

ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD, INDICADORES DE PROGRAMAS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE ALTA CALIDAD EN LA ESCUELA A PARTIR DEL CONOCIMIENTO DE LOS PROFESORES

PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH, INDICATORS OF HIGH QUALITY PHYSICAL EDUCATION PROGRAM ACCORDING TO THE TEACHERS KNOWLEDGE

Alberto Calderón García, M.Sc., Ph.D¹

Resumen

Múltiples escritos critican la escasa o ninguna existencia de la educación física escolar en Colombia, por ausencia de profesores calificados, intensidad horaria y frecuencia mínima y poca aplicación de lineamientos y orientaciones curriculares-disciplinarios. Esto perjudica la calidad de la educación en ese contexto, pues la educación física contribuye a la formación de hábitos saludables y a lograr beneficios sociales, psicológicos, fisiológicos, etc., que inciden en el aprendizaje de las diferentes áreas del conocimiento. Este artículo evaluó preliminarmente el grado de calidad de los currículos de Educación Física de básica primaria de algunas instituciones escolares, a partir del conocimiento práctico de los profesores sobre competencias relacionadas con actividad física y salud, para establecer la necesidad imperiosa de su replanteamiento. Con base en el enfoque descriptivo (Briones, 1998), cuya metodología es de carácter cuali-cuantitativo, y la aplicación de un instrumento a profesores seleccionados de escuelas/colegios participantes, se obtuvieron resultados que verificaron la situación problemática planteada. Acudiendo a documentación internacional sobre programas de Educación Física de calidad, se elaboró una matriz con las sugerencias más pertinentes para solucionar la problemática encontrada en el diagnóstico, que finalmente fue sometida a un panel de expertos quienes diligenciaron la matriz.

Palabras claves: Salud, actividad física, lúdica, hábitos saludables, calidad, currículo escolar.

Abstract

Several papers scrutinize the poor existence of physical education at the schools in Colombia. Factors such as non-qualified teachers, poor time, and lower rates are listed. In addition, a poor implementation of disciplinary curriculum guidelines is perceived. This paper predominantly assessed the quality level related to specific physical-education curricula in some elementary schools in order to establish the critical need to rethink it. Based on a qualitative and quantitative model, i.e. the Descriptive Approach by Briones (1998) and a diagnosis tool applied to selected teachers, the whole results confirmed such a diagnosis. Then a matrix was developed from an international documentation of quality physical education programs, and it was submitted to a panel of experts for their validation and prioritization.

Keywords: Health, physical activity, fun, healthy habits, quality, curriculum.

Fecha de recepción: 18 de mayo de 2012

Fecha de aprobación: 20 de septiembre de 2012

¹ Profesor investigador del Doctorado Interinstitucional de Educación y Facultad de Educación Física, UPN. Líder del Grupo de Gestión y Pedagogía de la Actividad Física (GPAF). CIUP-COLCIENCIAS. alcasport@hotmail.com

Introducción

La importancia de la educación física dentro del currículo escolar es limitada, pues se imparte como una materia aislada en contenidos (Castrillo et al., 1997) y no se evidencia su quehacer in situ dentro de un marco interdisciplinario (Orozco y Molina, 2003). Además, no está al mismo nivel que las asignaturas más tradicionales como las ciencias exactas y las humanidades, en relación con la intensidad horaria, pues se le concibe como meramente técnica (Kirk, 1993; Sparkes, 1993). A pesar de lo planteado por la Ley General de Educación 115/1994, en el artículo 23, que considera la educación física en la escuela como un área obligatoria y fundamental del conocimiento y de la formación de los niños, esta sigue en déficit por diferentes aspectos.

Bajo esta perspectiva se debe analizar si el currículo de educación física que se desarrolla en la escuela asegura la formación de una persona físicamente bien educada, fomenta la educación hacia la salud y la condición física, si su evaluación permite la comprensión y el mejoramiento del bienestar integral de los estudiantes, si corresponde a necesidades del contexto escolar, si es inclusivo e interdisciplinar y si ofrece una enseñanza de calidad.

Para responder a estos cuestionamientos se requiere una revisión de la calidad de los proyectos educativos institucionales, estructuras curriculares, estrategias pedagógicas, didácticas y evaluativas, para vislumbrar si el sistema escolar responde a la modernización y a cambios relacionados con necesidades educativas actuales, problemáticas específicas de los contextos socioculturales y expectativas del desarrollo humano y económico.

Como uno de los agentes de la educación física, ha surgido últimamente el concepto y praxis de la actividad física, en virtud a que diferentes estudios han evidenciado que los factores de riesgo en salud se gestan desde la primera infancia, por los altos índices de morbilidad y mortalidad en esa etapa de la vida, como también en otros grupos etarios que iniciaron sus procesos patológicos en la niñez.

Esta circunstancia es una de las causas que más ocasiona impedimentos para el desarrollo de una vida armónica, productiva y de calidad. También ocurre la prevalencia de obesidad y sobrepeso en los niños escolares del mundo, relacionados estrechamente con algunas enfermedades no transmisibles como diabetes tipo 2,

hipertensión arterial, enfermedades coronarias, determinados tipos de cáncer, caries dental, osteoporosis, entre otras, cuyas cifras han incrementado el número de fatalidades en Colombia y el mundo.

El uso descontrolado de la tecnología en los niños, especialmente los juegos de video, las redes sociales, el paso de muchas horas frente al televisor, la ingesta de comida poco nutritiva y saludable, la poca frecuencia e intensidad, o ausencia de la actividad física en el currículo de la escuela/colegio, se constituyen como una nueva epidemia en la población mundial.

Alrededor de las consecuencias de la inactividad física en niños, se han realizado diversos estudios como el de Kruger (2009), cuyos resultados más destacados son los siguientes:

- Los niños sufren un incremento dramático del LDL (colesterol “malo”). Esto los predispone a enfermedades coronarias tempranas. Esto se reduce en la adolescencia pues se presenta un aumento del HDL (colesterol “bueno”).
- Los factores renales predisponen a los niños al aumento de la presión arterial.
- Los factores de riesgo cardiovascular están directamente relacionados en la mayoría de los niños (por ejemplo: la obesidad y presión arterial alta).
- La mayoría de los niños consumen mucha sal, grasa y azúcar.
- Los niños obesos están predispuestos a ser adultos obesos.
- Los niños sedentarios están predispuestos a ser adultos sedentarios.
- La mayoría de los niños en edad escolar posee uno o más factores de riesgo coronario.
- Familias con historia de problemas coronarios tienen niños con factores de riesgo alto.

La inactividad física y los malos hábitos alimentarios son factores de riesgo que se han convertido en una preocupación para diferentes organismos gubernamentales, ya que las enfermedades no transmisibles constituyen una pesada carga económica para los sistemas de salud, siendo este último un factor determinante del desarrollo y un motor del crecimiento económico (OMS, 2004).

Por tanto, instituciones como la Organización Mundial de la Salud, han asumido la tarea, proponiendo posibles soluciones para mejorar la salud pública. Una de

ellas sugiere realizar un trabajo mancomunado entre diferentes instituciones gubernamentales, públicas y privadas, para fomentar el desarrollo de políticas, planes, programas y proyectos que fomenten la práctica de la actividad física y el consumo de una alimentación adecuada en el hogar, la escuela y el medio laboral. Se insiste en promover investigaciones que aborden esta problemática, porque si bien los conocimientos actuales justifican una urgente acción salubrista, se hace necesario ampliar las esferas y ámbitos de intervención.

En este sentido, es imprescindible mencionar el papel que pueden jugar las instituciones educativas en la formación y desarrollo de competencias en la niñez, que le brinden el aprendizaje de conocimientos, habilidades y actitudes sobre una vida físicamente activa, hábitos saludables en espacios limpios y seguros destinados al estudio, la recreación, el deporte, que propicien la convivencia armónica (Olivera y Herrera, 2002). En ese contexto escolar, los programas de educación física de alta calidad, como señalan Orozco y Vargas (2003), además de ser un medio integrador para fomentar habilidades, modelos de pensamiento, valores, comprensión y conocimientos en los niños, debe propiciar su participación en actividad física permanente, que satisfaga las recomendaciones de la Centro de Control y Prevención de Enfermedades de Estados Unidos-CDC (2008).

Por lo anterior, se puede establecer que la actividad física en la escuela es una de las alternativas de mayor viabilidad tanto social, psicológica y económica para combatir las enfermedades no transmisibles, de acuerdo a diversos estudios científicos, cuyos resultados indican múltiples beneficios que reciben los estudiantes en el mejoramiento de procesos y habilidades cognitivas, desempeño académico, rendimiento escolar y calidad de vida (Hanneford, 1995; Rebollo et al., 2004; Orozco y Vargas, 2003; Ramírez, 2009; Esper Di Cesare, 2009).

Sobre esta reflexión, y de acuerdo a estándares y competencias relacionados con la salud, educación, medio ambiente, bienestar social y espacios de convivencia, entre otros, se propone con el presente estudio revisar la situación de la actividad física dentro del programa de educación física en la escuela, pues como lo refieren McCormick y James (2008), en los contextos escolares actuales los procesos de aprendizaje presentan incoherencias y poca interrelación entre lo que se formula, lo que se ejecuta y lo que se evalúa en los currículos.

Objetivo

Evaluar el grado de calidad de currículos de Educación Física de básica primaria de cinco instituciones escolares, a partir del conocimiento práctico de los profesores sobre competencias relacionadas con actividad física y salud.

Objetivos específicos

Establecer el grado de calidad de algunos currículos de Educación Física en escuelas/colegios de básica primaria, enfatizando sus contenidos relacionados con la actividad física y la salud.

Generar un plan de mejoramiento con el enfoque de actividad física y salud, con base a la evaluación del currículo de Educación Física de los centros educativos seleccionados.

Marco teórico

Se presenta a continuación una breve reseña de los conceptos utilizados en el desarrollo de este proyecto de investigación:

Actividad Física. En torno al concepto de actividad física existen diferentes definiciones expuestas por el grupo de investigación GPAF de la Universidad Pedagógica Nacional, predominando dos tendencias conceptuales: la de Manuel Vicente Pedráz (1988) y la de la CDC (2010).

Para el primero, la actividad física “son todas aquellas prácticas corporales que están mediadas por el movimiento como: ejercicio, deporte, práctica motriz, etc. Además, es una cualidad sustancial al ser humano más allá de lo puramente biológico y funcional”.

La CDC se refiere a la actividad física como una “gama amplia de actividades motrices cotidianas, como caminar en forma regular y rítmica, jardinería, tareas domésticas pesadas y baile”.

Sin embargo, se destaca que la mayoría de las definiciones y conceptos planteados tienen en común el aumento del gasto energético o de la tasa metabólica por encima de la basal. Durante este proceso el sujeto se afecta por influencias sociales, políticas, económicas, etarias y culturales (Bouchard C., Shephard. R.J., Stephens, T., Sutton, J. y McPherson, B., 1990; Asociación de Medicina del Deporte de Colombia, 2002; Hallal, P.C., Azevedo, M.R. y Reichert, F., 2005; Guillén del Cas-

tillo, 2002; Correa, 2010), lo cual genera adaptaciones para satisfacer necesidades, no solo de carácter fisiológico y adaptativo del organismo, sino también las psicológicas y sociales. En este sentido, la actividad física genera cambios funcionales y estructurales que mejoran el desempeño físico y por ende la salud de las personas que la practican.

Salud. Para efecto de esta investigación se toma la salud como el completo estado de bienestar físico, mental y social que permite al ser humano funcionar efectivamente por el más largo tiempo posible, en el ambiente donde por elección está ubicado, para lo cual debe desarrollar hábitos y estilos de vida saludable. Como lo señala Calderón (2009), el caso de los niños y adolescentes presenta un amplio y complejo análisis investigativo de aspectos relacionados con estilo de vida saludable y activa dentro del contexto escolar, que se ven beneficiados con prácticas saludables de la actividad física que:

Fomenta el liderazgo y el buen desempeño académico. Cómo se sienten los niños acerca de sí mismos y su desenvolvimiento académico determina, en gran parte, su felicidad y éxito futuro. Una de las claves para una mente sana es contar con un cuerpo sano.

Desarrolla un comportamiento positivo y estabilidad emocional. Los niños de hoy están bajo más estrés que en ningún otro momento en la historia. El distress (ej. angustia) es el resultado de varias condiciones tales como la ansiedad, el abuso de sustancias nocivas y la depresión. Hacer ejercicio con frecuencia juega un papel significativo para que los niños superen estos problemas tan propios de los adultos.

Estructura un cuerpo sano. Los bebés experimentan goce a medida que aprenden y dominan nuevos movimientos con su cuerpo. El hecho de estimular en nuestros niños esa tendencia natural hacia el ejercicio, da como resultado mantenerlos alejados de los consultorios médicos y más bien muy cerca de las aulas de clase y de los campos de juego.

Previene la enfermedad. Las enfermedades que ocurren en la vida adulta a menudo tienen sus raíces en la niñez. Por ejemplo, la arteriosclerosis, precursora de los problemas de la arteria coronaria, hace su aparición en niños de tres años. El ejercicio físico realizado con frecuencia es el componente clave para la prevención de innumerables enfermedades.

Este marco es determinante para que las escuelas y la comunidad establezcan políticas, planes, programas y proyectos que promuevan actividades físicas agradables que desarrollen en los estudiantes conocimientos, actitudes, habilidades motrices, habilidades de comportamiento y confianza necesaria para adaptar y mantener un estilo de vida activo.

Existen múltiples relaciones entre la actividad física y los estilos de vida, entre las cuales se destacan las planteadas por Gutiérrez (2000):

- a) La actividad física está positivamente relacionada con la salud, principalmente en los aspectos mentales, sociales y físicos de las personas.
- b) La actividad física parece estar relacionada con otras conductas de salud tales como los hábitos de fumar, la alimentación y la higiene. Si aumentamos la práctica de actividad física, podemos influir en otros hábitos de salud.
- c) Los años escolares representan un período crítico en el desarrollo de hábitos de actividad física y su posterior traslado a la vida adulta.

Resaltando específicamente esta última relación, es esencial lograr que los niños aprendan a disfrutar del deporte y la actividad física en la escuela y durante el tiempo libre, de ahí la necesidad de realizar estudios en torno al manejo que se le da en la escuela a la actividad física, en relación a los estilos de vida de los estudiantes y por ende en la salud de los mismos.

Conocimiento del profesor. El docente de actividad física, como todos los docentes, debe contar con los conocimientos pedagógicos necesarios para cumplir con su labor a cabalidad. Dichos conocimientos van más allá de lo disciplinar. Para efectos de este estudio se resaltan los conceptos de el conocimiento profesional formulados por Shulman (1986) y Bromme (1988), y el práctico propuesto desde Medina y Domínguez, (1992).

Currículo. Las fuentes de construcción del currículo son, entre otras: a) sociocultural, a través de los desarrollos tecnológicos, valores y organización social; b) filosófica, con los conceptos formativos y éticos; c) pedagógica, en correspondencia con la finalidad de la educación, la práctica educativa y el tipo de sujeto; d) sociológica, desde el proceso de enseñanza-aprendizaje y características de los sujetos, y e) epistemológica, a

través de la evolución científica y lógica interna de las disciplinas (Calderón, 2005).

Currículo de educación física de alta calidad. La Unesco establece en su informe de “Seguimiento del Plan de Educación para Todos”, de 2005, dos principios que definen qué es educación de calidad:

- 1) Considera que el desarrollo cognitivo del educando es el objetivo explícito más importante de todo sistema educativo y, por consiguiente, su éxito en este ámbito constituye un indicador de la calidad de la educación que ha recibido.
- 2) Hace hincapié en el papel que desempeña la educación en la promoción de las actitudes y los valores relacionados con una buena conducta cívica, así como en la creación de condiciones propicias para el desarrollo afectivo y creativo del educando.

Refiriendo en este marco que “la calidad determina no sólo cuánto aprenden los niños y si aprenden bien, sino también en qué medida su aprendizaje se plasma efectivamente en una serie de beneficios para ellos mismos, la sociedad y el desarrollo” (Unesco, 2005).

Es por eso que esta investigación gira en torno a la necesidad de determinar el grado de calidad de los programas de educación física desde el análisis de competencias relacionadas con la actividad física y la salud, para poder así determinar su contribución a la promoción de hábitos y estilos de vida saludables.

Currículo en actividad física. Martínez et al. (2003) señalan que en la década de los años cincuenta, la educación colombiana inició la estructuración de planes y programas de estudios, basados en un modelo cuyo propósito fue la higienización y la restauración fisiológica de la población, con miras al logro del progreso nacional. Ese modelo se sustentaba en saberes como la psicología infantil, la psicopatología, la pedagogía activa, la higiene y la medicina escolar.

Estudios nacionales muestran el bajo desempeño de los niños en pruebas que vinculaban las cualidades físicas relacionadas con la salud, pues esta dúctil población carece de un desarrollo adecuado y de participación en actividades lúdicas y deportivas que alegren su cotidianidad y los preparen para la difícil sociedad futura que se avecina. (Fernández y Hoyos, 2007).

Evaluación curricular. El currículo debe ser analizado en su práctica y desarrollo, desde un diagnóstico valorativo y crítico que permita identificar necesidades contextuales de los sujetos que intervienen y normativas que permitan su organización, para de esta manera proporcionar la información más pertinente para adoptar decisiones. La evaluación del currículo, de acuerdo a Mesía (2004), debe generar un “cambio curricular que tiene que ver con la modificación de una práctica social”.

En síntesis, establecer y aplicar programas de alta calidad de educación física puede proporcionar a los estudiantes conocimientos, habilidades, comportamientos, confianza para hacer actividad física de por vida, contribuir a la educación en salud, fomentar hábitos y estilos de vida saludables a través de programas y servicios de E.F. que promuevan enseñanza de calidad, vida agradable y actividad física, entre otras. Estos programas se pueden estructurar y desarrollar en componentes curriculares, políticas y medio ambiente, estrategias de enseñanza y evaluación de los estudiantes, con sus respectivas acciones. Los componentes curriculares, políticas y medio ambiente, por su pertinencia, fueron útiles en el desarrollo del instrumento para analizar el grado de calidad de los currículos de educación física en algunas escuelas/colegios de educación básica primaria.

Metodología

Esta propuesta diagnosticó el grado de calidad de los currículos de Educación física de básica primaria, para identificar la incidencia de la actividad física y la salud de los niños en la escuela. En correspondencia con lo anterior, se utilizó el enfoque descriptivo (Briones, 1998), considerado de carácter cuali-cuantitativo.

Para establecer el grado de calidad de los currículos de educación física en escuelas/colegios de básica primaria, se elaboró un instrumento diagnóstico de componentes curriculares con sus respectivas acciones, cuyos resultados se analizaron y representaron estadísticamente a partir de frecuencias/porcentualización, dado el número de participantes en el estudio.

Para generar un plan de mejoramiento para la actividad física y la salud, con base en la evaluación de la calidad del currículo de educación física de los centros educativos escogidos, se elaboró una matriz con las sugerencias más pertinentes, luego de un análisis de

documentos internacionales, sometida a un panel de expertos quienes la validaron, ampliaron y priorizaron.

Población objeto. El profesor, de acuerdo a Ojeda y Veiravé (2001), es uno de los que participan e inciden en el diseño y desarrollo del currículo, ya que sus concepciones epistemológicas, pedagógicas, didácticas, como los factores institucionales, repercuten en el proceso donde se toman decisiones sobre la enseñanza-aprendizaje. Por tanto, analizar el conocimiento del profesor conlleva a entender cómo crea sus propios estilos de enseñanza y qué aprende a través de sus interacciones en una serie de contextos con sus correspondientes preocupaciones e intereses (Marín, 2002).

La población que colaboró proactivamente en la aplicación de esta metodología en la fase diagnóstica de la situación curricular de las escuelas escogidas, fue conformada por 16 profesores de educación física, que se vincularon a la investigación por su conocimiento práctico sobre el currículo en educación física en las cinco instituciones participantes.

Por otra parte, un panel integrado por cuatro profesores expertos con maestría en Educación Física validó, amplió y priorizó la matriz de sugerencias más pertinentes para solucionar la problemática encontrada en el diagnóstico.

Resultados

Diagnóstico

La aplicación del instrumento diagnóstico a los profesores de educación física de las cinco escuelas de básica primaria, con su respectivo análisis de los componentes: a) curricular, b) políticas y medio ambiente, c) estrategias de enseñanza y d) evaluación de los estudiantes, arrojó solamente una escuela con currículo de excelente calidad, en tanto que el currículo de las otras cuatro escuelas fue catalogado en promedio de insuficiente calidad.

En correspondencia con lo anterior se presentan los resultados de las acciones del componente curricular:

Para la primera acción, “Enseñanza de variedad de habilidades motrices diseñadas para el mejoramiento de la salud y el desarrollo de los niños”, los docentes de la escuela con excelencia en la calidad indican que el grado de desarrollo de esta es excelente, con un 62%, mientras que los profesores de las otras cuatro escuelas refieren que esta acción es aceptable, con un 75%, e insuficiente, con un 25% (ver Figura 1).

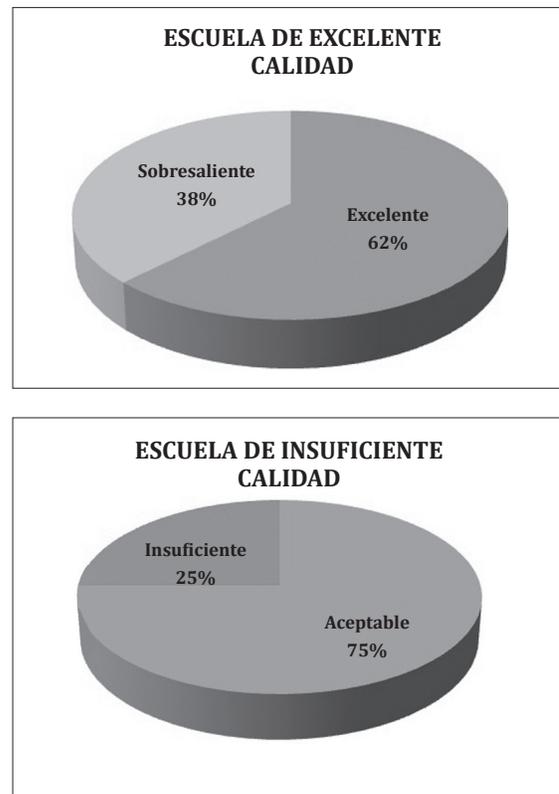


Figura 1. Acción enseñanza de variedad de habilidades motrices diseñadas para el mejoramiento de la salud y el desarrollo de los niños

El 75% de los profesores en la escuela de excelente calidad refieren que la segunda acción, “Educación hacia la salud y la condición física y su evaluación, permite la comprensión y el mejoramiento del bienestar”, tiene un grado de calidad sobresaliente en su institución. Sin embargo, los docentes de las escuelas de insuficiente calidad indican que esta acción es aceptable, con un 63%, e insuficiente, con un 25%. (ver Figura 2).





Figura 2. Educación hacia la salud y la condición física y su evaluación, permite la comprensión y el mejoramiento del bienestar

En la tercera acción, “Desarrollo de conceptos cognitivos relacionados con las habilidades motrices, la salud y la condición física”, los docentes de la escuela con excelente calidad califican esta como excelente, con un 29%, y sobresaliente con un 43%, mientras que las percepciones de los educadores en la escuela de insuficiente calidad responden que es aceptable, con un 75%, e insuficiente con 13% (ver Figura 3).

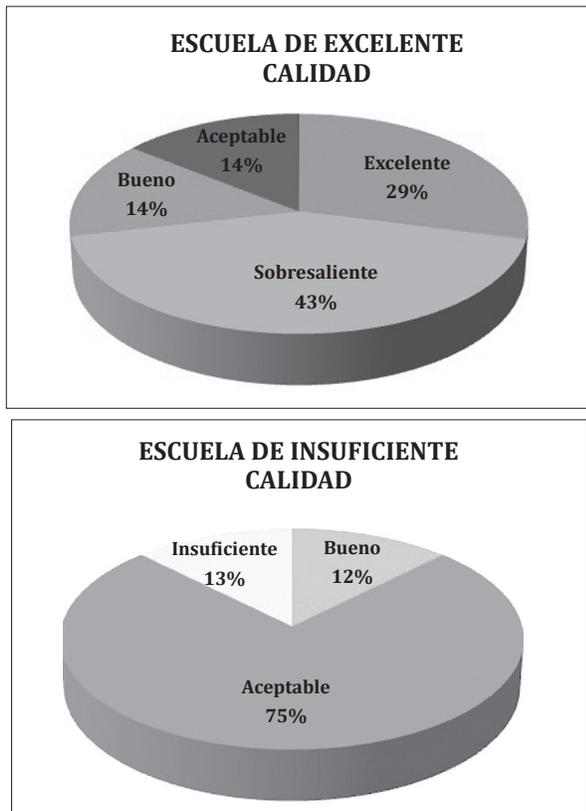


Figura 3. Desarrollo de conceptos cognitivos relacionados con las habilidades motrices, la salud y la condición física

En cuanto a la acción cuatro, “Oportunidades para mejorar las habilidades sociales y cooperativas”, los maestros de la escuela con excelencia indican que esta es sobresaliente, en un 37%, y excelentemente en un 25%; los profesores de las escuelas insuficientes especifican que esta acción tiene un grado de calidad aceptable, con un 30%, e insuficiente con 25% (ver Figura 4).

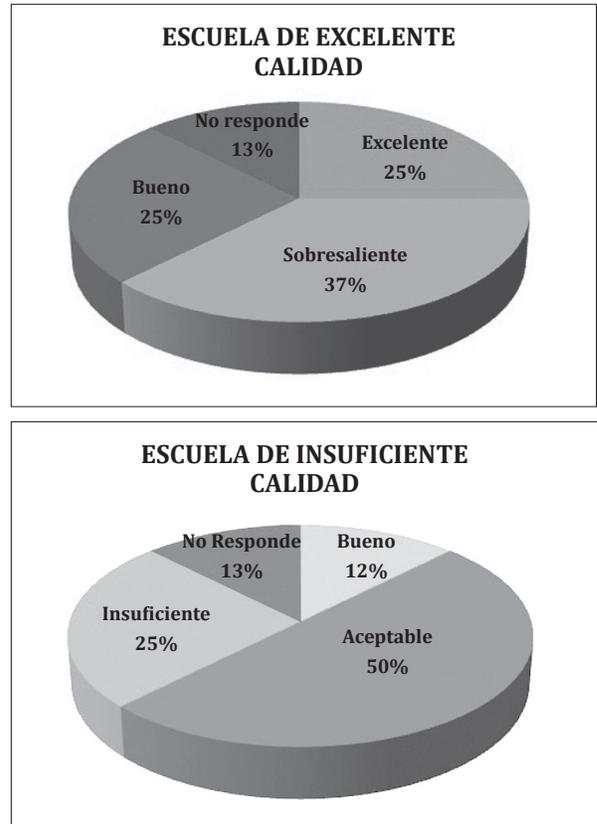


Figura 4. Oportunidades para mejorar las habilidades sociales y cooperativas

Por último, para la acción cinco, “Oportunidades para aumentar el valor atribuido a la actividad física para la salud, la diversión, la autoexpresión y la confianza”, los profesores de la escuela de excelente calidad indican que esta se gesta sobresaliente, con un 50%, y en forma excelente con 37%. Los maestros de las otras escuelas precisan, en su mayoría, que se da aceptablemente, con un 88%.





Figura 5. Oportunidades para aumentar el valor atribuido a la actividad física para la salud, la diversión, la autoexpresión y la confianza

Para el componente políticas y medio ambiente y sus respectivas acciones, se obtuvieron los siguientes resultados:

La primera acción, denominada “Tiempo adecuado de instrucción. Por lo menos 150 minutos por semana para básica primaria y para básica secundaria y media, 225 minutos por semana”, los profesores de la escuela de excelente calidad aducen que se desarrolla en forma excelente con un 40%, y sobresaliente con un 20%. De acuerdo con lo referido por los docentes de la escuela de insuficiente calidad, esta acción es insuficiente, con 63% (ver Figura 6).

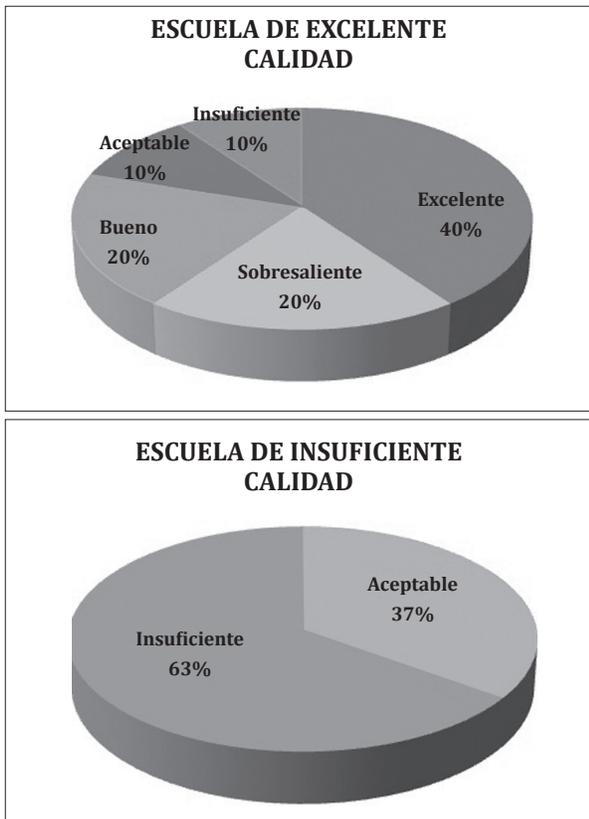


Figura 6. Tiempo adecuado de instrucción. Por lo menos 150 minutos por semana para básica primaria y para básica secundaria y media, 225 minutos por semana

De acuerdo a lo anterior, los docentes señalan los minutos semanales que les dedican los niños y los jóvenes a la educación física dentro de sus instituciones. Para la escuela de excelente calidad se indica que en sus currículos se especifican 250 minutos semanales para el nivel de secundaria, primaria 225 y preescolar 200. La escuela de insuficiente calidad especifica que para secundaria se dedican 60 minutos a la semana y 30 para primaria y preescolar (ver Figura 7).

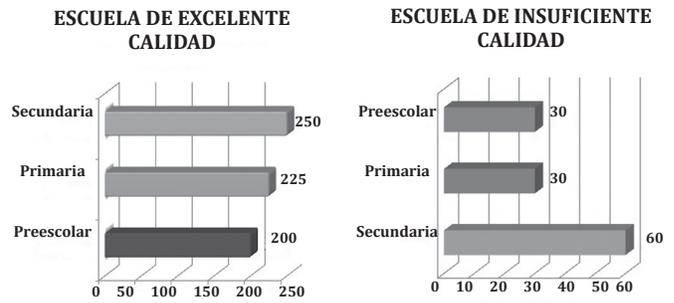


Figura 7. Dedicación por minutos semanales a la educación física

Para la segunda acción, las “Clases serán orientadas por especialistas cualificados en educación física”, los profesores de la escuela de excelente calidad cualifican excelente con un 62%, mientras que los docentes de las escuelas de insuficiente calidad indican que es aceptable, con un 75% (ver Figura 8).

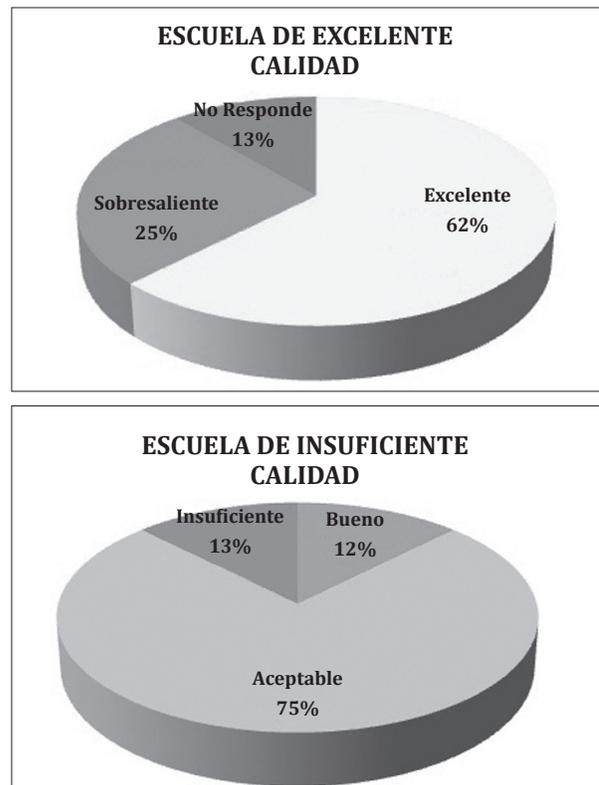


Figura 8. Clases serán orientadas por especialistas cualificados en educación física

La tercera acción, referida a “Tamaño razonable en número de estudiantes por clase”, los maestros de la escuela con excelencia indica que en su institución se maneja este aspecto en forma sobresaliente, con un 62%, mientras los de las escuelas de insuficiente calidad refieren, con un 63%, que es aceptable (ver Figura 9).

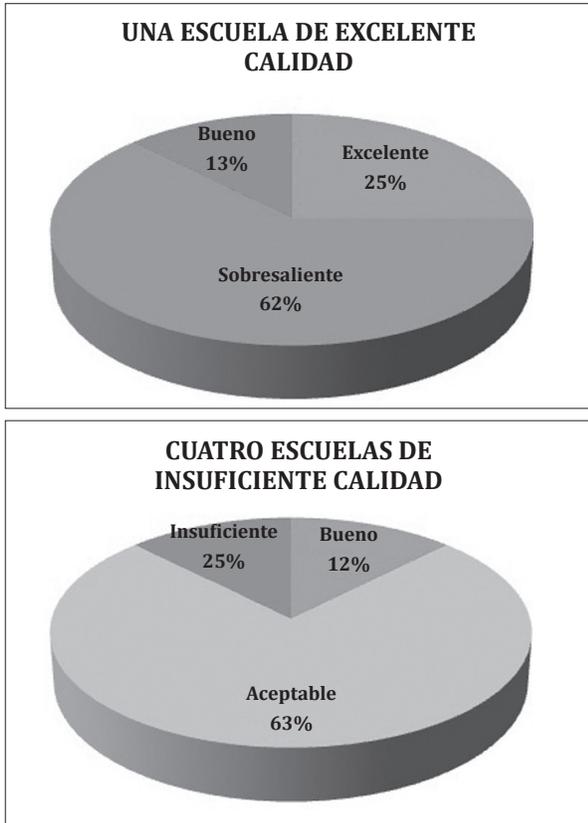


Figura 9. Tamaño razonable en número de estudiantes por clase

Los profesores de la escuela de excelente calidad, en relación a la acción “Equipo e instalaciones apropiadas”, refieren que su infraestructura y dotación es sobresaliente, con un 50%; en cambio, las escuelas de insuficiente calidad refieren que es aceptable, con un 62% (ver Figura 10).



Figura 10. Equipo e instalaciones apropiadas

Para el componente estrategias de enseñanza y sus acciones, se obtuvieron los siguientes resultados:

En la acción “Necesidades de inclusión y participación de todos los estudiantes”, los docentes de la escuela de excelente calidad mencionan que este aspecto se desarrolla con excelencia (50%), mientras que los profesores de las escuelas de insuficiente calidad anotan que este se gesta de forma aceptable, con un 38% (ver Figura 11).

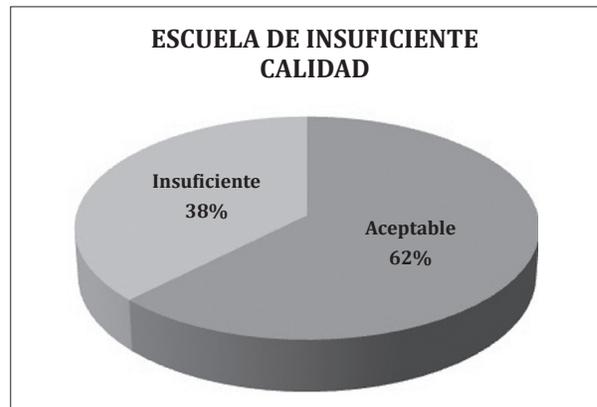


Figura 11. Necesidades de inclusión y participación de estudiantes

La acción “Adaptaciones para estudiantes con discapacidad” se desarrolla para la escuela de excelente calidad, de acuerdo a la opinión de los profesores, de forma sobresaliente, con un 37%, mientras que la inclusión para la población con discapacidad en las escuelas con insuficiente calidad es aceptable, con 87% (ver Figura 12).

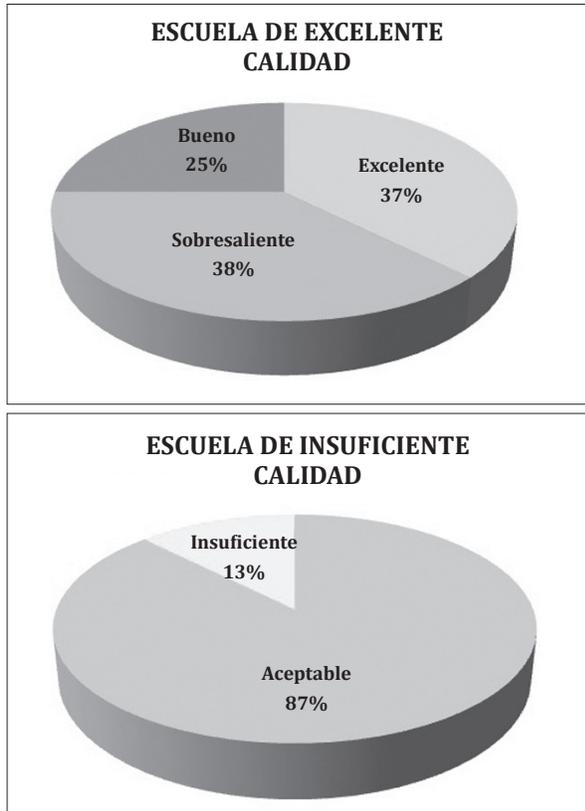


Figura 12. Necesidades de inclusión y participación de estudiantes

Los profesores de la escuela de excelente calidad, para la acción “Oportunidad para que los estudiantes mantengan actividad física permanente en la clase”, refieren que esto se desarrolla excelentemente en su institución, con un 50%; para la docentes de las escuelas de insuficiente calidad, este aspecto es aceptable, con un 63% (ver Figura 13).

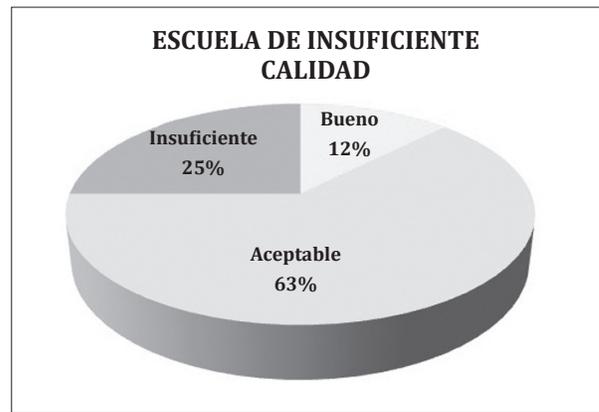
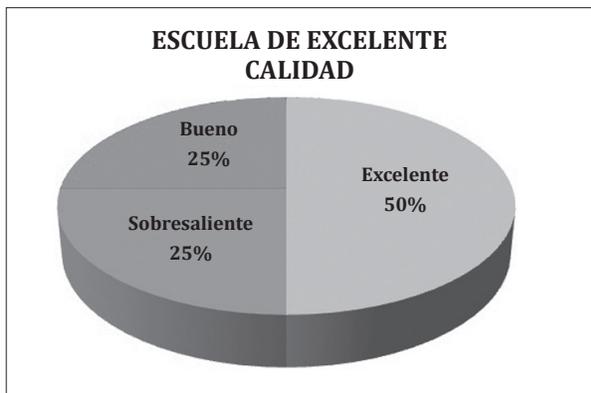


Figura 13. Oportunidad para que los estudiantes mantengan A.F. permanente en la clase

La acción “Clases bien diseñadas con ambiente de aprendizaje creativo, innovativo y divertido”, de acuerdo con los docentes de la escuela de excelente calidad, es promovida sobresalientemente con un 62%, pero en las otras cuatro escuelas este proceso es aceptable, con un 87% (ver Gráfica 14).

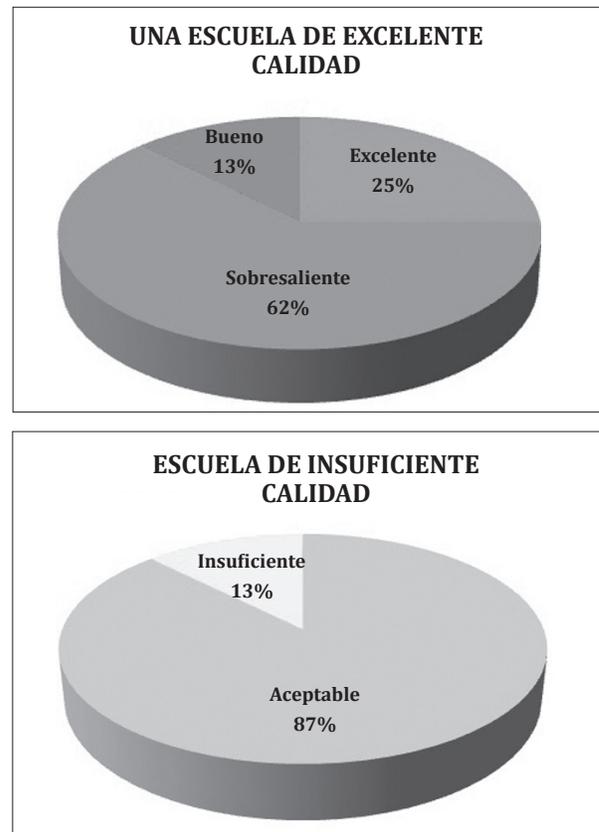


Figura 14. Necesidades de inclusión y participación de estudiantes

Para la acción “Tareas extraescolares para reforzar el aprendizaje”, un 50% de los profesores que laboran en la escuela considerada de excelente calidad respondieron que el grado de desarrollo es bueno, y un 37% que

es excelente; mientras que en las otras escuelas participantes el 63% de los docentes establecen que este grado es insuficiente (ver Figura 15).

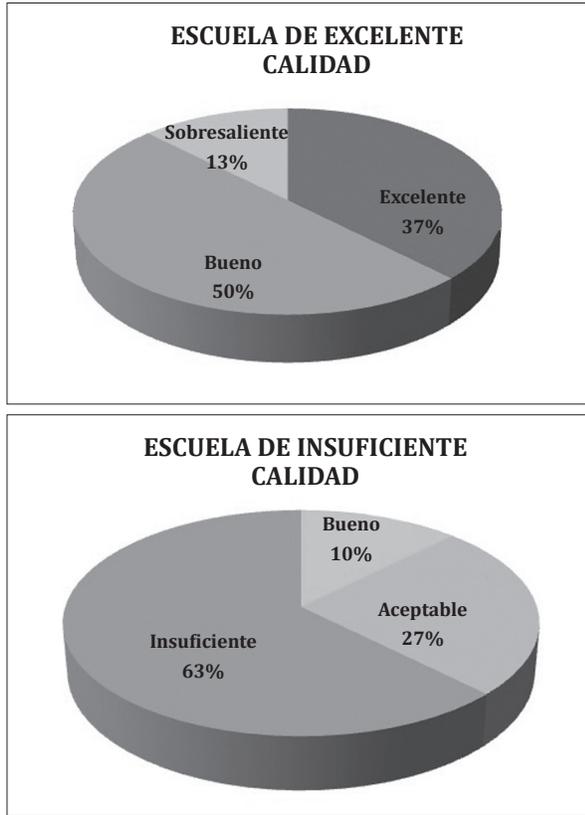


Figura 15. Tareas extraescolares para reforzar el aprendizaje

“Evitar la actividad física como castigo” es la última acción de este componente, para la cual los docentes de educación física de la escuela de excelente calidad respondieron que el grado de desarrollo es excelente (50%); en cuanto a las respuestas de los maestros de la escuela de insuficiente calidad, se encontró un equilibrio entre insuficiente y aceptable (ver Gráfica 16).

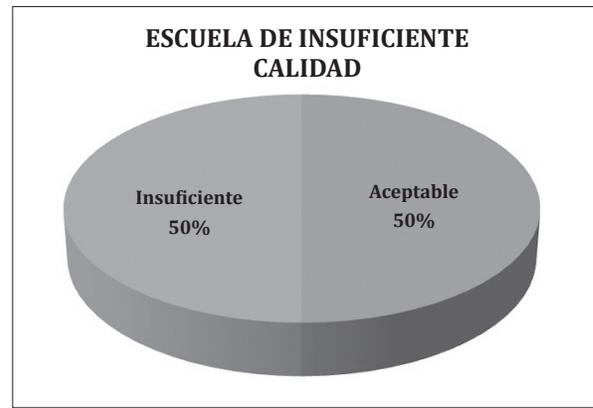


Figura 16. Evitar la actividad física como castigo

El último componente, denominado evaluación de los estudiantes, se constituye en cuatro acciones que corresponden:

En la primera acción, “Utilizar apropiadamente instrumentos de evaluación para la aptitud física y la actividad física”, el 50% de los docentes de la escuela de excelente calidad dijeron que era sobresaliente el grado de desarrollo de esta acción, en contraste el 75% de los docentes de las escuelas de insuficiente calidad, quienes consideran como aceptable este desarrollo (ver Figura 17).



Figura 17. Utilización apropiada de instrumentos de evaluación para la aptitud física y la actividad física

En la segunda acción, “Oportunidades permanentes para que los estudiantes conduzcan la autoevaluación y automonitoren su práctica de actividad física”, para el 50% de los docentes de la escuela de excelente calidad es bueno el grado de desarrollo, mientras que para el 88% de los docentes de las otras cuatro escuelas categorizadas de insuficiente calidad, es insuficiente este grado (ver Figura 18).

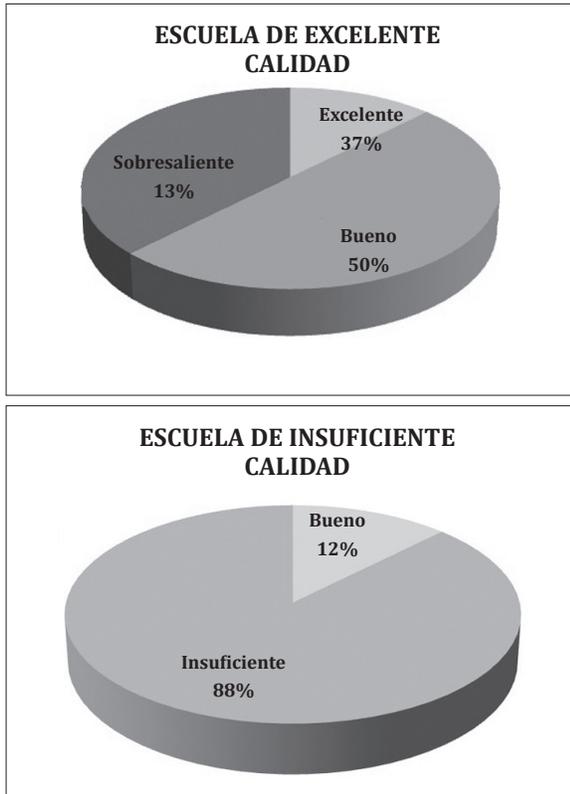


Figura 18. Oportunidades permanentes para que los estudiantes conduzcan la autoevaluación y automonitoren su práctica de A.F.

“Comunicar a estudiantes y padres de familia los resultados de la evaluación” es la tercera acción, para la cual, en la escuela de excelente calidad, el 50% de sus docentes contestaron que es bueno; en contraste, el 88% de los docentes de las otras escuelas respondieron que es insuficiente, y aceptable con el 12% (ver Figura 19).

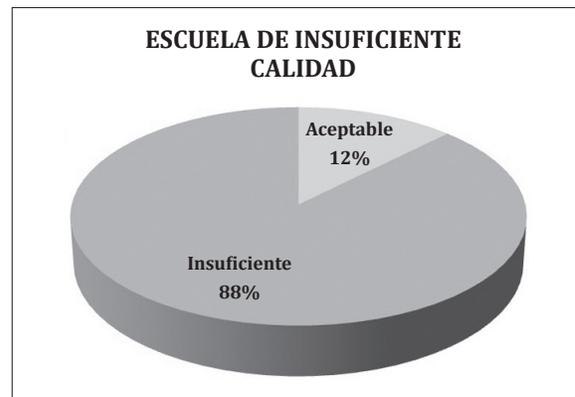


Figura 19. Comunicar a estudiantes y padres de familia los resultados de la evaluación

Para la última acción, “Claridad en la determinación de indicadores en la calificación del estudiante en concordancia con el sistema escolar respectivo”, los docentes de la escuela de excelente calidad destacan que este aspecto es excelente, con un 50%, mientras las otras cuatro escuelas indican que este es aceptable, con un 50% (ver Figura 20).

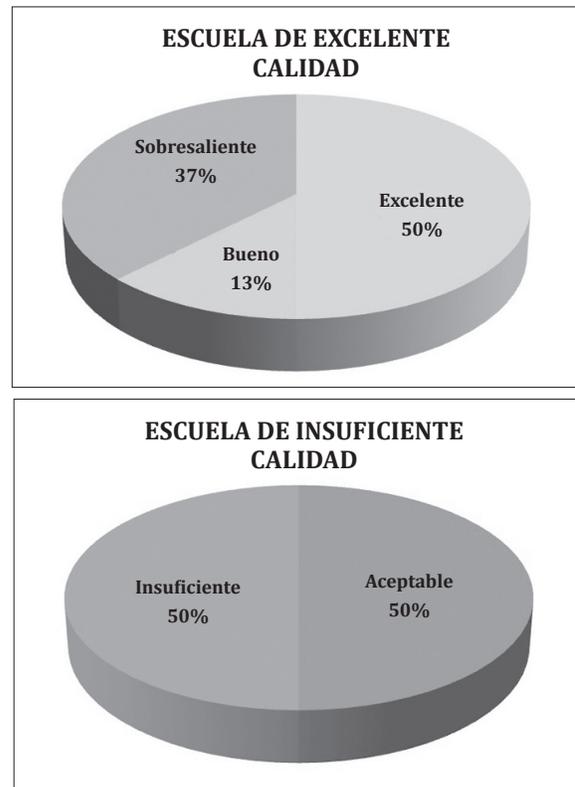


Figura 20. Claridad en la determinación de indicadores en la calificación del estudiante en concordancia con el sistema escolar respectivo

Matriz de sugerencias y priorización

Luego de la validación, ampliación y priorización por el panel de cuatro expertos, se escogieron las siguientes siete sugerencias de una lista de 21, establecida me-

diante consulta bibliográfica de carácter internacional, con sus respectiva priorización:

Matriz de sugerencias		Priorización
Asegurar por lo menos 30 minutos de A.F. moderada/vigorosa dentro de la jornada, para que alumnos cumplan con recomendaciones de calidad de agencias internacionales.		1
Las autoridades de la escuela podrían aprovechar los tiempos de convocatoria de todos, como los recreos y reuniones grupales de los estudiantes, para proveer la A.F., por ejemplo con música tropical. Esto puede ser una o dos veces diarias para acumular los 30 min. diarios.		2
El profesor de E.F. podría liderar y capacitar a los demás profesores para asumir roles en la gestión y promoción de la A.F. y la salud.		3
En caso de que no existan espacios para la A.F., esta se podría desarrollar en áreas fuera de la escuela o acomodando los salones de clase para su desarrollo.		4
El profesor de A.F. podría liderar en la escuela acciones de currículo integrado, vinculando la A.F. con las otras áreas curriculares con estrategias pedagógicas adecuadas.		5
Los profesores de E.F. y demás podrían fomentar los hábitos para llevar una vida activa:	Fuera de la escuela, motivando su participación en actividades físicas, recreativas y deportivas.	6
	Dejar tareas que propicien la A.F. en los niños, relacionadas con las diferentes áreas curriculares	7

Los profesionales consultados conocen las circunstancias difíciles que atraviesa el área de Educación Física en los currículos escolares, por cuanto son conscientes de la problemática, que parece poco solucionable debido al incremento del horario de las áreas de ciencias, matemáticas, lenguaje y lecto-escritura, que por su inclusión en pruebas internacionales por competencias (TIMSS, PISA) son programadas con buena intensidad horaria. Esto se refleja en su prioridad más importante, considerando en asegurar por lo menos 30 minutos de educación física o actividad física vigorosa dentro de la jornada para que los alumnos cumplan con las recomendaciones de agencias internacionales en materia de educación física de calidad, con el correspondiente énfasis en actividad física y salud.

Con base en las dificultades que se presentan en la escuela para administrar franjas para la educación física, el panel priorizó aprovechar los tiempos de convocatoria de todos, como los recreos y reuniones grupales de los estudiantes, para proveer la A.F., por ejemplo con música tropical.

La tercera prioridad de los profesores del panel demuestra responsabilidad social y profesional, en virtud a que el profesor de educación física debe liderar y

capacitar a los demás profesores para asumir roles en la gestión y promoción de la actividad física y la salud. El panel es consciente de los obstáculos que se oponen a desarrollar una educación física de calidad, como son las instalaciones y espacios adecuados y, por lo tanto, priorizan en un cuarto lugar la importancia de que la actividad física se desarrolle en áreas fuera de la escuela o acomodando los salones de clase para su desarrollo.

El panel seleccionó como quinta prioridad, dentro de las veintiuna sugerencias escogidas por el autor de este estudio, en consonancia con su participación en propuestas de currículos integrados, que exigen al profesor de A.F. liderar en la escuela la integración la A.F. con las otras áreas curriculares con estrategias pedagógicas adecuadas.

Ha sido importante la generación de escuelas de formación deportivas extracurriculares y actividades recreativas en las comunidades, hecho que lleva a motivar a los estudiantes para participar en actividades físicas, recreativas y deportivas fuera de la escuela, siendo esta la sexta prioridad para los profesores, quienes son conscientes de su rol en el fomento para que sus alumnos lleven un estilo de vida activo.

Finalmente, el panel acogió la sugerencia de dejar tareas que propicien la actividad física en los niños, relacionadas con las diferentes áreas curriculares, que es coherente con los desarrollos de un currículo integrado en la escuela y con el fomento de hábitos sanos.

Conclusiones

Luego de desarrollar este estudio, preliminar a un proyecto de investigación de mayor rigor científico sobre currículo y educación física de las escuelas/colegios, los hallazgos en la aplicación del instrumento permiten colegir que:

Del diagnóstico

- Existe correlación cualitativa entre la escuela de excelente calidad con todos los indicadores de los componentes y sus acciones, mejor puntuados en la percepción de los profesores entrevistados.
- De igual forma, existe correlación cualitativa entre las escuelas de insuficiente calidad con los mismos componentes, obviamente concediéndole a los indicadores puntajes desfavorables.

- Los resultados otorgan cierto grado de evidencia a la problemática de la Educación Física en el sistema escolar, que es conocida por asociaciones de profesores, facultades de Educación Física y agencias dedicadas al deporte y la recreación.

De la matriz

- Facilita el avizoramiento de soluciones pragmáticas que pueden ser tomadas temporalmente en la escuela, siempre y cuando haya voluntad académica y política.
- Implica el compromiso con la investigación curricular en el área de la E.F., para reivindicar la importancia de la A.F. en la salud holística de los niños escolares.
- Las dos conclusiones anteriores contribuirán a construir estándares y competencias, para equipararlos con aquellos considerados por el MEN en otras áreas.

Apunte final

Este proyecto propositivo faculta a futuros investigadores sobre la temática, para proporcionar mayor relevancia al análisis de los currículos que circulan en educación física en el sistema escolar y de formación de profesores en las universidades, y a pensar nuevas perspectivas desde lo local y global para someterlos a evaluación sistemática, procurando reformularlos con planes de mejoramiento concretos y adecuados.

Referencias

Asociación de Medicina del Deporte de Colombia. (2002). *Manifiesto de actividad física para Colombia*. Recuperado en: <http://amedco.encolombia.com/componentes-manifiesto.htm> el 06 de septiembre del 2012.

Briones, G. (1998). *La investigación social y educativa*. Bogotá: Convenio Andrés Bello.

Bouchard, C., Shephard, R.J., Stephens, T., Sutton, J. & McPherson, B. (1990). *Exercise, Fitness and Health. A Consensus of Current Knowledge*. Champaign: Human Kinetics.

Bromme, R. (1988). Conocimientos profesionales de los profesores. *Enseñanza de las ciencias*. Vol. 6, No.1, 19-29.

Calderón, A. (2005). Implicaciones epistemológicas en la formación de profesores de Educación Física: mirada desde los alumnos. *Revista Digital - Buenos Aires*, 13. 123.

Calderón, A. (2009). Controversias pedagógicas en la formación de maestros: allende la Educación Física. *Revista Actividad Física y Ciencias* 1, 1-22.

Castrillo, J. et al. (1997). Imágenes de la Educación Física de secundaria en el profesorado de otras áreas. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 1(0).

Center for Disease Control and Prevention. (2010). *Physical Activity Statistics*. Recuperado en http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/physical/stats/leisure_time.htm el 02 de agosto de 2011.

Center for Disease Control and Prevention. (2008). *Physical Activity Guidelines*. Recuperado en <http://www.health.gov/paguidelines/pdf/paguide.pdf> el 10 de septiembre de 2012.

Correa, J. (2010). *Documento marco que sustenta la relación del grupo de investigación en actividad física y desarrollo humano con los currículos de programas de pregrado de rehabilitación de la escuela de Medicina y Ciencias de la Salud*. Bogotá: Universidad del Rosario.

Esper Di Cesare, P. (2009). *La educación física escolar como vía de educación para la salud*. Recuperado en http://sportsalut.com.ar/articulos/act_fis_salud/20.pdf, el 19 de agosto de 2011.

Fernández, A. y Hoyos, A. (2007). *Perfil de las cualidades físicas y antropométricas de los escolares de la Universidad Pedagógica Nacional*. Bogotá: UPN.

Gutiérrez, M. (2000). Actividad física, estilos de vida y calidad de vida. *Revista Educación Física* 77, 5-14.

Hallal, P.C., Azevedo, M.R. y Reichert, F. (2005). Who, When and How Much? Epidemiology of Walking in a Middle-Income Country. *AmJPrev Med*. 28(2), 156-161.

Hanneford, C. (1995). *Smart Moves: Why Learning is not all in Your Head*. USA: Great River Books.

Kirk, D. (1993). *Curriculum Work in Physical Education: Beyond the Objectives Approach? Journal of Teaching in Physical Education* 12(3), 244-265.

Kruger, J. (2009). *Integrating the 2008 Physical Activity Guidelines for Americans and the Guide to Community Preventive Services into Adventure Programs*. Atlanta, G.A.

Martínez, A., Noguera, C. y Castro, J. (2003). *Currículo y modernización: cuatro décadas de educación en Colombia*. Grupo Historia y Pedagogía de la Práctica. Bogotá: Cooperativa Magisterio.

Marín, V. (2002). *El conocimiento y la formación del profesorado universitario*. Universidad de Córdoba.

McCormick, R. y James, M. (2008). *Evaluación del currículum en los centros escolares*. Madrid: Ediciones Morata, S.L.

Medina, A. y Domínguez, M. (1992). Análisis del pensamiento del profesor de ciencias sociales. En A. Estebananz y V. Sánchez (Eds.), *Pensamiento de profesores y desarrollo profesional*. VI. Conocimientos y Teorías implícitas (pp. 125-176). Universidad de Sevilla: Secretariado de Publicación.

- Mesía, R. (2004). ¿Estamos haciendo evaluación curricular? *Revista de Investigación Educativa* 8(14),
- Ojeda, M. y Veiravé, D. (2001). *El diseño curricular, una práctica docente. Análisis de las concepciones epistemológicas, pedagógicas, didácticas y de los factores institucionales*. Instituto de Ciencias de la Educación. Facultad de Humanidades. UNNE
- Olivera, G. y Herrera, M. (2002). *Estrategia escuelas saludables Colombia*. Memoria de la Tercera Reunión de la Red Latinoamericana de Escuelas Promotoras de la Salud.
- Organización Mundial de la Salud. (2004). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud*. Disponible en: www.who.int/es/
- Orozco, R. y Molina. (2003). Actividad física, recreación y salud en el adulto mayor. *Revista Inter Sedes*. Universidad de Costa Rica. 3(4),
- Orozco, V. y Vargas, P. (2003). La importancia de la Educación Física en el currículo escolar. *Revista Inter Sedes*. Universidad de Costa Rica. 5(7),
- Pedraz, V. (1988). *Teoría pedagógica de la actividad física*. Madrid: Ed. Gymnos S.A.
- Ramírez, S. (2009). *Algunas incidencias de la actividad física y deporte en la cognición, una revisión teórica*. Laboratorio Integrado de Ciencias Aplicadas a la Actividad Física y Deporte – Universidad de Antioquia. Recuperado en http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias_expo/act_fis_salud/algunas.pdf el 19 de agosto de 2011.
- Rebollo, M., Brida, V., Destouet, R., Hackenruch, G. y Montiel, S. (2004). *Dificultades del aprendizaje*. 2 ed. Montevideo: Prensa Médica Latinoamericana.
- Shulman, L. (1986). *Those Who Understand: Knowledge Growth in Teaching*. Educational Researcher.
- Sparkes, A. (1993). Challenging Technical Rationality in Physical Education Teacher Education: The Potential of a Life History Approach. En *Physical Education*.
- Unesco. (2005). Educación para todos. El imperativo de la calidad. Informe de seguimiento de la EPT en el mundo, 2005.