01GE13(f)	Fortalezas: calentamiento, maquinas, aeróbicos. Debilidades: estiramientos.	1
FU1(m)	Fortalezas: comprensión del docente con el estado físico de los estudiantes. Debilidades: tener más materiales.	1
FU2(m)	Fortalezas: que es en sumatoria práctica. Debilidades: pocos deportes vistos.	1
FU3(m)	Fortalezas: la metodología es bien aplicada. Debilidades: hay deportes que no son del agrado de los estudiantes.	1
FU4(m)	Fortalezas: bien desarrollada. Debilidades: poco tiempo para practicar.	1
FU5(m)	Fortalezas: crean hábitos para el ejercicio. Debilidad: pocas horas a la semana.	1
FU6(m)	Fortalezas: saben dar las instrucciones para que sean del agrado del estudiante. Debilidades: más flexibilidad con los horarios.	1
FU7(m)	Fortalezas: se suda bastante, eso e bueno para la salud. Debilidades: como no es en bloque se pierde mucho tiempo.	1
FU8(m)	Fortalezas: me parece buena. Debilidades: ninguna.	1
FU9(m)	Fortalezas: la forma como hacen la clase. Debilidades: no tengo ninguna debilidad.	1
FU10(m)	Fortalezas: completa. Debilidades: investigación.	1
FU11(m)	Fortalezas: también es disciplinada y eficiente. Debilidades: ninguna.	1
FU12(m)	Fortalezas: bien desarrollada y con buenas finalidades. Debilidades: ninguna.	1
FU13(m)	Fortalezas: ejercitan el cuerpo. Debilidades: deberían darle al estudiante la opción de elegir el deporte.	1

3.3 Forma de evaluar la cultura física

CODIGO	TESTIMONIOS	cantidad de respuestas
I5TKD1(m)	Fortalezas: me parece buena algunos profesores van al ritmo de cada estudiante. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD2(m)	Fortalezas: tiene presente la asistencia a clase. Debilidades: la materia es tan superficial que las únicas metas que se pueden cuantificar son las de asistencia.	1
I5TKD3(f)	Fortalezas: es bueno tener evaluación de esmero y no de capacidades. Debilidades: el esmero no es el indicado por la evaluación.	1
I5TKD4(f)	Fortalezas: adecuada. Debilidades: cualitativa.	1
I5TKD5(m)	Fortalezas: que se valora la asistencia a clase. Debilidades: a veces se es incomprendible con los estudiantes con limitaciones físicas.	1
I5TKD6(m)	Fortalezas: ayudan con la motivación hacia el alumno para que asistan a clase. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD7(m)	Fortalezas: me parece bien que sean exigentes con la asistencia. Debilidades: no se porque no entienden a veces que uno no pudo ir.	1
I5TKD8(m)	Fortalezas: buena. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD9(f)	Fortalezas: destreza y debilidades son evaluadas por el profesor y dependen del deporte visto. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD10(f)	Fortalezas: califican de manera ideal. Debilidades: no tiene ninguna debilidad.	1
I5TKD11(m)	Fortalezas: algunos se alcanzan a realizar individualmente. Debilidades: la materia se ve de una forma muy superficial.	1
I5TKD12(f)	Fortalezas: mejoramiento individual o grupal. Debilidades: mas motivación hacia los	1

	estudiantes.	
I5TKD13(f)	Fortalezas: es individualizada y correctiva. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD14(m)	Fortalezas: es una clase amena. Debilidades: no existe un criterio unificado de los docentes.	1
I5TKD15(m)	Fortalezas: lo normal, está bien como lo hacen. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD16(m)	Fortalezas: es una asignatura muy buena. Debilidades: no le encuentro.	1
I5TKD17(f)	Fortalezas: es una materia que crea el hábito del deporte en el estudiante. Debilidades: tener en cuenta el gusto de este.	1
I5TKD18(m)	Fortalezas: muy bueno. Debilidades: ninguna.	1
I5TKD19(f)	Fortalezas: toma en cuenta la capacidad de rendimiento de cada persona. Debilidades: debido al tamaño de los cursos no puede aplicarse en forma rigurosa.	1
I5TKD20(m)	Fortalezas: es una muy buena asignatura Debilidades: poco tiempo para practicarla.	1
I5TKD21(f)	Fortalezas: se hace ejercicio. Debilidad: debería ser electiva.	1
I5TKD22(m)	Fortalezas: se trata de que se cree un hábito por el deporte. Debilidades: debe ser por iniciativa no por obligación.	1
I5TKD23(m)	Fortalezas: como en todas. Debilidades: como en todas.	1
B1BASK1(f)	Fortalezas: variedad de ejercicios y actividades para una correcta evaluación. Debilidades: dar a conocer oportunamente las notas.	1
B1BASK2(f)	Fortalezas: es sencilla. Debilidades: creo que se evalúa muy por encima, debería ser individual.	1
B1BASK3(f)	Fortalezas: se hace ejercicio. Debilidades: poca exigencia.	1
B1BASK4(f)	Fortalezas: excelente. Debilidades: no le encuentro ninguna.	1
B1BASK5(f)	Fortalezas: que fue de forma practica Debilidades: pocas horas.	1

B1BASK6(f)	Fortalezas: bien enfatizada. Debilidades: ninguna.	1
B1BASK7(f)	Fortalezas: muy buena y flexible Debilidades: la evaluación con respecto a la asistencia es muy estricta.	1
B1BASK8(f)	Fortalezas: es bueno que sea cuantitativa. Debilidades: que sean más exigentes.	1
B1BASK9(f)	Fortalezas: adecuada según las cualidades de cada persona. Debilidades: ninguna.	1
B1BASK10(f)	Fortalezas: procuran mirar todos los aspectos. Debilidades: ninguna.	1
B1BASK11(f)	Fortalezas: buena. Debilidades: el hecho de ser aprobado o no hace que algunos estudiantes no la tomen en serio.	1
B1BASK12(f)	Fortalezas: al ser cualitativa no se castiga al menos ágil. Debilidades: no es justo con las personas que siempre asisten a clase porque con un mínimo de fallas se aprueba la asignatura.	1
B1BASK13(f)	Fortalezas: buena evaluación y participación. Debilidades: ponen fallas a pesar de tener excusa médica.	1
B1BASK14(f)	Fortalezas: evalúan lo que enseñan. Debilidades: deberían evaluar el estado físico.	1
B1BASK15(f)	Fortalezas: evalúan individual y grupal. Debilidades: evalúan aspectos poco importantes.	1
B1BASK16(f)	Fortalezas: bien. Debilidades: ninguna.	1
I01GE1(f)	Fortalezas: es una materia excelente y permite desarrollar nuestra capacidad física. Debilidades: que sea cualitativa.	1
I01GE2(f)	Fortalezas: fomenta la cultura del deporte en los estudiantes. Debilidades: pocas horas para practicarla.	1
I01GE3(f)	Fortalezas: se tiene en cuenta si la persona ha hecho deporte o no, antes y eso es bueno porque no todos pueden hacer lo mismo. Debilidades: no deberían hacer ni evaluaciones ni quiz escritos.	1

I01GE4(f)	Fortalezas: es importante tener esta materia para mantener un acondicionamiento físico adecuado. Debilidades: ninguno.	1
I01GE5(f)	Fortalezas: me pareció excelente. Debilidades: ninguna.	1
I01GE6(f)	Fortalezas: indicada de acuerdo a lo que se estudia. Debilidades: en lo posible que las evaluaciones no sean escritas.	1
I01GE7(f)	Fortalezas: considero de vital importancia esta asignatura para todos los que estudiamos en la UIS. Debilidades: ninguna.	1
I01GE8(f)	Fortalezas: una excelente forma de evaluar. Debilidades: ninguna.	1
I01GE9(f)	Fortalezas: se centra en evaluar según las posibilidades de cada estudiante lo cual es muy positivo. Debilidades: no hay.	1
I01GE10(f)	Fortalezas: que se evalúa individualmente. Debilidades: que sea cuantitativa.	1
I01GE11(f)	Fortalezas: se evalúa de acuerdo al físico de cada alumno. Debilidades: las evaluaciones son poco exigentes.	1
I01GE12(f)	Fortalezas: hay pero no muy notorias. Debilidades: muchas me parece que a los profesores les hace falta exigir más disciplina.	1
I01GE13(f)	Fortalezas: resistencia, fuerza, velocidad. Debilidades: trabajos escritos.	1
FU1(m)	Fortalezas: se practica un deporte. Debilidades: hace falta más pedagogía deportiva.	1
FU2(m)	Fortalezas: permite revisar lo aprendido. Debilidades: solo es práctica.	1
FU3(m)	Fortalezas: justa para lo que respecta. Debilidades: ninguna.	1
FU4(m)	Fortalezas: el programa es bueno y la forma de trabajo. Debilidades: ninguna.	1
FU5(m)	Fortalezas: se evalúa el rendimiento como base del proceso. Debilidad: no hay evaluaciones en grupo.	1

FU6(m)	Fortalezas: es una buena asignatura. Debilidades: debería tener más créditos.	1
FU7(m)	Fortalezas: es por asistencia. Debilidades: hace falta motivar al estudiante con más créditos.	1
FU8(m)	Fortalezas: buena. Debilidades: debería tener más créditos.	1
FU9(m)	Fortalezas: fomenta al estudiante para que tenga una mente sana y un cuerpo sano. Debilidades: debería tener más créditos.	1
FU10(m)	Fortalezas: completa. Debilidades: falta evaluación teórica.	1
FU11(m)	Fortalezas: bien se evalúa lo que es sin regalar ni quitar nada. Debilidades: mucha exigencia con la asistencia.	1
FU12(m)	Fortalezas: me parece bien como debe ser. Debilidades: debería haber dispensadores de agua porque no hay ninguno.	1
FU13(m)	Fortalezas: excelente. Debilidades: hay canchas que deben arreglarse.	1

4. Incidencia de la asignatura de cultura física en el desarrollo de la vida del estudiante

CODIGO	Testimonios	cantidad de respuestas
I5TKD1(m)	Dándonos oportunidades para escoger los deportes que más gustaban.	1
I5TKD2(m)	Aprendí que todos necesitamos en nuestras vidas un poco de descanso y de recrearse para sentirse mejor.	1
I5TKD3(f)	En la clase se entiende que cuerpo y mente son complemento.	1
I5TKD4(f)	Fue una actividad diferente.	1
I5TKD5(m)	De forma positiva ya que conocí reglas de algunos deportes que ya no practicaba y me empezaron a llamar la atención.	1
I5TKD6(m)	Gracias a esta asignatura me preocupó más por mi desempeño físico.	1
I5TKD7(m)	Para nada, fue hace s años que la vi.	1
I5TKD8(m)	Creo un interés por el deporte y el cuidado físico.	1
I5TKD9(f)	La cultura física ha incidido favorablemente en mi desarrollo, ya que me ayuda a adquirir habilidades en ciertos deportes y ha mantenerme saludable y activo.	1
I5TKD10(f)	Ha ayudado a fortalecer la parte física, a desestresarme de la parte académica.	1
I5TKD11(m)	Ha incidido positivamente, al motivarme a practicar algunos deportes.	1
I5TKD12(f)	Me ayuda a fortalecerme en el deporte y a integrarme con los demás.	1
I5TKD13(f)	Mantengo un buen físico, conozco y me relaciono con gente nueva y diferente y quito el estrés ocasionado por la universidad.	1
I5TKD14(m)	Me ayudo a mantener los hábitos de realizar actividad física.	1
I5TKD15(m)	Me ha ayudado a preocuparme por mi rendimiento físico.	1
I5TKD16(m)	Ha mejorado mi calidad de vida desde el punto de vista del físico.	1
I5TKD17(f)	Ha significado mucho para mi, pues tome	1

	conciencia de hacer más ejercicio por mi salud.	
I5TKD18(m)	Con muchas expectativas de tener cuerpo y vida sana.	1
I5TKD19(f)	Valiosamente para vida física.	1
I5TKD20(m)	He mejorado mi disciplina y mi continuidad en el gimnasio.	1
I5TKD21(f)	Me ha ayudado y guiado en el reconocimiento de mi cuerpo, mi capacidad física y los cuidados a tener en cuenta.	1
I5TKD22(m)	Normal porque siempre me ha gustado el deporte pero me parece muy bueno que dentro de la universidad se fomente.	1
I5TKD23(m)	No mucho, el deporte se fomenta desde uno mismo no desde afuera.	1
B1BASK1(f)	En mi vida mejora las condiciones del sedentarismo, relaja, dispersa los sentidos y contribuye a la mejora de la autoestima.	1
B1BASK2(f)	Me ha servido para tener un tiempo en mi vida que no sea sólo números o letras y que pueda relacionarme más.	1
B1BASK3(f)	Me gusta el deporte y las asignaturas de contexto.	1
B1BASK4(f)	Ha fomentado mi interés por el deporte.	1
B1BASK5(f)	De forma positiva, ya que me ha ayudado al mejoramiento de una rutina de ejercicios.	1
B1BASK6(f)	Mejor porque me hace falta hacer deporte.	1
B1BASK7(f)	Muy bien porque ayuda a aislar la parte académica.	1
B1BASK8(f)	Es buena, pero ha falta flexibilidad en los horarios sobre todo a las 6 a.m.	1
B1BASK9(f)	Me ha ayudado a recuperar mi estado físico.	1
B1BASK10(f)	Incita a la práctica y al desarrollo de los deportes.	1
B1BASK11(f)	Sirvió para animarme a matricular contexto de deportes, para liberar energía, divertirme y mejorar mi disciplina.	1
B1BASK12(f)	Fue de gran ayuda por el descanso mental que genera.	1
B1BASK13(f)	Me alivio mi salud cuando comencé a hacer ejercicio despacio y fui aumentando la intensidad	1

B1BASK14(f)	Me ayuda a hacer otras actividades para despejar la mente, si tuviera más tiempo haría más deporte.	1
B1BASK15(f)	En mi vida no ha incidido en nada.	1
B1BASK16(f)	Muy bien, me gusta mucho el deporte, lo práctico y me desempeño en él.	1
I01GE1(f)	Ha mejorado mi resistencia física y me he sentido con más ánimo y fuerzas al competir en actividades deportivas.	1
I01GE2(f)	En realidad dedico poco tiempo para el ejercicio pero sé que debo comenzar y retomar esos hábitos.	1
I01GE3(f)	Ha mejorado mi manera de ver el deporte y creo que me fortalece tanto física como mentalmente.	1
I01GE4(f)	Ha enfatizado en la importancia de tener hábitos de vida, saludables, no sólo físico sino alimenticio, etc.	1
I01GE5(f)	Mejore ese semestre mi estado físico por ello decidí realizar algo que traiga mejoras a mi salud.	1
I01GE6(f)	Positivamente, de tal forma que contribuye a mi bienestar físico.	1
I01GE7(f)	Fue muy bueno, pues actualmente estoy en el curso de gimnasia estética continuando con el proceso físico.	1
I01GE8(f)	Me complementa bastante, porque me gusta el deporte.	1
I01GE9(f)	Fue muy natural para mi rutina diaria de ejercicios, ayuda a que el grupo se integre y se conozcan.	1
I01GE10(f)	Me ha servido para preocuparme y mejorar mi parte física.	1
I01GE11(f)	Fue importante para conocer a los compañeros a través de los deportes se fomentó la unión del grupo.	1
I01GE12(f)	No mucho, la vi en primer semestre por requisito y ya.	1
I01GE13(f)	Me ha ayudado a llevar un orden y una rutina de ejercicios que poco practicaba, ha creado en vida una disciplina.	1
FU1(m)	Me ayuda a encontrar una distracción sana, diferente y me da alternativas de disciplinas.	1

FU2(m)	Yo soy deportista y por eso estoy de acuerdo con mantenerse en buen estado.	1
FU3(m)	Ha creado en mi curiosidad por los deportes en la U.	1
FU4(m)	Complementa mi rutina deportiva	1
FU5(m)	Me da un mejor rendimiento en mis actividades diarias.	1
FU6(m)	No estoy mal con el mantenimiento regular de mi salud.	1
FU7(m)	Hacer constantemente ejercicio con el fin de tener un cuerpo sano y evitar futuras enfermedades.	1
FU8(m)	Ha incidido tanto que siempre tengo en cuenta de realizar ejercicio durante la semana como forma de descanso.	1
FU9(m)	Ha creado un espíritu deportivo que se había ido.	1
FU10(m)	Buena para mi salud y fortificante para la acción social.	1
FU11(m)	Pues ahora hago más deporte que antes y he bajado de peso.	1
FU12(m)	La verdad, no mucho pues yo he tenido mucho desarrollo deportivo.	1
FU13(m)	Dejar la pereza y aprender cada día más de mi cuerpo.	1

5. Sugerencias para mejorar la asignatura de cultura física

CODIGO	TESTIMONIOS	cantidad de respuestas
I5TKD1(m)	Se debería hacer la materia según el gusto por un deporte específico.	1
I5TKD2(m)	Deberían ser más claros en la selección de los deportes y una vez hecho esto tratar de influir en su correcta práctica.	1
I5TKD3(f)	Ampliar asignaturas que orienten más contextos fuera de los básicos.	1
I5TKD4(f)	Enfocarse en contextos deportivos clases especializadas de acuerdo a los gustos y preferencias.	1
I5TKD5(m)	Que también se evalúe lecturas para así conocer detenidamente los deportes y como tener mejor estado físico.	1
I5TKD6(m)	Evaluarlo por el desempeño y evolución físicos y no por asistencia.	1
I5TKD7(m)	Dar acceso al gimnasio.	1
I5TKD8(m)	Centralizar el contenido.	1
I5TKD9(f)	Ninguna.	1
I5TKD10(f)	Que abran más cupos para algunas asignaturas con horarios más flexibles.	1
I5TKD11(m)	Destinar un poco más de tiempo para cada asignatura de deporte.	1
I5TKD12(f)	Que el profesor tenga la chispa para motivar a los estudiantes y que la clase no sea tan rutinaria.	1
I5TKD13(f)	Mayor carga horaria y más créditos.	1
I5TKD14(m)	Crear un organigrama estructurado del contenido de la materia.	1
I5TKD15(m)	Que las clases tengan más juegos en grupo.	1
I5TKD16(m)	Mayor intensidad horaria y mayor número de créditos.	1
I5TKD17(f)	Que motiven a los estudiantes aumentándole los créditos.	1
I5TKD18(m)	Incluir también métodos de relajación que pueda practicar el estudiante en cualquier momento.	1
I5TKD19(f)	Grupos más pequeños.	1

I5TKD20(m)	Patrocinar con más implementos los diferentes deportes.	1
I5TKD21(f)	Aumentar el número de créditos.	1
I5TKD22(m)	En la sede de Málaga que se haga un estudio de cómo se está dictando esta materia.	1
I5TKD23(m)	Que desarrollen deportes diferentes a los de siempre.	1
B1BASK1(f)	Más flexibilidad en las horas de llegada teniendo en cuenta que hay otras asignaturas.	1
B1BASK2(f)	Que se realicen muchos mas campeonatos.	1
B1BASK3(f)	Que le aumenten los créditos.	1
B1BASK4(f)	Que se le brinde la posibilidad al estudiante de acceder al gimnasio.	1
B1BASK5(f)	Que en las pruebas que se realicen asistan los profesores.	1
B1BASK6(f)	Ampliar la materia.	1
B1BASK7(f)	Más horas a la semana y más créditos.	1
B1BASK8(f)	Mejor en la asistencia y que no se vuelva una obligación.	1
B1BASK9(f)	Que los deportes sean escogidos por los mismos alumnos.	1
B1BASK10(f)	Que integren el tenis de mesa o que se haga un grupo grande de todos los deportes y que se vayan rotando.	1
B1BASK11(f)	Que le aumenten los créditos y a todos los contextos de deportes.	1
B1BASK12(f)	Mejorar los implementos deportivos.	1
B1BASK13(f)	Ninguna creo que brindan este servicio con el mejor esfuerzo.	1
B1BASK14(f)	Dedicar más tiempo a fortalecer el estado físico.	1
B1BASK15(f)	Hacer énfasis en diferentes deportes y no tanto en trotar.	1
B1BASK16(f)	Dictar la asignatura con cariño para q todo salga bien.	1
I01GE1(f)	Realizar concursos q involucre competencias amistosas.	1
I01GE2(f)	Deberían aumentar la intensidad horaria y el número de créditos.	1

I01GE3(f)	Q hagan una piscina y presten los servicios para practicar este deporte.	1
I01GE4(f)	Aumentar los créditos y la intensidad horaria.	1
I01GE5(f)	Aumentar el número de deportes dentro de la asignatura.	1
I01GE6(f)	Horarios más flexibles.	1
I01GE7(f)	Aumentar el número de créditos.	1
I01GE8(f)	Me parece excelente la clase y no tengo sugerencias.	1
I01GE9(f)	Aumentar el número de créditos.	1
I01GE10(f)	Que aumenten las horas y este disponible para todos los semestres.	1
I01GE11(f)	Que dentro de la asignatura se puedan practicar mas deportes.	1
I01GE12(f)	Muévete UIS cada viernes no un día al mes.	1
I01GE13(f)	Más horas semanales.	1
FU1(m)	Concienciar a la persona para practicar el deporte.	1
FU2(m)	Se debería ver algo teórico sobre los deportes que se practican.	1
FU3(m)	No debe ser tan generalizada porque todos tenemos diferentes gustos deportivos.	1
FU4(m)	Menos deporte en el programa.	1
FU5(m)	Mayor información a la comunidad universitaria.	1
FU6(m)	Aumentar el número de créditos.	1
FU7(m)	Que sea un bloque de 2 horas seguidas para aprovechar más el tiempo.	1
FU8(m)	Aumentar la intensidad horaria.	1
FU9(m)	Aumentar el número de créditos.	1
FU10(m)	Mejorar los escenarios.	1
FU11(m)	Que sean más horas y más créditos.	1
FU12(m)	Aumentar las horas a la semana.	1
FU13(m)	Aumentar los créditos.	1

6. Características generales de la forma como se realiza la clase de cultura física.

CODIGO	TESTIMONIOS	cantidad de respuestas
I5TKD1(m)	En mi clase el profesor inicio con rutinas de calentamiento y luego nos dio a escoger un deporte al gusto de cada uno.	1
I5TKD2(m)	Al principio nos enseñan calentamientos y estiramientos pero cuando avanza el semestre solo se fija una cita para jugar me parece que la materia debería tratarse de manera mas profunda.	1
I5TKD3(f)	Calentamiento, instrucciones de disciplina, desarrollo de disciplina, tiempo de juego libre.	1
I5TKD4(f)	Calentamiento, estiramiento, ejercicio.	1
I5TKD5(m)	Explicación del deporte y sus reglas, calentamiento estiramiento, practica.	1
I5TKD6(m)	Calentamiento y luego se practica un deporte.	1
I5TKD7(m)	Pues.... Es un calentamiento y luego se muestra un ejercicio.	1
I5TKD8(m)	Calentamiento, indicaciones, integración, realización del ejercicio y finalización.	1
I5TKD9(f)	Actualmente no veo cultura física.	1
I5TKD10(f)	Saludo a los compañeros y al profesor, calentamiento, ejercicio, despedida.	1
I5TKD11(m)	En ocasiones de manera obligatoria pero por lo general se disfrutan y se aprovechan los espacios.	1
I5TKD12(f)	Calentamiento, estiramiento y jueguen lo que quieren.	1
I5TKD13(f)	Calentamiento, estiramiento y ejercicios.	1
I5TKD14(m)	Amenidad, espontaneidad, lúdica y desorden.	1
I5TKD15(m)	Calentamiento, estiramiento y ejercicios.	1
I5TKD16(m)	Saludo conocimiento y práctica.	1
I5TKD17(f)	Calentamiento ejercicio y despedida.	1
I5TKD18(m)	Calentamiento, estiramiento, deporte y despedida.	1
I5TKD19(f)	Precaentamiento, calentamiento, práctica del deporte y descanso,	1

I5TKD20(m)	Calentamiento, desarrollo de la clase y estiramiento.	1
I5TKD21(f)	Consciencia del cuerpo, instrucción de movimientos según la clase, actividades y evaluación.	1
I5TKD22(m)	Calentamiento, y en general ejercicios físicos.	1
I5TKD23(m)	Llegar, que los estudiantes calienten y desarrollen aunque sea un poco de lo básico y luego que jueguen.	1
B1BASK1(f)	Llegada, toma de lista, calentamiento y estiramiento, trabajo y salida.	1
B1BASK2(f)	Calentamiento deporte y listo.	1
B1BASK3(f)	Acondicionamiento físico, más fortalecimiento de destrezas.	1
B1BASK4(f)	Calentamiento, dirección y argumentación el deporte propuesto.	1
B1BASK5(f)	Por medio de la práctica se enseñan diferentes rutinas deportivas.	1
B1BASK6(f)	Organizando puntual y buena metodología.	1
B1BASK7(f)	Dinámica, recreativa, exigente, teórica y práctica.	1
B1BASK8(f)	La toma de lista y el profesor indica los ejercicios.	1
B1BASK9(f)	Calentamiento, estiramiento, práctica del deporte o actividad física correspondiente, fundamentación y estiramiento.	1
B1BASK10(f)	Calentamiento ejercicio estiramiento.	1
B1BASK11(f)	Animada, disciplinada, me enseñó que aquí se hace mucho más que estudiar.	1
B1BASK12(f)	Calentamiento, trabajo físico y estiramiento.	1
B1BASK13(f)	Conocimiento teórico, calentamiento, estiramiento, rutina de ejercicio.	1
B1BASK14(f)	Calentamiento, estiramiento, técnicas, juego.	1
B1BASK15(f)	Pues mi clase era más que todo correr y jugar fútbol y para mi eso era una clase de hombres.	1
B1BASK16(f)	Calentamiento, estiramiento y desempeño del deporte.	1
I01GE1(f)	Dinámica, divertida, competitiva y saludable.	1

I01GE2(f)	Calentamiento, estiramiento, inicio de actividades con descanso de intermedios terminando la clase de manera progresiva en la disminución del ejercicio.	1
I01GE3(f)	Calentamiento, estiramiento, ejercicio, rutina.	1
I01GE4(f)	Calentamiento, estiramiento, explicación de la actividad, realización de la actividad, relajación y descanso.	1
I01GE5(f)	Calentar, realizar el deporte con previos conceptos del profesor y entrenamiento oportuno.	1
I01GE6(f)	Ejercicios de estiramiento, se estudia el deporte y se practica.	1
I01GE7(f)	Buen material, excelente manejo de recursos, metodología pertinente.	1
I01GE8(f)	Calentamiento, estiramiento, bicicleta y abdominales.	1
I01GE9(f)	Calentamiento y ejercicios.	1
I01GE10(f)	Calentar, estirar, teoría, esparcimiento.	1
I01GE11(f)	Se habla del trabajo a realizar, se hace un calentamiento, se realiza la actividad.	1
I01GE12(f)	Se llega, se toma lista, se calienta, se juega cualquier cosa y ya.	1
I01GE13(f)	Calentamiento, estiramiento, indicaciones, práctica.	1
FU1(m)	Formación física, entrenamiento, capacitación.	1
FU2(m)	Calentamiento dirigido, práctica del deporte.	1
FU3(m)	Buenos escenarios, buenos maestros y suficiente intensidad horaria.	1
FU4(m)	Calentamiento, trabajo físico y relajación del cuerpo.	1
FU5(m)	Sacar el potencial para mejorar mi desarrollo físico.	1
FU6(m)	Calentamiento, estiramiento y ejercicio.	1
FU7(m)	Calentamiento, trabajo del deporte que se escoge por el profesor y listo.	1
FU8(m)	Calentamiento, estiramiento y juego.	1

FU9(m)	Dialogo y deporte.	1
FU10(m)	Anímica, cultural, social, disciplina, acción social.	1
FU11(m)	Calentamiento juego estiramiento.	1
FU12(m)	Llega, toma lista, caliente, hace ejercicio, se despide y se va.	1
FU13(m)	Toma lista, calentamiento, juega y realiza deporte, estiramiento.	1

ANEXO D.MEMORANDOS DESCRIPTIVOS PRELIMINARES: INFORMACIÓN DE ESTUDIANTES

1. SIGNIFICADO Y FUNCIONALIDAD DE LA CULTURA FÍSICA (SENTIR)

Cultura física beneficio para la “Salud Física, Mental”, la cultura y arte

Algunos estudiantes relacionan la Cultura Física con la Salud Mental y Física: “tiene como fin ayudar al mejoramiento de la salud física mediante la práctica del deporte”, “es el entrenamiento del cuerpo para mantener una buena salud física y una mejor calidad de vida”, “el fomento del deporte en el estudiante es básico para una buena salud y un buen desempeño”. Es aprender a vivir el deporte a mejorar en todos los aspectos para llevar una vida más sana”, “el desarrollo de las habilidades físicas con trabajos de ejercitación del cuerpo para una salud mental y física del ser humano”, “como una forma educativa de desarrollar mente y cuerpo de forma sana”, “el conjunto de costumbres y disciplinas relacionadas con el bienestar físico”, “conjunto de actividades que involucran el ejercicio y fortalecimiento del cuerpo humano mediante rutinas de capacidad física”, “es adecuar nuestro cuerpo, ya que el deporte es necesario tanto para la salud física como mental”, “es el desarrollo de habilidades y destrezas al realizar algún trabajo, deporte o actividad que requieran esfuerzo físico”, “es la capacidad de mantener una rutina de actividades aptas para ejercitar nuestro cuerpo y así contribuir al bienestar de la salud”, “más que una materia de relleno, es una rutina de ejercicios y deportes para mejorar el estado físico”.

Otros estudiantes contemplan la cultura física como parte de una cultura saludable “Es la cultura que se tiene para el desarrollo del ejercicio físico en beneficio de la salud”, “cultura deportiva para una vida saludable”, “es una formación adecuada del cuerpo humano y completo para la salud”, “es el buen desarrollo de una cultura en la cual prima la salud en todas y cada una de las personas”, “deporte múltiple que crea cultura”, “Es el arte de hacer deporte, cuidar el cuerpo, practicar diferentes ejercicios que ayudan al acondicionamiento físico”, “es el arte de impartir conocimientos del deporte, “una asignatura destinada a la parte física y el desarrollo deportivo de los estudiantes”, “es el arte de la formación del estado físico de las personas”,

Cultura física como Hábito para realizar ejercicios físicos.

Por otro lado, hay estudiantes que hicieron una semejanza de la Cultura Física con el Hábito de hacer deporte, consideran que “los hábitos se adquieren a través de la práctica deportiva para fortalecer el cuerpo”, “el

hábito se obtiene al realizar distintos tipos de acondicionamiento físico y deportes”, “cultura son los hábitos, las tradiciones y física es lo que podemos hacer con nuestro cuerpo, cultura física son las habilidades físicas que adquirimos con los hábitos que nos enseñan”, “es la creación de un hábito de hacer ejercicios para fortalecer nuestra salud física y mental”, “es implementar un programa de ejercicio y actividad física a la rutina académica de una persona , de tal forma que en el futuro se convierta en un hábito para esa persona”, “adquirir un hábito para el deporte”, “es una asignatura que ayuda a incorporar al estudiantado buenos hábitos para relacionarse”, “es el buen hábito de hacer ejercicios físicos”, “generar la costumbre y la necesidad de hacer deporte”.

Aprendizaje sobre el cuerpo, el deporte, la formación integral, interacción.

Con relación a la asignatura de cultura física con la enseñanza-aprendizaje de los estudiantes, afirman que: “es educación para el manejo propio del cuerpo al realizar una actividad física”, “asignatura donde se aprende y refuerza nuestras fortalezas y debilidades en el deporte”, “adquisición de conocimientos para el entrenamiento y buen mantenimiento del cuerpo”, “cultura y aprendizaje sobre el deporte”, “conocimiento del cuerpo y su funcionamiento”, “educación hacia el deporte”, “enseñanza y aplicación del aspecto físico del individuo y su importancia para la vida universitaria”, “todo aquello que se relacione y estudie el aspecto físico, los deportes que permitan el acondicionamiento físico, estudiar una cultura de vida para llevar un buen estilo de vida”, “formación integral del ser humano, en cuanto a deporte se refiere”, “es un espacio para universitarios y personas comunes y corrientes en el que se requiere del deporte y de la libre interacción del ser humano con el espacio por medio de ejercicios”, “es un método inventado para el desenvolvimiento del cuerpo en cuanto a su formación”, “es el área del desarrollo personal que refiere a la educación de nuestro cuerpo y la conservación de un buen estado físico”, “desarrollo y reconocimiento del acondicionamiento del cuerpo como carácter tanto teórico como espiritual”, “es el estudio de la educación deportiva, conocer todos los deportes”, “significa de cierta manera aprender a hacer deporte o ejercicio, en fin”.

Es un “alto en la actividad académica”, “escape ante el estrés del estudio”

Algunos participantes se refieren a la asignatura como un espacio de relajación y cultura: “es un espacio de tiempo en el cual el estudiante se distrae”, “es una asignatura que nos da momento de esparcimiento, es un alto en las actividades académicas y una oportunidad para realizar diferentes actividades físicas”, “materia dada para dar un ritmo deportivo, con distintos medios, ya sean los deporte”, “creo que es la forma y actitud que tenemos respecto a nuestro cuerpo en el ámbito deportivo”, “es el espacio donde el

estudiante tiene una opción de escape ante el estrés del estudio y además crece integralmente y formativamente”, “es una materia para la recreación y el deporte del estudiante, también es una manera de salir de la cotidianidad del estudio”, “es una forma de ser, de vida, teniendo como fundamento el deporte”, “son las actividades deportivas que se realizan para aumentar el nivel cultural de la persona y de la sociedad”, “cultura del deporte, fomentar el ejercicio físico”.

2. FUNCIONALIDAD DE LA CULTURA FÍSICA

Fortalece física y psicológicamente al estudiante.

Al hacer una minuciosa lectura de cada uno de los testimonios se develan la variedad de conceptos que tienen los jóvenes aprendices por la asignatura, **es por ejemplo el caso de los que la ven principalmente como una opción para mejorar la salud** en general comentan que “sirve como alternativa de contexto para poder mejorar o mantener una saludable condición física”, “para mejorar nuestra condición física y mental”, “la asignatura sirve para el mejoramiento de nuestro físico y nuestra salud”, “para fortalecerse físicamente, y psicológicamente sentirse más sano más vital”, “mejorar la condición física”, “sirve para ejercitar el cuerpo, despejar la mente, trabajar las zonas del cuerpo que no están en continuo movimiento, todo esto en mejoras de la salud del ser humano”, “me sirve para mantenerme bien física y emocionalmente”, “sirve para fortalecer la parte física de los estudiantes”, “para desestresar y mantener el cuerpo saludable”, “para mantenerse activo y saludable adoptando un estilo de vida basado en la actividad física”, “para hacer deporte y para la buena salud del estudiante”, “sirve para crear una cultura de deporte en el estudiantado para que mejoren su estado físico y aprendan diferentes ejercicios y deportes que mejoran la salud y ayudan a la resistencia física”, “para lograr una óptima salud derivada de ejercicios además alejada del estrés diario”, “sirve para mejorar nuestro estado físico y en su defecto nuestra salud, ya que por medio de ejercicios y un buen personal calificado para el desarrollo de una clase se logran grandes objetivos físicos en las personas”, “para mejorar a acondicionar el cuerpo, mantener una excelente salud y para divertirse”, “sirve para ejercitar nuestro cuerpo”, “para mantener un estado físico y mental sano”, “para la salud”.

Asignatura que potencia la formación integral de los estudiantes, el desarrollo físico y lúdico

También hacen referencia a **la enseñanza y aprendizaje de la asignatura, manifestando el interés por mantener y mejorar la manera como se viene dando la cultura física**: “el ser humano se divide en dos partes el psicológico y el físico, ambos están correlacionados”, “sirve para tratar de

enseñarnos como se deben desarrollar las actividades físicas de una forma correcta”, “creo que no solo sirve, sino que es fundamental para desarrollarnos no solo física sino mentalmente”, “para conocer los diferentes tipos de deportes , sus reglas y para dejar los vicios”, “para lograr un descanso académico y ejercitar cuerpo y mente. La gracia de la educación física es de equilibrar los recursos físicos y mentales”, “para aprender el buen modo de entrenar”, “sirve como parte de la formación integral de los profesionales”, “para desarrollar habilidades motoras y de interrelación personal”, “para darle conciencia al estudiante que si ejercita su cuerpo puede desempeñarse mejor en todos los aspectos de su vida”, “sirve mucho más de lo que los profesores enseñan, la mayoría se dedica solamente a llegar a la clase y decir calienten y jueguen”, “para mostrar técnicas de cada deporte en forma opcional”, “para entender la importancia del deporte”, “para aprender a ejercitar mi cuerpo y mantenerlo sano”, “inculcar en el estudiante la práctica constante del trabajo físico para un mejor desenvolvimiento en sus funciones”, “permite al estudiante desarrollar su parte deportiva y lúdica”, “desarrolla en nosotros habilidades que nos permiten tener el correcto balance entre el buen estado del cuerpo y la mente”, “para aprender a llevar esta cultura a nuestra vida diaria”, “sirve para desarrollar talentos deportivos en cada uno de nosotros”.

Asignatura que sirve para que los estudiantes se distraigan, se integren y se alejen del sedentarismo.

Algunos estudiantes ven la materia de cultura física funcional: “para evitar el sedentarismo en los estudiantes universitarios y fomentar en ellos hábitos saludables de actividad física”, “para crear en los estudiantes una costumbre y una conciencia de que hacer deporte es bueno para el organismo, para que los estudiantes descansen de la rutina de permanecer sentados en un salón de clases”, “para generar en el estudiante el hábito por el deporte”, “para crear en los jóvenes una cultura deportiva y reducir el sedentarismo”. “En cierta forma sirve para cambiar de ambiente, pues no todo es estudiar día y noche sino que tiene que haber un rato para hacer deporte o distraerse”, “para fortalecernos en la parte física y encontrar en el deporte alternativas de vida porque el deporte es salud, distracción y cultura”, “para darles una integración a los primiparos y para darle un indicio sobre el cuidado del cuerpo”, “sirve para crear espacios de relajación”, “sirve para que al menos una vez a la semana poder ejercitarnos sin tener que pensar en nuestro estudio”, “sirve como recreación, conocimiento de adaptación física, buena salud y buen desempeño”, “sirve como incentivo y fomento para el desarrollo de actividades extracurriculares con el propósito mismo de la cultura física”, “sirve para mejorar el estilo de vida y como rutina estética”, “crear conciencia”, “no todo es matemáticas, el deporte es muy importante porque desestrea”, “una forma de distracción algo diferente a lo académico”.

3. FORTALEZAS Y DEBILIDADES QUE LOS ESTUDIANTES ENCUENTRAN EN EL CONTENIDO DE LA ASIGNATURA DE CULTURA FÍSICA. (SER)

FORTALEZAS:

Enseñanza de Gestos Deportivos

Los estudiantes señalan como fortaleza dentro del contenido en la asignatura de cultura física, el hecho de que por medio de ella **se enseña la forma adecuada de realizar los ejercicios o estiramientos antes de practicar un determinado deporte** y el procedimiento para practicar correctamente dicho deporte.

Así lo expresan: **“A través de esta materia se enseña la forma correcta de hacer calentamientos y estiramientos antes de iniciar cualquier ejercicio”**, **“se muestran las disciplinas básicas de cada deporte bien estructuradas”**, “Explican detalladamente la forma de realizar actividades físicas”, “Por medio de esta asignatura se aprenden habilidades y destrezas físicas para aplicarlas a nuestra vida diaria”, “La implementación es variada en cuanto a los objetivos a cursar de las diferentes ramas de la cultura física”, “Podemos desarrollarnos físicamente de una forma sana”, “Esta materia nos enriquece, ya que se aprende muchas cosas sobre el deporte en determinado tiempo”, “desarrolla varias formas de ejercicio para aplicar en un entrenamiento”, “el aprendizaje de técnicas deportivas y el buen contenido en la disciplina mental o de concentración”, “Se enseñan métodos que además de fortalecer nuestro cuerpo sirven para el enriquecimiento espiritual”, “son buenos los profesores a la hora de enseñar, pues son quienes conocen algo de los deportes”, “se ve el deporte tanto en su parte teórica como práctica”, “es apropiado tiene personas capacitadas”, “muchos ejercicios preparatorios para los deportes”, “reafirma conocimientos en cuanto a deportes y métodos deportivos”, “excelente, permite el aprendizaje de unos deportes”, “es enriquecerse del lado deportivo, ya que se aprenden cosas en un determinado tiempo”, “enseñan a hacer algunos ejercicios que contribuyen a la salud de los estudiantes”, “es importante aprender un poco sobre las diferentes reglas de los deportes”, “

Clase Divertida y de Integración

Hay estudiantes que encuentran que la fortaleza en el contenido de la asignatura de cultura física esta en que por ser una clase dinámica, relajada y divertida influye en la integración de los alumnos de primer semestre.

Para demostrar lo escrito anteriormente se anexan los comentarios de dichos alumnos: “Integra a los estudiantes de diferentes grupos o carreras”, “practican deportes que son para ambos sexos”, “saludable, recreación, salir de la cotidianidad y el buen manejo de talentos”, “realización de ejercicios dinámicos, espontaneidad en las clases”, “es acorde a cada tipo de alumno”, “los temas están bien desarrollados para los estudiantes”, “podemos desarrollarnos físicamente de una forma sana y divertida”, “son muy chéveres las rotaciones, unen y entretienen al grupo”, “es saludable, recreativa y sale de la cotidianidad de las clases teóricas”, “sirve para adquirir un buen estado físico y brinda interacción entre los participantes”, “es bueno para disfrutar y gozar de otro ambiente”, “cambio del ambiente académico al ambiente lúdico y con otros compañeros de otras carreras”

Se Promueve la Práctica Deportiva

Otros estudiantes expresan que la fortaleza dentro del contenido de la asignatura de cultura física esta en que por medio de ella **se promueve la cultura hacia la realización de un deporte**, enseñándole a su vez que la practica regular de un ejercicio mejora la calidad de vida.

Exteriorizando lo anterior de la siguiente forma: “La practica de los deportes dentro de la asignatura es acorde a las capacidades de cada alumno”, “Es bueno el aprendizaje de las técnicas para practicar los deportes y tiene conexión con la disciplina mental”, “La universidad ofrece buenos escenarios deportivos y excelentes docentes”, “A través de esta asignatura se propicia y fomenta la parte física de los estudiantes”, “La clase es recreativa y al mismo tiempo promueve la cultura hacia el deporte”, “Por medio de esta clase se mejora la salud física y mental”, “Se crea el hábito del ejercicio en el establecimiento universitario”, “excelente implementación para cursar las diferentes rotaciones de cultura física”, “es bueno saber que el deporte prevalece junto con la buena salud”, “se pueden practicar algunas disciplinas deportivas”, “crea conciencia en la práctica de deportes y ejercicios físicos”, “el acondicionamiento físico es esencial para el rendimiento académico”, “todo se maneja para un buen desarrollo de las clases de C. F. y para llevar un programa ordenado”

La Variedad de Deportes

Algunos alumnos consideran que la fortaleza que tiene el contenido de la asignatura de cultura física está en **los deportes que ofrece por medio del Departamento**, dándoles a los educandos la oportunidad de aprender.

Lo enuncian así: “Durante el semestre realizamos diferentes deportes”, “muestra gran variedad de deportes para una libre elección en un futuro”, “los deportes que se ven gustan mucho y son conocidos”, “se practican todos los

deportes dentro de esta materia”, “A través de esta asignatura conocemos la diversidad de deportes que hay y además aprendemos a practicarlos”, “el contenido es adecuado para la asignatura”, “los deportes son los más comunes en todos lados”, “variabilidad en las temáticas de la materia”, “se practican los deportes que más se conocen”, “los distintos deportes que enseñan”, “que se conocen varios deportes en el semestre”, “se conocen las diferentes opciones deportivas de la UIS”, “abarca un poco de cada deporte”, “me parece que posee un buen contenido tratando de mostrar los deportes”, “se desarrolla integralmente manejando la diversidad de deportes”, “temas variados y bien fundamentados”

DEBILIDADES:

La Continuidad de C. F. durante la Carrera Profesional

Se encuentran estudiantes que señalan como debilidad dentro del contenido de la asignatura de cultura física el hecho de que **la universidad solo ofrece la oportunidad de cursar cultura física en primer semestre**, por lo tanto el tiempo que se dispone para realizarla es muy corto e influye en que los deportes sean aprendidos de una forma superficial.

Lo anterior se argumenta así: “Apenas se ve en primer semestre”, “No es bueno que la materia solamente sea ofrecida para los estudiantes de primer semestre”, “la diversidad de los temas aplicados no concuerdan con el tiempo que hay para realizar la clase son insuficientes”, “Hay poca fundamentación técnica puede ser por la falta de tiempo, deberían haber más de dos horas a la semana”, “le falta más tiempo con respecto al modo correcto de hacer un ejercicio y los daños que puede causar hacer un mal ejercicio, etc.”, “el tiempo de desarrollo de la materia es muy corto”, “poca especialidad en los temas deportivos”, “hay que promover esta materia para verla en otros semestres”, “hacer que sea obligatoria hasta el tercer semestre”, “la materia es muy generalizada”, “no se profundiza en ningún deporte”

Poca Intensidad Horaria para C. F. en el Pensum Académico

Lo anterior es expuesto por los alumnos de la siguiente manera: “La materia es demasiado superficial al tratar de abarcar demasiados deportes”, “Como trata de abarcar muchas actividades al mismo tiempo no se hace énfasis en ninguna”, “No se alcanzan a ver a fondo todos los deportes que se practican en la universidad”, “A la asignatura le falta mas con respecto al modo correcto de hacer un ejercicio y los daños que puede causar un mal ejercicio”, “trata de abarcar muchas actividades al mismo tiempo entonces no

se ven a fondo todos los deportes”, “poco tiempo para practicar los deportes”, “poca profundidad en los contenidos”, “falta de tiempo para ver detenidamente cada deporte”, “la gran rapidez con la que se ven los deportes”, “enseñan poca fundamentación técnica”, “pocas horas a la semana para esta clase”, “poco tiempo de clases a la semana”, “a veces es muy corto el tiempo para las clases”, “las veces que se ven los deportes no alcanzan para hacerlo correctamente”, “se debería tener C. F. tres veces a la semana”, “

Falta de Autonomía por Parte de los Estudiantes

Los estudiantes señalan como debilidades las siguientes: “no se brinda la posibilidad de entrar en cualquier horario en el gimnasio”, “No dejan escoger el deporte que a uno le guste”, “que en ocasiones se sufren accidentes durante la clase”, “deberían enseñar algo que a la gente le guste y que practique algo”, “la pereza de algunos estudiantes para hacer deporte”, “el estudiante debería proponer como le gusta la clase”, “los estudiantes somos poco participes de los temas seleccionados para las clases”, “falta de apoyo de la universidad para los estudiantes que son discapacitados”, “buscar más espacios donde el estudiante pueda participar dentro de la clase”, “la materia no se desarrolla de la forma correcta para los principiantes”, “dejar que los estudiantes por mayoría escojan los temas que quieren ver”, “los estudiantes no son tenidos en cuenta para organizar los contenidos”, “hace falta más espacio para que los estudiantes aporten ideas que ayuden a fortalecer el contenido”, “no se le pregunta al estudiante que le gustaría como contenido para esta clase”, “el estudiante no hace parte del grupo que escoge la programación para C. F.”, “la pereza de algunos estudiantes”, “se pierde en ocasiones la espontaneidad del aprendiz e impera el autoritarismo del profesor”, “ya es hora que cambien el programa por uno que guste a los estudiantes”

Falta que haya otros Deportes

Hay quienes afirman que: “faltan algunas disciplinas deportivas interesantes”, “falta ping pong dentro de C. F.”, “falta de competencias deportivas durante la asignatura”, “falta que sea más variable porque es muy monótono”, “la diversidad de los temas aplicados no es suficiente para los estudiantes”, “la generalidad como se ven los deportes”, “se pueden incluir deportes extremos dentro del contenido”, “podrían incluir yoga, pilates, ejercicios que tengan que ver con la relajación”, “al ser tantos grupos de C. F. no se alcanza a ver completamente todos los deportes”, “no hacen énfasis en la táctica de los deportes”, “hay que generar integraciones por medio de paseos, campamentos o salidas de campo”, “lástima que no hicieran clases de natación o paseos de integración”, “la asignatura sólo se centra en los

deportes”, “dejan por fuera deportes que gustan mucho como el patinaje, el ciclismo, etc.”, “falta que sea más variable porque es muy monótono”, “deberían enseñar algo que a la gente le guste y que practiquen más”, “la cantidad en horas de atletismo que nos dan”, “poca teoría y más práctica”, “se necesita incluir nuevos deportes a este programa”, “mejorar en lo que se refiere a la tecnología deportiva”, “la C. F. debe abarcar más temas deportivos”.

4. FORTALEZAS Y DEBILIDADES EN LA METODOLOGIA DE LA ASIGNATURA DE CULTURA FÍSICA SEGÚN LOS ESTUDIANTES. (SER)

FORTALEZAS:

Una cultura física para enseñar, divertir, integrar y promover una cultura deportiva.

La primera fortaleza que encuentran los estudiantes en cuanto a la metodología que se utiliza en la clase de cultura física es el profesor que use mejor su pedagogía y conocimiento para transmitírselo a sus pupilos. Expresando lo anterior así: “el profesor se hace entender y tiene paciencia”, “el conocimiento de los profesores y el buen uso en su instrucción”, “se ven diferentes deporte, se trabaja lo principal del mismo y luego se evalúa”, “el profesor transmite su conocimiento al estudiante de una manera adecuada, se hace entender y tiene paciencia con aquellos que no captan la forma como se realizan los ejercicios”, “El profesor se vincula sanamente con los alumnos, ofreciendo las instrucciones necesarias para enseñarles los diversos deportes, incluyendo un precalentamiento, estiramiento y un descanso posterior al ejercicio”, “El profesor incentiva al estudiante a formar una cultura deportiva, en la medida en la que desarrolla la clase y a su vez promueve el deporte”, “es ideal para hacer la clase con las distintas disciplinas deportivas y los estudiantes le sigan el ritmo de trabajo”, “el profesor explica cada deportes antes de practicarlo”, “ofrecen más posibilidades de actividades de acuerdo a cada estudiante”, “el profesor durante la clase se vincula totalmente con los alumnos”, “tratan de enseñarle al alumno algunos deportes para que lo siga practicando”, “el profesor hace de una forma correcta la enseñanza de MMlos deportes”, “la enseñanza de los deportes van al ritmo de uno y no hay presión en el momento de jugar”, “nos permite desarrollar habilidades en varios deportes”, “la materia es buena y crea disciplina en el alumno”, “los docentes son elocuentes con su práctica pedagógica”, “muy buena, puesto que también enseña la teoría de cada deporte”, “el profesor procura hacer que tengamos afinidad con algún deporte”, “involucran dentro de las clases la teoría y la práctica deportiva”, “se busca buena técnica cuando se jueguen los partidos”, “enseñar y aprender las técnicas y el buen desempeño en el deporte”, “el calentamiento

previo, la rutina de ejercicios y los aeróbicos le dan sustento al trabajo”, “los profesores saben dar las instrucciones para que sean ejecutadas correctamente”, “es buena, pero hace falta mayor flexibilidad en los horarios, sobre todo en el de las seis de la mañana”.

La segunda fortaleza que señalan los estudiantes dentro de la metodología es que la clase se realiza de una manera amena, agradable, didáctica, pero a la vez exigente. Para argumentar esto se citan las siguientes opiniones: “la clase es amena y agradable”, “es buena, exige físicamente a los estudiantes y es muy didáctica”, “Durante el desarrollo de la asignatura se crea un ambiente adecuado es decir, relajado, divertido, dinámico, lo cual favorece y facilita el desarrollo físico”, “La clase es buena y crea disciplina deportiva en el alumno además la manera como se realiza hace que sea instructiva y a la vez recreativa”, “se promueve un ambiente para el desarrollo físico”, “la práctica deportiva de forma divertida e integral”, “desarrollo alegre del contenido deportivo”, “me parece una buena manera en la que se trabaja el calentamiento, la ejercitación, los deportes y el descanso”, “es una metodología organizada, entretenida y estimulante”, “es una materia donde los estudiantes practican los deportes alegremente”, “el método que utilizan es práctico y divertido”, “se usan muchos juegos y algunas actividades deportivas para que los estudiantes se distraigan”, “ayuda a ejercitar nuestro cuerpo, a integrarnos y a conocer más compañeros”, “se da una buena comunicación entre el profesor y los estudiantes para hacer una clase más amena”, “se desarrolla recreativamente cumpliendo con el calentamiento y el estiramiento al inicio de la clase”, “es buena, extensa, permite llevarlo a la vida diaria”, “es dinámica, divertida y exigente a la vez”, “es una metodología adecuada que motiva a los estudiantes a través del trabajo en grupo”, “no puedo hablar por todos pero con el profesor que tuve fue chévere”, “es una materia práctica y de mucha bacanería”, “la metodología es bien aplicada al tipo de clase práctica que es”, “el transcurrir de la clase se pasa rápido por lo animada que llega a ser”, “es una materia práctica donde la gente se integra, hace ejercicio y toma del pelo”.

La tercera fortaleza que encuentran los estudiantes en la metodología dentro de la asignatura de cultura física está que el profesor al realizar las clases tiene en cuenta la capacidad física de sus estudiantes, sin entrar en discriminaciones. Esto lo manifiestan así: “Me gusta que dentro de la metodología se tenga en cuenta que no todos los estudiantes presentan un buen nivel físico, entonces se realiza la clase buscando que todos los alumnos participen pero a su propio ritmo”, “Es interesante ya que no se excluyen a nadie y trata de dar cabida a los menos aptos”, “la paciencia del profesor con algunos estudiantes descoordinados”, “hubo un caso de un estudiante ciego y el profesor supo integrarlo al grupo”, “la metodología es adecuada para los sedentarios”, “conforman grupos donde participan

personas con discapacidad”, “el profesor averigua por el estado físico de los estudiantes para continuar con las clases”, “en la mayoría de los casos logra la participación la participación de todos los integrantes del grupo, incluyendo aquellos con poca disposición”, “se tiene en cuenta que todos somos diferentes y la exigencia es acorde”, “algunas veces no hay que olvidar programar las actividades para un grupo heterogéneo de personas”, “la comprensión del profe con el estado físico de los estudiantes”.

DEBILIDADES:

Una debilidad dentro la metodología en la asignatura de cultura física es el hecho que no se le brinda la oportunidad a los estudiantes de elegir el deporte que desean practicar, quedando plasmado así: “no se puede practicar por más tiempo el deporte que a uno más le gusta”, “debe haber un momento en el que se pueda escoger un deporte para jugar”, “deberían escoger máximo dos deportes y enfocarse en ellos”, “los primiparos entran muy flojos a clases”, “no tienen en cuenta el gusto deportivo de los estudiantes”, “se le niega al estudiante la posibilidad de hacer los deportes que prefiere”, “no todos los deportes son del gusto del estudiante”, “darle al estudiante la posibilidad de escoger el deporte”, “el sometimiento a deportes que no son del agrado de todos”, “hay deportes que no les gustan a algunos estudiantes”, “los deportes vistos en el semestre son los mismos de siempre”, “deberían darle al estudiante la opción de elegir el deporte que quiera jugar.

También es una debilidad el hecho de que son demasiados los deportes que intentan abarcar en muy poco tiempo, confirmado por estos testimonios: “poco tiempo semanal”, “deberían enseñarlo más lento para los que no saben”, “muy poco tiempo disponible para enseñar esta asignatura”, “no se puede practicar por más tiempo el deporte que a uno más le gusta”, “no es constante y la secuencia de las clases es escasa”, “no la dictan con la intensidad que deberían”, “el horario se queda corto para los temas que se pueden ver”, “las rotaciones deportivas tienen una duración de dos semanas apenas”, “pocas horas de clase para mejorar en los gestos deportivos”, “el tiempo de las horas de clase es muy limitado”, “cada deporte se ve por encima, no hay casi tiempo para conocerlos mejor”, “el tiempo es poquito y sólo se ve en el 1er semestre”, “más flexibilidad con los horarios”, “como no es teórica se pierde mucha información”, “mantener en el horario sólo dos horas de clase a la semana”.

Otros afirman que en ocasiones se forma mucha indisciplina en la clase por parte de algunos estudiantes: “hay momentos en que los estudiantes por su falta de interés generan desorden”, “cuando el profesor se distrae se presta para recochar”, “no se tiene control a veces con las personas que no le ponen interés a la clase”, “reúnen a los primiparos en un solo lugar que es el

campus deportivo”, “la poca disposición de algunos estudiantes para hacer la clase”, “poca autoridad en el programa y algo desordenada la clase”, “el horario en las tardes”, “cuando el profesor se distrae se presta para recochar”, “comprender que hay clases antes y después de esta”, “algunos profesores no controlan la participación que tienen sus alumnos durante la clase”, “podría ser más dinámica y no tan monótona”, “hay apatía por la clase por una minoría de estudiantes”, “la desconcentración de algún estudiante afecta la atención del grupo”, “el profesor es muy flexible y le falta ser más exigente”, “algunos estudiantes del grupo fueron de mala motivación, puesto que eran algo perezosos”, “el desorden en la clase propiciado por los estudiantes”, “

Hay quienes encuentran como debilidad en la metodología de la cultura física la manera en que el docente debe promocionar el deporte y no imponerlo, diciendo lo siguiente: “La clase es muy rígida y seria, deberían exigir de acuerdo a las capacidades de cada estudiante y sin ser tan exigentes por que causan tensión en la clase y fobia deportiva”, “No es bueno que los profesores impongan el ejercicio para obtener una nota, “deberían promover el habito deportivo y no hacer que el estudiante le coja miedo o fastidio a la clase”, “el estudiante se siente como un soldado que obedece órdenes”, “falta que los profesores sean más específicos con las metas que quieren lograr”, “poca exigencia en algunos deportes”, “que los profesores prueben nuevas propuestas para en la realización de sus metodologías”, “la profesora es rígida y muy seria”, “en ocasiones los profesores tienden a ser imponentes y autoritarios”, “el estudiante se siente como un soldado que obedece órdenes”, “hay que integrar a los estudiantes con el método de trabajo”, “a veces la forma como se dictan las clases se vuelve como una obligación”, “el entusiasmo de los estudiantes depende del profesor”, “la imposición del profesor en la realización de ejercicios para dar la nota”, “el profesor hace ver la clase como si fuera una instrucción militar”, “no se tiene en cuenta que no todos tienen el mismo estado físico”, “

Una última debilidad es la falta de material y de escenarios deportivos para el número de estudiantes quienes los utilizan, esto lo dicen así: “algunas veces los escenarios no son los apropiados”, “falta de recursos didácticos para la clase”, “hay una sola cancha de voleibol piso”, “los balones están deteriorados para hacer los ejercicios”, “no dejan utilizar el coliseo para dar clases de cultura física”, “tener más materiales para que alcancen para todos los alumnos”.

5 FORTALEZAS Y DEBILIDADES EN LA EVALUACIÓN DE LA ASIGNATURA DE CULTURA FÍSICA.

FORTALEZAS:

La primera fortaleza es el valor de la asistencia y la participación en la clase, al pasar la nota final. Esto lo evidencian así: “tiene presente la asistencia a clases”, “es bueno que tengan en cuenta el esmero en las clases y no las capacidades”, “se valora la asistencia a clases”, “la asistencia ayuda como motivación para ir a clase”, “me parece bien que sean exigentes con la asistencia”, “califican de manera ideal dependiendo la participación”, “tienen en cuenta la asistencia, la participación y la ropa deportiva”, “es bueno tener una evaluación por el esmero y no por las capacidades”, “ayuda en la motivación con los alumnos para que asistan a clase”, “para pasar la materia hay que ir y participar activamente”, “es una materia que busca tener activos a los estudiantes que la matriculan, haciendo que lleguen al menos por la nota”, “lo importante es asistir y trabajar a su propio ritmo”, “es organizada y precisa a la hora de guiarse por los que van y trabajan”, “fue de forma práctica”, “bien enfatizada en la puntualidad y en el empeño que ponen los estudiantes”, “procuran dar valor a los aspectos de la asistencia y las ganas de hacer deporte”, “es una materia excelente y permite desarrollar nuestra capacidad física”, “lo que se tiene en cuenta es la actitud de los estudiantes y que lleguen puntualmente bien presentados para la ocasión”, “hay cosas buenas pero no tan notorias, como por ejemplo la forma de participar en la clase y el no faltar muchas veces a la misma”, “mide el entusiasmo de los estudiantes por la clase y sus temas centrales”.

Por otro lado, se tiene una fortaleza en cuanto al mejoramiento de las capacidades físicas y deportivas, respondiendo de esta manera: “Me parece bueno que algunos profesores van al ritmo de aprendizaje de los estudiantes”, “destrezas y habilidades son evaluadas por el profesor dependiendo el deporte”, “toman en cuenta la capacidad del rendimiento de cada estudiante”, “adecuada según las cualidades de cada persona”, “se centra en evaluar según las posibilidades de cada estudiante”, “destrezas y debilidades son evaluadas por el profesor y dependen del deporte visto”, “algunas evaluaciones se realizan individualmente y otras colectivamente”, “mejoramiento de las capacidades tanto individual como grupal”, “el profesor califica el progreso que tengamos en las clases y la actitud que le pongamos”, “se mira el nivel que alcance cada alumno al terminar el semestre”, “se mira que tanto ha avanzado cada estudiante en las clases de cultura física”, “muy buena y flexible con los que no son tan buenos para las prácticas deportivas”, “fomenta la cultura del deporte en los estudiantes”, “se tiene en cuenta si la persona ha hecho deporte o no, antes y eso es bueno porque no todos pueden hacer lo mismo”, “es importante esta materia para

revisar y mantener un acondicionamiento físico adecuado”, “se centra en evaluar según las posibilidades físicas de cada estudiante lo cual es muy positivo”.

Esta fortaleza se refiere al cambio de evaluación cualitativa a cuantitativa, opinando de esta forma: “es bueno que sea cuantitativa”, “es mejor que sea cuantitativa y no cualitativa”, “me gusta que sea cuantitativa para tener claridad con la definitiva”, “califican con números haciendo preciso el resultado”, “está bien que sea cuantitativa para que la posibilidad de pasar sea mayor”, “cuando era cualitativa quedaba a medias las evaluaciones”, “al ser cuantitativa se les está dando una oportunidad a los estudiantes que no son tan ágiles”, “cuando era cualitativa se sentía menos la presión de trabajar por la nota”, “es cuantitativa y se divide en cuatro previos”.

La fortaleza que muestra a un profesor consiente del programa porque evalúa según lo que se ha visto en el semestre, mostrando de este modo sus apreciaciones: “es bueno porque evalúan lo que enseñan”, “es la indicada de acuerdo a lo que se ha aprendido”, “se hace una evaluación por cada dos rotaciones”, “es una clase donde se califican cuidadosamente los temas enseñados”, “cada evaluación es de los deportes y actividades extracurriculares que se programan”, “se hacen cuatro cortes en donde se dividen dos deportes por evaluación”, “se evalúan los ejercicios físicos, los deportes y las actividades recreativas que se dan en clases”, “se califica en cuatro cortes de la nota final, las rotaciones deportivas, recreativas, físicas y socioculturales”, “el profesor hizo una buena evaluación y siempre obtuvo la participación del estudiantado”, “me parece bien que evalúen individual y grupalmente”, “indicada de acuerdo a lo que se hace durante el semestre”, “según lo que se enseñó y se realizó en el transcurso de las clases se fue sacando notas para cada estudiante”, “según lo que se enseñó y se realizó en el transcurso de las clases se fue sacando notas para cada estudiante”, “revisa lo aprendido en las clases de deportes y los juegos”.

DEBILIDADES:

La primer debilidad que aparece es sobre el escaso tiempo y créditos que se le dedica a la asignatura de C. F. dentro del pensum académico de las carreras, esto dicen los estudiantes: “la materia se ve de una forma muy superficial”, “poco tiempo para practicar cada deporte”, “pocas horas semanales de clase”, “pocas horas para practicarlas”, “aumentar un crédito en esta materia para todos los estudiantes”, “debería ser una materia electiva”, “dan un solo crédito por una materia tan importante y tan necesaria”, “debido al tamaño de los cursos y el tiempo para las clases no se

puede aplicar la evaluación en forma rigurosa”, “dos horas semanales son insuficientes para promover seriamente el deporte en la universidad”, “si académicamente le dieran más valor a la materia seguro que los estudiantes se esforzarían más por la clase”, “deben aumentar las horas de C. F. para aprovechar con mayor frecuencia los escenarios”, “aumentar a dos créditos por lo menos la materia para los requisitos de la universidad”, “hace falta motivar al estudiante con más créditos”, “debería tener más créditos”.

Al mismo tiempo surge una debilidad que tiene que ver con la necesidad de evaluar cualitativamente, a continuación los siguientes comentarios: “era mejor la evaluación cualitativa”, “el hecho de ser aprobado o no, hace que los estudiantes la tomen más en serio”, “que sea cuantitativa”, “en la época en que la evaluación era cualitativa, la materia no le decía a uno que estaba evaluando”, “el cambio para la evaluación cuantitativa fue de gran respaldo para que los profesores nos motivaran”.

De igual modo esta la debilidad de que sólo se evalué por la asistencia y la participación en clase, ratificando en las respuestas de esta forma: “la materia es tan superficial que las únicas metas que se pueden cuantificar son las de asistencia”, “faltan más puntos para evaluar a los estudiantes”, “evalúan aspectos poco importantes”, “no es justo con las personas que siempre asisten a clase porque con un mínimo de fallas se aprueba la asignatura”, “ponen fallas a pesar de tener excusas médicas”, “”, “la evaluación con respecto de la asistencia es muy estricta”, “regular a la hora de recuperar las fallas”, “deben dejar hacer una auto evaluación”, “que pongan más trabajos escritos”, “valorar la participación de los estudiantes de cultura física en los seleccionados”, “no se puede evaluar el conocimiento teórico que tienen los estudiantes sobre el deporte”, “mejorar los aspectos que se van a evaluar”, “es de muy poca exigencia”, “los grupos mixtos no dejan hacer una evaluación real”, “tener en cuenta el gusto que tienen los estudiantes por la materia”, “deben ampliar la evaluación al conocimiento teórico de los estudiantes sobre lo que se ve”, “deberían evaluar el estado físico del grupo desde el inicio hasta el final del curso”, “la asistencia y la participación son ítems necesarios en la evaluación, pero hay que buscar otros puntos para incluir en la evaluación como los test físicos y competencias deportivas”.

Entre otras debilidades está el hecho de que unos profesores evalúan de una manera estricta, autoritaria y dan mínimas oportunidades de recuperar las fallas. Lo muestran así: “los profesores deben ser más flexibles con la evaluación”, “el esmero de los estudiantes, algunas veces no es el indicado por la evaluación”, “hay que tener en cuenta a los estudiantes con

limitaciones físicas”, “a veces los profesores no entienden algunas excusas por las que uno no pudo ir”, “tener en cuenta el gusto que tienen los estudiantes por la materia”, “algunos profesores dan a conocer inoportunamente las notas”, “creo que se evalúa muy por encima de las posibilidades de los estudiantes”, “que los profesores sean más exigentes”, “los profesores deben ser orientadores del grupo, debe solucionar conflictos, debe ser un líder”, “hace falta más pedagogía deportiva”, “los profesores cuando faltan no se acuerdan para evaluar”, “en lo posible que las evaluaciones no sean escritas”, “algunos profesores son muy estrictos con la ropa deportiva”, “no existe un criterio unificado para la evaluación construida por los profesores”, “que hayan más chances a la hora de poder recuperar las fallas”, “el profesor no se dejaba ni hablar, el mismo decidía la nota”, “deben hacer trabajos o quices escritos para los que están lesionados”, “los profesores deben ser orientadores del grupo, debe solucionar conflictos, debe ser un líder”, “muchas veces me parece que a los profesores les hace falta exigir más disciplina”, “el profesor tiene que ser claro durante la clase y ser paciente con los más lentos”.

6. INCIDENCIA DE LA ASIGNATURA EN EL DESARROLLO DE LA VIDA DE LOS ESTUDIANTES. (SENTIR)

Esta asignatura ha incidido en el desarrollo del ser humano de muchas maneras, a continuación unas opiniones de estudiantes que se refieren a la conciencia que despertaron durante la clase por hacer ejercicio o deporte en su vida: “Nos da la oportunidad de practicar en el futuro los deportes que más nos gustan”, “de forma positiva ya que conocí reglas de otros deportes que ya no practicaba y me comenzaron a llamar la atención”, “gracias a esta asignatura me preocupo más por mi desempeño físico”, “creó en mi un interés por el deporte y el cuidado físico”, “ha incidido positivamente al motivarme a practicar algunos deportes”, “me ayuda a mantener los hábitos de realizar actividad física”, “tome conciencia de hacer más ejercicio por mi salud”, “me ha ayudado a reconocer mi cuerpo, mis capacidades físicas y los cuidados que hay que tener”, “ha fomentado mi interés por el deporte”, “mejor porque me hace falta hacer deporte”, “me ha ayudado a recuperar mi estado físico”, “me alivió mi salud cuando comencé a hacer ejercicio despacio y fui aumentando la intensidad”, “me preocupo más por mi rendimiento físico”, “me ayuda a adquirir habilidades en ciertos deportes y a mantenerme saludablemente activo”, “siempre me ha gustado el deporte y me parece muy bueno que lo fomenten dentro de la universidad”, “aprendí que todos necesitamos en nuestras vidas un poco de descanso y de recrearse para sentirse mejor”, “en la clase se entiende que cuerpo y mente son complemento”, “me ha ayudado al mejoramiento de una rutina de ejercicios”, “Incita a la práctica y al desarrollo de los deportes”, “enriquecedor, pues me gusta mucho el deporte, lo práctico y me desenvuelvo en él”, “ha

mejorado mi resistencia física y me he sentido con más ánimo para competir en actividades deportivas”, “en realidad dedico poco tiempo para el ejercicio pero sé que debo comenzar y retomar esos hábitos”, “ha enfatizado en la importancia de tener hábitos de vida, saludables, no sólo físico sino alimenticio, etc.”, “mejoré ese semestre mi estado físico, por ello decidí realizar algo que traiga mejoras a mi salud”, “formativamente, de tal forma que contribuye a mi bienestar físico y personal”, “hacer constantemente ejercicio con el fin de tener un cuerpo sano y evitar futuras enfermedades”, “ha incidido tanto que siempre tengo en cuenta de realizar ejercicio durante la semana como forma de descanso”.

También hay quienes opinan que la clase los desestresa, los aleja de las materias teóricas y los anima a inscribirse en contextos **deportivos**, respondieron así: “fue una actividad diferentes a las clases teóricas”, “me ha ayudado a fortalecer la parte física, ha desestresarme de la parte académica”, “en mi vida a mejorado el sedentarismo, me relaja, dispersa mis sentidos y contribuye a la mejora del autoestima”, “muy bien porque ayuda a aislar lo académico a través del deporte”, “sirvió para animarme a matricular un contexto de deportes, para liberar energía, divertirme y mejorar mi disciplina”, “me gusta el deporte y las asignaturas de contexto”, “Me ayuda a hacer otras actividades para despejar la mente, si tuviera más tiempo haría más deporte”, “fue muy bueno, pues actualmente estoy en el curso de gimnasia estética continuando con el proceso físico”, “me ayuda a encontrar una distracción sana, diferente y me da alternativas de disciplinas deportivas”.

Algunos estudiantes dicen que la materia los ayudo a relacionarse con compañeros de otras carreras, a disciplinarse y desarrollarse mentalmente, contestando de esta forma: “me ayuda a fortalecerme en el deporte y a integrarme con los demás”, “mantengo un buen físico, conozco y me relaciono con gente nueva y diferente y quito el estrés ocasionado por la universidad”, “he mejorado mi calidad de vida desde el punto de vista físico y psicológico”, “he mejorado mi disciplina y mi continuidad en el gimnasio”, “me ha servido para sacar un tiempo de mi vida que no sean siempre números y letras, también para relacionarme socialmente más y mejor”, “fue de gran ayuda por el descanso mental que genera”, “ha mejorado mi manera de ver el deporte y creo que me fortalece tanto física como mentalmente”, “fue muy natural para mi rutina diaria de ejercicios, ayuda a que el grupo se integre y se conozcan”, “Fue importante para conocer a los compañeros a través de los deportes, se fomentó la unión del grupo”, “me ha ayudado a llevar un orden y una rutina de ejercicios que poco practicaba, ha creado en vida una disciplina”, “buena para mi salud y fortificante para la acción social”.

Un porcentaje muy mínimo de estudiantes dijo que **la asignatura de cultura física no significo nada para ellos**, lo escribieron así: “Para nada, fue hace 2 años que la vi”, “no mucho, el deporte se fomenta desde uno mismo no

desde afuera”, “en mi vida no ha incidido en nada”, “No mucho, la vi en primer semestre por requisito y ya”, “la verdad, no mucho pues yo he tenido mucho desarrollo deportivo”.

7. PROPUESTAS DE LOS ESTUDIANTES PARA EL DESARROLLO DE LA ASIGNATURA. (QUERER SER)

La selección de menos deportes dentro del programa de cultura física, buscando con esto profundizar en la práctica de los mismos.

Los alumnos expresan lo anterior de la siguiente manera: “Se debería hacer la materia según el gusto por un deporte específico, centralizando su contenido durante el semestre”, “Deberían ser más claros en la selección de los deportes para dedicarle más tiempo a unos pocos y una vez hecho esto tratar de influir en su correcta práctica”, “Crear un organigrama estructurado del contenido de la materia, desarrollando deportes diferentes a los de siempre y que estos sean escogidos por los mismos alumnos”. “No debe ser tan generalizada porque todos tenemos diferentes gustos deportivos sería mucho mejor si se pone menos deporte dentro del programa porque así se haría mayor énfasis en los que decidan practicarse”. Por último tenemos otro estudiante que además de las sugerencias anteriores especifica el deporte que quiere practicar dentro de la asignatura comentando esto de la siguiente forma: “Que integren el tenis de mesa o que se haga un grupo grande de todos los deportes y que se vayan rotando”.

Las sugerencias de los estudiantes para mejorar el desarrollo de la asignatura de cultura física son **La evaluación teórica debe estar dentro de la asignatura**, de la forma correcta en que se realizan cada uno de los deportes que se estén practicando en la clase, entendiendo que de esta manera estos alumnos encuentran una mayor motivación dentro de la materia.

Para la argumentación de lo anterior citamos las siguientes propuestas: “Que también se evalúe lecturas para así conocer detenidamente los deportes y como tener mejor estado físico”, “Se debería ver algo teórico sobre los deportes que se practican”.

A continuación, vamos a observar las sugerencias de los alumnos que encuentran un mejoramiento en el desempeño de los estudiantes durante la clase en la medida en que sean motivados por el docente, por ejemplo las propuestas citadas a continuación tienen como enfoque la forma en su profesor dicta la materia, lo cual exteriorizan del siguiente modo: “Que el profesor tenga la chispa para motivar a los estudiantes y que la clase no sea

tan rutinaria”, “Que las clases sean más dinámicas y tengan más juegos en grupo”, “Incluir también métodos de relajación que pueda practicar el estudiante en cualquier momento”, “Que la asignatura sea dictada con cariño para que los estudiantes se sientan más cómodos y así las cosas salga bien”, “que el profesor se encargue de concientizar al estudiante sobre la práctica del deporte y no se dedique a exigir la práctica y ya”. Por otro lado encontramos estudiantes que les gustaría más tolerancia de parte del docente con respecto a los horarios que maneja la asignatura, expresándolo del siguiente modo: “Que abran más cupos para algunas asignaturas con horarios más flexibles”, “Más flexibilidad en las horas de llegada teniendo en cuenta que hay otras asignaturas”, por el contrario otros alumnos piden seriedad con la asistencia por parte de su profesor, expresando esto de la siguiente manera: “Que en las pruebas que se realicen asistan los profesores”, “Mejorar en la asistencia y q no se vuelva una obligación”. Algunos estudiantes tienen sugerencias que tienen mayor relación con lo que ellos sintieron que hizo falta dentro del desarrollo de la clase, probándose esto de la siguiente forma: “Hacer énfasis en diferentes deportes y no tanto en trotar”, “Aumentar el número de deportes dentro de la asignatura”, “los grupos de cultura física deberían ser más pequeños para que no se vuelva un desorden la clase”, “Que se realice muévete UIS cada viernes no un día al mes”.

En este caso seguimos con las sugerencias de aquellos estudiantes que para mejorar el desarrollo de la asignatura de cultura física tienen como propuesta la ampliación en la utilización de los escenarios deportivos y un mantenimiento adecuado de estos. Demostrando lo anterior con las siguientes propuestas: “Me gustaría que dentro de la asignatura de cultura física los estudiantes pudiéramos tener acceso al gimnasio”, “Patrocinar el deporte mejorando los implementos necesarios para su práctica”, “Que hagan una piscina y presten los servicios para practicar este deporte”.

Además tenemos un grupo de estudiantes que proponen el aumento de la intensidad horaria para C. F. y elevar también el número de créditos. Para verificar lo enunciado anteriormente anexamos lo siguiente: “Que le aumenten los créditos a cultura física y a todos los contextos de deportes”, “Que aumenten las horas a la materia, los créditos y que además este disponible para todos los semestres”, “Que sea un bloque de 2 horas seguidas para aprovechar más el tiempo”.

Continuamos con los alumnos que encuentran mayor interés en la asignatura de cultura física a través de la competencia deportiva dentro de la clase como medio de evaluación, manifestando lo anterior de la siguiente forma: “Deberían evaluar la asignatura por el desempeño y evolución físicos y no

por asistencia”, “Que se realicen muchos mas campeonatos en al transcurso del semestre.” “Dedicar más tiempo a fortalecer el estado físico”, “Realizar concursos en los que se involucren competencias amistosas”.

Para finalizar procedemos con los comentarios de aquellos estudiantes que no tienen ninguna propuesta para mejorar el desarrollo de la asignatura de cultura física, ya que para ellos la materia se les ofreció de la mejor forma posible: “No tengo ninguna sugerencia porque creo que brindan este servicio con el mejor esfuerzo”, “Me parece excelente la clase y no tengo sugerencias”. Y los que no tienen sugerencia alguna pero si hacen oro tipo de observación: “En la sede de Málaga que se haga un estudio de cómo se está dictando esta materia”, “Mayor información a la comunidad universitaria”.

EL SER DE LA CF

8. CARACTERIZACION DE LA CLASE DE C.F.

La CF una asignatura más.

En el análisis de las respuestas de los estudiantes con respecto a esta pregunta podemos observar que describen las características generales de la forma como se realiza la clase de cultura física según la forma como les fue dictada por su profesor, o según el gusto que tengan por la materia.

En este caso, por ejemplo tenemos aquellos estudiantes que expresan el haber visto la asignatura de una manera tranquila, en donde se hace un calentamiento y luego se practica la actividad física o el deporte. Lo anterior se enuncia del siguiente modo: “En mi clase el profesor inicio con rutinas de calentamiento y luego nos dio a escoger un deporte al gusto de cada uno”, “Ejercicios de estiramiento, se estudia el deporte y se practica”, “Pues.... Es un calentamiento y luego se muestra un ejercicio”, “el profesor llega, toma lista realiza un calentamiento e indica los ejercicios y se procede a la práctica”, “Se llega, se toma lista, se calienta, se juega cualquier cosa que escoja el profesor y ya”.

Los estudiantes al cursar la asignatura de cultura física quedaron muy contentos con lo aprendido en ella, ya que les pareció adecuada la manera como les fue establecida.

Para la justificación de lo anterior citamos las siguientes respuestas:

“se comienza con un calentamiento, se dan las instrucciones de la disciplina, el desarrollo de esta y se usa el tiempo de juego libre”, “Se explica el deporte y sus reglas, se hace un calentamiento posterior a esto un estiramiento y para finalizar la práctica”, “Precalentamiento, calentamiento, práctica del deporte y descanso”.

A continuación vamos con aquellos estudiantes que además de percibir de una manera muy completa la elaboración de la asignatura, señalan que también se tuvo en cuenta el previo conocimiento que tenían los estudiantes sobre su propio cuerpo. “Se toma conciencia del estado del cuerpo y de las capacidades físicas, el profesor ejecutan las una instrucciones de los movimientos según el deporte que se va a efectuar, se elaboran dichas actividades y para terminar se hace una pequeña evaluación”, “ Por medio de la práctica se enseñan diferentes rutinas deportivas, teniendo en cuenta dentro de la metodología el soporte teórico”, “me parece que se proporcionó un buen material para el desarrollo del a clase, se utilizó una sistemática pertinente”, “ Buenos escenarios, maestros y suficiente intensidad horaria, además se procura integrar dentro de la clase calentamiento, trabajo físico, estiramiento y relajación del cuerpo”.

Encontramos también estudiantes que expresan su inconformidad en cuanto al hacer ejercicios durante las clases de cultura física: “Pues mi clase era más que todo correr y jugar fútbol y para mí eso era una clase de hombres”, “En ocasiones la clase se dicta de manera obligatoria pero por lo general se disfrutan y se aprovechan los espacios”, “al principio era más organizado todo pero cuando avanza el semestre solo se fija una cita para jugar, me parece que la materia debería tratarse de manera más profunda”.

Procedemos con los alumnos que ven la materia de cultura física como una oportunidad para mejorar su rendimiento corporal, lo cual exteriorizan del siguiente modo: “la asignatura de cultura física me ayudo a sacar el potencial para mejorar mi desarrollo físico”, “esta materia contribuyo en mi formación física, el avance en mis entrenamientos, y una mejor capacitación”, “Por medio de esta asignatura perfeccione mi acondicionamiento físico, fortalecí el desarrollo de mis de destrezas”.

Destinamos este último punto a la observación de aquellos estudiantes que aprecian la asignatura como medio de relajación y una oportunidad de relacionarse a través de la lúdica y el juego con los compañeros del grupo, probándose esto de la siguiente manera: “Empiezo la clase con un saludo a los compañeros y al profesor, seguido del calentamiento, ejercicio y luego la despedida”, “Clase “espontánea”, lúdica” se presta para un desorden sano”, “el desarrollo de la clase fue muy ameno, espontáneo, lúdico y también se prestaba para un desorden sano”, “Llegábamos a la clase, los estudiantes

calentaban y desarrollaban aunque fuese un poco de lo básico y luego que jugábamos”, “la clase era animada, dinámica, recreativa, divertida pero a la vez exigente, teórica y práctica, me enseñó que aquí se hace mucho más que estudiar”.

ANEXO E. MEMORANDO DESCRIPTIVO DE LOS DOCENTES DE CULTURA FÍSICA

Propósitos de la asignatura según el docente

Los Docentes de la Universidad Industrial de Santander consideran que la asignatura de Cultura Física utilizada adecuadamente contribuye a desarrollar aspectos coeducativos en los estudiantes. Por consiguiente, tiene múltiples propósitos, entre los cuales están: colaborar en el desarrollo de las capacidades básicas y la formación integral de los estudiantes. Facilitar y promover la toma de conciencia de los alumnos frente a incorporar en su vida cotidiana, hábitos de salud e higiene corporal por medio de la educación física, la recreación, el juego y los deportes, de modo que a futuro se produzca un cambio positivo en la sociedad.

Importancia de complementar con clases teóricas la asignatura de cultura física y los temas que eligieron los docentes dentro del estudio.

Por otra parte consideran el hecho de complementar las clases prácticas con teóricas, a lo cual **coincidieron conjuntamente en afirmar que es fundamental**, pues la lectura facilita la **comprensión de la práctica**, convirtiéndose además en un refuerzo positivo y estimulante al conocer por medio del texto **los beneficios fisiológicos** de realizar actividad física y como esto se va percibiendo por medio de **los cambios que se generan en el cuerpo**. Los temas que tienen mayor acogida para los docentes fueron: “la importancia de la educación física, recreación y los deportes”, lo cual refleja el interés de los profesores por crear conciencia en los estudiantes de que una buena calidad de vida viene condicionada en gran parte por el ejercicio, sumado a

eso una buena alimentación e higiene, de tal manera que, temas como “higiene y salud” y “nutrición e hidratación” son adoptados por los docentes pero de una forma muy general. Temas como “entrenamiento deportivo”, “psicología deportiva”, “anatomía y fisiología deportiva”, los señalan como importantes pero no se trabajan.

Medios para inculcar la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre

En cuanto a los medios por los cuales algunos docentes logran inculcar a sus estudiantes las actividades físicas, recreativas deportivas como estilo de vida se contemplan gran variedad ya que cada quien tiene su estilo particular, para estimular al estudiante; estos fueron: **Ser ejemplo** para los estudiantes, al mantener una condición física aceptable, al poseer hábitos alimenticios adecuados, en la presentación personal, en el vocabulario. **Conocer y explicar correctamente la teoría, demostrar los gestos deportivos del deporte a efectuar en un momento determinado.** **No obligar**, por el contrario motivar a los alumnos para que realicen la actividad física a través de conversaciones durante la práctica donde se les informen **la importancia y los beneficios** de temas como el **precalentamiento**, los **beneficios fisiológicos a nivel muscular**, **contemplando la posibilidad de ofrecer conferencias del interés del estudiantado.** Resaltar la importancia de mantener en todo momento una buena **postura** para evitar futuras dolencias y/o enfermedades. Realizar **actividades que capten su atención como torneos, juegos, competencias, videos** son un recurso pedagógico efectivo.

Las propuestas para mejorar la enseñanza de la Cultura física

Finalmente, acerca de las propuestas que presentaron los docentes con el fin de mejorar la enseñanza en las clases de Cultura Física se registró lo siguiente: **Conformar un equipo de trabajo** con los profesores para indagar, discutir y proponer soluciones, de tal forma que puedan mejorar la calidad de las clases que dictan a sus alumnos. **Tratar de documentarse más** puesto que a pesar de que la experiencia concede una cantidad considerable de aprendizaje hay que tener las bases académicas suficientes para tener los argumentos adecuados que ayuden a sustentar los temas que ofrece la Asignatura. **Innovar en las clases**, para contrarrestar la monotonía por ejemplo, ofreciendo la posibilidad de **Conocer espacios abiertos con guías turísticos** para incentivar de manera indirecta la actividad física. **Realizar actividades deportivas y recreativas que involucren a la comunidad universitaria en forma masiva**. **Separar los grupos por géneros masculinos y femeninos** para evitar lesiones.

La Tolerancia, es un aspecto importante que exista armonía en el ambiente donde se desarrolla la actividad en efecto esto se logra a partir del respeto propio y hacia los demás. **Diferenciar los conceptos de cultura física, actividad física, recreación y deportes e implementando las exposiciones de la reuniones docentes y luego transmitirlos a los estudiantes**. Para que todos manejen los mismos conceptos y los diferencien durante las clases. **El acto evaluador**, es primordial para los estudiantes quedar claros con lo que se evalúa y cómo se evalúa, pues para ellos de eso depende la aprobación o no de la materia y el profesor cumple mostrando las reglas de juego. Incentivar a los docentes para que realicen investigaciones relacionadas con su área de trabajo.