

Revista Electrónica *Actividad Física y Ciencias*

VOL 5, N° 1. 2013

EDUCACIÓN FÍSICA EN AMÉRICA LATINA: COSTA RICA

M.Sc. Carlos Ballestero Umaña, carlos.ballestero@ucr.ac.cr
M.Rec. Karla Chaves Castro, karla.chaves_cast@ucr.ac.cr
M.Sc. Jorge Lobo Di Palma, jorge.lobodipalma@ucr.ac.cr
M.Rec. Ana Lorena Román Mora, analorena.roman@ucr.ac.cr
Universidad de Costa Rica. Escuela de Educación Física y Deportes
Costa Rica.

(Recibido: Febrero 2013. Aprobado para Publicación: Mayo 2013)

Resumen

En Costa Rica, el Ministerio de Educación Pública es el encargado de promover el desarrollo de un sistema educativo que permita a toda la población acceder a la educación. La Educación Física (EF), inicia en el país a mediados del siglo XIX, en esa época se impartían lecciones de gimnasia en las instituciones de educación pública, estos programas gimnásticos evolucionaron a programas de EF estructurados y actualmente forman parte de la educación formal. El currículo de la EF busca promover el desarrollo integral de las personas a través del movimiento humano y el uso adecuado del tiempo libre. Sin embargo, las condiciones para la enseñanza de la EF no son las más aptas, debido a que la infraestructura y los recursos existentes son limitados. En cuanto al acceso, el país cuenta con políticas educativas que buscan la igualdad de oportunidades para todas las personas. Las instituciones encargadas de formar los profesionales en la enseñanza de la Educación Física son: UCR y UNA (Universidades públicas), UACA y UCA (Universidades Privadas).

Palabras claves: Educación Física, Historia, Currículo, Deporte, Costa Rica.

Abstract

In Costa Rica, the Ministry of Public Education (MEP in Spanish) is responsible for promoting the development of an educational system that enables all people to access education. Physical education in this country began in the mid-nineteenth century, when gymnastics lessons were given in the public education institutions. These classes evolved into more structured Physical Education programs and, nowadays, they are an important part of formal education. Currently, in the country, the Physical Education Curriculum pretends to contribute to the integral development of people through the studies of human movement and their use of spare time. However, existing resources and infrastructure used for developing the lessons are limited. It is important to mention, though, that the country has educational policies that seek equal opportunities for all people. In Costa Rica there are four higher education institutions in charge of training professionals in the teaching of

Physical Education; these are the UCR and UNA (both public universities), and UACA and UCA (both private universities).

Key words: Physical education, history, curriculum, sports, Costa Rica.

Sistema Educativo: Estructura a Nivel Macro y Micro

Nivel macro.

En Costa Rica, el Ministerio de Educación Pública (MEP) es el encargado de promover el desarrollo de un sistema educativo que permita a toda la población acceder a la educación, la cual se enfoca principalmente en el desarrollo integral de las personas y la búsqueda de oportunidad y de equidad social. Este ministerio está formado por un Viceministerio Académico, un Viceministerio de Planificación Institucional y Coordinación Regional y un Viceministerio Administrativo, cada uno con funciones específicas y enfocadas a diseñar, dirigir y ejecutar las políticas educativas del país. Geográficamente, el MEP se divide en siete Direcciones Provinciales y estas a su vez en unidades territoriales menores, con el fin de cubrir todo el territorio nacional y estar en contacto continuo con los centros educativos (Ministerio de Educación Pública, 2013). Junto al MEP existen organismos que asesoran y fiscalizan el proceso educativo del país, estos son:

- Consejo Superior de Educación (CSE). "Es el órgano de carácter Constitucional responsable de orientar y dirigir desde el punto de vista técnico, los diferentes niveles, ciclos y modalidades del Sistema Educativo Costarricense" (Consejo superior de educación, 2013) .

- Sistema Nacional de Acreditación de la Educación Superior (SINAES). Es el órgano de interés público, cuya misión primordial es acreditar, con carácter oficial, las carreras y programas universitarios. UNESCO. (2010).
- Consejo Nacional de Rectores (CONARE). Es el órgano coordinador de las universidades estatales, su misión es "Impulsar la acción sistémica y coordinada de las Instituciones de Educación Superior Universitaria Estatal de acuerdo con el encargo establecido en el Convenio de Coordinación de la Educación Superior Universitaria Estatal en Costa Rica".
- Consejo Nacional de Enseñanza Superior Universitaria Privada (CONESUP). Es el órgano regulador de las universidades privadas. (UNESC, 2010).

Nivel micro.

El sistema educativo costarricense se compone de un sistema formal y otro no formal. El primero, comprende cuatro niveles (UNESCO, 2010; Villauso, 2000):

- Educación inicial. Este periodo está formado por dos ciclos, el primero que atiende la población infantil desde su nacimiento hasta que ingresan a la educación preescolar alrededor de los cinco años. Esta etapa no es de carácter obligatorio y en ella se ubican los centros de educación y nutrición (CEN) y los Centros Infantiles de Atención Integral (CINAI). En el segundo ciclo está la educación preescolar. Esta etapa es considerada como el ingreso al sistema de educación formal y es de carácter obligatorio.

- Educación general básica. Se compone de tres ciclos de tres años de duración cada uno. Los dos primeros se imparten en la escuela primaria y el tercero en el colegio. Es gratuita y obligatoria para todos los costarricenses.
- Educación diversificada. La educación diversificada también es gratuita pero no se considera obligatoria. Su duración varía dependiendo del enfoque: el académico, que concluye con la obtención del bachiller y el técnico, que además del bachiller, se otorga un técnico medio en industria, comercio o agropecuaria.
- Educación superior. El nivel superior está formado por la educación universitaria y la para universitaria. Las universidades estatales son instituciones autónomas, por lo que su administración es independiente del resto del sistema educativo.

Público y Privado

En Costa Rica, al sistema educativo nacional se le llama educación pública y comprende la ejecución, gestión y dirección de políticas educativas en todas las etapas del proceso escolar. Es obligación del gobierno otorgar la infraestructura, el material didáctico y el personal docente necesarios para su ejecución. Mientras que la educación privada se imparte en centros educativos que para su funcionamiento cobran una mensualidad y deben contar con la autorización del Ministerio de Educación Pública para poder operar.

Acceso a la Educación

En Costa Rica existen diferencias territoriales en cuanto al acceso a la educación. En el Gran Área Metropolitana los porcentajes de acceso a la educación son los más altos en todos los grupos etáreos, mientras que en las zonas rurales los datos son desfavorables.

En la educación primaria (7 a 12 años) no existen diferencias en el acceso a la educación. En este grupo etáreo la cobertura a nivel nacional es cercana al 100%, contrario a lo que sucede a nivel preescolar, ya que sólo el 14% la población infantil de 2 a 4 años asiste al sistema educativo. Esta cifra se eleva a un 85% en el grupo de 5 a 6 años. A nivel de secundaria y de universidad (13 a 24 años), el acceso se localiza en el Gran Área metropolitana con más del 50%, mientras que en las zonas rurales es menor a un 30% y en algunos casos menor al 20%. Por otro lado, el indicador de logro educativo muestra que solo un 42,1 % de la población de 25 a 39 años completa la secundaria (Programa Estado de la Nación, 2012).

Porcentaje de la Población Escolarizada en el País

El censo de la población costarricense realizado en el 2011, registra una tasa de alfabetización del 97,6%, con 2,4 puntos porcentuales más que en el año 2000 (Programa Estado de la Nación, 2012).

Historia de la Educación Física en Costa Rica

Los orígenes de lo que hoy conocemos como Educación Física en Costa Rica se remontan al siglo XIX, y tuvo una evolución paralela a la de la pedagogía. Las propuestas Europeas del siglo XVIII y XIX, basados en Rousseau (1712-1778), quien es considerado el padre de la educación contemporánea y a quien algunos lo han llamado el padre de la Educación Física, por conseguir un equilibrio entre la educación intelectual y la Educación Física; y otros autores de la época como Basedow, Cant, Pestalozzi, Guts, Fichte, Jahn,

Henrick, Rochter, Nachttegal y Spencer, pusieron en práctica sus propuestas, y llegaron a fundar los primeros centros de enseñanza con Educación Física (Canejo, 1999).

Todas estas propuestas, condujeron en siglo el XIX a la formación de las distintas corrientes gimnásticas europeas, que posteriormente dieron lugar a los distintos métodos, conocidos como escuelas gimnásticas (Romero y Cepero, 2002):

- La escuela Inglesa, cuyo mayor exponente fue Thomas Arnold (1795-1842) y su concepción deportiva se fundamentaba en el juego y el deporte.
- La escuela Sueca cuyo mayor exponente fue P.E. Ling (1776-1839), y su concepción Biológica-anatómica se fundamentaba en ejercicios analíticos con finalidad correctiva.
- La escuela Francesa cuyo mayor exponente fue F. Amoros (1770-1840), y su concepción natural y utilitaria se fundamentaba en ejercicios de carácter militar y exigencias acrobáticas, con el objetivo de preparar al individuo para la vida.
- La escuela Alemana en sus dos proyecciones. La primera fue la propuesta de Guts Muths (1759-1839) cuya concepción pedagógica buscaba sistematizar los ejercicios físicos, de acuerdo a la anatomía y fisiología. Y la segunda fue la propuesta de Ludwing Jahn (1778-1852), cuya concepción nacionalista proponía utilizar la actividad física como medio de unión e independencia, basado en aparatos gimnásticos.

Estas propuestas gimnásticas fueron bien recibidas a mediados del siglo XIX en Costa Rica y fueron introducidas principalmente por educadores de origen europeo quienes fueron contratados por el Estado costarricense para impartir las lecciones de “gimnasia” en las instituciones de educación pública en formación. Para 1867 instituciones provinciales como el Colegio de Alajuela, incluía la gimnástica dentro de las materias de estudio. En

1869, el Colegio San Luis Gonzaga de Cartago también adoptó la gimnasia, como parte de la enseñanza. Sin embargo, el mayor auge de la gimnasia se obtuvo con la creación en la capital del Liceo de Costa Rica y Colegio Superior de señoritas (Lobo, 1996).

Fue precisamente la reforma educativa de la administración del General Bernardo Soto (1854–1931), quien gobernó al país entre 1885 y 1889, y con el apoyo de su Ministro de Educación, el Lic. Mauro Fernández Acuña, quien catapultó la enseñanza de la gimnasia como parte esencial dentro del programa de estudio de los nuevos colegios de enseñanza secundaria establecidos en la capital: el Liceo de Costa Rica (1887), sucesor del Instituto Universitario, y el Colegio Superior de Señoritas (1888), (Urbina, 2001).

Es importante destacar que, en Costa Rica, las actividades físicas de finales del siglo XIX se caracterizaban en ejercicios gimnásticos principalmente de dos tipos. El primer tipo eran fueron los ejercicios naturales. En ellos, la población infantil se entregaba a sus paseos al campo o los alrededores de su pueblo, a los juegos y a las actividades al aire en general de carácter recreativo. Este tipo de actividades se les conocía también como gimnasia higiénica, ya que se consideraban de relevancia al ser verdaderos agentes de salud. La actividad física que tenía como objetivo el desarrollo progresivo de las fuerzas del cuerpo se conocía con el nombre de calistenia y se implementaba con la gimnástica de los movimientos que se hacía acompañar de la música y el canto. Se volvía más complejo cuando se incluía los ejercicios militares.

El segundo tipo de ejercicios eran los conocidos como artificiales. En ellos el esfuerzo y los movimientos debían ser aprendidos como la esgrima y la gimnasia con aparatos. Quizá el más conocido de estos últimos fue la gimnasia sueca, que con el tiempo evolucionaría a lo que es hoy la gimnasia olímpica.

Las actividades gimnásticas en general y los ejercicios de calistenia no eran una práctica popular y estaban casi restringidos a la población infantil que podía asistir a una escuela o a grupos juveniles como parte del desarrollo de la preparación física para el servicio militar.

Un claro ejemplo de lo anterior, fue el reglamento de instrucción pública de 1869 que contemplaba que en las horas de recreo, y como por entretenimiento, debían practicarse algunos ejercicios sencillos de gimnasia. Esto con la finalidad de que, de manera simultánea, se habilitara un espacio temporal para el entretenimiento y a la vez sirviera para desarrollar la organización de estos ejercicios. Se estipulaba además, que la enseñanza y los ejercicios en la escuela debían cumplir con una serie de reglas como las marchas, las evoluciones y los movimientos que debían ser ejecutados por los discípulos a compás, cantando o en silencio; durante las horas de recreo los juegos debían ser variados y bajo la dirección y vigilancia del maestro; y las actividades de entretenimiento debían estar enfocadas en ocupaciones fáciles y mecánicas.

Para finales del siglo XIX y principios del XX, las propuestas de los higienistas, militares y moralistas, convergían en la concepción de que la actividad física preparaba al ser humano para la lucha física y lo fortalecía moralmente. Esas cualidades le asegurarían la victoria en la lucha por la vida, siendo más acentuado este interés en los varones que en las damas, ya que los mismos tenían que aprender ejercicios militares, por si tenían que defender a la patria.

En el Liceo de Costa Rica, las primeras lecciones de gimnasia fueron impartidas por un Teniente José Barrantes, cargo que desempeñó hasta 1889. Esta enseñanza se centraba en ejercicios de piso, saltos, lanzamientos y en métodos para el adiestramiento

militar. Se fundamentaba en temas como “formación y marchas” y estaba estrechamente armonizado con la materia de Ejercicios militares. Paralelamente, también se le daba énfasis a difundir la actividad física a la sociedad costarricense. Se argumentaba la importancia de sus beneficios para frenar su decaimiento físico y moral y así fortalecer a los individuos de una manera integral, con miras al ejercicio de sus funciones ciudadanas: “Partiendo de estos dos elementos, naturaleza y espíritu, uno material y otro espiritual, el hombre tiene la precisa obligación de desarrollar su organismo, lo que dará por resultado el progreso de sus facultades físicas é intelectuales; tal es el fin que nos proponemos para la conservación de la vida.” (Moreno, 1892).

Por otra parte, el Colegio Superior de Señoritas contó en sus comienzos con un curso de gimnasia para la formación física de las mujeres. No obstante, dicho desarrollo fue muy limitado debido a que las convenciones sociales de la época disponían que la población femenina debían aprender ejercicios acordes con su sexo y estructura corporal. Se consideraba que debían evitar “todos los ejercicios violentos; además, las flexiones y extensiones *fuertes* del tronco, los saltos a mucha altura o demasiado largos, la elevación y abducción pronunciada de las piernas, las suspensiones invertidas, etc., etc.” que podrían generar lesiones.(Lobo 1996, Urbina 2001).

En esta época, la gimnasia femenina se reducía al desarrollo muscular. Se excluían los ejercicios acrobáticos, considerados inconvenientes para su género. La enseñanza de las mujeres tendía a enfatizar sus aspectos maternales. Por lo tanto, se excluía a las personas del género femenino de la práctica de la gimnasia alemana por ser considerada una disciplina masculina y apta para una minoría de “hombres escogidos”. Los ejercicios

considerados adecuados para las ellas tenían como fin conservar la salud, mejorar la circulación sanguínea, las funciones digestivas y nerviosas.

Pasaron décadas para que estos programas gimnásticos evolucionaran a programas de cultura física, como se conoció, entre los años de 1920 a 1940, a la educación formal de la actividad física. Estos programas dentro del quehacer educativo nacional, se orientaron más a la práctica deportiva y su masificación que generaron una variedad de manifestaciones deportivas, tanto individuales como colectivas. Estas se convirtieron en muchos casos, en las representantes de los colegios y en los protagonistas nacionales.

El común denominador desde finales del siglo XIX y primeras décadas del siglo XX, en lo que a la enseñanza de la actividad física se refiere, fue la carencia de formación de profesores capacitados. La mayoría de ellos eran empíricos y o ex deportistas.

Para la década de 1940, con la creación de la Universidad de Costa Rica (UCR), se promueve la necesidad de crear una carrera de educación física, que gradúe profesionales en el campo. Pasaron casi 30 años para que esta propuesta se llegara concretar, y fue en 1969 cuando se crea la dependencia académica acaparada por la Facultad de Ciencias y Letras y la Facultad de Educación de la UCR, que posteriormente se convertiría en la carrera de educación física. Paralelamente en este mismo periodo, se creó el Centro Nacional de Educación Física de la Escuela Normal Superior ubicada en Heredia.

La Situación Actual de la Educación Física en el Currículo Educativo

El Currículo Educativo de la Educación Física (EDUFI) en nuestro país, está dividido de acuerdo con los ciclos educativos de enseñanza:

- a. Programas de Educación Física de I y II ciclo: De acuerdo con el Ministerio de Educación Pública [MEP] (2012) las características de estos programas son:
- **Objetivo:** proveer aprendizajes activos con consecución práctica, que incentiven en la población estudiantil el descubrimiento, la creatividad, el ingenio, la imaginación, el compromiso con su propio cuerpo, el aprovechamiento del tiempo libre, la búsqueda de higiene y salud corporal, entre otros.
 - **Metodología:** Aprender por medio de la adquisición de conocimientos que se puedan construir, que requieran práctica, con procedimientos secuenciales y graduales que le permitan a la persona aprender por sí mismo y de forma permanente a solucionar problemas cotidianos, entendiendo tanto el procedimiento como el resultado del conocimiento.
 - **Evaluación:** Reconocer la importancia del producto y del proceso del aprendizaje. Es de tipo formativa y se caracteriza por ser un procedimiento participativo y democrático que toma en cuenta recursos cualitativos y cuantitativos para visualizar el progreso alcanzado.
 - **Actitudes y valores:** Incentivar en la población estudiantil una actitud solidaria y de respeto hacia los demás, de responsabilidad y superación hacia sus deberes, de honestidad y autodominio, de interés por el cuidado personal, la importancia de mantener una buena salud y no dejar de lado el valor de la actitud hacia el juego limpio.
 - **Perfiles educativos:** para el I ciclo de educación, están relacionados con demostrar el conocimiento y dominio de su propio cuerpo al realizar movimientos, destrezas básicas de movimiento y de postura, conocimientos de elementos de juegos y actividades físicas, practicas de hábitos de higiene y salud, aplicación de normas disciplinarias,

reconocimiento del trabajo en grupo y el juego limpio, práctica de la comunicación no verbal, la resolución de problemas por medio de la exploración y la participación de actividades físicas como una opción para utilizar el tiempo libre.

Por su parte, los perfiles educativos para el II ciclo se relacionan con el conocimiento de juegos populares y tradicionales, conceptos básicos relacionados con educación física y deportes, medición de la capacidad del movimiento del cuerpo, práctica de hábitos de higiene, salud y postura, conocimiento de la normativa disciplinaria en diversas actividades y su aplicación, la relación de los movimientos practicados con la salud y las características corporales (talla, peso, etc.). Además, es muy importante la coordinación de movimientos y destrezas en situaciones de juego y en la solución de problemas.

b. Programas de Educación Física de III ciclo y Educación Diversificada:

Recientemente el programa de EDUFI para III ciclo y Educación Diversificada tuvo un cambio en febrero del 2009 con la propuesta del Proyecto de Ética, Estética y Ciudadanía, propuesto por el Ministerio de Educación Pública de Costa Rica (Ministerio de Educación Pública en Costa Rica, 2009).

El diseño de los nuevos programas se fundamentaron en los conceptos de ética, estética y ciudadanía, los cuales fundamentan la orientación filosófica y el propósito de la formación estudiantil y se detallan a continuación (Ministerio de Educación Pública de Costa Rica, 2009):

- La ética estará reflejada en temas como la justicia, la equidad, el respeto hacia otros y por las reglas, la responsabilidad por los propios actos, la ayuda al necesitado y los valores como la honestidad, la integridad, el juego justo y responsabilidad y cuidado de

los recursos naturales. Y lo más importante, es el reto de cambiar la obsesión de ganar sin importar los medios.

- La estética está relacionada con el desarrollo de la capacidad de observación, de valoración y apreciación de las formas de movimiento humano (deporte, danzas, bailes, etc.), el estímulo de la creatividad y la belleza del movimiento.
- Por último, la ciudadanía se vincula con incentivar el desarrollo de valores hacia la identidad cultural y la responsabilidad social dirigido en dos ámbitos, hacia las personas y el otro, hacia el ambiente por medio de actividades de trabajo en equipo.

La estructura específica de los programas de EDUFI del III Ciclo y Diversificada, se identifica como (Ministerio de Educación Pública de Costa Rica, 2009):

- Objetivo: Estudiar el movimiento humano, sus manifestaciones y aplicaciones (deporte, actividad físico recreativa, entre otros) por medio del conocimiento del cuerpo, su funcionamiento y mantenimiento. Esto analizado desde una perspectiva a nivel cualitativo y cuantitativo.
- Evaluación: Evaluar con una política centrada en el conocimiento y valorización del proceso más que simplemente la medición del resultado. Se visualiza como un proceso de investigación permanente de las destrezas en donde se recolecta, se construye y se toman decisiones con respecto al proceso de construcción del aprendizaje.
- Perfil de conceptos, actitudes y valores: para el Programa de III ciclo se describen los contenidos conceptuales del entrenamiento físico y formas de movimiento humano, los deportes colectivos e individuales con su reglamentación y práctica, las posibles lesiones de la práctica de actividad física y su prevención y la relación físico natural y social individual sobre la calidad de vida. Mientras que los contenidos actitudinal son la

actitud positiva hace el buen uso del tiempo libre, el gusto por actividades deportivas, recreativas y culturales a nivel individual y colectivo y la preocupación y vigilancia del ambiente físico, natural y social que favorezca la calidad de vida de las personas. Mientras que el programa de educación Diversificada tiene como contenidos conceptuales la promoción de la salud y el cambio en conductas riesgosas, el efecto de la contaminación ambiental y la ingesta alimentaria sobre el rendimiento físico y el efecto de la actividad física sobre el rendimiento humano. Y como contenidos actitudinales están la actitud de auto superación, el aprecio por valores como el trabajo en equipo, la solidaridad, la tolerancia, la búsqueda del consenso, la preocupación por el beneficio mutuo y la actitud de responsabilidad por el ambiente físico-natural relacionado con el buen uso del mismo en la práctica de recreación la física.

Como parte de la estructura del plan de estudios de Educación Física del III Ciclo y Diversificada, esta se encuentra basada en tres ejes temáticos (MEP 2009):

- Movimiento humano: estudio y práctica de diversas formas de actividad física junto con un desarrollo de competencia para incentivar un estilo de vida saludable.
- Juegos y deportes: estudio y práctica de variadas formas de juegos motores y actividades deportivas individuales o colectivas con la finalidad de adoptar una práctica regular y cotidiana, visualizada como una opción de recreación física y de promoción de la salud.
- Actividades dancísticas o movimiento con música: estudio y práctica de variedad de formas de expresión individual y de grupo utilizando la música como un medio para

movilizar el cuerpo y mejorar su funcionamiento, dentro de un contexto de recreación física.

Existen también, tres ejes transversales que idealmente deben trabajarse siempre en todas las lecciones de Educación Física (Ministerio de Educación Pública de Costa Rica, 2009):

- Salud: busca la promoción de estilos de vida saludables por medio del buen uso del tiempo libre.
- Transferencia: pretende estimular la aplicación de lo aprendido en la clase hacia otros espacios físicos y temporales de la vida cotidiana.
- Convivencia: promueve la práctica en armonía con el ambiente natural y social.
- Evaluación: para la educación diversificada se toman en cuenta los aspectos formativos que propician un cambio actitudinal y el desarrollo cognitivo. La evaluación además es sumativa y está relacionada con el desarrollo de un proyecto y las actividades desarrolladas en clase.

Número de Horas Semanales de Educación Física

La Educación Física está ubicada como una disciplina del plan de estudio de la Educación General Básica y Diversificada Académica y debe ser impartida en períodos de dos lecciones semanales con una duración de cuarenta minutos de acuerdo con el artículo 210 del Código de Educación y con la Ley 7800 (artículo 16 y 17) (Programas de Estudio del Ministerio de Educación Pública de Costa Rica, 2012).

Recursos para la Práctica de Educación Física

De acuerdo con el Proyecto de Ética, Estética y Ciudadanía del MEP (2009) los recursos económicos del MEP a nivel general están direccionados hacia capacitaciones y preparación de recurso humano necesario para poner en práctica los nuevos programas de estudio de la Educación Física y otras asignaturas.

Más recientemente, en el 2011, con respecto a los recursos destinados a la Educación en general, se dio a conocer la autorización del Poder Ejecutivo para constituir y suscribir una operación de crédito público mediante un contrato de arrendamiento de largo plazo para el financiamiento del proyecto de construcción y equipamiento de infraestructura educativa del MEP a nivel nacional (Ministerio de Educación Pública de Costa Rica, 2013). No obstante, se desconocen los fines específicos de los recursos determinados para el sector de la Educación Física y su situación actual en los centros educativos.

A grandes rasgos, por ejemplo, Pereira (2011) mencionó que una mayoría de la población docente de Educación Física en su estudio concuerda que la infraestructura con la que cuentan no permite desarrollar al máximo su planeamiento diario a causa de la cantidad tan grande de estudiantes que se atienden por lección. Además, mencionaron que existe una evidente necesidad de renovar el material deportivo, ya que la escasa cantidad de este, no está en condiciones aptas para la enseñanza. Esta situación provoca la negativa de la población estudiantil a no utilizarlo ni realizar las actividades planificadas, ni tampoco atender indicaciones, lo que genera un ambiente de rechazo hacia las lecciones de Educación Física.

Sin embargo, es necesario mayor investigación y estadística que describa y logre disminuir la incertidumbre de si las instituciones educativas poseen el material didáctico necesario para el desarrollo de las lecciones en el área de Educación Física Pública.

Ubicación de la Educación Física en el Currículo Escolar en Comparación con Otros Cursos

El currículo de EDUFI tiene relación con otras asignaturas del área de formación ética, estética y ciudadanía. Por ejemplo, en Artes Plásticas se vincula la importancia del convivir con la naturaleza y su belleza en el desarrollo de actividades físicas y recreativas en función de una buena salud. Con la Educación Musical se interactúa el movimiento con la apreciación musical que generan producciones rítmicas. Con las Artes Industriales se relaciona la producción de instrumentos para la actividad física y la salud utilizando material de desecho que colabora además, a solventar la necesidad de materiales didácticos para las lecciones. Además, con la asignatura de Educación para el Hogar se integran los aprendizajes de aprovechamiento del tiempo libre y fortalecimiento de normas de cortesía, urbanidad y desarrollo de adecuados hábitos alimenticios en beneficio de la salud (Ministerio de Educación Pública de Costa Rica, 2009). Por último, la Educación Cívica también se une a la educación física en la promoción de la práctica de la actividad física y el respeto por principios de igualdad, justicia, solidaridad, respeto y cooperación (Ministerio de Educación Pública de Costa Rica, 2009).

Se podría así mencionar la importancia y el enlace de la educación física con otras asignaturas del plan de estudios, sin embargo, los vínculos más evidentes serían la promoción de actitudes y competencias relevantes para la vida cotidiana con la finalidad de

un desarrollo integral y estados óptimos de las dimensiones físico, mental, social y espiritual de la persona (Ministerio de Educación Pública de Costa Rica, 2009).

Acceso a la Clase de Educación Física para Personas con Discapacidad

En otros países como España, de acuerdo con Mendoza (2009) la población docente señala que la falta de recursos materiales y personales, la heterogeneidad en los grupos de estudiantes y el déficit de preparación en docencia para la atención a la diversidad son la causa de la deficiencia de la Educación Física y el tema de discapacidad.

En nuestro país, se han creado políticas educativas con la finalidad de propiciar los espacios de igualdad de oportunidades dirigido a la población con diversidad funcional. Por ejemplo, con la creación de la Ley 7600 (Ley de Igualdad de Oportunidades para Personas con Discapacidad) se promueven cuatro principales acciones del sector de la educación: la inclusión de contenidos sobre discapacidad en la educación preescolar, primaria, secundaria y universitaria, la creación de profesionales en diferentes campos que incluyan la perspectiva de la discapacidad, la capacitación de los profesionales de la educación y de los familiares de los estudiantes con discapacidad, sobre el tema de la discapacidad y la promoción de los servicios de apoyo como herramientas indispensables del proceso educativo (Organización Panamericana de la Salud y Ministerio de Salud, 2004).

Sin embargo, Costa Rica carece de programas con contenidos específicos en el área de Educación Física Regular para implementar la inclusión de la población con diversidad funcional. Esto genera en la persona educadora física, la responsabilidad de ser creativa e innovadora para desarrollar lecciones educativas con igualdad de oportunidades basado en conocimientos adquiridos de su plan de estudios en la carrera como docente, en la

participación de capacitaciones logradas y en desarrollo de su plan de trabajo con actividades que evidencien las políticas educativas de equidad e igualdad de oportunidades como ejes transversales.

Participación femenina en las clases de Educación Física

Actualmente, la Educación Física en nuestro país está dirigida tanto hacia personas del género femenino como del masculino, gracias a las políticas educativas originadas en la educación como un derecho de todos. Sin embargo, sin desmeritar los avances en el campo jurídico, Costa Rica avanza lentamente en aspectos de los impedimentos materiales, sociales y políticos que limitan la igualdad de la población femenina con miras a una transformación cultural para lograr una igualdad plena entre hombres y mujeres. Es decir, es necesario realizar más estudios en el tema de la participación femenina en las lecciones de educación física, su desenvolvimiento y contabilizar los datos obtenidos para evitar la inexistencia de registros con información puntualizada (Araya, 2003).

En relación al tema se conoce solo que a partir del año 2011, el Ministro de Educación Leonardo Garnier puntualizó en el medio impreso de La Nación que “Por disposición del Ministerio de Educación Pública (MEP), los profesores de Educación Física no podrán separar a los estudiantes según su género, como se hizo en años anteriores” durante el transcurso de las lecciones de Educación Física (Villegas, 2011).

La Educación Física y el Deporte Escolar.

De acuerdo con Vargas y Orozco (2003), los términos de educación física y el deporte escolar son complementarios. El deporte escolar es la práctica de una actividad

deportiva específica, cuya formación general es producida por la Educación Física. Es decir, el deporte escolar es una prolongación de la educación física con su respectivo plan de actividades. Ambas prácticas, son importantes porque sin educación física no se conocerían las destrezas básicas de movimiento y actividad física que fundamentan la práctica del deporte, y con las pocas oportunidades de prácticas deportivas que ofrece la sociedad, el nivel de actividad física regular de la población estudiantil sería muy bajo, provocando los perjuicios en la salud de la población estudiantil por la falta de actividad física constante.

En la época actual existen políticas educativas que promueven, por medio de las clases de educación física, la práctica de deporte escolar a través de clubes deportivos y otros tipos de actividades. Como apoyo a estas iniciativas, más recientemente, se originaron varias regulaciones a nivel nacional para incentivar la práctica de actividad física, con la creación en el 2011 del proyecto Plan Nacional de la Actividad Física y Salud, 2011-2021 creado por el Ministerio de Salud y el Ministerio de Deporte y Recreación. Este proyecto se creó y rige hasta nuestros días, con el objetivo de fomentar la incursión e inclusión de toda la población costarricense en las actividades físicas para la salud y lúdico-deportivas; y alcanzar significativos e importantes niveles de eficiencia y efectividad en el deporte de alto rendimiento.

La Formación de Profesores y Maestros en el Área de Educación Física

Estructura de la Formación Universitaria

En Costa Rica la estructura de la formación universitaria está encaminada a la obtención de grado y posgrado. En el caso de la Universidad de Costa Rica en la Facultad

de Educación, algunos bachilleratos universitarios de las escuelas de Formación Docente y Educación Física tienen salida lateral al profesorado. En la tabla 1 se observa la formación universitaria por título y duración.

Tabla 1
Formación Universitaria por Título y Duración

Pregrado	*Profesorado (3 años)
Grado	Bachillerato (4 años)
Posgrado	Maestría Profesional (+ 2 años)
	Maestría Académica (+ 2 años)
Doctorado	Académico (+ 4 años)

* Solo se imparte en la Universidad de Costa Rica

Formación de los Profesores de Educación Física

En nuestro país, cuatro instituciones de educación superior forman profesorado en la enseñanza de la educación física, la Universidad de Costa Rica (UCR) y la Universidad Nacional (UNA) que son entidades públicas y la Universidad Autónoma de Centroamérica (UACA) y la Universidad Florencio del Castillo (UCA) que son privadas. En la tabla 2 se observa un resumen de los programas que estas universidades imparten y la duración en años de estudio.

Tabla 2
Programas que se Imparten en el Área de la Educación Física y su Duración

Universidad	Duración en años de estudio		
	Pre grado	Grado	
	Profesorado	Bachillerato	Licenciatura
Universidad de Costa Rica ^a	3	4	---
Universidad Nacional ^b	---	4	+ 1
Universidad Autónoma de Centro América ^c	---	3,2	+ 1,2
Universidad Florencio del Castillo ^d	----	3,2	+ 1,2

- a: <http://www.ucr.ac.cr/estudiantes/carreras/ciencias-sociales/>
- b: <http://www.una.ac.cr/ciemhcavi/ef-plan.htm>
- c: <http://www.uaca.ac.cr/sites/default/files/documents/educacion.fisica.pdf>
- d: <http://www.uca.ac.cr/bac-ensenanza-de-la-educacion-fisica/>

Las cuatro universidades imparten la carrera en la enseñanza de la educación física a nivel de bachillerato y en el caso específico de la Universidad de Costa Rica, se permite obtener el título de profesorado cuando se tienen aprobados tres años del plan de estudios de bachillerato. En cuanto a la licenciatura en educación física, la ofrecen la Universidad Nacional y las dos universidades privadas citadas anteriormente.

El Currículo de Formación de Profesores de Educación Física

A partir del año 2009 el Ministerio de Educación Pública de Costa Rica inició la renovación de la educación secundaria con el proyecto “Educación en ética, estética y ciudadanía” con la idea de educar para la cultura, los derechos humanos, el desarrollo sostenible y fortalecer la vida democrática. Educar en la ética y la ciudadanía permitirá vivir con respeto, simpatía, solidaridad, afecto y aceptación en nuestra diversidad. Educar en la estética es dotar de conocimientos y desarrollar las capacidades y habilidades de las personas jóvenes para el aprendizaje y gozo de la belleza natural y artística, para que sean capaces de apreciarla y valorarla en todo su entorno. (Ministerio de Educación Pública, 2009).

De acuerdo con lo anterior, la malla curricular de las universidades que imparten la carrera de educación física deberá considerar dichos aspectos para favorecer las metas que se persiguen con las políticas educativas. Asimismo, es importante que las carreras se acrediten ante el Sistema Nacional de Acreditación de la Educación Superior (SINAES) de Costa Rica, ente que recibió el reconocimiento de calidad de la Red Internacional de

Agencias de Aseguramiento de la Calidad de la Educación Superior (INQAAHE). En el caso de la Escuela de Educación Física y Deportes de la Universidad de Costa Rica, la carrera de Educación Física está acreditada y reacreditada ante el SINAES; las otras universidades que imparten esta carrera, aún no han recibido la acreditación respectiva.

En la tabla 3 se presenta una distribución del plan de estudios de cada universidad que imparte la carrera de educación física con la finalidad de visualizar el porcentaje asignado a cada área curricular, a saber a) cursos teóricos b) cursos teóricos-prácticos c) cursos ciencias puras y d) cursos de investigación.

Tabla 3
Cantidad de Cursos y Porcentaje Asignado por Área Curricular en el Plan de Estudios de las Carreras de Educación Física que se Imparten en Costa Rica.

Universidad	Cursos				Cantidad de cursos
	Teóricos	Teóricos-Prácticos	Ciencias puras	Investigación	
UCR ^a	15 (27,27%)	32 (58,18%)	6 (10,90%)	2 (3,63%)*	55
UNA ^b	4 (9,53%)	33 (78,57%)	2 (4,76%)	3 (7,14)	42
UACA ^c	13 (43,33)	14 (46,66%)	2 (6,66%)	1 (3,33%)	30
UCA ^d	19 (59,38%)	11 (34,37)	2 (6,25%)	No	32

* En el plan de estudios de la UCR, además de los dos cursos de investigación obligatorios el estudiantado puede matricular tres cursos de investigación optativos denominados Investigación I, II y III.

a: <http://www.ucr.ac.cr/estudiantes/carreras/ciencias-sociales/>

b: <http://www.una.ac.cr/ciemhcavi/ef-plan.htm>

c: <http://www.uaca.ac.cr/sites/default/files/documents/educacion.fisica.pdf>

d: <http://www.uca.ac.cr/bac-ensenanza-de-la-educacion-fisica/>

Como se aprecia en la tabla 3, las cuatro universidades poseen variedad de criterio en cuanto a la malla curricular. La UCR es la que mayor cantidad de cursos posee en el bachillerato con 55 cursos, seguido por la UNA con 42, la UCA con 32 y por la UACA con

30 cursos. En cuanto a cursos teóricos, la UCA es la que posee mayor cantidad de cursos con 19, seguido por la UCR con 15, la UACA con 13 y la UNA con 4 cursos.

En cursos teóricos-prácticos, la UNA es la que posee la mayor cantidad de cursos con 33, seguido de la UCR con 32, la UACA con 14 y la UCA con 11. Las ciencias puras las encabeza la UCR con seis cursos y las otras tres universidades igualan con dos cursos cada una. En cursos de investigación la UNA ofrece tres, la UCR dos y tres cursos optativos de investigación, la UACA un curso y la UCA no ofrece ninguno

La Formación de Profesores y Licenciados en Educación Física y Titulaciones en las Áreas Afines

En áreas afines a la educación física, la Universidad Nacional imparte dos carreras universitarias a) Bachillerato en Promoción de la Salud Física y b) Licenciatura en Ciencias del Deporte con énfasis en Rendimiento Deportivo. Por su parte, La Universidad de Costa Rica es la única entidad universitaria que ofrece una Maestría Profesional en Recreación.

Formación para Trabajar con Personas Discapacitadas/Diversidad Funcional

Las cuatro universidades que imparten formación en la enseñanza de la educación física ofrecen formación transversal a la población estudiantil para trabajar con personas con algún grado de discapacidad, sin embargo, solo tres de ellas se evidencia en su plan de estudios como se muestra en la tabla 4. Importante señalar que en la Universidad Nacional se imparte un curso de Educación para la diversidad dentro del plan de estudios de bachillerato en la enseñanza de la educación física, deporte y recreación.

Tabla 4
Formación Relacionada en Temas de Discapacidad/Diversidad Funcional

Universidad	Curso(s) reflejado(s) en el plan de estudios
UCR ^a	Educación física adaptada
UNA ^b	Educación para la diversidad Actividades físicas para personas con discapacidad
UACA ^c	No reporta curso
UCA ^d	Educación física para niños diferenciados

a: <http://www.ucr.ac.cr/estudiantes/carreras/ciencias-sociales/>

b: <http://www.una.ac.cr/ciemhcavi/ef-plan.htm>

c: <http://www.uaca.ac.cr/sites/default/files/documents/educacion.fisica.pdf>

d: <http://www.uca.ac.cr/bac-ensenanza-de-la-educacion-fisica/>

Programas de Postgrado en el Área de Educación Física

La Universidad de Costa Rica y la Universidad Nacional poseen maestrías que se relacionan con la educación física y la recreación. Asimismo, ambas universidades iniciaron un doctorado en Ciencias del Movimiento Humano en julio del año 2012. En la tabla 5 se aprecia la distribución por universidad.

Tabla 5

Universidades que Imparten Postgrados Relacionados con el Área de la Educación Física y la Recreación

Universidad	Posgrado	Doctorado
UCR	Maestría Académica en Ciencias del Movimiento Humano Maestría Profesional en Ciencias del Movimiento Humano	
UNA	Maestría Profesional en Recreación Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano	
UCR-UNA		Doctorado en Ciencias del Movimiento Humano

Conclusiones

- En Costa Rica, el Ministerio de Educación Pública (MEP) es el encargado de promover el desarrollo de un sistema educativo que permita a toda la población acceder a la educación, la cual se enfoca principalmente en el desarrollo integral de las personas y la búsqueda de oportunidad y de equidad social. El sistema educativo costarricense se compone de cuatro niveles: educación inicial, educación general básica, educación diversificada y Educación superior. En todos los niveles existen centros educativos públicos y privados. En Costa Rica existen diferencias territoriales en cuanto al acceso a la educación, en el Gran Área Metropolitana los porcentajes de acceso a la educación son los más altos en todos los grupos etarios, mientras que en las zonas rurales los datos son desfavorables. El Censo de la Población realizado en el 2011, registra una tasa de alfabetización del 97,6%, a pesar de que este porcentaje es alto, se debe hacer un gran esfuerzo para aumentar la cobertura del sistema educativo y para disminuir las diferencias en la calidad de la educación entre las zonas urbanas y las zonas rurales
- La Educación Física y el deporte a finales del siglo XIX y primeros lustros del siglo XX en Costa Rica fueron utilizados como medios para promover reglas de higiene corporal y alimenticia, así como promover la práctica de ejercicios de forma metódica, juegos y prácticas deportivas variadas. Por medio de la calistenia y ejercicios gimnásticos se promovió la socialización de la juventud en torno a la valoración del ejército como cultura militar y en consecuencia como promoción al servicio militar obligatorio.
- Los cambios políticos y sociales que experimentó Costa Rica a partir de 1940 influyeron significativamente en la educación costarricense, y particularmente en las propuestas

referidas a la Educación Física. La creación del Departamento de Educación Física en 1940, así como el nacimiento de la Universidad de Costa Rica en 1941, la divulgación en 1957 de la Ley Fundamental de Educación, y la formación en 1963 de la Dirección General de Educación Física y Deportes, fueron algunos de los acontecimientos que contribuyeron a catapultar la profesión de la enseñanza de la Educación Física en Costa Rica, al crearse la carrera profesional docente.

- El currículo de I y II ciclo de la Educación Física tiene como finalidad proveer un aprendizaje mediante el descubrimiento, la práctica y la resolución de problemas, entendiendo tanto el procedimiento como el resultado del conocimiento. Busca promover en la persona una actitud solidaria, de interés, de actitud positiva hacia el juego limpio, enfatizando el dominio del propio cuerpo, las destrezas básicas, los juegos, los deportes y su normativa y los hábitos saludables.
- El currículo de III ciclo y educación Diversificada promueve el estudio del movimiento humano, su funcionamiento y mantenimiento a través de un proceso de investigación permanente y relacionada con su entorno físico, natural y social; enfatizando los conceptos de entrenamiento físico, las formas de movimiento humano, la promoción de la salud y el rendimiento físico. Busca además fomentar actitudes hacia el buen uso del tiempo libre, gusto por el deporte y la recreación, el trabajo en equipo, la tolerancia, el beneficio mutuo y la responsabilidad de los ejes de salud, transferencia y convivencia.
- El currículo de Educación física establece que son dos lecciones por semana de 40 minutos cada una dirigidas a la población estudiantil y que es el Ministerio de Educación Pública el ente encargado de brindar los recursos necesarios para implementar estas

lecciones en los centros educativos. La relación de la Educación Física con otras asignaturas del plan de estudios en Costa Rica está fundamentada en la promoción de actitudes y competencias relevantes en la vida cotidiana de la población estudiantil con miras hacia un desarrollo integral.

- En el tema del acceso a personas con discapacidad o diversidad funcional en Educación Física, sí existen políticas educativas a través de la Ley 7600 para que la participación de este tipo de población exista, solo falta confeccionar programas específicos para este fin. Sin embargo, se colabora en esta situación, a través de la labor docente en el desarrollo de planes de trabajo diarios con contenido de ejes transversales o valores en el tema de igualdad de oportunidades.
- La participación femenina en las clases de educación física está vigente gracias a las políticas educativas originadas en la educación como un derecho de todos. Sin embargo, faltan estudios específicos en el tema que colaboren a visualizar mejor este hecho.
- La educación física y el deporte escolar son complementarios, ya que la primera genera la formación inicial general en los deportes (destrezas, actividad física). Sin embargo, la práctica continúa de deportes se visualiza mejor en el trabajo de clubes deportivos o recreativos fomentados en el Proyecto del Plan Nacional de la Actividad Física y la Salud 2011-2021.
- En Costa Rica cuatro instituciones de educación superior forman profesorado en la enseñanza de la educación física, la Universidad de Costa Rica (UCR) y la Universidad Nacional (UNA) son públicas y la Universidad Autónoma de Centroamérica (UACA) y la Universidad Florencio del Castillo (UCA) son privadas. Los áreas curriculares están

subdivida en cursos teóricos, teóricos-prácticos, ciencias puras y cursos de investigación lo que facilita un aprendizaje integral que se visualiza en el plan de estudios de las carreras de educación física que se imparten en Costa Rica. Actualmente se ofrecen grados académicos universitarios desde el profesorado hasta un doctorado en Ciencias del Movimiento Humano que ofrecen en conjunto las dos universidades públicas.

Referencias

- Araya Umaña, S. (2003). Caminos recorridos por las políticas educativas de género. *Revista Electrónica Actualidades Investigativas en Educación*, 3(2), 1-30.
- Costa Rica, Consejo Nacional de Rectores [CONARE]. (2013). *¿Qué es CONARE?* Recuperado de <http://www.conare.ac.cr/index.php/conare.html>
- Costa Rica, Consejo Superior de Educación [CSE]. (2013). *¿Quiénes somos?* Recuperado de http://www.cse.go.cr/index.php?option=com_content&view=article&id=44&Itemid=56
- Cornejo C. (1999). *Historia de la Educación Física en Rousseau*. España. Gymnos
- Educación Pública y Privada En Costa Rica. (2012). Recuperado de <http://www.buenastareas.com/ensayos/Educaci%C3%B3n-P%C3%BAblica-y-Privada-En-Costa/2801409.html>
- Enseñanza de la Educación Física, Universidad Florencio del Castillo. (2012). *Plan de estudios*. Recuperado de <http://www.uca.ac.cr/bac-ensenanza-de-la-educacion-fisica/>
- Escuela Ciencias del Deporte, Universidad Nacional. (2012). *Plan de estudios*. Recuperado de <http://www.una.ac.cr/ciemhcavi/ef-plan.htm>
- Escuela de Educación Física y Deportes, Universidad de Costa Rica. (2012). *Plan de estudios*. Recuperado de <http://www.ucr.ac.cr/estudiantes/carreras/ciencias-sociales/>
- Facultad de Ciencias Humanas, Universidad Autónoma de Centroamérica. (2012). *Plan de estudios*. Recuperado de <http://www.uaca.ac.cr/sites/default/files/documents/educacion.fisica.pdf>

- Lobo J. (1996). *Historia del atletismo masculino de pista y campo en Costa Rica, desde sus orígenes hasta 1992*. Tesis de Licenciatura en Educación Física. Escuela de Educación Física y Deportes, Universidad de Costa Rica.
- Mendoza Laiz, N. (2009). La formación del profesorado en educación física a las personas con discapacidad. *Revista Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 1(9), 43-56.
- Costa Rica, Ministerio de Educación Pública [MEP]. (2012). *Programas de estudio del Ministerio de Educación Pública*. Recuperado de <https://sites.google.com/site/programadeestudiomep/>
- Costa Rica, Ministerio de Educación Pública [MEP] (2013). *Proyecto de Ley*. Recuperado de <https://www.mep.go.cr>
- Costa Rica, Ministerio de Educación Pública [MEP]. (2009). Proyecto de ética, estética y ciudadanía: Programa de Estudio de Educación Física. Tercer ciclo de Educación General Básica y Educación Diversificada. San José, Costa Rica. Recuperado de <http://www.mep.go.cr/downloads/ReglamentoEvaluacion/Educaci%C3%B3n%20F%C3%ADsica%20III%Ciclo%20y%20Educ%20Diversificada.pdf>
- Costa Rica, Ministerio de Educación Pública [MEP]. (2009). Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. *Revisión sustantiva del proyecto "Educación en ética, estética y ciudadanía"*. Recuperado de http://www.pnud.or.cr/images/stories/Revision_Sustantiva.pdf
- Costa Rica, Ministerio de Educación Pública [MEP]. (2013). *Acerca del MEP: Organización*. Recuperado de <http://www.mep.go.cr/acercadelmep/organizacion.aspx>
- Ministerio de Salud y Ministerio de Deporte y Recreación (2011). *Plan nacional de actividad física y recreación*. Recuperado de <https://www.ministeriodesalud.go.cr>
- Moreno J. (1892). Propaganda gimnástica. *La Prensa Libre*. 28 de enero de 1892, p. 2.
- Organización Panamericana de la Salud (2004). *La discapacidad en Costa Rica: Situación actual y perspectiva*. Recuperado de <https://www.cor.ops-oms.org>
- Pereira Hidalgo, E. (2011). La educación física en las organizaciones educativas, un estudio de caso en centros educativos públicos de secundaria en el circuito 10 en la Dirección Regional de Educación de San José, Costa Rica. *Revista Gestión de la Educación*, 1(2), 107-143.
- Programa Estado de la Nación. (2012). *Décimo octavo informe Estado de la Nación en Desarrollo Humano Sostenible*. 18 ed. San José, Costa Rica.

- Romero C., Cepero M. (2002). *Bases teóricas para la formación del maestro especialista en educación física*. Editorial universitario. España.
- Sistema Nacional de Acreditación de la Educación Superior de Costa Rica (s.f.)
Recuperado de http://www.sinaes.ac.cr/acerca_sinaes/
- Tomado del reglamento de instrucción primaria. República en Costa Rica. (1869). San José. Imprenta nacional. pp 28
- UNESCO. (2010). Datos Mundiales de Educación. Recuperado de http://www.ibe.unesco.org/fileadmin/user_upload/Publications/WDE/2010/pdf-versions/Costa_Rica.pdf
- Urbina Ch. (2001). Orígenes de la política deportiva en Costa Rica. 1887-1942. Efdportes.com. *Revista Digital*. Año 7. No. 34. Buenos Aires. Tomado de <http://www.efdeportes.com/efd34/crica.htm>.
- Vargas Pérez, P., y Orozco Vargas, R. (2003). La importancia de la Educación Física en el Currículo Escolar. *Revista Intersedes*. 5(7), 119-130.
- Villauso, J. (2000). *Los cambios en la estructura del sistema educativo costarricense*. Instituto de Investigaciones Económicas de la Universidad de Costa Rica. Recuperado de <http://es.scribd.com/doc/36706901/27/Los-cambios-en-la-estructura-del-sistema-educativo-costarricense>
- Villegas, J. (2011, 31enero). Hombres y Mujeres, juntos en Educación Física. *La Nación*, Sección, El País. Recuperado de <https://www.nacion.com/2011-01-31/ElPais/NotasSecundarias/Elpasis2667946.aspx>