



*Manual deportivo metodológico elemental para profesores de Educación Física y Deporte Comunitario.*

**Autor(es):** Lic. Flores Gómez Herrera

**2010-2011**

## **Resumen**

Este trabajo es el fruto del resultado de las actividades que a realizado su autor, a través de la experiencia laboral y estudios sistemáticos como maestrante acerca de los contenidos que se abordan en la asignatura de Educación Física en la enseñanza media superior y a la falta de bibliografía como apoyo para los profesores y alumnos, que ayuden a mejorar el proceso docente educativo (PDE) evitando con ellos trastornos, lesiones, deformaciones, alteraciones de cualquier índole por falta de conocimiento. Para cumplir tales objetivos se dirigió la investigación a la elaboración de este texto, partiendo de los contenidos y objetivos del plan de estudio que exige el programa de enseñanza. Durante la investigación se utilizaron varios métodos del nivel teórico y empírico los cuales posibilitan analizar la evaluación del problema, darle cumplimiento a las tareas científicas y constatar la pertinencia de la propuesta.

Hoy en Cuba la educación está inmersa en una transformación en aras de mejorar el proceso docente educativo (PDE) y la Educación Física no está exenta de ella y para lograrlo los profesores deben contar con apoyo bibliográfico como soporte teórico que forme parte de su auto preparación, lo antes mencionado nos permite identificar el siguiente problema científico.

## **Introducción**

Desde el comienzo del siglo XIX los proyectos revolucionarios genuinos han estado enlazados a la formación de un nuevo tipo de comunidad humana a partir de determinados portadores sociales concretos encabezados en la última etapa vivida, por la clase obrera

Esto obliga a penetrar a fondo el pensamiento pedagógico cubano de la aún naciente comunidad humana cubana, que construye el socialismo en los momentos actuales.

Los intereses de la liberación nacional y social de las masas revolucionarias cubanas se han expresado en programas de transformación revolucionaria de la realidad y en los modos de concebir al hombre y la sociedad en conjunto de naturaleza política y con elevada carga ética. Desde Martí a Fidel, teniendo a la ideología marxista leninista y martiana como la visión más coherente y científica.

El socialismo como sistema en las actuales condiciones internacionales, se reafirma para los cubanos y los pueblos de Latinoamérica como la única opción para garantizar la supervivencia humana.

La atención priorizada a la educación constituye un rasgo distintivo de nuestro proyecto socialista y ello se revela en el énfasis que se ha puesto en tal dirección en los Congresos del Partido Comunista de Cuba, donde se ha aprobado y ratificado la política a seguir. Como parte de esta atención se encuentra el perfeccionamiento continuo de la enseñanza y la educación que ha determinado o contribuido a un cambio en el desarrollo de la sociedad. Es por ello que toda transformación que se realice dentro del proceso docente educativo debe contribuir al cambio que se aspira obtener.

En las reflexiones del compañero Fidel se expresa y cito:

*“La fuga de cerebros es un golpe por partida doble para las economías débiles que no solo pierden sus mejores recursos humanos y el dinero en su capacitación, sino que después deben pagar aproximadamente 5600 millones de dólares al año para emplear a los expatriados”.*<sup>(1)</sup>

Esta situación antes mencionada se refleja en el deporte con la fuga de talentos hacia el deporte rentado que tanto deshumaniza a los hombres.

Con el triunfo de la revolución desaparece el deporte profesional; y el deporte pasa a ser un derecho del pueblo y la educación física una asignatura obligatoria del plan de estudios desde la enseñanza preescolar hasta el segundo año de la enseñanza superior.

*La Educación Física: Es el proceso pedagógico realizado en la escuela encaminado al desarrollo de las capacidades de rendimiento físico del individuo, basado en el perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo, la formación y mejoramiento de las habilidades motrices adquisición de conocimientos y el desarrollo de sus convicciones para que esté en condiciones de cumplir las tareas que la sociedad le señala en lo laboral, lo militar y lo social. (14)*

El objetivo esencial de La Educación Física está dirigido, principalmente, hacia el perfeccionamiento de la capacidad de rendimiento físico de nuestros niños y jóvenes, hacia el mejoramiento de la salud, así como a influir en la formación y desarrollo de las

cualidades de la personalidad integral, lo que permite darle cumplimiento al proceso de enseñanza que abarca tanto la función instructiva como educativa y que se lleva a cabo durante la clase como factor esencial de dicho proceso y por otras actividades que la escuela planifica como respaldo, ampliación y consolidación de las funciones educativas e instructivas.

Para lograr el cumplimiento cabal de todos estos objetivos que persigue la Educación Física, su acción no solo se limita a las clases, sino que se lleva a cabo un amplio programa en las instituciones educativas, que va desde las actividades del deporte participativo, las competencias intramurales, las acampadas, actividades recreativas físicas, maratones y demás actividades del programa de organización del deporte escolar, la educación física y la recreación, hasta el trabajo directamente con las familias y en estrecha unión con la comunidad en la que está insertada la escuela, por lograr una educación pertinente desde el proceso de La Educación Física.

Este texto está dirigido a los profesores de Educación Física de la enseñanza media superior y para el empleo del deporte comunitario sobre la base de las cuatro horas de fin de semana. Como diría el gran maestro y Héroe Nacional José Martí " La enseñanza es ante todo una obra de infinito amor " por esta razón es necesario amar profundamente esta labor y a los que está dirigida, para realizarlo con calidad. El hecho que los profesores de Educación Física de este nivel de enseñanza no tengan un material de consulta como las demás asignaturas y esto sea un problema para el desarrollo del proceso docente educativo motivó a trabajar en este proyecto para cumplir con calidad con los objetivos del programa. Esta compilación se hace teniendo en cuenta las orientaciones metodológicas de los programas, los cuales plantean que los objetivos y contenidos son de obligatorio cumplimiento, y que el profesor podrá hacer adecuaciones cuando no cuenta con las condiciones necesarias para impartir algún contenido ya sea por falta de materiales o áreas deportivas, esta posibilidad nos permite elaborar los medios de enseñanza en este caso lo más importante es un material de consulta teórico metodológico acerca de los contenidos del plan de estudio de dicho programa.

Esta obra tiene el objetivo de posibilitar una mejor auto preparación de los docentes para cumplir con los objetivos de cada unidad, lo cual se traduce en una mayor calidad del

trabajo técnico — metodológico que se realiza en esta enseñanza con los jóvenes en edad de tránsito, dada la poca información con que cuentan los profesores de Educación Física para cumplir con éxito las expectativas de la escuela, la familia y la sociedad nos hemos dado la tarea de trabajar en este proyecto.

La Educación Física constituye un proceso pedagógico encaminado al desarrollo de las capacidades de rendimiento físico del individuo sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo, por lo que el profesor de Educación Física para desarrollar con eficiencia sus funciones debe poseer una formación básica y especializada que le permita cumplir el encargo social a él encomendado.

Todo ello exige, de cada profesor el análisis pormenorizado de los objetivos y contenidos del programa de dicha asignatura hasta lograr su pleno dominio, de manera tal, que en el proceso de planificación y ejecución de sus clases logre la misma correspondencia de estos con el nivel de desarrollo real de sus alumnos.

Para la elaboración de los diferentes temas se tiene en cuenta las necesidades más generalizadas reflejadas en el diagnóstico realizado a estos profesores por lo que posibilitará la superación que ellos necesitan para lograr los objetivos de los programas de la asignatura en ese nivel de enseñanza.

La Educación Física constituye un proceso pedagógico encaminado al desarrollo de las capacidades de rendimiento físico del individuo sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo, por lo que el profesor de Educación Física para desarrollar con eficiencia sus funciones debe poseer una formación básica y especializada que le permita cumplir el encargo social a él encomendado.

Todo ello exige, de cada profesor el análisis pormenorizado de los objetivos y contenidos del programa de dicha asignatura hasta lograr su pleno dominio, de manera tal, que en el proceso de planificación y ejecución de sus clases logre la misma correspondencia de estos con el nivel de desarrollo real de sus alumnos.

### **Problema científico:**

¿Cómo elaborar una bibliografía técnica metodológica elemental como soporte teórico para los profesores de Educación Física del IPUEC Roberto L Roque Núñez?

**Objetivo:**

Elaborar un documento deportivo metodológico elemental para profesores de Educación Física en la educación media superior IPUEC Roberto Leonardo Roque Núñez.

**Objeto de investigación:**

El proceso de enseñanza –aprendizaje y el trabajo metodológico en la educación física.

**Campo de acción:**

Tratamiento de los contenidos del plan de estudio en correspondencia con los objetivos y la preparación metodológica de los profesores en el proceso de enseñanza aprendizaje de la educación media superior.

Para lograr el fin de esta investigación, se propone el siguiente objetivo.

**Idea a defender:**

La propuesta de un manual docente (impreso y digital) deportivo metodológico elemental que se corresponda con los objetivos y contenidos del plan de estudio del programa de Educación Física, que propicie un mayor conocimiento y preparación a los profesores de esta asignatura, en la Educación Media Superior IPUEC Roberto L Roque Núñez.

**Para la realización de este trabajo se utilizaron diferentes métodos científicos DEL NIVEL TEÓRICO.****Histórico lógico:**

A través de este establecimos un estudio de los antecedentes estudiantiles en su devenir desarrollo.

**Analítico sintético:**

Mediante este desglosamos los principios elementales o particularidades del objeto de estudio que determinan su estudio, permitiéndonos analizar y relacionar sus características con cierto nivel de síntesis.

**Modelación:**

Con este pudimos representar de forma teórica y material el fenómeno estudiando a fin de analizar y dar a conocer sus particularidades, operar y experimentar con ellos.

### **Deductivo- inductivo:**

Este lo utilizamos como mecanismo de confirmación de nuestras propuestas con el objetivo de llegar a la más particular característica que nos brinda mayor claridad para nuestro trabajo.

Los procedimientos que utilizamos fueron la encuesta y la entrevista a profesores de educación física y otras personalidades relacionadas con el objeto de estudio mediante las mencionadas técnicas, conocimos las diversas opiniones en cuanto a (FVOP) y aporte o influencia negativa de las pruebas para su proyección futura.

### **Del Nivel Empírico:**

Este nos permitió revelar y aplicar la característica de los estudiantes en la práctica y la búsqueda de información para el logro de los objetivos y validación de la propuesta, también se utilizó mediante la revisión de documentos, orientaciones y tabulación de resultados obtenidos en clases anteriores.

### **Observación:**

Mediante este pudimos constatar, conocer cómo se desempeñan los profesores en la planificación y proyección de las clases así como revelar la conducta de sus alumnos y valorar su práctica teniendo en cuenta las diferencias individuales, sometiendo a cada alumno a un régimen de trabajo físico acorde con sus resultados.

### **Cuantitativos y cualitativos.**

Corresponden a este: La observación, la medición, la experimentación y la encuesta .Estos presentan diferencias cualitativas entre sí, y como elemento común su generalidad

## **DESARROLLO**

### **Tareas científicas.**

- Determinación de los antecedentes de la utilización pedagógica INDER-MINED para valorar el lugar que ocupa la metodología deportiva, carencia y necesidades de un texto o manual deportivo metodológico para profesores de Educación Física en duodécimo grado en el IPUEC Roberto L Roque Núñez.
- Sistematización de los fundamentos pedagógicos, deportivos, metodológicos y psicológicos acerca de la preparación teórica de los profesores de EF en la Educación Media Superior IPUEC Roberto L Roque Núñez.
- Elaboración y aplicación de la propuesta de un texto o manual docente deportivo metodológico elemental para profesores de EF en el IPUEC Roberto L Roque Núñez.
- Valoración de la efectividad de dicha propuesta del manual docente deportivo metodológico elemental en la muestra seleccionada tras la práctica pedagógica.

#### ➤ ***Experiencia en la escuela:***

##### ***Tablas comparativas pretest y postest***

- *Las tablas tienen como objetivo comparar los resultados cuantitativos relacionados con los niveles de asimilación donde se pudo constatar que de una muestra de 25 estudiantes al inicio de la investigación 8 estaban sin nivel para un 32 %, los demás resultados están reflejados en la primera tabla. (Mediante los test se pudo medir la efectividad del manual)*

#### ➤ ***Tabla # 1 Pretest***

- *Después de aplicada la propuesta se obtienen los siguientes resultados: Sin nivel, un estudiante, para un 4 %.*

#### ***Tabla # 2 Postest***

##### ***Resumen de las tablas***

- Antes y después de aplicada la propuesta donde se observaron avances sólidos:
- De un 32% de estudiantes S/N a un 4%

- De un 44% de estudiantes en I N a un 16%
- De un 16% de estudiantes en II N a un 60%
- De un 20% de estudiantes en III N a un 80%

### **Conclusiones**

Partiendo de los resultados que se obtuvieron en la aplicación de nuestra propuesta señalamos las siguientes conclusiones:

1. Mediante la aplicación de nuestra propuesta para evaluar las habilidades deportivas y capacidades físicas se mejora significativamente los resultados de los estudiantes de duodécimo grado.
2. A través de nuestro trabajo se mejora notablemente los niveles cuantitativos, utilizando el manual en las clases de educación física, deporte para todos y trabajos comunitarios.
3. Por tanto concluimos que existe más equidad coherencia y efectividad en los resultados que nos ofrece nuestra propuesta a demás de ser más confiable en la aplicación de los contenidos resultando el manual un estímulo para el conocimiento para el profesor entrenador o activista que lo utiliza en clases o trabajos comunitarios, así como la actividad independiente, la auto independencia de estudiantes y jóvenes.

### **Bibliografía**

- Arrecochea Herrera, C (1997) Por un baloncesto eficaz. Colombia. Selección de artículos publicados en diferentes clínicas internacionales de baloncesto (1995 – 1996)
- Anónimo: Método de Atletismo. Ediciones Deportivas Instituto cubano del libro. La Habana 1992.
- Bakker, FC. (1993) Psicología del deporte concepto y aplicaciones. Madrid, Morata.
- Brikina, A. T. y otros, Gimnasia. Editorial Pueblo y Educación. La Habana 1995.
- CD de la universalización de la Cultura Física. 2002.
- Blanco Pérez, Antonio “Filosofía de la Educación”. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. Cuba 2003.

- Tratado de Fisiología Médica Tomo IV Editorial Ciencias Médicas. Ciudad de la Habana 2006.
- Colectivo de autores (2003) Psicología del desarrollo escolar. La Habana. Editorial Félix Valera Tomo 1.
- Colectivo de Autores. Manual del profesor de Educación Física. Imprenta José A. Huelga. INDER 1996.
- CNB: Reglas Oficiales de Béisbol (Inédito) Editorial Deportiva '' José Antonio Huelga .Ciudad de La Habana 1991.
- Colectivo de Autores, Teoría y metodología de la Enseñanza de la Educación Física, Editorial Medicina y Fisiocultura, Sofía, 1962.
- Colectivo de Autores, Gimnasia Básica, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, 1981.
- Colectivo de Autores, Terminología de la Educación Física y el Deporte, Editorial Stadion, Bucarest, 2004
- Castro Ruz Fidel, Discurso pronunciado en la EIDE Mártires de Barbados, INDER, Ciudad de la Habana, 1977.
- Colectivo de autores. *Manual del profesor de Educación Física I*. Imprenta José A. Huelga. INDER. 1996.
- Dorta, A, F. ''El trabajo docente educativo durante las clases de Educación Física '' en semanario, Deportivo LPV, # 1y2, La Habana, 1962.
- Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (2001). Madrid, Editorial Espasa.
- Dobler Erika y Dobler Hugo. Juegos Menores. Educación Pueblo y Educación, 1980.
- De Bono, E. *Cómo desencadenar la imaginación creativa'' en el pensamiento lateral*, Ediciones Paidós, Barcelona, 1986.

- Ealo de la Herrán Juan y otros: Orientaciones Metodológicas de Educación Física duodécimo grado. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana, 1979.
- Ealo de la Herrán Juan y cols. Béisbol Editorial Pueblo y Educación, ciudad de La Habana, 1997.
- Educación Física. Cambios cualitativos derivados del perfeccionamiento en la EGPL, MINED, La Habana, 1982.
- El deporte en Cuba: Análisis para debatir/José LLanusa Gobel...La Habana: Ed. José Martí,/s.a/501.
- Ferreiro R y otros: Anatomía y fisiología del desarrollo e higiene escolar Ed. Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana, 1993.
- Fleites Díaz, Isabel (1990) Gimnasia Básica La Habana, Ediciones ENPES.
- Fariñas, G.y A. Labarrette: Teoría de aprendizaje, Curso de postgrado, MINED, La Habana 1994.
- Granal Pérez, María. Diferentes formas de ejercicios para los juegos deportivos. Ed Pueblo y Educación, 1984.