



# Actividad Física y Ciencias

Revista electrónica arbitrada Vol. 14, N°1, 2022

## *Mujeres olímpicas "heroínas del deporte olímpico"*



Universidad Pedagógica Experimental Libertador - Venezuela

Instituto Pedagógico "Rafael Alberto Escobar Lara" - Maracay



# Actividad Física y Ciencias

Revista electrónica arbitrada Vol. 14, N°1, 2022

## *Mujeres olímpicas "heroínas del deporte olímpico"*



Universidad Pedagógica Experimental Libertador - Venezuela

Instituto Pedagógico "Rafael Alberto Escobar Lara" - Maracay



# *Actividad Física y Ciencias*

Revista del Centro de Investigación

“Estudios en Educación Física, Salud, Recreación y Danza” **EDUFISADRED**

ISSN: 2244-7318

**Año 2022, vol. 14, N°1**

## **Directora-Editora**

Profa. Dra. Grisell Bolívar M.

Universidad Pedagógica Experimental Libertador

Instituto Pedagógico “Rafael Alberto Escobar Lara” – Maracay, Venezuela

Doctorado en Ciencias de la Educación

## **Consejo Editorial**

Dra. Natasha Valentina Uribe (Universidad Autónoma de Chile)

Dr. Armando Álvarez Lugo (Universidad de Carabobo, Venezuela)

Dra. Rosa Elena Rodríguez Medina (Universidad Autónoma de Nueva León, México)

Dra. María Arana (Instituto Universitario Pedagógico “Monseñor Rafael Arias Blanco”, Venezuela)

PhD. Elizabeth Pike (University of Hertfordshire, Reino Unido)

PhD. Rosa López de D'Amico (Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Venezuela)

Dra. Marta Cañizares Hernández (Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Cuba)

Dr. Jerónimo García-Fernández (Universidad de Sevilla, España)

Dr. Miguel Ángel Cornejo Améstica (Universidad de Concepción, Chile)

Dra. María Dolores González Rivera (Universidad de Alcalá, España)

Dra. Maria José Carvalho (Universidade do Porto, Portugal)

PhD. Walter King Yan HO (University of Macau, China)

## **Coordinación Técnica Editorial**

Profa. Luisa Uzcátegui

Unidad de Informática

Universidad Pedagógica Experimental Libertador

Instituto Pedagógico “Rafael Alberto Escobar Lara” – Maracay, Venezuela

Foto de la Portada: Miriam Blasco, Lilí Álvarez, Charlotte Cooper y Flor Isava-Fonseca. Disponible:

<https://www.lavanguardia.com/deportes/olimpiadas/20210711/7590181/olimpicas-cinco-mujeres-han-hecho-historia.html>



las kenianas Peres Jepchirchir y Brigit Kosgei. Disponible: <https://www.sport.es/es/noticias/juegos-olimpicos/primer-doblete-keniano-historia-maraton-11974502>

Trischa Zorn, en acción en Sydney 2000

SCOTT BARBOUR VIA GETTY IMAGES Disponible:

[https://www.huffingtonpost.es/entry/mas-que-olimpicas-diez-mujeres-que-cambiaron-el-deporte-que-hoy-conocemos\\_es\\_60cc63a8e4b0dd017426087a](https://www.huffingtonpost.es/entry/mas-que-olimpicas-diez-mujeres-que-cambiaron-el-deporte-que-hoy-conocemos_es_60cc63a8e4b0dd017426087a)

Yurimar Rojas , Lisbeli Vera, Robeilys Peinado, Irismar Cardozo, Adriana Carmona

<https://meridiano.net/cotilleo-deportivo/cotilleo-deportivo/174993/dia-internacional-de-la-mujer--deportistas-venezolanas.html>

Los contenidos de los artículos son responsabilidad de los autores y no del  
Comité Editorial de Actividad Física y Ciencias

Se autoriza la reproducción total o parcial del contenido de la revista,  
siempre y cuando se cite la fuente.



La Revista “Actividad Física y Ciencias” está indexada y registrada en:





Revista Actividad Física y Ciencias  
Año 2022, vol. 14, N°1

## ÍNDICE

### Editorial:

Mujeres Olímpicas “heroínas del deporte olímpico”.

Olympic women "heroines of Olympic sport".

8-10

*Grisell Bolívar M*.....

### Artículos de Investigación

El movimiento humano como objeto de conocimiento de la educación física.

*Human movement as an object of knowledge of physical education.*

*Lic. Dr. José Hansel, Herrera Lozada*.....

11-42

El béisbol en Venezuela. Ese oscuro objeto de estudio para la sociología.

Baseball in Venezuela. That obscure object of study for sociology.

*Lic. MSc. Carlos Agelvis*.....

43-55

Escola socialista do treinamento esportivo: a preparação do atleta

Socialist school of sports training: the preparation of the athlete.

*Lic. Dr. Nelson Kautzner, Marques Junior*.....

56-76

Actividades Lúdicas como estratégias de aprendizaje en el proceso de la comprensión lectora para la vida.

Recreational Activities como e4learning strategies in the process of reading comprehension for life.

*Lic. Espc. Margarita Rosa, Molina Fragozo*.....

77-109

Actividades recreativas para el aprendizaje del voleibol en Educación Media General.

Recreational Activities for Learning Volleyball in General Middle Education.

*Lic. Deisy Yamileth, Requena Rattia y Prof. MSc. Pablo Marín, López.....* 110-138

Caracterización del perfil de salud física de escolares de la Parroquia Caricua, Caracas.

Characterization of the physical health profile of schoolchildren in the Caricua Parish, Caracas.

*Lic. Dr. Carlos José, Noguera Carrillo y Prof. Espc. Pedro Felipe, Gamardo Hernández.....* 139-157

Actividad física Reductora del I.M.C y peso corporal en los alumnos de licenciatura en preescolar, Universitario de Panamá.

Physical activity Reducing I.M.C and body weight in undergraduate students in preschool, University of Panama.

*Dr. Luis Alberto, Atencio Pérez y Dr. Juan Antonio, Castillo Quintero.....* 158-175

Análisis cinemático del snatch en los practicantes de crossfit venezolanos.

Kinematic analysis of the snatch in Venezuelan crossfit practitioners.

*Profa. MSc. Aiskel de los Ángeles, Quintero Rondón.....* 176-190

Normas de publicación de la revista "Actividad física y Ciencias"

Publication rules of the journal "Physical Activity and Sciences"

*Grisell Bolívar M.....* 191-195

---



**Editorial:**

***Mujeres Olímpicas “heroínas del deporte olímpico”***

---

***Profa. Dra. Grisell Bolívar M.***

**L**a edición del volumen 14, número 1 de 2022, está dedicado a las mujeres que han sido precursoras y han tenido participación en el deporte olímpico. Pero, no menos importante, para aquellas mujeres que han dado todo por la igualdad y contra la discriminación de género. Frente a esta situación, Llovera (2008) afirma que:

La situación de explotación de las mujeres trabajadoras, en especial, las obreras textiles en los países industrializados, marca el inicio de la lucha de la mujer en el mundo a finales del Siglo XIX. Igualmente, cabe destacar la lucha de las mujeres textiles por mejores condiciones laborales. En Nueva York, a finales del siglo XIX, murieron unas mujeres quemadas en una fábrica, cuando el patrono cerró la puerta para impedir que se unieran a un grupo de trabajadoras que manifestaban contra las condiciones laborales de explotación (p.191).

A partir de este escenario, todos los 8 de marzo recordamos aquel día de 1948, construyendo nuevos espacios, para suprimir definitivamente la discriminación de género, laboral y económica que se ha configurado durante siglos en contra de la mujer.

Al respecto, la Sra. Audrey Azoulay, directora general de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), con motivo del Día Internacional de la Mujer 8 de marzo de 2022, en su mensaje asegura que: Este año, en el Día Internacional de la Mujer, me gustaría aplaudir a esta nueva generación de mujeres jóvenes, por la valentía que muestran al hablar, servir de inspiración para las demás y movilizar a sus pares con miras a un futuro más sostenible.

Esa nueva generación de mujeres, han emprendido nuevos retos para disminuir las disyuntivas que pudiera haber en la participación de la mujer en los diferentes ámbitos a nivel mundial y en especial en los eventos deportivos. De ahí, emerge la presencia de la mujer en los juegos olímpicos de Tokyo (2020). Así lo afirmaron Barrera, Cerero y Plascencia (2021), sin duda, presenciamos una extraordinaria participación de mujeres, con un poderoso pulso feminista, que nos enchinó la piel. Estos fueron los primeros juegos de la historia con paridad de género en la participación: 49% de las atletas fueron mujeres, hubo 18 eventos mixtos y por primera vez las 206 delegaciones participantes incluyeron al menos a una mujer. En otros casos las mujeres conformaron la mayor parte de las delegaciones, como las de México, Gran Bretaña y Estados Unidos.

En consecuencia, de ahí la frase de estas activistas anteriormente nombradas "*Las campeonas que hicieron de Tokyo 2020 unos juegos feministas*". Esta opinión de estas activistas que forman

---



parte de una colectiva feminista mediactivista que con su campaña visibilizaron los logros de las mujeres en estos juegos olímpicos.

Otro elemento importante en los juegos de Tokio, fue la actuación sobresaliente de las deportistas venezolanas, a pesar de la peor crisis económica que haya sufrido Venezuela en su historia moderna, tuvo la mejor participación femenina en la historia de los Juegos Olímpico. Cabe citar a: La campeona Yulimar Rojas, que rompió el récord mundial en salto triple; las medallas de platas de Mayora (Halterofilia 73 kg); Keydomar Vallenilla (Halterofilia 96 kg). Además, las atletas femeninas sumaron cinco (5) Diplomas olímpicos, entre ellas: Robeilys Peinado (Salto con Garrocha); Anriquelis Barrios (Yudo); Yusleidy Figueroa (Halterofilia); Claudymar Garcés (Karate) y Naryury Pérez (Halterofilia). Siendo esta participación la más destacada de la mujer venezolana en este tipo de evento.

De la misma manera, sucedió en los juegos paralímpico Tokio 2020, donde la participación de las féminas fue de 1.853 atletas, superando el récord de los juegos de Río de Janeiro 2016, de 1.671 mujeres que compitieron en ese evento deportivo; lo que supone un aumento del 10,9%. Al respecto, Andrew Parsons, presidente del Comité Paralímpico Internacional (IPC), declaró (2021): “Es una noticia absolutamente fantástica que más mujeres compitan en los Juegos Paralímpicos Tokio 2020, y hay que dar mucho crédito a los Comités Paralímpicos Nacionales (CPNs), Federaciones Internacionales (FIs), por asegurar este continuo crecimiento en números”, menciona Parsons a Noticias de Tokio 2020. Paralympic Games.

Es de hacer notar, que las venezolanas tuvieron una participación histórica donde Lisbeli Vera obtuvo tres medallas dos de oro en las carreras de 100 y 200 metros planos, en la categoría T47 y una de plata en la prueba 400m, en la categoría T47; convirtiéndose así, en la primera criolla que gana tres preseas en unos juegos paralímpicos. Así como también, Linda Pérez, alcanzó la medalla de plata en la prueba de 100 metros, en la categoría T11; mientras Alejandra Pérez conquistó la medalla de bronce en los 400 metros planos, de la categoría T12 y Clara Fuentes ganó medalla de bronce en el levantamiento de potencia con 97 kilogramos.

En cuanto, a los diplomas obtenidos por las paratletas: Alejandra Pérez; Linda Pérez; Naibys Morillo; Edwars Varela; Belkis Mota; Norkelys González; Oriana Terán; Wiunawis Hernández; Yomaira Cohen; Greilyz Villaroel y Wendis Mejías.

Sin duda, con la excelente actuación de las mujeres, estos juegos paralímpicos desmontaron los estereotipos en cuanto a todos los convencionalismos de la práctica deportiva de alto rendimiento, de estas atletas con diferentes discapacidades, contribuyendo a sensibilizar a la sociedad y, por ende, dando un nuevo enfoque a la paridad de género.

Del mismo modo, se explica, que la participación masiva de las mujeres en los diferentes deportes olímpico ha ido desmontando la desigualdad de género y eliminando el paradigma orientado hacia la participación exclusiva del hombre en eventos de alta competencias, como lo es, los Juegos olímpicos.

Culmino el editorial con el comentario de la Sra. Audrey Azoulay “hago un llamamiento a todos los Estados Miembros de la UNESCO para que empoderen a las mujeres y las niñas, de modo que puedan liderar la construcción de un mundo más sostenible. Juntos podemos lograr que se escuchen las voces de las mujeres, tanto si susurran como si hablan o gritan”.

## Referencias

- Barrera, L., Cerero, N. y Plascencia, I. (2021). *Las campeonas que hicieron de Tokyo 2020 unos juegos feministas*. [Página web en Línea] Disponible: <https://www.washingtonpost.com/es/post-opinion/2021/08/09/juegos-olimpicos-tokio-2020-campeonas-medallas-mujeres/> [Consulta: 2020, marzo 10]
- Paralympic. Tokyo-2020 (2021). *Tokio 2020 bate récord de atletas y mujeres en Juegos Paralímpicos*. [Página web en Línea] Disponible: <https://www.paralympic.org/es/news/tokio-2020-bate-record-de-atletas-y-mujeres-en-juegos-paralimpicos#:~:text=En%20total%2C%201.853%20atletas%20femeninas,aumento%20del%2010%2C9%25.https://www.paralympic.org/es/tokyo-2020/news> [Consulta: 2020, marzo 11]
- Llovera, M. (2008). Reflexión acerca del 8 de marzo Día Internacional de la Mujer. *Revista Venezolana de Estudios de la Mujer* [Revista en Línea] 13(30), 191-194. Disponible: [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1316-37012008000100012&lng=es&tlng=es](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-37012008000100012&lng=es&tlng=es). [Consulta: 2022, marzo 10]
- Unesco (2022). *Mensaje de la Sra. Audrey Azoulay, con motivo del Día Internacional de la Mujer*. [Documento en Línea] Disponible: [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000380732\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000380732_spa) [Consulta: 2022, marzo 10]



Revista Actividad Física y Ciencias  
Año 2022, vol. 14, N°1

## EL MOVIMIENTO HUMANO COMO OBJETO DE CONOCIMIENTO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

### HUMAN MOVEMENT AS AN OBJECT OF KNOWLEDGE OF PHYSICAL EDUCATION

Lic. Dr. José Hansel, Herrera Lozada

[joseherera444@gmail.com](mailto:joseherera444@gmail.com)

<http://orcid.org/0000-0002-9050-6237>

**Recibido:** 20-08-2021

**Aceptado:** 05-11-2021

#### Resumen

En las últimas décadas la conceptualización del objeto de conocimiento de la Educación Física presenta un conflicto epistemológico donde la diversidad de enfoques que atraviesa dicha disciplina genera un problema teórico conceptual, en muchos casos estas posturas la complementan y enriquecen, pero en otros la suplantando y desvían. Esto conlleva a que se asocie con la actividad muscular, rendimiento orgánico o éxito deportivo, confundiendo comúnmente con el concepto de deporte y actividad física. De ahí, se realizó una revisión teórica de la argumentación de autores que adoptan las posturas del movimiento humano como el objeto de conocimiento de la Educación Física. Como son, Le Boulch, (1978), conduciría la tendencia de “educación por el movimiento”, igual, Cagigal, (1979), dedujo que la premisa era “educación por el movimiento”. Ya que en el presente no existe consenso del objeto conocimiento de la Educación Física, siendo este el objetivo de la investigación una reflexión epistemológica del mismo. Esta investigación se encuentra en el paradigma interpretativo, con un enfoque cualitativo, el método a utilizar es el fenomenológico hermenéutico, la técnica de recolección de información se centró en la entrevista cualitativa en profundidad. A la información recolectada se le aplicaron técnicas de procesamiento de la información cualitativas codificación, categorización y subcategorización, se realizó la interpretación de la información desde la hermenéutica. Uno de los hallazgos es que el movimiento humano es considerado como el objeto de conocimiento de la Educación Física.

**Palabras clave:** movimiento humano, epistemología, educación física.

#### Abstract

In recent decades the conceptualization of the object of study of Physical Education presents an epistemological conflict where the diversity of approaches that Physical Education goes

through generates a conceptual theoretical problem, in many cases they complement and enrich it, but in others they supplant it and divert it, this leads to being associated with muscle activity, organic performance or sporting success, commonly confusing it with the concept of sport. Hence the argument of authors who adopt the positions of the human movement as the object of knowledge of Physical Education. As they are, Le Boulch, (1978), would lead the trend of "education by movement", like, Cagigal, (1979), deduced that the premise was "education by movement". Since in the present there is no consensus of the formal object of study of Physical Education, this being the objective of the research an epistemological reflection of it. This research is in it, interpretative paradigm, with a qualitative approach, the method to use is the hermeneutical phenomenological, the information gathering technique focused on the qualitative interview in depth. The information collected qualitative information processing techniques were applied coding categorization and subcategorization, interpretation of the information was made from the hermeneutics. One of the findings is that human movement is considered the object of knowledge of Physical Education.

**Keywords:** Human Movement, Epistemology, Physical Education.

## Introducción

Abordar el tema del objeto de conocimiento de la Educación Física, es oportuno para su esencia conceptual y teórica, en vista de la discusión que se ha tenido durante las últimas décadas sobre este aspecto tan importante para los fundamentos teóricos conceptuales de esta disciplina educativa. De ahí que, surjan confusiones, semánticas que han confrontado a los teóricos preocupados por definir con claridad cuál es el objeto de conocimiento de la Educación Física, En campo académicos, la discusión ha sido intensa y representa un problema actual, con todo y los esfuerzos realizados no se ha llegado a un consenso, ya que existen distintas aristas que van desde la práctica docente hasta el supuesto alcance científico de esta disciplina educativa. En este sentido, no existe un consenso sino por el contrario, se encuentran en disenso, esto permite que exista en la actualidad la controversia y el conflicto conceptual y teórico en torno a la Educación Física.

Por consiguiente, el objeto de conocimiento de una disciplina, es un el elemento importante en la construcción teórica. Además, desde una extensa descripción, es de lo que se encarga estudiar una determinada área del conocimiento, otorgándole coherencia, justificación y sistematización al conjunto de conocimientos y saberes que se agrupan dentro de su contenido académico disciplinar; por lo mismo, su imprecisión afecta la definición teórica y orientación práctica de la misma; que es lo que ha venido sucediendo con la Educación Física, que diversas posturas o tendencias le han asignado en su evolución histórica el estudio de objetos empíricos que no han podido agotar su amplitud y alcance de contenido, pero que finalmente han enriquecido el debate en el proceso de construcción teórica del objeto de conocimiento de la misma.

Además, es pertinente tener en cuenta el movimiento humano como objeto de conocimiento de la Educación Física y su relación conceptual, la cual resulta una tarea compleja, por lo

---

consiguiente se precisa, abordar desde un enfoque de epistemología, en este orden de ideas Ugas (2015) manifiesta “la epistemología se encarga de establecer en qué condiciones algo puede convertirse en objeto de conocimiento, como ha sido problematizado, que procedimiento lo ha configurado” (p.47). Puesto que, estas proposiciones problematizan en torno al objeto conocimiento de la Educación Física es necesario explorar los términos de la manera como distintos autores han argumentado sus principios teóricos en referencia con el objeto de conocimiento, y de esta manera contrastar críticamente cada enfoque partiendo de los autores, que se han dado a la tarea de definir su marco teórico conceptual y pese a ello, no existe acuerdo al respecto entre ellos.

Es importante resaltar en cuanto a la Educación Física, es una de las disciplinas de conocimiento del sistema educativo venezolano que forma parte del campo de la Educación. Dentro de ese campo educativo interacciona con otras disciplinas como son el deporte y la recreación que tienen objetos de conocimiento distintos, que no son el movimiento humano. En dichas disciplinas también es importante el concepto de movimiento humano, el cual no es su objeto de conocimiento. Muchas de ellas su objeto de conocimiento gira en torno al cuerpo humano como es el deporte, la actividad física y la recreación. A pesar de, que estas también se ubican en el campo de la Educación son disciplinas distintas a la Educación Física.

Por consiguiente, la Educación Física es una disciplina inserta en el campo de la Educación bien como plantea Lagardera (2000), la identifica como, la disciplina normativa, que, formando parte de las ciencias de la Educación, se ocupa de llevar a cabo un determinado proyecto educativo a través de contenidos (actividades y saberes) y estrategias metodológicas específicas. Que presenta una controversia en su marco teórico conceptual con su objeto de conocimiento, en este sentido es necesario consultar la etimología de la educación física para dilucidar posibles polémicas al respecto.

De la etimología al problema conceptual de la Educación Física. A través de la definición etimológica de las palabras Educación y Física; podemos abrirnos paso hasta encontrar el origen de este conflicto conceptual que atraviesa esta disciplina de la ciencia de la Educación.

Tal como indica, Zamora (2009) quien señala que:

A pesar que el concepto Educación Física, es un término relativamente nuevo, su raíz etimológica viene de antiguas voces, originándose de la palabra educación que proviene del latín educere, que significa “sacar hacia fuera”; y físico, que viene de physis, concepto ampliamente evocado en el mundo griego antiguo, que indica naturaleza. La physis es lo que de natura se hace real, lo que aparece ante nosotros como tal, lo que es, por lo tanto, realidad perceptible y tangible. Con relación al cuerpo humano, la physis hace referencia a lo único que hace posible su existencia, como lo es el soma, que es lo que en el ser humano se mueve, se ve y se toca (p.23).

Al mismo tiempo, al definir la etimología de la unidad sintáctica Educación Física, cabe señalar lo expresado por Lagardera (2000), quien describe lo siguiente:



Es a partir de su contenido etimológico como el término Educación Física se manifiesta como depresión de una actividad pedagógica que incide de forma total en la educación del ser. Lo físico es una realidad tangible, sensible y como tal susceptible de poder ser educad (p. 47).

Ciertamente, la Educación Física es una actividad pedagógica mediante su práctica el docente utiliza al juego, el deporte y la recreación, como elementos formativos, complementarios para educar al ser humano a través del movimiento humano. Esto orienta a comprender la esencia, el fin de la Educación Física, que es producir procesos de maduración, tanto fisiológico, anatómicos morfológicos, y cognitivos mediante acciones pedagógicas dirigidas a la totalidad del ser humano a través de su corporalidad.

En este sentido como refiere Cagigal (1979), quien argumenta “La primera base antropológica de la educación física es la inteligencia, la voluntariedad, la conciencia, la vivencia humana, la humanización del ejercicio corporal, de la experiencia corporal. La educación física es la primera y más sustancial educación del hombre” (p.103). Ciertamente el autor hace referencia a conceptos como ejercicio corporal considerados dentro del marco teórico de la Educación Física son medios pedagógicos, técnicos, aplicados a didácticas con el fin de educar al ser humano.

Por lo tanto, la concepción teórica actual que se tiene de la Educación Física, asociándola con el deporte, la actividad física y la recreación, se debe a que está en íntima relación con estas disciplinas, que manejan dentro de su marco teórico conceptual el concepto de cuerpo, mas no el de movimiento humano. Ya que la Educación Física tiene dentro de su marco teórico conceptual el concepto de movimiento humano y el de cuerpo existe un conflicto conceptual sobre cuál es su objeto de conocimiento.

La distorsión del objeto de conocimiento de la educación física. Más aun, es pertinente mencionar que existe una disertación en cuanto a su objeto de conocimiento de la Educación Física, el cual se ha ido desvirtuando, saliéndose del contexto, tanto, que existe una fuerte controversia entre los distintos autores que se han dado a la tarea de conceptualizar, teorizar y estudiarla donde cada uno argumenta una postura distinta sobre la concepción del objeto formal o de conocimiento de dicha disciplina. Al respecto Ferrater (1993), expresa, “el objeto formal y el objeto material son considerados habitualmente como objetos de conocimiento” (p.302). Tener en cuenta el objeto de conocimiento de la Educación Física va permitir tener claro su marco teórico conceptual, pero acá se encuentra el conflicto conceptual en relación con el objeto de conocimiento de la Educación Física en donde, no encontramos un consenso, sino existe un disenso.

En este sentido, se hace necesario conocer la importancia que reviste tener claro el objeto de conocimiento de una disciplina educativa. Observar los conceptos y argumentaciones propuestos por distintos autores en relación a dicho objeto de conocimiento. A través de sus definiciones; podemos abrimos paso hasta encontrar el origen de los posibles conflictos conceptuales que pueda atravesar una disciplina, como es en este caso la Educación Física.

---

En este sentido, es oportuno mencionar lo que planteó Zamora (ob. cit.), quien expone:

El objeto formal o de estudio de una disciplina o ciencia, es el elemento más importante de su construcción teórica, y desde una amplia descripción, se dirá que es de lo que se encarga estudiar una determinada área del conocimiento, otorgándole coherencia, justificación y sistematización al conjunto de conocimientos y saberes que se agrupan dentro de su contenido académico/ disciplinar; por lo mismo, su imprecisión afecta la definición teórica y orientación práctica de la misma; que es lo que ha venido sucediendo con la educación física, que diversas posturas o tendencias le han asignado en su evolución histórica el estudio de objetos empíricos que no han podido agotar su amplitud y alcance de contenido, pero que finalmente han enriquecido el debate en el proceso de construcción teórica del objeto formal o de estudio de la misma (p.38).

En este sentido, el objeto de conocimiento de la Educación Física se ve afectado, debido a que desde su origen etimológico el desarrollo del concepto de esta disciplina educativa marca un proceso controversial como pocos, que han venidos precedidos del antecedente histórico caracterizado por un conflicto conceptual, como resultado de un forcejeo de términos, que surge como consecuencia de la variedad de conceptos y de la diversidad de enfoques que en la actualidad atraviesa la Educación Física, en algunos de los casos intentan suplantar su concepto propio.

En concordancia, veremos cómo existen distintos enfoques y principios teóricos de diversos autores, que sustentan una concepción del conocimiento en relación con el objeto de conocimiento de la Educación Física, como los siguientes: el cuerpo como objeto de conocimiento, el movimiento como objeto de conocimiento, el ser humano en movimiento como objeto de conocimiento, la conducta motriz como objeto conocimiento y la acción motriz como objeto conocimiento.

Puesto que, estas proposiciones problematizan en torno al objeto conocimiento de la Educación Física es necesario explorar los términos de la manera como distintos autores han argumentado sus principios teóricos en referencia a su objeto de conocimiento, y de esta manera contrastar críticamente cada enfoque.

A continuación, se harán una serie de paráfrasis de los argumentos de estos distintos autores. En este sentido Le Boulch (1969), quien planteo la tendencia de educación por el movimiento, hacia su máxima expresión y operatividad, para lo cual pone énfasis en la necesidad de considerar el movimiento no como una forma en sí, cuya índole se dilucida por una descripción mecánica, sino como una manifestación significativa de la conducta del hombre: la unidad del ser sólo puede realizarse en el acto que él inventa. La episteme u objeto formal de esta ciencia parece ser el estudio de la función autorreguladora (formadora) que desarrolla el movimiento humano en un cuerpo unitario. Teniendo como objetivos: a) conocimiento y aceptación de sí mismo, b) ajuste de su conducta y c) auténtica autonomía. El autor define su sistema como una teoría

general del movimiento que culmina en el enunciado de principios metodológicos que permiten plantearse el empleo del movimiento como medio de formación.

Al mismo tiempo, surge otra postura, la cual considera el ser humano en movimiento como objeto de conocimiento, es planteada por Cagigal (1979), expresa, el hombre vive en movimiento. No sólo a niveles micro-somáticos, sino también en los macro-somáticos el hombre parece que no subsistiría plenamente como tal hombre sin la capacidad y la ejercitación del movimiento. También, dedujo que la premisa era educación por el movimiento, es decir que era a través de las manifestaciones motrices como el hombre se educaba y era asimismo sistemáticamente educado.

En otra posición se encuentra Sergio (1987), propuso Ciencia de la Motricidad Humana, asume como objeto de estudio al ser humano cuando realiza acciones que le llevan a mejorarse y transformarse como humanos. O sea, acciones con significación para el sujeto.

En otra postura distinta se encuentra Parlebas (1991), sostiene que la concepción de la Educación Física, que descansa sobre la noción movimiento es ya indiscutiblemente rebasada, y que por consiguiente esta debe cumplir su revolución Copérmica, es decir, aceptar cambiar de centro; de desligarse del movimiento para llevar su atención al ser que se mueve, y propone una disciplina que tome como objeto la acción motriz.

Por su parte Colquhoun (1992), expone la principal implicación de la metáfora del cuerpo máquina en relación con el movimiento es la noción del cuerpo como instrumento de acción motriz. El movimiento del cuerpo humano se equipará entonces al de cualquier otro objeto que se mueva y, como tal, puede ser medido, controlado y analizado cuantitativamente. Según este autor, se trata de una concepción utilitarista porque el movimiento y su resultado son definidos y valorados siempre y exclusivamente en función de su propósito, con lo que la eficacia o eficiencia determinadas por el análisis cinemático, biomecánico, kinesiológico o fisiológico se convierten en finalidades inherentes a la acción motriz.

En este orden de ideas Betancor (1995), indica que el movimiento tiene unas funciones educativas que podríamos concretar en funciones: de conocimiento, anatómico-funcionales, estético-expresivas, comunicativas, higiénicas, agonísticas, catártico-hedonísticas y de compensación. El movimiento es un fenómeno con carácter multidimensional, con un énfasis diferente según la actividad física en la que nos fijemos (sean: el juego educativo-instructivo, la gimnasia educativa o la danza educativa), modulada según la finalidad que nos propongamos en cada momento, en la actividad que diseñemos.

De acuerdo con Barbero (1996), el dualismo, representado por la metáfora del cuerpo máquina, es la concepción filosófica en la que se asienta el actual discurso hegemónico sobre el cuerpo humano en la Educación Física. Este discurso enmarca la decibilidad de lo corporal, aquello que puede decirse y, por tanto, enseñarse sobre el cuerpo. Como consecuencia, el cuerpo es considerado en nuestra cultura profesional fundamentalmente como instrumento de acción, un objeto a considerar a partir de una funcionalidad que lo trasciende. El énfasis en la comprensión puramente anátomo-fisiológica del cuerpo humano, en la eficacia y la eficiencia motriz, en la

---

---

medición de resultados y la preocupación por la mejora en la ejecución técnica y en la condición física serían algunas manifestaciones de este discurso en nuestra profesión.

Ante, todas las argumentaciones expuestas de estos diversos autores, sobre el objeto de conocimiento de la Educación Física, está presente el conflicto conceptual quien arrastra una discusión que mantiene vigencia, dada la distorsión de su objeto de conocimiento.

Por lo tanto, todas estas argumentaciones tienden a confundir, a crear discrepancias teóricas y de conocimientos, sobre la verdadera conceptualización de la Educación Física como expresa, Zamora (ob. cit.), “toda la diversidad de expresiones surgidas algunas de significación análoga (Educación Motriz, Psicomotricidad, Educación del Movimiento), han venido refiriéndose a la disciplina universalmente conocida como educación física, unas complementándola y enriqueciéndola y otras suplantándola y desviándola” (p.25). En este recuento documental observamos toda una diversidad de concepciones y postulados que evidencian el conflicto que gira en torno al objeto de conocimiento de la Educación Física y las distintas definiciones que han intentado proporcionar. En concordancia Navarro y Jiménez (2009), expresaron lo siguiente:

Si repasamos las propuestas clásicas de objetos para la Educación Física más relevantes, podemos comprobar cómo todas ellas necesitaron una teoría pedagógica en la que apoyarse (hombre en movimiento: Cagigal, 1968; educación corporal: Gruppe, 1976; modificación de la conducta motriz: Vigarello, 1978), o una teoría psicomotricista (movimiento: Le Boulch, 1971, 2002), o una teoría praxiológica (conducta motriz: Parlebas, 1971, 1981, 2001). Es decir, todas las propuestas que se apoderaron del objeto surgieron al amparo de una especialización teórica, no de una teoría global ¿Querría esto decir que todas las perspectivas de análisis de lo corporal forzosamente deberían estar bajo un mismo objeto? Si contestamos afirmativamente, sería tanto como afirmar que todos los investigadores de la Educación Física estaríamos dando muestras de una misma forma de pensamiento para lo corporal. Desde luego, algo es cierto, que, en las últimas décadas, el supuesto objeto no es un lugar de encuentro de los profesores, investigadores y profesionales (p 27).

Ciertamente, pareciera que no existe un consenso entre los profesionales de la Educación Física, se está frente a parcelas del conocimiento que arrastran todo un conflicto conceptual teórico en torno al objeto de conocimiento de la misma, que plantea un conflicto conceptual. Puede situarse este disenso del objeto de conocimiento con la problemática de los significados que se le proporciona a estos conceptos, y la concepción que le asigna desde su práctica pedagógica. Lo oportuno de la discusión de tener en cuenta el conocimiento teórico conceptual, es la formar de entender y observar las contradicciones que puedan existir entre la teoría y la práctica, a la hora de dictar la clase de Educación Física.

De allí, Zamora (ob. cit.) argumenta, “puede situarse la problemática epistemológica de la educación física, con las ciencias de la vida y las ciencias del ser humano” (p.19). Por lo tanto, es pertinente situar la problemática a partir del ser humano, considerando el docente de Educación Física y el significado que le proporciona a estos conceptos, insertos dentro su marco teórico, y la concepción que le asigna desde su práctica pedagógica, al mismo tiempo, que expresa para él, el

término movimiento humano en la Educación Física, y cómo lo orienta en su práctica pedagógica.

De manera prudente cabe señalar lo expresado por, Fraile y Hernández, (2006), “El campo de conocimiento de la Educación Física no es nada sin el conocimiento práctico, no tendría espacio social porque no respondería a las demandas sociales” (p. 70). Lo oportuno de la discusión de tener en cuenta el conocimiento práctico, es la forma de entender y observar las contradicciones que puedan existir entre la teoría y la práctica, y esto permite generar un nuevo conocimiento. Al mismo tiempo, obtener la vivencia de los conceptos y la práctica de la teoría del día a día del docente Educación Física dará una visión certera de la realidad.

Como expresa Herrera (2011), así mismo lo afirman los docentes, demasiadas preguntas y concepciones sin respuesta que hacen que la Educación Física sea aún más compleja, ya no se habla de un objeto de estudio sino de un campo del que todavía no se tiene claridad. Por otro lado, el decir que dichas posibilidades atañen la construcción propia de nuestro campo de acción y se identifican como esos problemas que imposibilitan situar nuestra disciplina como autónoma con un saber específico, por divagar entre diversas teorías estamos perdidos en la ruta epistemológica hemos desviado el camino y desconocemos nuestras propias construcciones.

Ciertamente, pudiera ser que estamos perdidos en la ruta epistemológica y esto no permite que estemos resolviendo epistémicamente los problemas propios de construcción de los conceptos, de la estructura del objeto de conocimiento, de las condiciones y explicaciones que fundamentan la producción y validación del conocimiento científico. De concebir una epistemología fundada en una manera sui generis de concebir las relaciones entre la parte teórica y la praxis disciplinar. Esta carencia epistemológica se suma a la poca capacidad de los docentes de Educación Física de construir un marco epistemológico digno de ser crítico reflexivo, de impulsar un nuevo paradigma de la enseñanza de la Educación Física, que logre conjugar la parte teórica y la praxis disciplinar.

En este sentido, desde el problema epistemológico que gira en torno a la Educación Física, tratando de dar trascendencia al campo disciplinar es pertinente considerar que tanta divergencia conceptual por adoptar uno u otro sentido teórico, es posible, que haya un distanciar y disociar la construcción conceptual de su objeto de conocimiento. A través de la epistemología de la Educación Física es como realmente se pueden realizar aportes para la elaboración teórica de este campo de saber. Al respecto Zamora (ob. cit.) expresa:

La epistemología de la educación física como espacio de reflexión teórica además de ser más reciente, constituye un nuevo campo en la educación física, que se encarga de la construcción de su saber homogéneo y del reconocimiento del mismo por la comunidad científica, del análisis lógico de las estructuras conceptuales del conocimiento de la educación física, de la construcción de su objeto de estudio científico como base para la elaboración de su “corpusdoctrinae” (p. 19).

Por consiguiente, es pertinente la reflexión epistemológica de la construcción de esa estructura conceptual del objeto de conocimiento de la Educación Física. Se puede pensar entonces, que en



---

Venezuela y el mundo tenemos un problema educativo de posible estimación teórico conceptual, que como consecuencia afecta los alcances de la Educación Física tanto teórica como práctica, cabe mencionar lo que manifiesta, Carr (2002) quien argumenta:

En consecuencia, un problema educativo, al denotar el fracaso de una práctica, muestra también el fracaso de una teoría de la que se deriva la creencia en la eficacia de esa práctica. Al destruir las expectativas de la práctica educativa, el problema educativo destruye la validez de alguna teoría de la educación lógicamente previa” (p. 109).

La cita anterior, nos hace plantear que posiblemente pudiera influir las autocríticas que tiene que plantearse en la Educación Física en Venezuela, es de carácter práctico, es decir el enfoque de disciplina recreativa que le han proporcionado algunos de los docentes especialista de esta área. Tal vez, esto le resta seriedad como disciplina de conocimiento del sistema educativo venezolano. Cabe destacar, que la problemática que se aborda es de poca sustantividad cognitiva, relacionándola con la praxis o enfocada desde la recreación o el deporte.

Lo anterior, invita a explorar otros campos para investigar salir de esos enfoques. Innovar en la Educación Física, insertarse en el campo, epistemológico. Pero si, debiendo precisar lo que le es inherente o propio a ella de aquello que no lo es. Es necesario estudiar los aportes teórico y científico en su literatura de las ciencias ajenas como la biología, la fisiología del ejercicio, la anatomía entre otras para sustentar su marco teórico categorial. De esta manera tener fundamentos al construir un cuerpo teórico propio. De esa manera servir de soporte a otras ciencias que estudian al ser humano.

Por lo tanto, este contexto así expuesto, debe ser abordado desde un enfoque epistemológico que permita entender que toda la complejidad del fin de la Educación Física es educar al Ser humano. Ya que, para educar al Ser humano, es necesario que converjan las distintas ciencias que sirven de soporte al campo de la educación y a una de su disciplina como es la Educación Física. Estas ciencias son: la psicología, física, biología, química, la neurología, es todo un universo de fenómenos que ocurren con un fin único y es el de conocer cómo se producen los procesos de enseñanza- aprendizaje para educar ese complejo cosmos que es el ser humano.

Además, un enfoque epistemológico de la Educación Física, permite la reflexión, proponer interrogantes, clarificar su objeto de conocimiento, relacionar el movimiento humano con problemas ligados al cuerpo teórico. No solo limitarse a problemas genéricos como resolver violencia escolar, sino tener una visión de la complejidad de educar la totalidad del ser humano. Por lo que, el abordaje tiene que ser una reflexión epistemológica profunda, debido a que el ser humano tiene la transversalidad de lo natural, lo social y existencial.

Por esta razón, es necesario aclarar si la Educación Física como disciplina del sistema educativo venezolano interviene diferentes campos sociales. Por lo tanto, se debe fomentar constituir una epistemología de la Educación Física con nuevas posturas y otras perspectivas. Como la postura planteada por López (1991) quién identifica en la educación física, un objeto material y uno formal, a saber:

- Objeto Material de la Educación Física: El hombre como unidad integrada.

- Objeto Formal de la Educación Física: La conducta motora (movimiento).

De tales objetos, el material no es privativo de la educación física, y es compartido y fortalecido con otras ciencias, tales como la Medicina, Psicología, Sociología entre otras. Siendo el objeto formal el más específico de la educación física.

En esta perspectiva, Schmitz (1965) propone otro enfoque ecléctico del objeto de estudio, señalando que la determinación científico-teórica del objeto se apoya en:

- El movimiento en sí, y;
- En el hombre como ser móvil y capaz de auto movimiento.

Este último planteamiento integra las dos grandes realidades de la educación física, como lo son el movimiento y el ser en movimiento.

Finalmente, todo lo expuesto es con el propósito de contextualizar, la problemática en torno al objeto conocimiento de la Educación Física con el propósito de unificar el movimiento humano como tal. De esta manera dilucidar el conflicto conceptual que arrastra la Educación Física. Entender los distintos paradigmas que existen dentro de la construcción teórica de su objeto de conocimiento, con una construcción sólida de un paradigma propio de la Educación Física que conlleve a tener sus conceptos, teorías con fundamentos epistemológicos, que logren una reflexión de los conocimientos y enriquezcan su marco categorial. En suma, clarificar el problema que presenta la Educación Física en el campo de la educación, y permitir orientar el curso de la investigación. Para sintetizar gran parte de toda la problemática descrita anteriormente, se esboza el propósito de la investigación que surgen de la necesidad de darle respuesta a la problemática entorno al objeto de conocimiento de la Educación Física.

## **Aproximación Metodológica**

En el presente escenario de la investigación, se plantea una serie de reseñas sobre la naturaleza, enfoque, y metodología las cuales fueron utilizadas. A continuación, se detallará con atención cada uno de los aspectos relacionados.

### **Naturaleza de la Investigación**

Esta investigación se encuentra dentro del paradigma interpretativo, puesto que este, es coherente con los objetivos planteados para el desarrollo de orientar el estudio, para Leal (2012) “El paradigma interpretativo es holístico, naturalista, humanista, etnográfico, se basa en la credibilidad y transferibilidad, su validez es más interna que externa” (p.128). Por su parte Lincoln y Guba (1985) señalan que para posicionarse como investigador en el paradigma interpretativo es preciso entender la naturaleza de la realidad y los modos de realizar una investigación de manera muy diferente a lo que tradicionalmente se ha entendido como investigación.

---

De acuerdo a Sandín (2003) “El enfoque interpretativo desarrolla interpretaciones de la vida social y el mundo desde una perspectiva social e histórica”, (p.56). De allí que se tomará en cuenta la vivencia de los docentes de Educación Física en el ambiente social en el que se desarrollan.

Esta investigación se abordó desde la concepción de los propios sujetos que hacen, desarrollan y reproducen los conocimientos sobre el objeto conocimiento de la Educación Física que desde su experiencia y conceptos permite tener una explicación y comprender la realidad teórica y su posterior interpretación. En esta perspectiva de investigación es dirigida hacia el significado que cada participante otorga y por tanto, interpreta de una realidad dinámica, de la cual ha formado parte de su experiencia.

### **Perspectiva y característica de la investigación cualitativa**

En perspectiva de lo que comprende el desarrollo de este estudio con un enfoque cualitativo se expondrá algunas de las características de tipo de investigación, Para Taylor y Bogdan (1987) quienes:

Consideran en un sentido amplio, investigación cualitativa como aquella que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable. Estos autores llegan a señalar las características propias de la investigación cualitativa: es inductiva. (...) Los investigadores cualitativos tratan de comprender a las personas dentro del marco de referencia de ellas mismas. Para la perspectiva fenomenológica y por lo tanto para la investigación cualitativa es esencial experimentar la realidad tal como otros la experimentan (p.19).

En este sentido esta investigación considera fundamental comprender e interpretar la realidad del fenómeno desde la perspectiva del otro desde su realidad y sus vivencias. Por lo tanto, cabe sugerir lo indicado por Sandoval (2002) el cual argumenta:

Asumir una óptica de tipo cualitativo comporta, en definitiva, no solo un esfuerzo de comprensión, entendido como la captación, del sentido de lo que el otro o los otros quieren decir a través de sus palabras, sus silencios, sus acciones y sus inmovilidades a través de la interpretación y el diálogo, si no también, la posibilidad de construir generalizaciones, que permitan entender los aspectos comunes a muchas personas y grupos humanos en el proceso de producción y apropiación de la realidad social y cultural en la que desarrollan su existencia (p.32) .

Debido a la naturaleza del estudio inserto en el paradigma interpretativo, desde el cual se desarrollan interpretaciones de la vida social. Desde una perspectiva social e histórica con realidades experimentadas por otros. La investigación se realizó dentro del campo socio educativo de la Educación Física en Venezuela, aplicando métodos cualitativos en la educación.

### **Método de la Investigación**

Para Heidegger (2006) “El método tiene que surgir de la confrontación con las cosas” (p. 62). De ahí que, la presente investigación, está enmarcada en el método de la fenomenología. En este

tipo de investigación es pertinente la interpretación y la comprensión en discrepancia con la explicación, se preocupa por la búsqueda del significado de las experiencias coexistidas, o de las cosas mismas. para Van Manen (2003) la fenomenología, hay que partir del hecho de que “el método de la fenomenología es que no hay método” (p. 48). Este autor manifiesta que, en efecto, la Fenomenología no es un método en el sentido de un conjunto de procedimientos de investigación que se pueden dominar de un modo relativamente rápido. Sin embargo, aunque la fenomenología no cuenta con un ‘método’ específico convencional, sí que se desarrolla a través de un camino (*methodos*).

Este camino se inspira en la tradición considerada como un conjunto de conocimientos e ideas, una historia de vida de pensadores y autores que, si son tomados como ejemplo, constituyen tanto una fuente como una base metodológica para presentar las prácticas de investigación en ciencias humanas.

En análogas condiciones, manifiesta Heidegger (1951) “La expresión “fenomenología” significa primariamente una concepción metodológica. No caracteriza el qué de los objetos de la investigación filosófica, sino el cómo de Ésta” (p. 37). De igual manera Heidegger (2006) expresa, la fenomenología es descriptiva: su modo de tratamiento es la descripción. Más exactamente, describir es articular, realzando, lo que se ha intuido en sí mismo. Ese articular realzando es analizar, esto es, la descripción es analítica. Con esto, si una vez más de manera estrictamente formal, queda caracterizado el modo de tratamiento de la investigación fenomenológica. La fenomenología se encarga de los fenómenos.

Al respecto, expone Sandoval (2002) la fenomenología se considera pilar conceptual de la investigación social de tipo cualitativo. Para el efecto, es orientador el trabajo de Heidegger quien describió lo que él llamó la estructura del mundo de la vida focalizándose sobre la experiencia vivida. Este concepto va a convertirse en la base de todo un nuevo marco de comprensión y de análisis de la realidad humana.

### **Fases de la Investigación**

Para Van Mannen (1990) los cuatro “existenciales” básicos para un análisis son: el espacio vivido (espacialidad), el cuerpo vivido (corporeidad), el tiempo vivido (temporalidad) y las relaciones humanas vividas.

Para el desarrollo de esta investigación los cuatros análisis antes mencionados revisten de una mayor importancia. El interés gira, entonces, alrededor de la búsqueda de acceso a la esencia de ese conjunto de existenciales, para lo cual se utilizó las fases planteadas por Spielberg (1995) quien plantea los siguientes cinco pasos:

*Fase 1:* Descripción del fenómeno: el investigador describe el fenómeno con toda su riqueza sin omitir detalles, su discurso no es riguroso, puede hablar en primera persona.

*Fase 2:* Búsqueda de múltiples perspectivas: el investigador no solamente toma en cuenta las opiniones de los sujetos de estudio, sino también la visión del fenómeno por parte de agentes externos o personas involucradas, además de su propia opinión sobre el fenómeno; cabe resaltar

---

que la perspectiva que presenta el investigador es sobre el fenómeno de estudio y no una crítica sobre las opiniones emitidas por los otros actores participantes.

*Fase 3:* Búsqueda de la esencia y la estructura: en este proceso se organiza la información a través de matrices para ser contrastada de manera que emerjan las semejanzas y diferencias sobre el fenómeno de estudio.

*Fase 4:* Constitución de la significación: una vez organizada la información e identificadas las semejanzas y diferencias se facilita la constitución de los significados, que los sujetos de estudio tienen con respecto al fenómeno.

*Fase 5:* Interpretación del fenómeno: después de haber seguido este procedimiento el investigador tiene todos los elementos para hacer la interpretación que le permita advertir la realidad de estudio; es importante señalar que todo este proceso está presidido por la epojé o suspensión de juicios

Estas cinco fases se implementaron para buscar la esencia del movimiento humano como objeto de conocimiento de la Educación Física, tal como se describe en cada fase el propósito es desde la fenomenología, analizar, describir, explorar, dar una interpretación, mediante la intuición que implica el desarrollo de los niveles de conciencia a través del ver y el escuchar. De la información obtenida de la experiencia de los actores sociales de la investigación, en esta fase se escucha explora su propia experiencia del fenómeno, con la búsqueda de perspectiva y el esclarecimiento, que comienza cuando el mismo es comunicado a través de la descripción, y la constitución de los significados de los sujetos. Se continúa con la exploración la cual involucra la identificación de la estructura del fenómeno bajo estudio mediante una conversación y un diálogo entre el sujeto y el investigador.

La significación del conocimiento se genera por medio de un proyecto conjunto, en el cual, interrogado el investigador, juntos, se comprometen a describir el fenómeno bajo estudio y la exploración en la conciencia en este estadio del proceso, el investigador reflexiona sobre las relaciones (o afinidades estructurales) del fenómeno. Por último, la interpretación de los significados, comienza con la suspensión de las creencias (reducción fenomenológica) es “suspensión temporal del juicio”, en este último paso se usa en la fenomenología para describir la experiencia vivida en una forma tal que pueda ser valorada y producir un nuevo conocimiento.

### **Actores sociales y fuentes documentales de la investigación**

Un actor social es un sujeto colectivo estructurado a partir de una conciencia de identidad propia, portador de valores, poseedor de un cierto número de recursos que le permiten actuar en el seno de una sociedad con vistas a defender los intereses de los miembros que lo componen y de los individuos que representa, para dar respuesta a las necesidades identificadas como prioritarias (Alain, 1984). En este caso se escogen como actores sociales los cuatro (4) docentes del área de Educación Física y docentes investigadores en esta extensión como especialistas, para poder conocer su concepción del movimiento humano como objeto de conocimiento de la Educación Física, realizar la interpretación de la información suministrada por parte de los



cuatros entrevistados, y se contrastó esa información con la revisión de fuentes documentales bibliográficas.

### **Escenario del estudio**

Para responder a los estudios de los fenómenos, vivencias y experiencias, la recolección de experiencias, además, de las fuentes documentales de la presente investigación, se utilizó la interpretación de contenido de la entrevista realizada a los actores sociales que fueron: en las oficinas, canchas deportivas de la Universidad de Carabobo del Estado Carabobo. Por otra parte, se procedió a usar las entrevistas en profundidad semi estructuradas vía online a docentes que se encontraban fuera del país.

### **Procesamiento de la Información Recolectada**

En este escenario nos referimos a los procesos de organizar, interpretar y analizar el contenido de la información recolectada. En primer paso cómo organizar la entrevistas, identificar el lugar para ordenar el contenido y realizar el análisis, qué procedimientos emplear para interpretar la información, cómo organizar las ideas para estructurar el análisis, al respecto cabe citar a Barrera (2009) quien dice, “el análisis de contenido constituye una actividad indagativa vinculada con los propósitos de conocer(...)constituye la actividad vinculada con la investigación que tiene como objetivo precisar las condiciones de un evento cualquiera y determinar de qué se trata.”(p.13).

Lo antes expuesto, hace referencia a la organización de la información disponible recolectada tras el proceso de entrevistas. Esta organización pasa por varias etapas las que Sandoval (2002) describe de la siguiente manera:

Una primera meramente descriptiva, donde se hace acopio de toda la información obtenida, de una manera bastante textual. Una segunda, en la que se segmenta ese conjunto inicial de datos, a partir de unas categorías descriptivas que han emergido de los mismos y que permiten una reagrupación y una lectura distinta de esos mismos datos. Una tercera en la cual, a partir de la interrelación de las categorías descriptivas identificadas y la construcción de categorías de segundo orden o axiales, se estructura la presentación sintética y conceptualizada de los datos (p.151).

Al mismo tiempo, se organizó todo el volumen de información, para reducirla y posteriormente se hizo el proceso de interpretación y análisis, aplicando la codificación y la categorización de la información, a lo que expresan, Rodríguez, Gil y García (1996) aseguran:

Entre las tareas de reducción de datos cualitativos, posiblemente las más representativas y al mismo tiempo las más habituales sean la categorización y la codificación. Incluso a veces se ha considerado que el análisis de datos cualitativos se caracteriza precisamente por apoyarse en este tipo de tareas (p.205).

---

Este procedimiento aplicado se realizó para estructurar la información obtenida en el proceso de entrevistas, las cuales arrojaron un volumen alto de información es necesario el proceso de codificación y categorización. En este orden de ideas, los mismos autores hacen mención a la categorización que hace posible clasificar conceptualmente las unidades que están cubiertas por un mismo tópico. Las categorías soportan un significado o tipo de significado y pueden referirse a situaciones, contextos, actividades, acontecimientos, relaciones entre personas, comportamientos, opiniones, sentimientos, perspectivas sobre un problema, métodos, estrategias, procesos, etc.

Este paso de interpretar la información se fundamentó en el proceso de microanálisis de, Strauss y Corbin (2002) quienes lo definen *como* “un detallado análisis, línea por línea, necesario al comienzo de un estudio para generar categorías iniciales (con sus propiedades y dimensiones) y para sugerir las relaciones entre ellas; combinación entre codificación abierta y axial” (p.62). Con respecto al microanálisis estos autores, “exige examinar e interpretar datos de manera cuidadosa, y a menudo hasta minuciosa. Cuando decimos "datos" nos referimos a entrevistas” (p. 64). Para percibir la información obtenida de la entrevista se procedió a separar el texto en unidades de espacio mediante números líneas del texto la codificación abierta.

De allí, que para este proceso Strauss y Corbin (ob. cit.) “denominan codificación abierta, etapa en la cual, fundamentalmente, se trata de dar una denominación común (código más abstracto o conceptual) a fragmentos” (p.349). Esto permite tener una idea sobre la importancia de este paso para interpretar la información recolectada.

De allí, que los conceptos que llegan a la posición de categoría son abstracciones y representan, no la historia de un individuo o grupo, sino las historias de muchas personas o grupos reducidas a términos altamente conceptuales y representadas por ellos. Aunque dejan de ser datos específicos de individuos, grupos u organizaciones, las categorías se derivan comparando los datos de cada caso; por tanto, en un sentido general, deben ser relacionadas con, y aplicables a, todos los casos del estudio.

Una vez, que los conceptos comienzan a acumularse, el analista debe iniciar el proceso de agruparlos o categorizarlos bajo términos explicativos más abstractos, o sea, en categorías. El proceso se continuó se verificó en el texto que cada oración estuviera ubicada correctamente en las categorías construidas. Después de definir categorías operacionalmente se observó la existencia de diferentes propiedades dentro de las categorías, lo cual fue necesario formar subcategorías, definen las Strauss y Corbin (ob. cit.), “Subcategorías: conceptos que pertenecen a una categoría, que le dan claridad adicional y especificidad “(p.110).

Además, una subcategoría también es una categoría, como su nombre lo dice. Sin embargo, en lugar de representar el fenómeno, las subcategorías responden preguntas sobre los fenómenos tales como cuándo, dónde, por qué, quién, cómo y con qué consecuencias, dando así a los conceptos un mayor poder explicativo. Es pertinente en esta fase del proceso resaltar lo siguiente Rodríguez, Gil y García, (ob. cit.) aseveran:

La codificación abierta pronto desemboca en la codificación axial. Recuerden que, en la codificación axial, el propósito es buscar cómo se relacionan las categorías con las subcategorías, así como desarrollar mejor las categorías en términos de sus propiedades y dimensiones, (p. 229).

En pasos posteriores, tales como la codificación axial selectiva, los datos se reagrupan por medio de oraciones sobre la naturaleza de las relaciones entre las diversas categorías y sus subcategorías. De allí, que se hizo preciso la operación conocida como codificación axial, que tuvo como propósito, buscar cómo se relacionan las categorías con las subcategorías, así como desarrollar mejor las categorías en términos de sus propiedades y dimensiones. Este paso del análisis es importante porque estamos construyendo teoría. Esto permite que a través del análisis del texto categorizado, codificado, se pueda extraer el fenómeno del estudio.

Ya con todo el proceso y las fases de codificación abierta, categorización sub categorización y codificación axial realizada deviene la integración final es una fase de suma importancia lo que Strauss y Corbin (ob. cit.) plantean “esta integración final es imprescindible. Sin ella podría haber descripciones interesantes de algunos temas, pero no una teoría, porque no hay oraciones que nos digan cómo se relacionan entre sí estos temas” (p.170). Esta fase corresponde al ordenamiento conceptual y la teorización.

El ordenamiento conceptual, es la manera de dar coherencia a toda la información y los datos obtenidos, en este sentido, con el ordenamiento se capta fenómeno de la investigación, mediante la interpretación del texto de la información recolectada de los individuos que dieron su testimonio que a su vez fueron parte de la investigación como actores sociales expresando su opinión desde sus experiencia vividas en el campo de la educación y como especialista e investigadores del área de Educación Física.

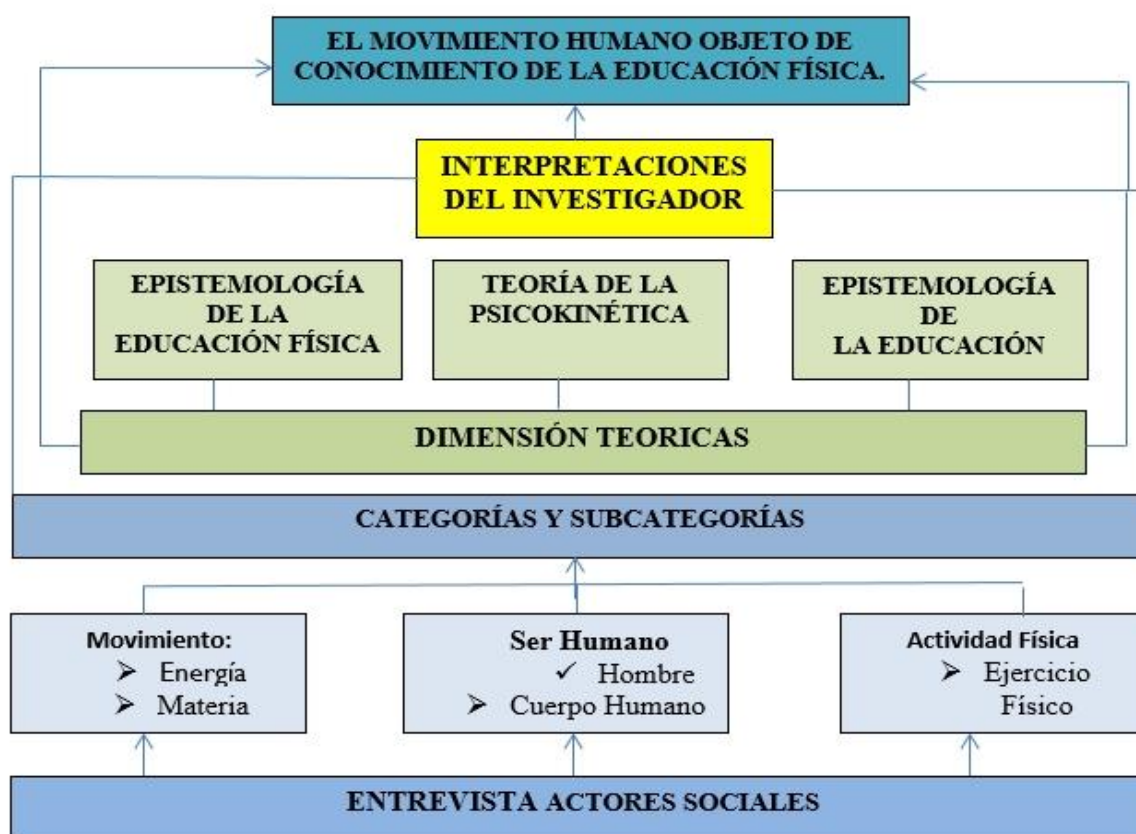
## **Constructo teórico del movimiento humano objeto de Conocimiento de la Educación Física**

*¿Cuál es la interpretación y el significado que le otorgan los docentes de Educación Física a los elementos conceptuales del movimiento humano como objeto de conocimiento de la Educación Física?*

Generar un cuerpo teórico acerca del movimiento humano como objeto de conocimiento de la Educación Física. En el siguiente estudio se expondrá un planteamiento sobre el objeto de conocimiento de la Educación Física. Desde el enfoque epistemológico se ha reflexionado sobre el conocimiento, hecha una revisión de las teorías y conceptos planteados durante las últimas décadas por distintos autores. Se ha encontrado que en la actualidad este conocimiento ha sido sometido a fuertes debates, generando controversia. El planteamiento de este estudio representa una reflexión desde la Epistemología propia de la Educación Física, sobre el conocimiento ya establecido por muchos teóricos que se han dado a la tarea de reflexionar con distintos enfoques y dando una argumentación propia que contribuye a enriquecer su marco teórico.

En este apartado se formula el Ordenamiento conceptual: organización (y a veces clasificación) de los datos, de acuerdo con un conjunto selectivo y especificado de propiedades y sus dimensiones. El Ordenamiento conceptual este se refiere a la organización de los datos en categorías (surgidas de las entrevistas a los actores sociales) con sus propiedades y dimensiones y luego se entrecruzan con las teorías ya existente que contienen categorías similares a las emergidas. Para generar un constructo teórico con los aportes del investigador dándole sentido a sus datos organizándolos de acuerdo con un esquema de clasificación.

En el proceso, se identifican asuntos a partir de los datos y se refinan según sus diversas propiedades y dimensiones generales. De ahí que, el sistema de categoría construido cubre todas las unidades diferenciadas de los datos; exclusión mutua, cada unidad se incluye en una sola categoría; único principio clasificatorio: Las categorías planteadas en la codificación axial: (Movimiento, Ser humano, actividad física), puede considerarse como un mapa de significados de esta construcción teórica graficada (gráfico 1) a continuación:



**Gráfico 1.** Aspectos para la Construcción Teórica del movimiento humano objeto de conocimiento de la educación física.

Para, el desarrollo de este planteamiento se tomó la connotación del término ser como el significado de la existencia, y entendiendo el vocablo, humano como en de la especie animal (*homo sapiens sapiens*), que es una organización biológica constituida por millones de células que a su vez forman un conjunto de órganos, sistemas y tejidos que trabajan en un conjunto y realizan actividades propias para su subsistencia.

Por lo tanto, a lo largo del desarrollo de este planteamiento cuando nos referiremos a la categoría ser humano utilizaremos la etiqueta de ser biológico. Ya que se tendrá en cuenta una categoría como es el movimiento humano, de esa manera evitar saturación del término humano, y posibles confusiones al desarrollo del planteamiento. Además para este estudio tomaremos un enfoque ontológico estudiando la naturaleza del ser biológico en relación con una fenomenología del movimiento humano, donde se plantea el fenómeno del movimiento humano como estructura no perceptible directamente, considerándolo la esencia verdadera del objeto conocimiento que estaba oculto, más allá de la apariencia de la simple percepción del movimiento humano desde la biomecánica del ser biológico sino buscando determinar las categorías fundamentales de la existencia y la realidad, la manera en que se relaciona el fenómeno del movimiento humano como un medio para la vida del ser biológico con una comprensión desde un enfoque propio de la Epistemología de la Educación Física.

Para este postulado sobre el movimiento humano como un fenómeno de la composición de la totalidad del ser biológico como organismo vivo, se va ser un planteamiento de cómo engranar los distintos campos de las ciencias para poder explicar todos los fenómenos que ocurren dentro del microcosmos que es su corporeidad. De ahí que es necesario mencionar que en muchos casos la ciencia va tener como objeto de estudio al ser biológico, en su compleja estructura ocurre uno que otro fenómeno de los tantos que estudian las distintas ciencias, por lo tanto, es necesario nombrar como se dividen según su campo de estudio.

Desde la Educación Física inserta en el campo de la educación. se utilizan ejes transversales interdisciplinarios de distintas áreas del conocimiento, tomando el término transversal con su significado estricto en relación con las áreas de conocimiento de las distintas ciencias que se encuentran conforman una unión de varios disciplinas de estudios que existen dentro del campo de la educación como son: la biología, la física, la química, la sociología y la psicología entre otras tantas, que claramente su campo se especializa por observa los fenómenos y describirlo desde su propia perspectiva.

El punto de partida, conduce a la adopción de una postura fenomenológica que tiene al movimiento humano como un fenómeno existente en todos los sistemas integrados que conforman al para la vida biológica. En este orden de ideas Capra (1982) expresa:

Los sistemas están todos integrados y sus propiedades no pueden reducirse a las de unidades más pequeñas. En vez de concentrarse en los componentes básicos o en las sustancias fundamentales, el enfoque integral hace hincapié en los principios básicos de la organización. En la naturaleza abundan los ejemplos de sistemas. Cada organismo —desde la bacteria más diminuta hasta los seres humanos pasando por la extensa variedad de

plantas y animales— es un todo integrado, luego un sistema viviente. Las células son sistemas vivientes, como también lo son los distintos tejidos y órganos del cuerpo, cuyo ejemplo más complejo es el cerebro humano (P,143).

Por lo tanto, para estos postulados el criterio fundamental va ser la existencia de la vida biológica en su totalidad, será abordado desde un marco teórico categorial de la Educación Física donde el ser biológico más que estar vivo se comprenderá como lo viviente, explicando y demostrando los nexos conceptuales existentes con la universalidad del movimiento humano. Donde lo viviente puede entender que es la vida reconocer su pasado para comprender lo vivido y de esa manera tener la capacidad de educarse. De ahí que se postula una estructura ontológica de lo viviente desde la universalidad del movimiento humano que tiene características esenciales, la primera la vida es determinante, la raíz de todo, la segunda es que la vida contiene en sí misma lo viviente la seguridad de la existencia.

Por dichas razones, la vida es la única que se interesa por sí misma. Pero la vida tiene sentido para ser la base de la Educación Física en la existencia de lo vivo, y en este caso más que vivo es lo viviente el ser biológico en su totalidad y esa totalidad es lo que se educa porque posee conciencia. Lo más importante son los nexos conceptuales encontrados, de cómo lo viviente tiene una relación inseparable con la universalidad del movimiento humano visto desde una *aproximación epistemológica de la Educación Física* donde la naturaleza del movimiento humano explique la totalidad de la existencia del ser biológico como viviente y el único ente educable desde esta perspectiva.

## Dimensiones Investigativas del Movimiento Humano

### *Dimensión Ontológica*

Desde el plano ontológico, representa la energía y la bioenergética en el movimiento como factores de la vida del Ser biológico. Lowen (1986), La bioenergética es el estudio de la personalidad humana en función de los procesos energéticos del cuerpo. La energía representa un factor importante en los procesos bioquímicos del ser biológico, donde también aplica el primer principio de la termodinámica, que afirma que la energía de la naturaleza no puede nunca ser destruida, sino solamente convertida de una forma a otra. Para Wilson (1969), “la ineludible Primera Ley de Termodinámica nos dice que la energía necesaria para fraccionar una molécula es igual a la energía que se obtiene cuando la molécula se vuelve a recomponer. Cuando comemos hidratos de carbono y los sintetizamos en nuestros cuerpos, volvemos a reconstruir la molécula de agua, y la energía que obtenemos de los alimentos es el producto de la reunión (p, 18). Pero cada vez que se produce una conversión, parte de la energía se pierde en forma de calor inútil, que se difunde a través del universo, persistiendo para siempre, pero jamás recuperable, este postulado es válido para la vida biológica.



Un poco de la energía que se mueve por nuestro sistema solar proveniente del sol es la radiación electromagnética. Estas radiaciones solares alcanzan a la tierra y son absorbidas por los sistemas biológicos existentes. Lowen (ob. cit.) “Suele aceptarse en general que la energía de un organismo animal procede de la combustión de alimentos. Las plantas, por otra parte, tienen la capacidad de captar y utilizar la energía solar para sus procesos vitales, atrapándola y transformándola en sus tejidos, que de esta manera pueden servir de alimento a los animales herbívoros” (P,45).

También, esa energía es asimilada por las plantas que son organismo vivientes menos complejos en su alimentación que logran metabolizar esa energía proveniente del sol producir sus alimentos mediante la fotosíntesis estos sistemas biológico denominado vegetales cumple la función de servir de alimentos a otros organismos biológicos de alimentación más compleja que no asimilan la energía directa del sol deben alimentarse de las plantas para absorber la energía proveniente del sol, y esos organismo en conjunto con las plantas cumplen la función de alimentar a otros organismos biológico de alimentaciones a un más complejas, entre ellos el denominado Ser Humano para función de este postulado se denomina el ser biológico como se mencionó anteriormente.

Ciertamente, el ser biológico consume alimentos cargados de energía que se ha movido en forma de luz desde el sol hasta la tierra. Wilson (ob. cit.) “En 15 minutos el sol irradia tanta energía sobre nuestro globo como la humanidad consume en todas las demás formas durante un año entero. Si bien ahora convertimos para nuestro uso solamente una pequeñísima fracción de este torrente de luz solar, tenemos a nuestra disposición una enorme riqueza de energía radiante”, (P,95). El movimiento de esa energía es constante. La cual es utilizada por ser biológico para producir el fenómeno del movimiento humano. Debe estar presente la energía para que se origine el movimiento reflejado en la vida biológica.

### *Dimensión Antropológica*

El sustento de una dimensión antropológica del movimiento humano presente en la reproducción y determinación del ser biológico que tiene la capacidad de reproducir de llevar adelante su descendencia, procrear desde lo que ha heredado desde su antepasados, mediante la reproducción que es la acción de engendrar la vida de un nuevo ser biológico, pero para que esto pueda ocurrir es necesario la participación de los progenitores, de esta manera se produzca el acto del fenómeno de la fecundación donde dos células sexuales se fusionan para combinar su información genética para la generación de una nueva célula que ser la progenie la reproducción de un nuevo ser biológico.

En este sentido, Maturana y Varela (2003) “la otra es que, como organismos, somos seres multicelulares y todas nuestras células son descendientes por reproducción de la célula particular que se formó al unirse un óvulo con un espermio y nos dio origen” (p, 36). El fenómeno del proceso de fecundación se inicia con el contacto entre las células sexuales (gametos) dicho

---

encuentro ocurre en las trompas de falopio (del aparato genital femenino), habitualmente en la región de la ampolla uterina del útero. A partir de la fecundación se define el embrión que es la reproducción del ser biológico, desde ese momento poseerá el fenómeno de movimiento.

Por lo tanto, para que el Ser biológico sea reproducido son necesarios distintos fenómenos de movimientos. El fenómeno de reproducción consiste en que, a partir de una unidad, y mediante algún proceso determinado, se origina otra de la misma clase. En el fenómeno de la reproducción del ser biológico es necesaria la unión de los componentes de sus progenitores para conformar una unidad, Maturana y Varela (2003), “la reproducción requiere la existencia de una unidad que reproducir, y esta necesariamente subordinada al surgimiento de tal unidad” (p,88). El óvulo no fecundado es parte incompleta e indeterminada del Ser biológico de igual forma el espermatozoide no eyaculado al unirse ambos conforman una unidad a reproducir.

Por esta razón, el óvulo fecundado ya es una totalidad para el origen de la reproducción. El espermatozoide y óvulo se deben mover para que exista la fecundación perfecta esto involucra el movimiento de traslación, entonces el ser biológico ya se está moviendo antes de ser determinado como ser ya había el fenómeno de movimiento en cada una de sus partes indeterminadas.

#### *Dimensión Epistemológicamente*

De las percepciones del movimiento humano del ser Biológico. Ponty (1945), El movimiento, aun cuando no pueda definirse así, es un desplazamiento o un cambio de posición. Tal como encontramos primero un pensamiento de la posición que la define por relaciones en el espacio objetivo, se da una concepción objetiva del movimiento que lo define por relaciones intramundanas, tomando por adquirida la experiencia del mundo. No hay movimiento sin móvil, no hay movimiento sin referencia objetiva, no hay movimiento absoluto. No obstante, este pensamiento del movimiento es, de hecho, una negación del movimiento: distinguir rigurosamente el movimiento del móvil, o sea que, en rigor, el móvil no *se mueve*. No hay que considerar el movimiento como una serie de posiciones discontinuas sucesivamente ocupadas en una serie de instantes discontinuos, y que el espacio y el tiempo no están hechos de un agregado de elementos discretos. Tengo la experiencia del movimiento, pese a las exigencias y alternativas del pensamiento claro, lo que implica, contra toda razón, que yo perciba movimientos sin móvil idéntico, sin referencia exterior y sin ninguna relatividad.

El ser biológico tiene presente la percepción de estar en reposo pero es solo un reposo perceptivo inexistente cuando se está sentado, acostado, dormido nuestro pensamiento consciente tiene la percepción descanso pero en interior sigue existiendo fenómenos de movimientos la actividad fisiológica vital, hay fenómenos de movimientos de defensa del sistema inmunológico, circulación de sangre, impulsos eléctricos, de ondas cerebrales, en este caso el reposo es algo que pensamos que existe pero es inexistente para el ser biológico, aun cuando cesa su vida biológica consciente el fenómeno del movimiento de la materia que lo conforma continuará en su vida biológica inconsciente se podría decir que el fenómeno del movimiento es continuo.

*El criterio del cerebro en los fenómenos de movimiento humano del ser biológico.*

Lo primero a desarrollar es cómo funciona el cerebro, respecto a los fenómenos de movimientos para su existencia. Para eso es necesario comprender su arquitectura, su desarrollo y sus funciones dinámicas. El cerebro en sus funciones superiores acopla la percepción, los sentimientos y los pensamientos propios del ser biológico. Como se ha tratado en apartados anteriores la conciencia de movimiento se encuentra asociada a los procesos cerebrales. Pero la conciencia de movimiento se encuentra en todos los fenómenos de movimiento que ocurren en la totalidad del ser biológico.

Bartra (2007) El contorno exterior más cercano al cerebro es el propio cuerpo. La vista y el oído reciben un gran caudal de información procedente del mundo extra corporal. En cambio los mapas sensoriales y motores de la corteza cerebral se conectan con las experiencias íntimas del cuerpo. Cada hemisferio cerebral contiene mapas del lado opuesto del cuerpo. Estos mapas son muy estables a lo largo de la vida y son similares en todos los individuos.

Ciertamente, el cerebro es una de las partes de la totalidad del ser biológico su relación es muy especial con los fenómenos de movimientos que ocurren en él, mediante su conectividad, su dinámica, su forma de funcionamiento, su relación con la totalidad de la corporeidad. De ahí que el criterio del cerebro en todas sus acciones es de vida o muerte, a través de los fenómenos de movimientos. Si al ser biológico lo ataca un virus el cerebro moviliza anticuerpos, si no lo realiza, o no puede movilizar los anticuerpos, el virus termina con la vida biológica consciente.

De igual manera, si el ser biológico va caminando por una calle viene un vehículo a toda velocidad hacia él, su cerebro tomará el criterio de que realice lo más pronto el fenómeno de movimiento biomecánico de correr para resguardar la vida.

Por consiguiente, el cerebro toma ese criterio de vida porque es una parte de la totalidad de la vida biológica. Entonces el cerebro como es una parte de la totalidad del ser biológico, pero el cerebro en sí contiene muchas otras partes. Esas partes, son como unos cien mil millones de células nerviosas o neuronas. Donde la capa ondulada más exterior o corteza cerebral, es la parte del cerebro de evolución más reciente, contiene alrededor de 30 mil millones de neuronas y un billón de conexiones o sinapsis que cada momento tiene un micro fenómeno de movimiento. Si contáramos un micro fenómeno de movimiento de esos que se conoce como sinapsis cada segundo, tardaríamos millones de años en acabar el recuento que quiere decir esto que el cerebro mantiene una vitalidad constante en las neuronas. De las que existe una gran variedad de formas, poseen unas proyecciones en forma de árbol llamadas dendritas mediante las cuales realizan las conexiones sinápticas que son micro fenómenos de movimientos.

*Dimensión Metodológica*

El fenómeno de movimiento humano de lo abstracto a lo concreto. Ciertamente, en estos casos, podemos plantear que el fenómeno de movimiento abstracto está en la memoria de movimiento y el fenómeno de movimiento biomecánico es lo concreto. Aunque no seamos conscientes de esos dos momentos que suceden mutuamente, no son incoherentes y suceden al

---

mismo tiempo porque nuestros estados conscientes de movimientos no sólo están unificados, sino que son internamente coherentes en el sentido de que la presencia de un determinado estado consciente movimiento no impide la presencia que ocurra otro estado de movimiento consciente.

Por esta razón, este requisito de que los estados conscientes de movimientos sean coherentes se puede apreciar también en funcionamiento complejo del ser biológico. Todos sabemos que nuestro corazón tiene un fenómeno de movimiento biomecánico consciente autónomo de contraerse y relajarse para bombear sangre a la corporeidad; al mismo tiempo en el cerebro, a través de las neuronas tiene un fenómeno de movimiento consciente pero abstracto que genera impulso de información que permite la conciencia de movimiento del corazón. Pero sin embargo, acá observamos que un estado consciente movimiento no impide la presencia que ocurra otro estado de movimiento consciente.

Por último, conviene resaltar que cada estado de movimiento consciente es no sólo unificado, sino también más o menos estable. Aunque, los contenidos de los fenómenos de movimientos conscientes cambian de forma continua en el ser biológico, la experiencia consciente de movimiento se mantiene unida. Los estados conscientes de movimientos son lo bastante estables y coherentes en él, como para garantizar que pueda reconocer el mundo que lo rodea y estar preparado para ejecutar cualquier fenómeno de movimiento ya sea voluntario e involuntario de su conciencia.

El fenómeno de movimiento humano en el sistema motor: control del movimiento reflejo y voluntario. En esta perspectiva se ha ido interpretando ese movimiento humano que se origina en el ser biológico, y como forma parte inseparable de los distintos fenómenos que se producen en su corporeidad desde la vitalidad hasta los macro fenómenos de movimientos biomecánicos. Por esta razón, la manera de educar es utilizando como medio el fenómeno de movimiento en sistema motor de la corporeidad del ser biológico. Pero esto no resulta tan sencillo como parece para que se produzca ese fenómeno de movimiento motor sucede un universo de complejos fenómenos de movimientos. Por lo tanto, es necesario resaltar que el sistema motor de la corporeidad del ser biológico produce movimiento al traducir las señales nerviosas, esas señales nerviosas son movimientos de impulsos eléctricos que se transforman en vitalidad en las células musculares.

Velayos y Diéguez (2015), El sistema motor está implicado en la realización de los movimientos del cuerpo en su conjunto o de alguna de sus partes. Estos movimientos son muy importantes para que los seres vivos realicen sus funciones y mantengan su supervivencia. Transforma señales nerviosas en contracciones musculares. Elementos implicados: Sistema Nervioso Central, nervios motores periféricos y músculos esqueléticos. Niveles jerarquizados: Médula Espinal, Tronco del Encéfalo, Encéfalo. Funciones: control del tono muscular, postura, equilibrio, movimiento del cuerpo o de una de sus partes, comunicación (lenguaje, gestos). ¿Qué se controla?: la longitud del músculo, la fuerza, la velocidad y la dirección de las contracciones. ¿Cómo se controla la fuerza?: modulando la frecuencia de los potenciales de acción de cada neurona y reclutando neuronas según el principio del tamaño.

*Dimensión Axiológica*

La ética de vida en el movimiento humano. Schrödinger (1994) ¿Cuál es el rasgo característico de la vida? ¿Cuándo puede decirse que un pedazo de materia está vivo? Cuando sigue *haciendo algo*, ya sea moviéndose, intercambiando material con el medio ambiente. Todo en el universo se está moviendo desde las distantes galaxias incluyendo la nuestra hasta nuestro planeta se mueve, aunque no se advierta el movimiento está ocurriendo desde el principio. De ahí que hasta la vida se cuantifica en movimiento, todos entendemos al tiempo cronológico, se mide a través del movimiento de la tierra en su mismo eje es lo denominamos un día, un año es lo que dura en dar la vuelta alrededor del sol la tierra. La vida biológica consciente del ser biológico cuando ya deja de ser consciente lo que llamamos muerte, el periodo de existencia de un ser biológico lo cuantificamos en años.

De ahí que, ese periodo de existencia puede expresarse en movimientos de la tierra alrededor del sol. Al moverse la tierra que es nuestro medio de estar en universo no nos estamos moviendo con ella. Capra (1982), “Según la teoría cuántica, la materia siempre es inquieta, nunca está en reposo, hasta el punto de que los objetos pueden ser concebidos como un conjunto de componentes más pequeños moléculas, átomos y partículas que permanecen en un estado de movimiento continuo” (p,46). La tierra en su interior experimenta distintos fenómenos de movimientos, los volcanes, ríos, los océanos, en concordancia nuestra corporeidad en su interioridad se está moviendo de igual forma, con un fenómeno de movimiento que se originó con dos células que se fusionaron y seguirán moviéndose infinitamente ya que la materia orgánica que la conforma no se destruirán sino estarán en continuo cambio de forma, es decir en un movimiento infinito, pero mientras que la vida biológica sea consciente del fenómeno del movimiento estará presente en ella.

Por esta razón, existirá la forma de sus manifestaciones de su preservación de su dignidad, estará representado en distintas formas y maneras será tan complejo como la vida misma. Por dicha razón, la representación de la vida biológica consciente estará en los fenómenos de movimientos, de esta manera cuando ya es un embrión sobre un ecosonograma se identifica el movimiento del corazón se sabe que está vivo ya tiene vida propia, tienen dignidad, existe, pero si no se percibe el movimiento alguno se dice que no hay vida no hay existencia, ya con el movimiento tenemos señales de vida, vemos como el movimiento da signo de vida.

Se producen cambios que afianzan la vida biológica desde su origen, estos cambios son fenómenos de movimientos que de una u otra manera se evidencian en la vida biológica de la tierra. Por consiguiente, se manifiestan con un fenómeno de movimiento ya sea de crecimiento o desplazamiento, por ejemplo, un árbol crece tiene un cambio biológico pero su estructura se mueve hace más largo su tronco y sus ramas de igual forma la corporeidad del ser biológico crecerá se moverán sus huesos sus músculos, serán más largo sus brazos sus piernas y tronco por esta razón el crecimiento también será un fenómeno de movimiento.

Por lo tanto, para que el ser biológico crezca es necesario que esté presente el fenómeno del movimiento en alguna de sus manifestaciones de la vida biológica consciente. Tortora y

---

Derrickson (2006) Crecimiento es el aumento en el tamaño corporal como resultado de un aumento en el tamaño de las células, el número de células o ambos. Además, un tejido puede aumentar de tamaño debido al incremento en el material intercelular. En el hueso en crecimiento, por ejemplo, los depósitos minerales se acumulan entre las células Oseas, haciendo crecer al hueso en largo y en ancho.

El fenómeno de movimiento humano como un factor de interacción social del ser biológico. Para comprender la naturaleza humana no sólo hemos de estudiar sus dimensiones físicas y psicológicas, sino también sus manifestaciones sociales y culturales. Los seres humanos evolucionaron como animales sociales y no logran estar bien, física o mentalmente, si no permanecen en contacto con otros seres humanos.

Se puede observar como una conversación entre dos seres humanos implica una danza sutil y casi invisible en la que la secuencia detallada de los modelos de lenguaje está sincronizada a la perfección, no sólo con los movimientos más íntimos de la persona que habla, sino también con los movimientos correspondientes del que lo escucha. Las dos personas que entablan una conversación están encerradas en una secuencia de movimientos rítmicos, complejos y sincronizados con precisión, que dura mientras permanecen atentos e interesados en la conversación.

Gil y Roblizo (2010), a consecuencia de todo ese amplio flujo de condicionantes sociales sobre cada uno de nosotros como individuos es algo que ha sido expresado de una manera muy intuitiva cuando un hombre se mueve a través de la habitación, a través de su hombro, cabeza, caderas, piernas y brazos irradia la historia de los años de su primera infancia, la influencia social en el caso de un hipotético hombre que recogiera en su corporeidad los efectos de su historia personal. A primera vista, muy probablemente esta frase se considerará porque hace referencia a movimientos corporales; la influencia de lo social no podría eclipsar tan radicalmente el potencial altamente condicionante de lo que puede ser pensado como puramente físico, es decir, objetivo o material.

Pero podemos considerar, además, aspectos *corporales* que, más allá de puros movimientos, son asimismo signos indicativos de la influencia de lo social. De esta manera, las formas que adopta la conducta corporal los gestos, la postura, las maneras, los estilos de vestir pueden ser considerados como una forma de transmitir o comunicar ciertos significados en mundos sociales diferenciados.

### *Teoría de la Psicokinética*

Le Boulch (1982), la teoría psicocinética hace énfasis en la necesidad de considerar al movimiento no como una forma en sí cuya índole se dilucida por una descripción mecánica, sino como una manifestación significativa de la conducta de un hombre: La unidad del ser sólo puede realizarse en el acto que inventa. Por esta razón, el método clásico que consiste en estudiar fragmentariamente el movimiento adoptando sucesivos enfoques anatómicos, fisiológicos, psicológicos y sociológicos, no dan una visión clara de la integridad del movimiento. Por lo



tanto, nos presenta un enfoque del movimiento humano, explicada desde la teoría psicocinética con una concepción cognitiva, profundizando en interpretar aprendizaje del movimiento humano. De ahí que, la pertinencia de esta aproximación teórica para esta investigación, Le Boulch plantea que es el momento de implementar un conocimiento reflexivo crítico que trate el movimiento humano aplicado a la educación. También que el método de la psicocinética, el cual tiene una tendencia ligeramente fenomenológica.

### *Epistemología de la Educación*

La epistemología, en los últimos tiempos se hace un referente en torno a la reflexión del conocimiento de teorías ya establecidas y en este contexto se encuentra la educación. Al respecto Jafella (1992), expresa la epistemología es una rama de la filosofía que investiga sobre el conocimiento científico y expresa en teorías el resultado de esas investigaciones. Su preeminencia en el pensamiento contemporáneo no invalida el horizonte de otras disciplinas de la filosofía. Una de ellas es la filosofía educacional especulativa, que investiga sobre los fundamentos de la educación como construcción social de la realidad y sobre la condición educable del hombre. Sus investigaciones constituyen la culminación teórica que trasciende el plano epistemológico.

### *Dimensión Teóricas*

La importancia de los referentes teóricos con la construcción de la teoría, en cuanto, epistemología de la Educación motivo a la reflexión que se demuestra por una epistemología sobre el discurso teórico del conocimiento de la Educación Física, su relevancia, se evidencia generar un conocimiento epistemológico, reflexionado sobre el movimiento humano como objeto de conocimiento de la Educación Física.

En cuanto, a la pertinencia de la teoría psicocinética es de suma importancia para la definición de un pensamiento de valoración del conocimiento propio del área y su vinculación con los postulados del movimiento humano desde la reflexión de los conceptos de una teoría propia de la educación física. Que permitió sustentar las categorías emergentes de la investigación, que dieron paso a formular conceptos para la construcción de la teoría.

Entrevista Actores Sociales:

*Categorías y Subcategorías:*

Movimiento:

- Energía
- Materia

Ser Humano

- Hombre
- Cuerpo Humano

Actividad Física

- Ejercicio Físico

---

## Consideraciones Finales de la Investigación

Hasta ahora, la interpretación teórica de la complejidad en referencia al movimiento humano, nos ha llevado a concluir que la complejidad del mismo se evidencia en su sistematicidad en la totalidad de la corporeidad, representa un compromiso óptimo entre la integración de cada una de las funciones orgánicas. Esta conclusión es coherente con el punto de vista según el cual el ser humano es holístico. Son varias las consideraciones que justifican nuestra interpretación inicial de la integración de la información en un sistema no aislado del movimiento humano. Por ejemplo, las demostraciones fenomenológicas del cerebro que generan, de forma espontánea e intrínseca, conciencia del movimiento humano.

Fue pertinente para la interpretación y construcción del concepto de movimiento humano comprender e interpretar el concepto de energía en el ser biológico, entendiendo de esa manera la sinergia y la sincronía existente entre ambos. También el movimiento humano se comprende en la unidad de la totalidad hecha corporalidad del ser biológico, en este sentido expresa Lowen (ob. cit.):

El cuerpo entero puede considerarse como una única célula cuya membrana fuese la piel. Dentro de esta gran célula, la excitación puede propagarse en cualquier dirección o en direcciones específicas: según sean la naturaleza de nuestra reacción a un estímulo. Este concepto del cuerpo como una sola célula no se opone al hecho de que dentro del hay numerosos tejidos especializados, nervios, vasos sanguíneos, membranas mucosas, músculos, glándulas, etc., todos los cuales cooperan como parte del todo para promover la vida del mismo (P, 50).

También, es conocido que fisiológicamente el movimiento humano es espontáneamente activo tanto si recibe impresiones del exterior como si no. Está firmemente establecido que, anatómicamente, y fisiológicamente el movimiento humano es holístico se produce desde las neuronas del sistema nervioso que influye en todos nuestros sistemas sensoriales. De esta manera, la actividad del sistema nervioso controla la capacidad de moverse, respirar, ver, pensar y más.

Pese a este énfasis inicial en la complejidad del movimiento humano no como un fenómeno aislado, está claro que el conjunto de relaciones dinámicas entre los sistemas funcionalmente especializados de toda la corporeidad del ser humano. Las neuronas que se encuentran en un cerebro y todos los órganos del cuerpo han desarrollado, un largo proceso de adaptación al mundo exterior y necesitan el fenómeno de la energía para que exista el movimiento humano en este sentido plantea Lowen (ob. cit.) “La proposición fundamental de que hay energía en todos los procesos de la vida en el movimiento, en el sentimiento y en el pensamiento, y que estos procesos pueden interrumpirse si falta al organismo el suministro de energía. Así, por ejemplo, la carencia de alimento agotaría o reduciría tan gravemente la energía del organismo, que se produciría la muerte” (P, 45).

Este proceso de absorción de energía por el ser humano se lleva a cabo durante la evolución, el desarrollo y la experiencia por medio de los mecanismos de interacciones entre el cuerpo, el entorno. Lo que debemos determinar teóricamente y epistemológicamente, entonces, de qué modo las relaciones dinámicas intrínsecas se relacionan adaptativamente, con los procesos educativos de la Educación Física a través del movimiento humano, con la estructura esquema del entorno el promedio en el tiempo de todas las señales características del entorno que recibe el ser humano al ser educado.

Además, puesto que en todo momento se está produciendo procesos absorción de energía y de movimiento humano es necesario también determinar la contribución en cada momento de la información efectivamente aportada por el entorno. Al respecto Lowen (ob. cit.) Los organismos vivos solo son capaces de funcionar cuando existe equilibrio entre la carga y descarga de su energía (movimiento). Mantienen un nivel de energía adecuado a sus necesidades y oportunidades. Un niño en crecimiento recibirá más energía que la que descarga, y utilizará el exceso para crecer.

De allí que, se plantea este enfoque del marco categorial que se inserta en el campo propio de la epistemología de la Educación Física tomando el movimiento humano como su objeto de conocimiento desde su esencia fundamental para educar. Partiendo que el ser humano ha sido objeto de muchas interpretaciones, estudiado tratado de ser explicado y analizado de numerosas maneras, tanto desde la filosofía como la biología, se han realizado muchos planteamientos, esta interpretación se ha realizado desde la visión propia de la Educación Física, se ha llegado a las siguientes consideraciones:

- 1) Que el ser biológico tiene la capacidad de ser consciente de su existencia, sobre todo que es un ser vivo es una organización compleja de células, donde intervienen un sistema de moléculas que se relacionan internamente.
- 2) La energía explicada desde la bioenergética en el ser humano es la manera de comprender el fenómeno de cómo es absorbida transformada y entregada de nuevo para producir los fenómenos de movimientos en el complejo funcionamiento de la corporeidad del ser humano.
- 3) El ser biológico también depende del medio ambiente para obtener materia que transforma en energía que le permiten realizar sus funciones básicas de vida a través de procesos fisiológicos, biológicos, químicos y bioquímicos. Por lo tanto, el ser humano se considera un microcosmos un universo biológico, es un sistema ordenado y armonioso de todos esos procesos mencionados anteriormente, y que se estudian desde distintos enfoques con percepciones y concepciones que interpretan la naturaleza y toda su existencia.
- 4) Para el ser biológico, la corporeidad es la forma concreta de la vida biológica, es el medio de estar en el mundo. De igual manera, existen fenómenos abstractos en la interioridad de la corporeidad que también son medios para la preservación de la existencia de vida biológica en su totalidad.

- 5) El ser biológico, en la totalidad de su corporeidad es sistemático, conformado distintos sistemas de manera holística, el movimiento humano como objeto de conocimiento de la Educación Física se interpreta de manera holística, porque toma en cuenta cada categoría presente en cada uno de los fenómenos, de los procesos biológicos, psicológicos y sociales que suceden a lo largo de su vida. Teniendo como punto de partida el fenómeno de energía-movimiento como parte de cada uno de ellos. Además, en los otros tantos fenómenos como son químicos, bioquímicos, fisiológicos, y neurobiológicos los cuales no ocurren de manera aislada; sino que lo hace en plena armonía e interdependencia.

## Referencias

- Alain, T. (1984). *El regreso del actor, ensayo de sociología*, ed. Fayard, París, Francia.
- Betancor, M. (1995). *Consideraciones histórico-antropológicas sobre el origen de la educación física y el deporte: un ensayo taxonómico*. Apuntes: Educación Física y Deportes, n° 40, 1995, 7-24.
- Barbero, J.L. (1996). Cultura profesional y currículum oculto) en Educación Física. Reflexiones sobre las (im)posibilidades de cambio. *Revista de educación [ Revista en Línea] n° 311*, 13-49. Disponible: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=19107>. [Consulta: 2021, agosto 7].
- Barrera, M. (2009). *Análisis en Investigación*. Caracas Venezuela: Quirón Sypal.
- Bartra, R. (2007). *Antropología del cerebro. La conciencia y los sistemas simbólicos*. México: FCE 236 p.; 21 x 14 cm - (Colee. Filosofía).
- Cagigal, J. M. (1978). *Educación básica para una sociedad verdaderamente deportiva*. Ponencia en el Congreso Panamericano Educación Física (pp. 5-10), México:Autor.
- Cagigal, J. (1979). *Cultura intelectual y Cultura Física*. Buenos Aires, Argentina. Editorial Kapelusz.
- Carr, W. (2002). *Una teoría para la educación. Hacia una investigación educativa crítica*. Madrid: Morata, tercera Edición.
- Capra, F. (1982). *El punto crucial: ciencia, sociedad y cultura naciente*. Buenos Aires, Argentina, by Editorial Troquel S. A.
- Colquhoun, D. (1992). *Educación para la salud emancipatoria y el potencial y las limitaciones de la educación física basada en la salud en William, T., Sparkes, A. y Almond, L. (Eds) Sports and Physical Activity, E & FN Spon, Londres*, pp. 350-362.
- Ferrater, J. (1993). *Diccionario de filosofía abreviado*. Buenos Aires. Editorial sudamericana.
- Lagardera, O. (2000). *Diccionario Paidotribo de la actividad física y el deporte (2 vol. Cartoné flexible)*. [ Libro en Línea] Disponible: [https://www.libreriadeportiva.com/libro/diccionario-paidotribo-de-la-actividad-fisica-y-el-deporte-2-vol-cartone-flexible-\\_27264](https://www.libreriadeportiva.com/libro/diccionario-paidotribo-de-la-actividad-fisica-y-el-deporte-2-vol-cartone-flexible-_27264) [Consulta: 2021, agosto 8].

- Herrera, D. (2011). Un análisis a los problemas epistemológicos de la Educación Física. *EFDeportes.com, Revista Digital*. [Revista en Línea] Buenos Aires, Año 15, N° 153, 2011 Disponible <http://www.efdeportes.com/> [Consulta: 2021, octubre 18].
- Heidegger, M. (2006). *Introducción a la Investigación Fenomenológica*. Trad. por Juan José García Norro. España: Editorial Síntesis 2° edición.
- Heidegger, M. (1951). *El Ser y el Tiempo*. trad. por José Gaos México: Fondo de Cultura Económica.
- Jafella, S. (1992). *Filosofía de la educación y epistemología de la educación Propuestas para una demarcación entre las teorías ideológicas y las teorías explicativas en educación*. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, U.N.LP.
- Leal G., J. (2012). *La Autonomía del Sujeto Investigador y la Metodología de Investigación*. Valencia, Venezuela: Signos.
- Le Boulch J. (1982). *Hacia una ciencia del movimiento humano*. Ed. Paidós.
- Le Boulch, J. (1969). *La educación por el movimiento*, Buenos Aires: Paidós: Althouse.
- Lincoln, Y, y Guba, E. (1985). *La investigación naturalista*. Beverly Hills: Sage Publications.
- López, M. (1991). *Esquema Conceptual Referencial Operativo de Educación Física y Deportes*. Argentina.
- Lowen, A. (1986), *Bioenergética*. Mexico, D. F. Talleres de impresora la palma av. central 254.
- Parlebas, P. (1991). “Educación Física moderna y la Ciencia de la Acción Motriz” Ponencia Presentada en el XIII Congreso Panamericano de Educación Física, Colombia.
- Maturana, H. y Varela, F. (2003). *El árbol del conocimiento*. Buenos Aires: Lumen.
- Navarro, V. y Jiménez, F. (2009). El conocimiento práctico de la educación física desde una visión epistemológica actual. *Revista Acción Motriz* [Revista en Línea] Disponible: <http://www.accionmotriz.com/index.php/accionmotriz/article/view/18> [Consulta: 2021, septiembre 20].
- Ponty, M. (1945). *Fenomenología de la Percepción*. Traducción: Jem Cabanes, México: Planeta-De Agostini.
- Rodríguez, G., J. Gil y E. Garcia. (1996). *Metodología de investigación Cualitativa*. Málaga: Aljibe.
- Sandin, P. (2000). Criterios de validez en la Investigación cualitativa; de la Objetividad a la Solidaridad. *Revista de Investigación Educativa*. [Revista en Línea] Vol. 18, n.º 1. Disponible: <https://revistas.um.es/rie/article/view/121561> [Consulta: 2021, septiembre 25].
- Sandoval, C. (2002). *Investigación Cualitativa*, Bogotá Colombia; Editorial Argos.
- Sergio, M. (1987). Para una epistemología de la motricidad humana, Lisboa: Compendium.
- Schmitz, J. (1965). La Ciencias del Deporte. Citius, Fortius, tomo VII, fasc. 4. Madrid. COE

- 
- Spiegelberg H. (1995). *Doing phenomenology: Essays on and in phenomenology*. Martinus Nijhoff. La Haya.
- Schrödinger, E. (1994). *¿Qué es la vida? Trad. de Greta Mayena*. Espasa Calpe, Buenos Aires.
- Strauss, A. y Corbin, J. (2002). *Basis of Qualitative Research. Londres: Sage. (Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada. Primera edición (en español): Editorial Universidad de Antioquia, diciembre de 2002.*
- Taylor, S. y Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Buenos Aires, Argentina. Paidós.
- Tortora, G. y Derrickson, B. (2006). *Principios de anatomía y fisiología*. México. Editores: Editorial Médica Panamericana S.A.
- Ugas, G. (2015). *Metodología y Epistemología. Talleres de Estudio Epistemológico en ciencia Sociales (TEECS)*.
- Van Mannen, M. (1990) *Researching Lived Experience: Human Science for on Action Sensitive Pedagogy*. London/Ontario. España: Time-Life.
- Velayos, J. y Diéguez, G. (2015). *Anatomía y fisiología del sistema nervioso central*. España: CEU Ediciones.
- Wilson, M. (1969). *La energía Lincoln*. España. Time-Life.
- Zamora, J. (2009). *Epistemología de la Educación Física*. Guatemala: Dirección General de Educación Física.

### ***El autor***

#### **José Hansel, Herrera Lozada**

Lic. en Educación en Educación Física Deportes y Recreación Universidad de Carabobo. Magister en Investigación Educativa Universidad de Carabobo. Master en Fisiología Clínica del Ejercicio, Fundación SOVESI. Master Sistema Musculo Esquelético, Fundación SOVESI. Doctor en Educación egresado de la Universidad de Carabobo.





## EL BÉISBOL EN VENEZUELA. ESE OSCURO OBJETO DE ESTUDIO PARA LA SOCIOLOGÍA.

### BASEBALL IN VENEZUELA. THAT OBSCURE OBJECT OF STUDY FOR SOCIOLOGY.

Lic. MSc. Carlos Agelvis

[carlos.agelvis@gmail.com](mailto:carlos.agelvis@gmail.com)

<http://orcid.org:0000-0002-1865-6441>

**Recibido:** 28-08-2021

**Aceptado:** 10-11-2021

### Resumen

La sociología como ciencia tiene un desarrollo tardío, ello teniendo en cuenta que su institucionalización se sucede en el siglo XIX, a partir de entonces los temas abordados por ella son diversos. La sociología del deporte constituye un área más de estudio, sin embargo, el béisbol como temática ha sido poco abordada. Evidencia de ello se encuentra en la Escuela de Sociología de la Universidad Central de Venezuela (UCV), donde los temas derivados de esta área no han tenido un desarrollo prolijo como debiera, en un país en el cual éste se considera el deporte nacional. El presente artículo tuvo como objetivo analizar la ausencia del béisbol en los Trabajos Finales de Grado (TFG) de la Escuela de Sociología de la UCV, período 2012-2015. El mismo se ubicó en la modalidad de investigación documental, con un alcance y nivel de profundidad de carácter descriptivo, tal como, lo señala Ramírez (1999), “la descripción, con mayor precisión, de la característica de un determinado individuo, situación o grupo” (p. 84). De esta manera, el artículo se orientó a la revisión exhaustiva de los TFG publicados en los años 2012-2015 de la mencionada escuela, como resultado se encontró que sólo se abordó una vez la sociología del deporte, cuyo tema era el género en el fútbol. Por esta razón se llegó a la conclusión que el juego y el deporte específicamente, no se le consideraba una actividad digna de atención por parte de las ciencias sociales, tal vez ese estigma ha provocado que se presente como un tema subalterno, entonces, se puede alegar que la sociología del deporte y su manifestación emblemática en el béisbol representa poca importancia como investigación científica dentro de la Escuela de Sociología de la UCV.

**Palabras clave:** sociología, sociología del deporte, béisbol, juego (*ludus*).

### Abstract

Sociology as a science has a late development, this taking into account that its institutionalization takes place in the nineteenth century, from then on, the issues addressed by it are diverse. The sociology of sport is another area of study, however, baseball as a subject has been little addressed. Evidence of this is found in the School of Sociology of the Central University of Venezuela (UCV), where the issues derived from this area have not had a neat

development as they should, in a country in which this is considered the national sport. This article aimed to analyze the absence of baseball in the Final Degree Projects (TFG) of the School of Sociology of the UCV, period 2012-2015. It was located in the modality of documentary research, with a scope and level of depth of a descriptive nature, as Ramírez (1999) points out. "the description, more precisely, of the characteristic of a given individual, situation or group" (p. 84). In this way, the article was oriented to the exhaustive review of the TFG published in the years 2012-2015 of the aforementioned school, as a result it was found that only the sociology of sport, whose theme was gender in football, was addressed once. For this reason it was concluded that the game and sport specifically, was not considered an activity worthy of attention by the social sciences, perhaps that stigma has caused it to be presented as a subaltern topic, then, it can be argued that the sociology of sport and its emblematic manifestation in baseball represents little importance as scientific research within the School of Sociology of the UCV.

**Keywords:** sociology, sociology of sport, baseball, game (ludus).

## Introducción

La sociología como ciencia tiene un desarrollo bastante nuevo, aunque la reflexión social data de siglos, viniéndose a formalizar como disciplina el siglo XIX en EEUU. La sociología en el caso específico de Venezuela fue objeto de reflexión por múltiples autores que se dedicaron a su deliberación, como es el caso de Laureano Vallenilla Lanz con su obra *Cesarismo democrático*. La sociología en Venezuela se institucionalizó en el año 1951 cuando se presenta el proyecto de fundar una escuela de sociología en la Universidad Central de Venezuela (UCV).

Es en los años 1952-1953 cuando comienzan las clases en la escuela de sociología de la de la UCV, desde entonces la sociología se institucionaliza y formaliza en Venezuela, creándose otras escuelas similares en las Universidades Católica Andrés Bello (UCAB), del Zulia (LUZ), de Oriente (UDO), Barinas (UNELLEZ) (Albornoz, 1970; Castro, 1988). En el caso específico de la UCV, el requisito de egreso es presentar un Trabajo Final de Grado (TFG) en donde el estudiante presenta una investigación pertinente al área sociológica, demostrando los conocimientos adquiridos durante su proceso de formación.

En este sentido es llamativo que, en el caso de la escuela de sociología de la UCV, no exista una reflexión de tipo sociológico del deporte en Venezuela, específicamente del béisbol, teniendo en cuenta que éste surge en el año 1895 en Venezuela y desde entonces su crecimiento y desarrollo han sido imparable en el país, convirtiéndose en el deporte nacional. En este sentido, el siguiente artículo busca aproximarse al porqué del poco interés de estudiar este tema, teniendo como objetivo: Analizar la ausencia del béisbol en Venezuela como objeto de estudio en los TFG de la Escuela de Sociología de la UCV, período 2012-2015. El estudio es de tipo cualitativo y se usa la revisión documental teniendo como referentes bibliográficos los conceptos de *ludens* de Huizinga y juego de Caillois.

## El Surgimiento de la Sociología como Ciencia

Si bien las evidencias del interés por lo social se pueden ubicar en Grecia y Roma e incluso en el islam medieval donde autores como Aristóteles, Polibio o Ibn Jaldun son los representantes más destacados, no sería sino en el siglo XIX donde surgirían los pensadores sociales que serían reconocidos como sociólogos (Shils, 1971; Ritzer, 1997). No obstante, la sociología tiene su origen en el pensamiento de Augusto Comte (Elias, 1982), de hecho, acuñó el término de sociología<sup>1</sup> como una nueva ciencia ubicada bajo el manto de la física o la biología (ob. cit), por esta razón la sociología y el positivismo se interrelacionan de manera inextricable, por ello el modelo hipotético deductivo se hizo extensivo al análisis sociológico (Damiani, 1994). Básicamente la sociología toma de la biología sus categorías de análisis (Moya, 1970), siendo la sociedad su objeto de estudio, adquiriendo de esta forma su identidad.

La sociología consigue el estatus de ciencia cuando logra una personalidad independiente, y es el francés Emile Durkheim quien se esfuerza en construir una teoría sociológica autónoma entre la biología y la psicología (Moya, 1970). Éste fue el único de los fundadores que se dedicó formalmente a la carrera de sociología de manera oficial (Shils, 1971), no obstante, a su muerte (1917), no quedó ninguna estructura que permitiera la continuidad de esta disciplina en Francia. De igual forma en Alemania e Inglaterra la sociología no tuvo grandes espacios, siendo en EEUU específicamente en la Universidad de Chicago que se institucionaliza como disciplina (op. cit), más concretamente en el año 1892. Si bien ya en 1880 se dictaban cursos de sociología, con la llamada Escuela de Chicago, se formalizó por primera vez la sociología como disciplina universitaria (Ritzer, ob. cit)<sup>2</sup>.

## El Interés de la Sociología

Usando como referencia a dos de los padres fundadores de la sociología: Durkheim y Weber para comprender el objeto de estudio de esta disciplina, es necesario identificar en el primero la noción de hechos sociales, en las Reglas del método sociológico, los define como: *...todo modo de hacer, fijo o no, que puede ejercer sobre el individuo una imposición exterior; o también, que es general en la extensión de una sociedad dada, al mismo tiempo que posee existencia propia, independientemente de sus manifestaciones individuales*” (Durkheim, s.f, p. 39, cursivas en el original).

Para Weber, en su libro Economía y sociedad, la sociología es: “una ciencia que pretende entender, interpretándola, la acción social para de esa manera explicarla causalmente en su desarrollo y efectos” (Weber, 1997, p. 5). Ambos autores se abocaron a estudiar diversos fenómenos sociales, en el caso de Durkheim: las formas elementales de la vida religiosa (1992),

<sup>1</sup> De hecho, le denominó física social.

<sup>2</sup> La Escuela de Chicago se decantó por estudiar el ámbito urbano, siendo la ciudad de Chicago una suerte de laboratorio para el estudio de la urbanización y sus problemas (Ritzer, 1998).

la división del trabajo social (1995) y el suicidio (1998). Y Weber: Historia económica general (1974) y la Ética protestante y el espíritu del capitalismo (2008)<sup>3</sup>.

La sociología detenta un alto nivel de complejidad dado el objeto de estudio: la sociedad, es por ello que los sociólogos se han especializado o consagrado en lo que Elias (ob. cit) denomina sociologías específicas. Así se tienen sociología de la: organización, criminal, del deporte por citar algunas. De hecho, Pratt Fairchild señala:

Las distintas escuelas sociológicas insisten y ponen de relieve en grado diverso los factores relacionados, algunas subrayando las relaciones mismas, tales como la interacción, la asociación, etc.; otros destacan a los seres humanos en sus relaciones sociales, concentrando su atención sobre el *socius* en sus diversos papeles y funciones (Pratt Fairchild, 2006, p. 282, cursivas en el original).

Por lo anterior se colige que para la sociología ninguna manifestación social le es ajena, siendo el deporte un campo más de estudio. A continuación, se verá de forma breve la institucionalización de la sociología en Venezuela.

### **La Institucionalización de la Sociología en Venezuela**

La historia de la creación de la escuela de sociología se remonta al año de 1951, cuando el profesor de sociología rural de la universidad de Wisconsin George Washington Hill, presentó el proyecto de crear un organismo destinado a la formación de especialistas en ciencias sociales (Albornoz, ob. cit). Para el año 1952-53 se institucionaliza la sociología con la creación del departamento de sociología y antropología, siendo su primer director George W. Hill. Para el año de 1956-57, adquiere el estatus de escuela, coincidiendo con el egreso de 11 graduandos de sociología y antropología cultural (Castro, ob. cit).

Este importante hecho no estuvo exento de controversias, pues se señaló que la fundación de la escuela de sociología de la UCV fue usada como instrumento de la CIA por parte de EEUU para espiar las acciones llevadas a cabo en las comunidades por parte de los movimientos de izquierda (Castro, ob. cit). Por ello se cuestionó la formación del sociólogo, aunado al hecho de que se hacía mucho énfasis en el enfoque de tipo funcionalista que no cuestionaba a la realidad en contraposición al marxismo que se presentaba como crítico a la sociedad capitalista (Castro, ob. cit). La preminencia del marxismo en cierto sentido limitó la cabida de otros enfoques, por lo que cualquier tema que se intentara de estudiar debía tener una orientación dialectico crítica, lo que reducía todo a un problema de lucha de clases y la imposición de un modelo burgués explotador que legitimaba un sistema capitalista.

Desde este punto de vista el deporte se puede concebir como una ciencia experimental del rendimiento corporal a imagen y semejanza de la sociedad industrial capitalista (Brohm, 1982).

---

<sup>3</sup> Se colocan de forma breve los títulos de algunos de los trabajos publicados por ambos autores.

No obstante, existen otros enfoques que pueden ampliar este campo de estudio y no reducirlo a ser un simple producto más del sistema capitalista.

### La Sociología del Deporte

La creación a mediados de los 60 del siglo XX, del Comité Internacional de Sociología del Deporte, consolidó el estudio en este campo, profundizando en el impacto del deporte en la vida de los individuos y grupos sociales (García y Lagardera, ob. cit). Sin embargo, para Brohm (ob. cit) la sociología del deporte como hecho social no había sido estudiada de manera amplia por parte de la sociología.

Por consiguiente, debe ser abordado desde un enfoque pluralista porque como sostienen García y Lagardera (ob. cit), el deporte debe ser visto por los sociólogos como "...un reflejo de los desequilibrios y conflictos de las sociedades industriales, mientras que otros consideran este mismo fenómeno social del deporte como fuente potencial del progreso y la plenitud que permite tal tipo de sociedades" (García y Lagardera, ob. cit, p. 13). Teniendo esto en consideración a continuación se hará una breve exposición sobre los temas tratados en los TFG de la Escuela de Sociología de la UCV para el período 2012-2015.

### El Béisbol: orígenes

En el siglo XVIII se jugaba en Inglaterra un deporte conocido como "*Rounders*", era similar al béisbol sólo que se jugaba con una pelota más suave, los outs se conseguían lanzando la bola a los corredores. En EEUU existía una modalidad similar denominada "*Town Ball*", donde existía el mismo principio sólo que la bola era más dura (Garber, 1994).

Sería en el año de 1839 en la ciudad de Coperstown, New York donde supuestamente, Abner Doubleday modificaría el "*Tow Ball*" y agregaría algunas innovaciones que lo harían similar a lo que hoy se conoce como béisbol, como las figuras de pitcher y cátcher. Sin embargo, esto es considerado un mito ya que Doubleday un héroe de la guerra civil estadounidense nunca mostró interés por el béisbol (Cockcroft, 1999). De hecho, según lo escrito por Cockcroft (ob. cit) fue una creación por parte del vendedor de artículos deportivos Albert Spalding y los dueños ricos de equipos de béisbol en EEUU para reivindicar como propio un deporte creado y exclusivamente jugado por hombres blancos.

Para Cockcroft (ob. cit) esto tenía una relación con las intenciones expansionistas de EEUU ya que: A los ojos de Spalding y sus amigos, el tema de los orígenes del béisbol incluía algunos asuntos espinosos del orgullo nacional y la "supremacía blanca". Los Estados Unidos acababan de intervenir en Cuba, Puerto Rico y las Filipinas después de la guerra de 1898 contra España (Cockcorft, ob, cit, p. 27)<sup>4</sup>.

Spalding y sus colegas habían encontrado evidencias que el béisbol no era una invención 100% estadounidense blanca de civilización occidental ya que:

---

<sup>4</sup> Es interesante señalar que anterior a 1898 ya hubieran jugado peloteros afroamericanos y latinos, siendo el colombiano Luis "*jud*" Castro el último latino que jugó con los Atléticos de Filadelfia (Cockcroft, ob. cit).

Muchas civilizaciones indígenas, como los indios siboneyes de Cuba y los indios caguana de Puerto Rico, habían jugado pelota mucho antes de que llegara Cristóbal Colón. Los nativos le llamaban al juego de los siboneyes “batos”, porque usaban un “bate” y una pelota. Spalding y sus amigos se enteraron de que varias civilizaciones indígenas de Centroamérica y de México también jugaban pelota y que posiblemente la trajeron a lo que hoy es el suroeste de los Estados Unidos muchos años antes de que las colonias inglesas se establecieran en Plymouth Rock (Cockcroft, ob. cit, p. 27).

Sería en 1846, el 19 de junio cuando Alexander Cartwright agregará los tres outs por inning y las nueve entradas, ello sería puesto en práctica en el juego entre los New York Nine y los Knickerbockers, ganando los primeros 23 carreras a 1 (Garber, ob. cit).

### **El Béisbol en Venezuela**

El 23 de mayo de 1895, se juega el primer juego de béisbol en Venezuela, en Quebrada Honda, Caracas. Ese domingo jugó en escuadra dividida, el primer equipo fundado en Venezuela: el Caracas Baseball Club (González, 2003), 49 años después del primer partido jugado en EEUU. Es de destacar que este deporte fue desarrollado por jóvenes venezolanos, estadounidenses y cubanos, aunque la variante *rounders* pudo haber sido traída antes por los ingleses a Venezuela y a otras partes de América (Cockcroft, ob. cit).

A partir de entonces se hace extensivo a otras regiones del país, sin embargo, debido a la inestabilidad política reinante en Venezuela, el béisbol tuvo un pequeño receso (González, ob. cit). En 1900 resurge cual ave fénix, y se realiza el primer campeonato de béisbol, además se experimenta un avance en cuanto a la forma de jugar este deporte cuando el cubano Emérito Agudín introduce técnicas desconocidas hasta entonces, como el toque de bola y los lanzamientos en curva (González, ob. cit).

Los inicios del siglo XX entonces marcan el desarrollo progresivo del considerado deporte nacional de Venezuela, por ejemplo, se hizo famoso el equipo Los Samanes, donde militó el poeta Andrés Eloy Blanco, y la tercera base Gustavo Machado fundador del Partido Comunista de Venezuela (PCV) (González, ob. cit).

En el año de 1916 ya habían más de cien equipos en Venezuela, circulan las primeras barajitas (tarjetas) de béisbol, de igual manera se comienza a aplicar el cobro por presenciar los juegos (González, ob. cit). Sin embargo, para el año 1918-1919, a raíz de una visita de dos equipos puertorriqueños: Borinquen Stars y Fisk Cord, se asumen mejoras en los equipos y se aprenden nuevas técnicas. Se comienza a usar los zapatos *spikes*, se aprende el bateo y corrido, el pitcher relevo y el manager adquiere un rol más activo (González, ob. cit).

El 26 de abril de 1931, se realiza la primera transmisión radial de un juego de béisbol, entre el Royal Criollos y el Magallanes por la Broadcasting de Caracas en la voz de Esteban Ballesté (González, ob. cit).



Es el año de 1941<sup>5</sup> el más importante y que determinó que el béisbol se convirtiera en el deporte nacional, ya que fue la victoria de la selección de Venezuela en la IV Serie Mundial de Béisbol amateur, definiéndose la final a la poderosa Cuba (González, ob. cit). Cabe destacar que el jugar béisbol no era bien visto, así lo señaló Alfonso Carrasquel quién afirmó: "...los jugadores éramos considerados vagos, algo en contra de la sociedad venezolana. Y cada vez que un padre veía a su hijo jugando béisbol o fútbol, casi cualquier deporte, lo consideraba negativo porque aquello no era oficio ni profesión" (Socorro, 1994, 26). Sin embargo, eso cambió, cuando los campeones del 41 fueron recibidos como héroes y se decretó el 22 de octubre como día nacional del deporte (González, ob. cit).

### **¿Por qué la Sociología en Venezuela ha sido tan esquivada para considerar el Béisbol como objeto de investigación sociológica?**

El béisbol en Venezuela como se pudo observar, debido a la larga data de su práctica, ha sido objeto de consideración por diversos actores de la sociedad venezolana. En el ámbito musical la orquesta Billos Caracas Boys tiene 2 temas dedicados a los Navegantes del Magallanes<sup>6</sup>. También los intelectuales venezolanos desde Miguel Acosta Saignes quien escribió sobre el Royal Criollos, Guillermo Meneses que, en su obra Campeones, aborda como telón de fondo no sólo el béisbol sino también el boxeo<sup>7</sup>, hasta José Ignacio Cabrujas quien expresó su frustración como fanático de los Tiburones de la Guaira (Cf Avalos, I. 2014). En el cine se enfocó la rivalidad entre los equipos Leones del Caracas y Navegantes del Magallanes con la película "Papita, maní y tostón" del 2013.

Pese a la importancia que tiene el béisbol en diversas esferas de la vida social, la mayoría de los textos sobre éste en Venezuela tienen carácter de crónicas o compilados estadísticos, si bien algunos atisban la importancia del béisbol en la idiosincrasia del venezolano, no logran ir más allá de los meros enunciados (Ávalos, ob. cit). Por ejemplo, la primera final entre los Leones del Caracas y Navegantes del Magallanes el 31 de enero de 1994, provocó que el presidente Rafael Caldera redujera a 10 minutos su alocución para anunciar su equipo de trabajo gubernamental (Figuroa y González, 2006). Ello demuestra la gran influencia de este deporte en la vida cotidiana del venezolano, no obstante, en el ámbito sociológico ha adolecido de un análisis riguroso.

---

<sup>5</sup> Este evento aunque desconocido por la mayoría de la generación de venezolanos del siglo XXI, tuvo un impacto similar al que se experimentó en 1992, cuando la selección de Venezuela se enfrentó al denominado Dream Team, nombre de la selección de baloncesto de EEUU, formada por jugadores profesionales adscritos a la NBA, es de destacar que este equipo es considerado como uno de los mejores de la historia del baloncesto olímpico al contar con figuras como Michael Jordan, Larry Bird o Charles Barkley por mencionar algunos. Se puede hablar de un resurgimiento en la práctica de baloncesto en Venezuela.

<sup>6</sup> Los títulos son: "No hay quien le gane, al Magallanes" y "Magallanes será campeón".

<sup>7</sup> Lamentablemente por razones de interés el boxeo merece un estudio aparte por lo que se le menciona aquí como mera referencia.

Esto se apoya en las palabras del profesor Ignacio Ávalos (ob. cit) quien confiesa en su libro, que nunca en su formación profesional como sociólogo se discutiera del deporte como objeto de interés investigativo, valga señalar que es egresado de la Escuela de sociología de la UCV. De hecho, a pesar de que se afirma que el 70% de los venezolanos ha manifestado interés por el béisbol, no se ha considerado digno de ser investigado. A continuación, se tratará el concepto de *homo ludens* trabajado por Huizinga y Caillois para comprender la razón por la cual lo lúdico no es considerado como objeto de estudio, teniendo en el béisbol su representación.

## **El Concepto del Homo Ludenz de Huizinga a Caillois**

El juego ha sido considerado en diversas áreas de conocimiento, como las ciencias sociales, económicas, la educación por citar algunas, sin embargo, Duvignaud (1997) considera que no se ha abordado de la manera adecuada y que las únicas excepciones la constituyen Huizinga y Caillois, el primero con su *Homo ludens* (2008), y el segundo con *Los juegos y los hombres. La máscara y el vértigo* (1986).

Es John Huizinga quien desde el campo de la antropología fue uno de los primeros que trató de definir en su obra al *homo ludens* contraponiendo al *homo faber*, donde el juego se halla presente tanto como una manifestación biológica como social (Huizinga, 2008). Es necesario señalar que un defecto del enfoque de Huizinga es el buscar mostrar el espíritu de lo lúdico en todas las expresiones culturales, pero no profundiza en la noción de juego, de hecho, emplea la noción de lúdico y juego de forma indistinta (Rivero, 2015). La noción de *ludens* o lúdico como señala Duvignaud (ob.cit) no se consideran dignas de estudio dentro de una economía de mercado y tecnología, dando poco espacio a lo creativo, ya que lo lúdico es considerado como lo opuesto a lo serio, no es redituable, es la broma a diferencia del trabajo, tal vez por esa razón se le desdeñe.

En el campo de la sociología Caillois (1986) también analizó el tema del juego, al igual que Huizinga parte de la idea de que el mismo se opone a la seriedad porque es frívolo y no produce nada. El mismo autor encuentra que las disposiciones psicológicas del juego constituyen factores importantes de la civilización, el placer del juego consiste en vencer obstáculos arbitrarios, hechos a la medida del jugador que difícilmente se encontrarán en el mundo real.

El citado autor, se le debe el haber aportado tres aspectos a la discusión sobre el juego: primero haber teorizado sobre él, segundo reconocer el rol de los jugadores "...y el haber rescatado de Huizinga la idea de juego primitivo y juego avanzado para hablar de los polos del continuo evolutivo del juego, a los que llamará *paidia* y *ludus*" (Rivero, 2016, p. 56).

Caillois (ob. cit) divide las manifestaciones del juego en 4 categorías: *Agon* (competencia) se manifiesta de forma institucionalizada en los deportes y en la vida social en las competencias, concursos y su desviación o corrupción lo constituye la violencia, el deseo de poder y la astucia. La *Alea* es la manifestación de la suerte en los hipódromos y juegos de lotería, en su expresión social se encuentra en la especulación bursátil y su corrupción es la astrología o la superstición. *El mimicry* (simulacro) se manifiesta en el carnaval, cine o teatro las formas institucionales son el

uniforme, la etiqueta y su corrupción son la enajenación y el desdoblamiento de la personalidad. Por último, está el *Ilinx* (vértigo) que se manifiesta en actividades tan disímiles como deportes considerados extremos como el alpinismo, el esquí, así como la embriaguez y la adicción a la velocidad, su institución social se manifiesta en las actividades que impliquen dominio del vértigo y su corrupción son el alcoholismo y las drogas (Caillois, ob. cit).

Para las personas comunes y corrientes el juego es una suerte de actividad de esparcimiento, no así para los atletas profesionales para quienes el *agon* o la *mimicry* dejan de ser una distracción a la fatiga del trabajo son ahora su trabajo. En otras palabras, Caillois (ob. cit). lo anterior se puede resumir así: si no juegan bien o rinden, no pueden comer. Lo anteriormente afirmado se puede evidenciar en el caso del béisbol venezolano que pasó de ser una actividad lúdica donde prevalecía el *agon* a incorporarle un componente de profesionalización, donde sectores sociales considerados bajos económicamente hablando, creen en el béisbol como una forma de profesión y por ende de ascenso social.

La afirmación anterior se puede ejemplificar en un TFG del año 2019 en el cual el autor de este artículo sirvió de tutor, cuyo título fue: “El béisbol profesional como generador de expectativas en cuanto proyecto de vida”, presentado por la bachillera Karleth Mejias, en éste se buscó conocer tanto las motivaciones, así como las expectativas de 4 jóvenes entrevistados y que jugaban al béisbol. A modo de cierre se puede señalar que con el advenimiento de la sociedad industrial en el siglo XVIII y su consolidación en el siglo XIX, el *ludus* dio paso al *faber*, por esta razón toda referencia al ocio era mal vista, entendiéndose que la sociología nació en ese contexto industrial del *homo faber* y con aspiraciones de ser una ciencia, temas como el juego tenían poco interés científico.

## Metodología

El presente estudio se ubicó en la modalidad de investigación documental que, de acuerdo con el Manual de Trabajos de Grado de Especialización y Maestrías y Tesis Doctorales de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL 2016), se entiende como:

El estudio de problemas con el propósito de ampliar y profundizar el conocimiento de su naturaleza, con apoyo principalmente, en trabajos previos, información y datos divulgados por medios impresos, audiovisuales o electrónicos. La originalidad del estudio se refleja en el enfoque, criterios, conceptualizaciones, reflexiones y, en general, en el pensamiento del autor (p. 20).

Así mismo, el Manual de la UPEL plantea que, según los objetivos de la investigación documental, ésta se puede presentar como una “integración, organización y evaluación de la información teórica y empírica existente sobre un problema....” (p. 20).

En ese mismo orden de ideas, la investigación tiene un alcance y nivel de profundidad de carácter descriptivo, así como, lo señala Ramírez (1999), “la descripción, con mayor precisión, de

la característica de un determinado individuo, situación o grupo” (p. 84). De esta manera, el estudio se orientó al análisis crítico de aspectos relacionados con la ausencia del beisbol en los TFG de la Escuela de Sociología de la UCV. En cuanto al nivel descriptivo, se detalla que al considerar que se hace una descripción y análisis de elementos, factores y aspectos psicológicos que fundamentan el tema del objeto de estudio.

En relación a las técnicas de recolección de datos, Orellana y Sánchez (2006.) afirman que: “las formas «tradicionales» o convencionales consideran a las bibliotecas, los intercambios cara a cara, los documentos (escritos, visuales, auditivos, objetos) (p.206). No obstante, para efecto de esta investigación la información adecuada al tipo de estudio, se utilizaron la técnica de revisión u observación documental en primera estancia; donde se especifica la técnica de revisión bibliográfica, a objeto de explicar que en la mayoría de las investigaciones deben estas apoyarse en la técnica de la observación documental o bibliográfica. En segunda estancia el fichaje: esta técnica se asumió a fin de registrar el material bibliográfico y documental seleccionado con la temática estudiada y por último el Sistema Fólder, el cual, permitió el registro de la información recopilada a través de lectura explicativa. Tal como lo plantean Finol y Villalobos (1998), explican que a través de este sistema “... se recoge información en hojas sueltas que luego se van agregando a una carpeta organizada en función del plan o esquema de trabajo”. (p. 70). Esta etapa permitió estructurar el material de acuerdo a los objetivos planteados para su posterior análisis.

Para el análisis de la información, se confrontó la realidad en la que se circunscribe el estudio con lo establecido en la teoría relacionada con el tema y, una vez completada la información, se describió e interpretó a partir de la experiencia profesional del investigador para luego para proceder a la elaboración de un cuerpo de conclusiones.

## **Resultados**

### *Los temas de la sociología en la Escuela de Sociología de la UCV período 2012 al 2015*

La Escuela de Sociología de la UCV contempla que los estudiantes para egresar deben presentar un Trabajo Final de Grado, en donde deben demostrar los conocimientos adquiridos durante su formación de pregrado. En este sentido los temas abordados por los estudiantes son diversos, debido al alcance de la sociología, por eso se realizó una clasificación de los TFG (ver cuadro 1) presentados durante el período 2012 al 2015 de la Escuela de sociología de la UCV.

Se explica, que la diversidad de los temas objeto de investigación durante el período seleccionado es muy variado, por lo tanto, se trató de ser lo más exhaustivo en su clasificación atendiendo al título de las investigaciones, así como sus palabras claves. La categoría otros corresponden a temas que eran únicos (un solo TFG) y por ende no se consideraron para su clasificación. Como se puede observar en el cuadro 1, en los períodos comprendidos del año 2012 al 2015 en la Escuela de Sociología de la UCV, sólo un TFG abordó el tema de la sociología del deporte, específicamente en el área del género en el fútbol.

Esta información fue proporcionada por la Coordinación de TFG de la Escuela de Sociología. Todos los trabajos suman en total 78 TFG entregados, de los cuales uno (1) fue sobre sociología del deporte, en ese aspecto se puede determinar a *priori* que tal área dentro de la Escuela de Sociología de la UCV, no recibe mucha atención como tema de estudio.

### Cuadro 1

#### Temas abordados por los TFG en la Escuela de sociología de la UCV del 2012 al 2015

Año	Número de TFG	Aspectos de abordados por la sociología
2012	31	Política:4 Religión:2 Pobreza/vulnerabilidad:3 Demografía:3 Estética/música3 salud:2 identidad:4 imaginarios/representaciones:3 otros: 7
2013	17	Identidad: 1 Demografía: 2 Urbanismo: 2 Políticas públicas: 2 Religión: 2 Política: 4 Violencia/delincuencia:2 Otros:2
2014	12	Deporte:1 Música/tradición:2 Identidad: 2 Violencia/DDHH: 2 Otros: 5
2015	18	Organizaciones: 2 Políticas públicas:2 Sexualidad: 3 Género: 3 Representación social: 5 Otros: 3

*Nota.* Elaboración propia del autor.

## Conclusiones

La sociología como disciplina tiene un desarrollo relativamente reciente, siendo el siglo XIX su institucionalización formal en EEUU, a partir de entonces ésta se enfocaría en las distintas manifestaciones sociales. En ese aspecto la sociología del deporte es una de ellas, comenzándose a desarrollar en la década de los 60 del siglo XX, abordando este tema desde los ámbitos críticos hasta los de integración social.

En el caso de la Escuela de Sociología de la UCV, la sociología del deporte se inclina hacia el béisbol como objeto de estudio, no obstante, éste no ha recibido la atención que le ha merecido en la sociedad venezolana: el deporte nacional. Esto se debe a que el tema del juego según lo señalado por Huizinga y Caillois es menospreciado por ser considerado una actividad poco seria. Como se pudo observar en torno al juego y al deporte específicamente, no se le consideraba una actividad digna de atención por parte de las ciencias sociales, tal vez ese estigma ha provocado que se presente como un tema subalterno, entonces, se puede alegar que la sociología del deporte y su manifestación emblemática en el béisbol representa poca importancia como investigación científica dentro de la Escuela de Sociología de la UCV.

## Referencias

- Albornoz, O. (1970). *La sociología en Venezuela*. Venezuela: Monte Ávila.
- Ávalos, I. (2014). *Memorias de un feligrés*. Venezuela: Libros el Nacional.
- Brohm, J. (1982). *Sociología política del deporte*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Caillois, R. (1986). *Los juegos y los hombres. La máscara y el vértigo*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Castro, G. (1988). *Sociólogos y sociología en Venezuela*. Venezuela: Fondo editorial Tropikos\_Unesco.
- Cockcroft, J. (1999). *Latinos en el béisbol*. México: Siglo veintiuno editores.
- Damiani, L. (1994). *La diversidad metodológica en la sociología*. Venezuela: Fondo Editorial Tropikos.
- Durkehim, E. (s.f). *Las reglas del método sociológico*. Argentina: La pléyade.
- Duvignaud, J. (1997). *El juego del juego*. Colombia: Fondo de Cultura Económica.
- Elias, N. (1982). *Sociología fundamental*. España: Gedisa Editorial.
- Figuroa, C y Gonzáles, J. (2006). *60 juegos memorables en 60 años de la LVBP*. Venezuela: Grupo Editorial Norma.
- Finol de Navarro, T. y Nava de Villalobos, H. (1998). *Proceso y Productos en la Investigación Documental*. (2ª Ed.). Maracaibo: Universidad del Zulia.



- García, M y Lagardera, F. (2013). La perspectiva sociológica del deporte. En F. García, N. Puig, & F. Lagardera, *Sociología del deporte* (págs. 11-42). España: Alianza Editorial.
- Gerber, G. (1994). *Inside Baseball*. USA: A Friedman/Fairfax book.
- González, J. (2003). *El béisbol en Venezuela*. Venezuela: Fundación Bigott.
- Huizinga, J. (2008). *Homo ludens. El juego y la cultura*. Madrid: Fondo de Cultura Económica.
- Mejias, K. (2019). *El béisbol profesional como generador de expectativas en cuanto generador de expectativas en cuanto proyecto de vida (estudio de casos)*. Trabajo Final de Grado para optar al título de socióloga, inédito: Universidad Central de Venezuela.
- Moya, C. (1970). *Sociólogos y sociología*. España: Siglo Veintiuno Editores.
- Orellana, D. y Sánchez, C. (2006). técnicas de recolección de datos en entornos virtuales más usadas en la investigación cualitativa. *Revista de Investigación Educativa*. [Revista en Línea] vol. 24, núm. 1. Disponible: [www.redalyc.org/articulo.oa?id=283321886011](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=283321886011) [Consulta: 2022, febrero 26]
- Pratt Fairchild, H. (2006). *Diccionario de sociología*. México: Fondo de Cultrua Económica.
- Ramírez, T. (1999). *Proceso de Investigación*. Caracas: Editorial Carhel.
- Ritzer, G. (1997). *Teoría sociológica contemporánea*. España: Mc Graw-Hill.
- Ritzer, G. (1998). *Teoría sociológica clásica*. México: Mc Graw-Hill.
- Rivero, V. (2016). El juego desde los jugadores. Huellas en Huizinga y Caillois. *Enrahonar. Quaderns de Filosofia*. [https://revistes.uab.cat/enrahonar/article/view/v56-rivero/663-pdf-es\(56\)](https://revistes.uab.cat/enrahonar/article/view/v56-rivero/663-pdf-es(56)), 49-63.
- Shills, E. (1971). *Génesis de la sociología contemporánea*. España: Seminario y Ediciones S.A.
- Socorro, M. (1994). *Con la "V" en el pecho. Alfonso "chico" Carrasquel*. Caracas: Editorial Fundarte.
- Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Vicerrectorado de Investigación y Postgrado. (2016) *Manual de Trabajo de Grado de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales*. Caracas. FEDUPEL. Autor.
- Weber, M. (1997). *Economía y sociedad*. Colombia: Fondo de Cultura Económica.

***El autor***

**Lic. MSc. Carlos Agelvis**

Escuela de sociología de la Universidad Central de Venezuela, Caracas, Venezuela.

Sociólogo de la UCV.

Licenciado en Educación UCV.

Magister en Planificación para el Desarrollo del Centro de Estudios del Desarrollo (CENDES-UCV).



Revista Actividad Física y Ciencias

Año 2022, vol. 14, N°1

**ESCOLA SOCIALISTA DO TREINAMENTO ESPORTIVO: A  
PREPARAÇÃO DO ATLETA  
SOCIALIST SCHOOL OF THE SPORTS TRAINING: THE PREPARATION  
OF THE ATHLETE  
ESCUELA SOCIALISTA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO: LA  
PREPARACIÓN DEL ATLETA**

**Lic. Dr. Nelson Kautzner, Marques Junior**  
[kautzner123456789junior@gmail.com](mailto:kautzner123456789junior@gmail.com)

**Recibido:** 12-09-2021

**Aceptado:** 13-12-21

### Resumo

O esporte e a educação física da escola socialista do treinamento esportivo era comandado pelo Estado e visava o esporte de massa e de alto rendimento. O objetivo da revisão foi explicar como era formado o atleta da escola socialista do treinamento esportivo. A revisão de literatura sobre a escola socialista do treinamento esportivo teve 62 artigos científicos coletados no Google Acadêmico e no Research Gate. Também foram utilizados 16 livros, duas dissertações de mestrado e uma monografia de graduação. A revisão foi composta pela estrutura do sistema esportivo, pelos estudos científicos da escola do treinamento esportivo e pelas medalhas olímpicas dos esportes e dos esportes bases. Em conclusão, a antiga escola socialista do treinamento esportivo colaborou muito com o esporte de alto rendimento.

**Palavras chave:** esportes, voleibol, ginástica, levantamento de peso, performance atlética, esportes juvenis.

### Abstract

The sport and the physical education of the socialist school of the sports training was commanded by the State and with the objective of the mass sport and the high-performance sport. The objective of the review was to explain how the athlete was formed in the socialist school of the sports training. The literature review on the socialist school of the sports training had 62 scientific articles collected from Google Scholar and Research Gate. Were also used 16 books, two master's dissertations and an undergraduate monograph. The review consisted of the structure of the sports system, the scientific studies of the sports training school and the Olympic

medals for sports and the sports bases. In conclusion, the former socialist school of the sports training had a great contributor with the sport.

**Keywords:** sports, volleyball, gymnastics, weight lifting, athletic performance, youth sports.

## Resumen

El deporte y la educación física de la escuela socialista de entrenamiento deportivo era comandado por el Estado y tenía como objetivo el deporte de masas y de alto rendimiento. El propósito de la revisión fue explicar cómo se formó el deportista de la escuela socialista del entrenamiento deportivo. La revisión de la literatura sobre la escuela socialista de entrenamiento deportivo contó con sesenta y dos (62) artículos científicos recopilados de Google Scholar y Research Gate. También se utilizaron 16 libros, dos disertaciones de maestría y una monografía de graduación. La revisión consistió en la estructura del sistema deportivo, por los estudios científicos de la escuela de entrenamiento deportivo y por las medallas olímpicas de los deportes y deportes de base. En conclusión, la antigua escuela socialista de entrenamiento deportivo colaboró mucho con el deporte de alto rendimiento.

**Palabras clave:** deportes, voleibol, gimnasia, levantamiento de pesas, rendimiento atlético, deportes juveniles.

## Introdução

A 2ª Guerra Mundial (2ª GM) foi de 1939 a 1945, os combates foram entre os países Aliados (França, Inglaterra, União das Repúblicas Socialistas Soviéticas – URSS, Estados Unidos da América – EUA e aliados) versus as nações do Eixo (Alemanha, Itália, Japão e aliados) (Oliveira Neto, 2019). Alguns motivos que desencadearam a 2ª GM foram a crise do capitalismo que foi dos anos 20 até 1938 (em 39 começou a 2ª GM), o Tratado de Versalhes que fazia severas punições aos alemães por causa da derrota da 1ª Guerra Mundial (perda de território e de colônias, fim das forças militares do país, etc) (Marques Junior, 2021), a expansão dos países imperialistas na aquisição de novas colônias (algumas nações imperialistas eram e continuam sendo, como a Alemanha, a Itália, o Japão, a França, a Inglaterra, os EUA e outros), ou seja, esses países começaram se desentender na quantidade de colônias que cada um tinha, quanto mais nações os países imperialistas dominam (colônia), maior é o seu poder no mundo (Lênin, 2011; Rodrigues Júnior e Moura, 2018).

Na 2ª GM o exército vermelho da URSS teve desempenho espetacular, derrotou alemães e italianos na batalha de Stalingrado (foi de 22 de janeiro de 1941 a 2 fevereiro de 1943), isso ocasionou uma parcial vitória dos países Aliados na 2ª GM frente ao Eixo e ainda, os soviéticos venceram os alemães na batalha de Berlim (foi de 16 de abril a 9 de maio de 1945) (Marques Junior, 2019). Romênia (foi derrotada pela URSS em 23 de agosto de 1944), Bulgária (perdeu o

combate para a URSS em 5 de setembro de 1944) e Hungria (foi vencida pela URSS em abril de 1945) lutaram na 2ª GM ao lado do Eixo, mas quando essas nações travaram batalhas contra as tropas soviéticas no seu território foram derrotadas, vindo ser ocupadas militarmente pelo exército vermelho da URSS até o fim da guerra (Barreto, 1976; Kortzanov, 2012; Oliveira, 2007; Santos, 1986). Enquanto que Polônia e Tchecoslováquia participaram da 2ª GM ao lado dos Aliados, mas foram os soviéticos que expulsaram os nazistas desses países em 1945 e essas nações ficaram com tropas da URSS para evitar um novo ataque alemão (Buseti, 2018; Juliá, 2016; Mora e Toribio, 1990). Na Iugoslávia foi diferente, em 1945 os invasores do Eixo foram expulsos desse país pelo exército de resistência iugoslavo (os Partisans) sob o comando do marechal Tito (Marques Junior, 2021).

Terminada a 2ª GM, os três vencedores desse conflito bélico (EUA, Inglaterra e URSS) realizaram em fevereiro de 1945 na Criméia a Conferência de Yalta e informaram que o mundo estava livre do nazifascismo, essas três nações resolveram dividir, desarmar e desmilitarizar a Alemanha (Munhoz, 2009). Em julho e agosto de 1945 ocorreu na Alemanha a Conferência de Potsdam, foi decidido que os países da Europa centro oriental, mais conhecido por leste europeu, ficariam sob o domínio da URSS (Borsa, 2013). A partir desse momento todas as nações da Europa centro oriental adotaram o regime político da URSS, uma ditadura com alguns conteúdos do comunismo, e esses países seguiam as ordens dos soviéticos – composta pela Alemanha Oriental, Bulgária, Hungria, Polônia, Romênia e Tchecoslováquia (Georgiev, 2016; Marques Junior, 2019; Milanov, 2016; Moisa, 2012). A Iugoslávia não era igual a essas nações, ela tinha o regime político similar ao da URSS, mas não era comandada pelos soviéticos porque na 2ª GM esse país foi libertado dos nazistas pelos iugoslavos (Marques Junior, 2021).

Em 5 de março de 1946, o 1º ministro do Reino Unido o inglês Churchill, realizou um discurso nos EUA que iniciou a “Guerra Fria” (Varela, 2019). Churchill falou que caiu uma “cortina de ferro” para separar a Europa. O termo “cortina de ferro” se refere aos países que estavam alinhados politicamente com a URSS e essas nações forneciam uma proteção da Europa ocidental em caso de tentativa de invasão militar à União Soviética.

Outro acontecimento que reforçou o acontecimento da “Guerra Fria” ocorreu em 12 de março de 1947, foi introduzida a Doutrina Truman com o intuito de combater o comunismo pelo mundo, ou seja, o presidente Truman dos EUA queria evitar que o comunismo fosse se espalhar pelo mundo (Varela, 2019). A “Guerra Fria” aconteceu de 1946 a 1991, foi um momento de possível guerra nuclear entre EUA e URSS e seus respectivos aliados que tinham diferentes regimes políticos (capitalismo versus ditadura com alguns conteúdos do comunismo) e se rivalizavam em cada disputa geopolítica e espacial, vindo migrar essa ideologia para o esporte de alto rendimento (Sigoli e Rose Junior, 2004; Tubino, 2001).

A atenção ao esporte competitivo se intensificou após a 2ª GM, para mostrar a superioridade do seu regime político, a principal potência da escola socialista do treinamento esportivo, a URSS, investiu cifras consideráveis no esporte de alto rendimento e na ciência do esporte, tendo

destaque para as investigações da periodização (Bompa, 2002). Os demais países da “cortina de ferro” (Alemanha Oriental, Bulgária, Hungria, Iugoslávia, Polônia, Romênia e Tchecoslováquia) e Cuba que pertenciam a escola socialista tinham a estrutura esportiva similar ao da URSS (Bánhidi, 2017; Stefanik, 2013). Inclusive três desses países, a Alemanha Oriental, a Romênia e Cuba, criaram um tipo de periodização, uma das principais pesquisas da escola socialista do treinamento esportivo (Marques Junior, 2021b). Portanto, nos países da “cortina de ferro” e em Cuba ocorreu uma sovietação, a escola socialista do treinamento esportivo tinha uma padronização na estrutura de organização esportiva (Almeida et al., 2000).

O esporte e a educação física da escola socialista do treinamento esportivo eram comandados pelo Estado (Girginov, 2009; Tubino, 1993). O esporte nessa escola tinha dois objetivos, o esporte de massa como defesa da nação em caso de guerra e para a saúde (menos doença e mais rendimento no trabalho) e o esporte de alto rendimento que visava a conquista de muitas medalhas olímpicas (Gyaurski, 2012; Parks, 2009).

Como era a preparação esportiva dos atletas da escola socialista do treinamento esportivo?

A literatura do treinamento esportivo não possui essa informação (Issurin, 2016; Marques Junior, 2020; Matveev, 1996). Então, o objetivo da revisão foi explicar como era formado o atleta da escola socialista do treinamento esportivo.

## **Metodología**

Esse artigo sobre a escola socialista do treinamento esportivo teve 62 artigos científicos coletados no Google Acadêmico e no Research Gate com as palavras chaves em inglês, português e espanhol esporte da cortina de ferro, esporte comunista, esporte socialista, esporte na União Soviética, esporte na Alemanha Oriental, esporte na Tchecoslováquia, esporte na Iugoslávia, esporte na Bulgária da “cortina de ferro”, esporte na Bulgária comunista, esporte na Bulgária socialista, esporte na Hungria da “cortina de ferro”, esporte na Hungria comunista, esporte na Hungria socialista, esporte na Polônia da “cortina de ferro”, esporte na Polônia comunista, esporte na Polônia socialista, esporte na Romênia da “cortina de ferro”, esporte na Romênia comunista, esporte na Romênia socialista e esporte em Cuba. Todas essas referências foram adquiridas em 2016 a 2022 para ocorrer uma pesquisa analítica do tipo de revisão de literatura (Thomas e Nelson, 2002). Também foram utilizados 16 livros, duas dissertações de mestrado e uma monografia de graduação.

## **Resultados**

### *1. Estrutura do sistema esportivo*

Após a 2ª GM foi definido que os países da “cortina de ferro” ficariam sob influência da URSS através do mesmo regime político (Borsa, 2013). Cuba se declarou socialista nos anos 60 e adotou alguns conteúdos do regime político dos soviéticos (Marques Junior, 2021c). Então, esse

ocorrido ocasionou a sovietação do esporte das nações da “cortina de ferro” e de Cuba, ambos importaram o sistema esportivo da URSS.

Essa sovietação proporcionou ao Estado o comando do esporte e da educação física, sendo oferecido gratuitamente essas atividades motrizes na fase de criança até a idade adulta (Tokila, 2002; Tubino, 1993). O esporte iniciava como brincadeira na escola e o jovem atleta era acompanhado até a idade adulta quando se encontrava no centro olímpico de treinamento (Dantas et al., 2004). Para detectar o talento na escola o jovem era submetido a uma bateria de avaliações cineantropométricas (idade biológica, antropometria, testes para avaliar as capacidades motoras condicionantes, a coordenação, etc) e o professor monitorava o desempenho do educando nos jogos, nas brincadeiras, nos esportes individuais e outros (Almeida et al., 2000; Dantas, 1995). Após detectar o talento esportivo, o jovem praticava dois ou mais esportes para evitar a especialização precoce (Chirazi, 2019). Porém, mesmo se o jovem não era considerado um talento esportivo ele era convidado para fazer parte do treinamento esportivo na escola ou no centro olímpico. Essa iniciativa visava um maior número de praticantes da modalidade.

Esse treino era efetuado na escola no horário do treino, ou seja, ocorria a aula de educação física de manhã e no período da tarde o aprendiz realizava o treinamento (Lasunción, 1971). Em alguns casos, esse treinamento era praticado no centro olímpico. Dantas (1995) fez a seguinte conclusão: “A experiência de maior êxito de massificação do esporte e a descoberta sistemática de talentos esportivos, certamente ocorreu na antiga União Soviética e nos então países socialistas nas décadas de 50 a 80” (p. 57).

Geralmente esses jovens praticavam os esportes bases na iniciação esportiva e depois de um tempo através do desempenho da prova e pelas avaliações cineantropométricas era estabelecida qual modalidade esse iniciante no esporte ia ter mais sucesso competitivo. Na maioria dos esportes, próximo da idade adulta, entre 16 a 19 anos, o jovem atleta se especializava em uma modalidade no qual as avaliações cineantropométricas e os resultados nos campeonatos indicavam que esse indivíduo ia ter mais sucesso esportivo em uma determinada modalidade (Bompa, 2004; Zakharov, 1992). Portanto, o trabalho de preparação esportiva ocorria a longo prazo.

Os esportes bases da maioria dos países da escola socialista do treinamento esportivo eram o atletismo, a natação, a ginástica artística, o halterofilismo e os jogos esportivos coletivos com ênfase no voleibol (Beltramo, 2018; Marques Junior, 2019). O motivo da escolha dessas modalidades como esportes bases com início na escola e continuavam a ser praticados nas etapas de preparação a longo prazo eram porque essas modalidades serviam para o preparo militar do indivíduo e atuavam para preparar o jovem para outros esportes (Marques Junior, 2022). Por exemplo, o atletismo e a natação são modalidades bases para o meio que são praticados e são úteis para o homem soldado para a luta e fuga, a ginástica artística melhora a coordenação e o equilíbrio e a tarefa acrobática pode ser aplicada durante o combate, o halterofilismo era um esporte popular na URSS por causa das diversas conquistas olímpicas e deixava o povo forte para qualquer conflito bélico e o voleibol a dinâmica do jogo possui as ideias do comunismo, todos se



ajudando para atingir um objetivo e ocorrendo igualdade entre os membros da equipe porque os jogadores possuem a mesma importância no time ou na seleção, ou seja, no comunismo todos são iguais e importantes nesse regime político não existindo classe social (Bompa, 2002; Garhammer e Takano, 1992; Guimarães e Matta, 2004). Porém, apesar da maioria das nações terem como esportes bases o atletismo, a natação, a ginástica artística, o halterofilismo e o voleibol, alguns países da escola socialista do treinamento esportivo diferiam em alguns esportes bases. A tabela 1 expõe esses resultados.

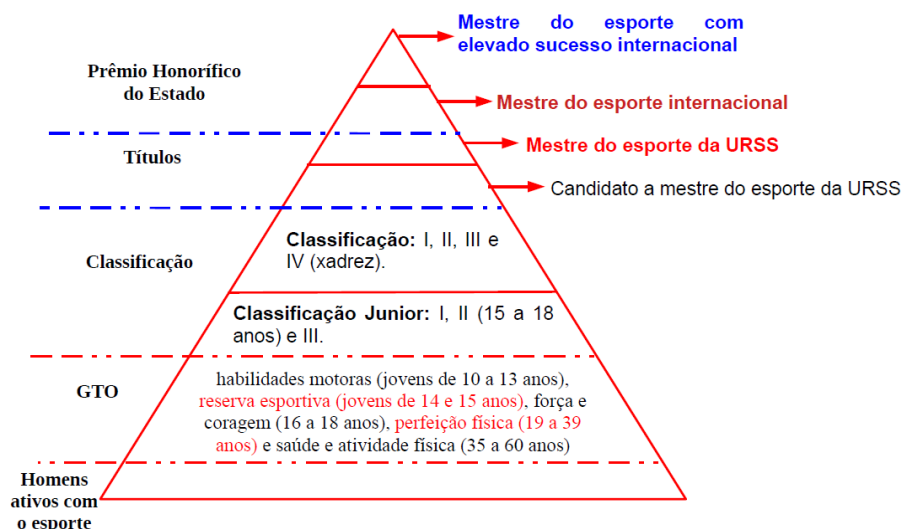
**Tabela 1.**

**Esportes bases de cada país da escola socialista do treinamento esportivo.**

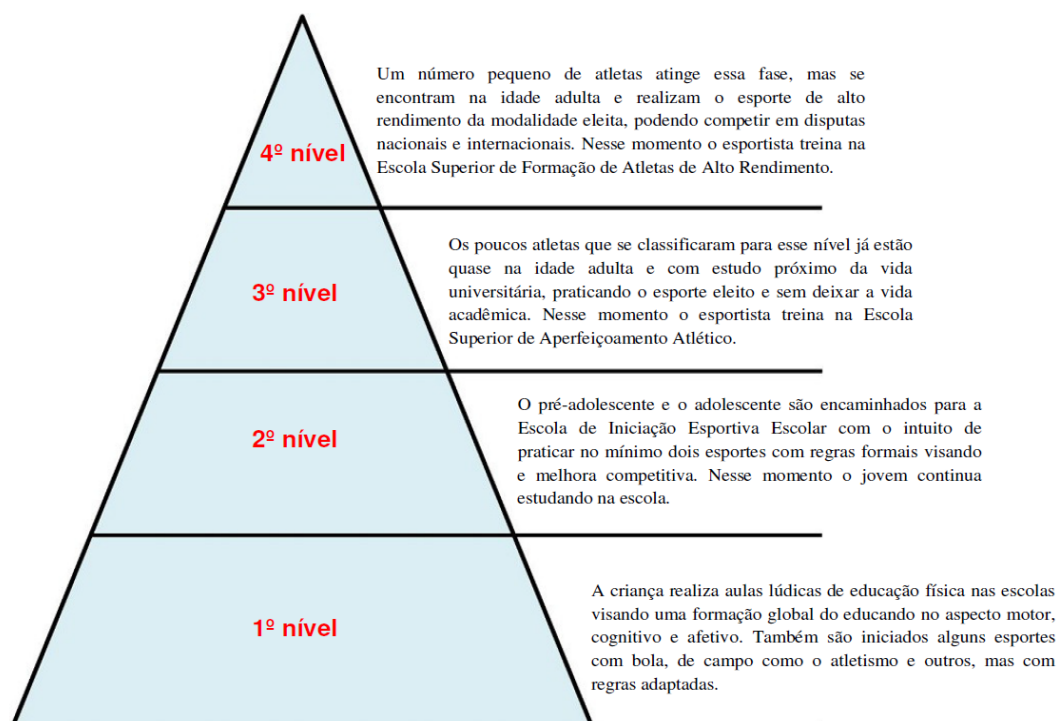
<b>Esportes Bases</b>	<b>País</b>	<b>Referência</b>
atletismo, natação, ginástica artística, halterofilismo e voleibol.	União Soviética	Bompa (2002), Marques Junior (2019) e Guimarães e Matta (2004)
atletismo, natação e ginástica artística.	Alemanha Oriental	Bompa (2002)
atletismo, natação, ginástica artística, halterofilismo e voleibol.	República Tcheca	Bompa (2002), Marques Junior (2019), Guimarães e Matta (2004) e Marques Junior et al. (2019)
atletismo, natação e ginástica artística.	Iugoslávia	Bompa (2002) e Lesar (1986)
atletismo, natação, ginástica artística, halterofilismo, luta (wrestling) e voleibol.	Bulgária	Girginov (2009), Bompa (2002) e Stanev (2017)
atletismo, natação e ginástica artística.	Romênia	Bompa (2002)
esgrima, canoa e caiaque, luta (wrestling), ginástica artística, natação, atletismo e halterofilismo.	Hungria	Bompa (2002), Marques Junior (2019), Rinehart (1996) e Szijj (2013)
atletismo, natação, ginástica artística, halterofilismo e voleibol.	Polônia	Beltramo (2018), Czekalska et al. (2019)
-	Cuba	Não foi achado estudo.

A escola socialista do treinamento esportivo dispunha de dois conteúdos para organizar a estrutura do sistema esportivo, sendo a pirâmide esportiva para o atleta atingir o alto nível e tinha uma sequência preestabelecida de preparação a longo prazo para o atleta chegar ao esporte de elite. Porém, conforme a nação existia uma diferente pirâmide esportiva e uma não igual preparação a longo prazo. A figura 1 apresenta a pirâmide do treinamento esportivo da URSS (Riordan, 1978) e de Cuba (Rodríguez et al., 2010; Santos et al., 2007, 2008).

## URSS



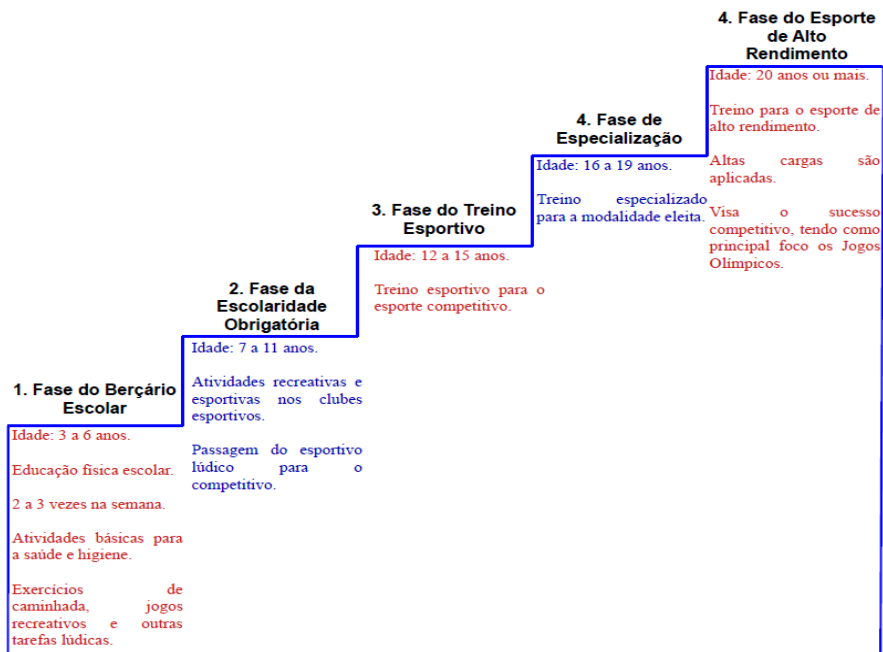
## CUBA



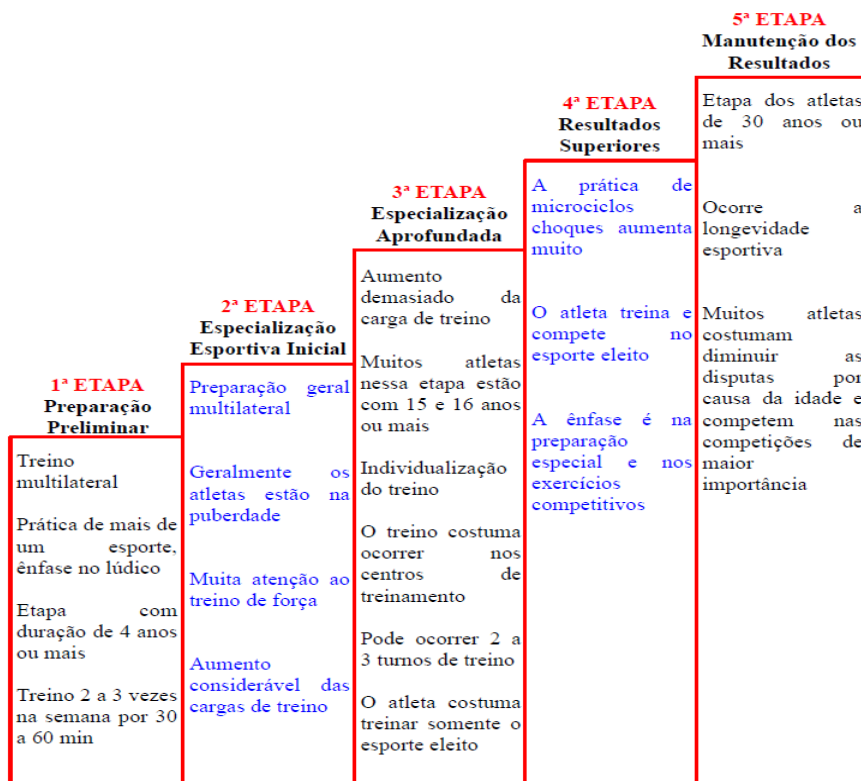
**Figura 1.** Pirâmide do treinamento esportivo da (A) URSS e de (B) Cuba (Elaborado pelo autor).

A figura 2 expõe o treinamento a longo prazo da URSS (Zakharov, 1992), da Alemanha Oriental (Correia da Silva, 2003) e da Tchécoslováquia (Kostka, 1978).

Thecoslováquia



URSS



## Alemanha Oriental



**Figura 2. Treinamento a longo prazo de três países da escola socialista do treinamento esportivo.** (Elaborado pelo autor).

O termo cultura física era amplamente conhecido no século XIX (Moraes e Silva et al., 2018), ele foi adotado na União Soviética pelo comissário de saúde pública para o esporte e a atividade física se tornarem diretrizes do Estado em estimular a prática dessas tarefas motrizes em toda a população (Tubino, 1987). Em 1920 foi introduzido o termo cultura física na Rússia Soviética e a partir de 1922 na URSS (a URSS é a união da Rússia com 14 nações para formar um país) essa ideologia continuou nessa nação (Parks, 2009). Quando os países da “cortina de ferro” adotaram o sistema esportivo soviético a cultura física foi inserida nessas nações e Cuba fez o mesmo quando esse país se declarou socialista nos anos 60.

Por exemplo, nos anos 60 os cubanos passaram a comemorar em 19 de novembro o dia da cultura física para mostrar a importância desse conteúdo que visa a formação do homem nos aspectos éticos, nas condutas e nos valores (Betancourt, 2017). Cultura física é definida como parte da cultura da sociedade com o objetivo de uma atuação orientada para aperfeiçoar o homem no aspecto físico e espiritual relevante para a sociedade socialista e comunista (Zakharov, 1992). A cultura física visava desenvolver o homem da “cortina de ferro” de maneira integral e harmônica através de jogos, educação física e esporte (Jesus, 2010).

O intuito da cultura física era ocasionar um povo ativo fisicamente através do esporte e da educação física com o intuito de otimizar a saúde, tinha o intuito de melhorar o desempenho do trabalho da profissão com o exercício físico e deixar a população pronta para a defesa do país com um treino bélico (Constantin e Maier, 2015). Através dessas ideias da cultura física na Romênia, 70% do trabalho da população (campo e cidade) aumentou com a prática do esporte e da atividade física (Wood, 2010). Então, como a cultura física visava a proteção da nação, por esse motivo muitos atletas da escola socialista do treinamento esportivo eram militares ou da

polícia política como a KGB soviética, a Stasi da Alemanha Oriental, a Securitate da Romênia e outros (Riordan, 2007).

Em 1862, os tchecos fundaram em Praga o Sokol, essa organização era de ginástica artística e de ginástica rítmica, o país era separado da Eslováquia (Lazovic et al., 2015). Uma das primeiras exposições da ginástica de massa do Sokol ocorreu em 1882 e posteriormente esses eventos iniciaram na URSS, na Alemanha Oriental e em outras nações (Hortnat, 2019). Em 1863 alguns países que formaram a Iugoslávia (sérvios, croatas e eslovenos) adotaram o Sokol, essa organização intensificou a união dos povos eslavos do Sul em se tornarem independentes do Império Austro Húngaro (Pavlin e Custonja, 2018) – detalhes sobre a formação da Iugoslávia veja em Marques Junior (2021).

Baseado no Sokol, os búlgaros criaram a Yunak União de Ginástica com o intuito de desenvolver o nacionalismo e consciência política da nação e também preparar o corpo dos búlgaros para ficar forte com o objetivo de melhorar a saúde e ficar pronto para a guerra porque a Bulgária era dominada pelo Império Turco Otomano (Ozçakir, 2019). O período certo que a Yunak União de Ginástica foi criada não é sabido, mas essa organização ganhou força em 1878 após a independência búlgara (Daynova, 2020).

A partir daí, a União de Ginástica yunak criada pelos búlgaros realizou uma preparação militar da nação com o ensino e aperfeiçoamento de lutas, esgrima, tiro, natação, equitação, jogos esportivos coletivos e outros (Daynova, 2020; Ozçakir, 2019; Radoev, 2017). Nesse sentido, a Sokol foi fundada em 1867 no Reino da Polônia, esta organização foi copiada dos Tchecos, esse movimento desenvolveu consciência política e nacionalismo, melhorou a saúde e a preparação física desta nação, todos esses benefícios apontaram para a libertação polonesa do Império Austro-Húngaro que ocupava o território (Lazovic et al., 2015; Malolepsza e Malolepszy, 2015; Pawlaczek, 2005).

Por lo tanto, Sokol actuó en la politización de las naciones de la "cortina de hierro" refiriéndose al nacionalismo y fortaleció el sentimiento de independencia de algunos de estos pueblos que estaban dominados por otras naciones, preparó físicamente a la población para mejorar la salud, optimizó el acondicionamiento físico para que la gente fuera apta para la actividad de guerra, actuó para masificar la gimnasia artística y la educación física en estos países de Europa. Nos anos 20 os soviéticos iniciaram a festividade da Spartakiada com a atividade similar ao Sokol, composto pela ginástica artística e rítmica, através de um evento acrobático que era realizado por uma equipe com ações coreografadas e costumava acontecer em um estádio de futebol (Soviet Union Review, 1929).

Todos os países da “cortina de ferro” (Tchecoslováquia, Romênia, Bulgária, Polônia e outros) que seguiam o sistema esportivo soviético substituíram o Sokol pela Spartakiada (Bilsky, 2017; Tsonev, 2017; Chin, 2008). A Spartakiada ocorria em cada país da “cortina de ferro” e as melhores equipes de cada nação se reuniam em uma confraternização pan-eslava para competir na Spartakiada internacional entre todos os países da escola socialista do treinamento esportivo (Vujanovic, 2013). Entretanto, em 1977 o Ministério da Educação da Romênia passou a chamar

Spartakiada de Daciada em homenagem aos primeiros povos que deram origem aos romenos (Massiera e Ionescu, 2008; Mirela et al., 1993). Essa atividade da Spartakiada e da Daciada foi um dos responsáveis em desenvolver a ginástica artística da escola socialista do treinamento esportivo, por esse motivo essas nações conquistaram diversas medalhas olímpicas, tendo principal força a União Soviética (Pavlin e Custonja, 2018; Pawlaczek, 2005).

## *2. Estudos científicos da escola socialista do treinamento esportivo*

A escola socialista do treinamento esportivo proporcionou evolução do esporte através dos estudos científicos que foram conduzidos nas suas universidades ou nos seus centros de pesquisa (Marques Junior, 2019; Tubino, 1993). A pesquisa de maior sucesso dessa escola do treinamento esportivo foi a periodização (Fleck e Figueira Júnior, 2003). Ela iniciou após a Revolução Russa de 1917, um dos primeiros a publicar sobre a periodização foi o russo Kotov em 1917 no seu livro Desporto Olímpico (Oliveira, 2008). Então, os pesquisadores da Rússia Soviética e depois da União Soviética aperfeiçoaram as tetras dos gregos e elaboraram diversas concepções de periodização.

Algumas periodizações soviéticas que foram criadas nesse período são a periodização tradicional de Matveev em 1952, a periodização pendular de Arosiev e Kalinin em 1971, a periodização do sistema de altas cargas de Vorobiev em 1974, a periodização em bloco de Verkhoshanski em 1979, a periodização individualizada de Bondarchuk em 1984, a periodização em bloco ATR de Issurin e Kaverin em 1985 e outros que não chegaram ao mundo ocidental (Forteza, 2001; Marques Junior, 2017, 2020; Marques Junior et al., 2019).

Essas ideias soviéticas migraram para outras nações, por exemplo, o polonês Naglak criou a periodização dupla para desenvolver diferentes momentos a forma esportiva do atleta em um mesmo ano (Marques Junior, 2020). Em 1977 o alemão oriental Peter Tschiene elaborou a periodização do esquema estrutural de cargas de alta intensidade, em 1984 o romeno Tudor Bompa estruturou a periodização de longo estado de forma e em 1998 o cubano Armando Forteza criou a periodização dos sinos estruturais (Marques Junior, 2020b).

Nos anos 50 e 60 foi criado para ser exercitado na musculação a preparação de força especial e o método choque através do treino de força reativa pelo cientista russo Verkhoshanski (Marques Junior, 2019b). A preparação de força especial o atleta realiza a técnica esportiva com peso de musculação e o treino de força reativa tem o objetivo de otimizar a força rápida e a força reativa do aparelho neuromuscular através do ciclo de alongamento e encurtamento dos membros inferiores ou dos membros superiores (Verkhoshanski, 1996).

Outro conteúdo elaborado pela Rússia que permitiu o entendimento da carga de treino foi estruturado por Matveev, a síndrome de adaptação geral informa sobre o efeito agudo desse conteúdo no organismo do atleta e a supercompensação explica a resposta crônica da carga de treino no corpo do esportista (Martins, 2003; Marques Junior, 2017b). A supercompensação foi descoberta pelo bioquímico russo Nikolai Yakovlev, ele evidenciou a supercompensação nos seus experimentos que foram conduzidos de 1949 a 1959 (Virus, 2002).



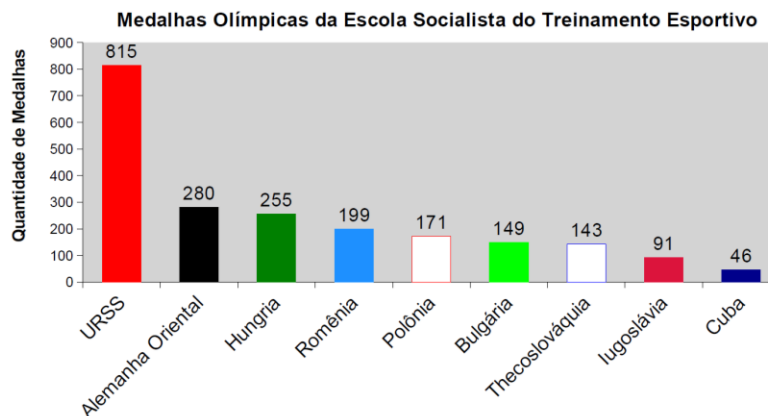
Outros países da “cortina de ferro” também criaram conteúdos que permitiram a evolução do esporte de alto rendimento. O técnico de halterofilismo da Bulgária Ivan Abadjiev revolucionou o halterofilismo mundial com uma nova organização do treino – comandou a seleção búlgara de 1968 a 1989. Abadjiev prescrevia para os halterofilistas búlgaros em um mesmo turno duas a quatro sessões por dia, geralmente ocorria uma sessão de 45 a 60 minutos com 30 minutos de pausa para recuperar os níveis de testosterona de cada halterofilista para na próxima sessão os níveis de força estarem reestabelecidos (Cedore et al., 2008; Garhammer e Takano, 1992; Zatsiorsky, 1999).

Em 1948, o húngaro Mihaly Igloi, que era técnico de atletismo e professor de educação física, começou estruturar de maneira inovadora o treino dos corredores de fundo e meio fundo com um trabalho diário de 20 a 40 quilômetros com carga individualizada conforme o nível competitivo do corredor (Almeida et al., 2000). Portanto, foi a primeira vez que foi aplicado o princípio da individualidade biológica. Igloi ainda estruturava um treino periodizado com o método de corrida contínua, o fartlek e o treino intervalado (Hegedus, 1985). Esse treinamento os corredores repetiam no máximo duas vezes para ocorrer variabilidade do estímulo, ou seja, segundo Gerald (1993) acontecia o princípio da variabilidade.

A escola socialista do treinamento esportivo ocasionou evolução tática em dois jogos esportivos coletivos. No futebol a Hungria de 1950 a 1954 revolucionou na maneira de jogar, o técnico Sebes elaborou o sistema 4-2-4 e 4-3-3, resultando no título olímpico de 1952 e no vice-campeonato da Copa do Mundo de 1954 (Bentes, 2004). O principal jogador dessa época era Puskas e ainda existia o excelente Kocsis que fazia muitos gols de cabeça, apelidado de a cabecinha de ouro. No voleibol masculino a seleção polonesa apresentou na Olimpíada de 1976 o ataque da linha dos 3 metros com o atacante Tomaz Wojtowicz (Bizzocchi, 2004).

### *3. Medalhas olímpicas dos esportes e dos esportes bases*

Os países que mais realizam pesquisas científicas costumam conquistar mais medalhas olímpicas ( $r = 0,84$  para o total de ouro) (Moreira e Franchini, 2017). Mensurar a quantidade de medalhas nos Jogos Olímpicos é uma maneira de determinar o desempenho esportivo de uma nação (Tubino et al., 2004). Baseado nessas informações foram quantificadas a quantidade de medalhas olímpicas de todos os países da escola socialista do treinamento esportivo. A figura 3 apresenta a quantidade de medalhas de cada país da escola socialista do treinamento esportivo.



**Figura 3. Total de medalhas olímpicas de todos os países da escola socialista do treinamento esportivo.** (Elaborado pelo autor e dados do COI, 2021)<sup>1</sup>.

A tabela 2 mostra as três modalidades com mais medalhas olímpicas com os dados que foram extraídos do COI (<https://olympics.com/en>).

**Tabela 2.**

**Esportes com mais medalhas olímpicas.**

País	Total de Medalhas
União Soviética	ginástica artística com 160, atletismo com 152 e luta com 54
Alemanha Oriental	atletismo com 109, natação com 92 e remo com 48
Hungria	esgrima com 44, canoa e caiaque com 41 e luta com 28
Romênia	ginástica artística com 35, atletismo com 20 e luta com 32
Polônia	boxe com 42, atletismo com 34 e halterofilismo com 22
Bulgária	luta com 57, halterofilismo com 25 e canoagem com 12
Thecoslováquia	ginástica artística com 35, atletismo com 24 e luta com 15
Iugoslávia	luta 16, ginástica artística com 11 e boxe com 11
Cuba	boxe com 19, atletismo com 12 e judô com 3

A tabela 3 apresenta as medalhas olímpicas dos esportes bases de cada nação da escola socialista do treinamento esportivo com os dados que foram extraídos do COI (<https://olympics.com/en>).

**1 Obs.:** Bulgária (1952 a 1988), Hungria (1952 a 1988), Romênia (1952 a 1988) e Polônia (1948 a 1988) foram computadas apenas as medalhas no período da “cortina de ferro” e em Cuba (1960 a 1980) foram quantificadas as medalhas no período da revolução e no momento da ajuda financeira da URSS.

A escola socialista do treinamento esportivo conquistou nos Jogos Olímpicos de 1952 a 1988 um total de 2.149 medalhas olímpicas. As modalidades bases da escola socialista do treinamento esportivo conquistaram várias medalhas olímpicas, ocorrendo um total de 369 medalhas do atletismo, 160 medalhas da natação, 118 medalhas do halterofilismo, 303 medalhas da ginástica artística, 16 medalhas do voleibol, 85 medalhas da luta, 44 medalhas da esgrima e 41 medalhas da canoa e caiaque. As modalidades bases da escola socialista do treinamento esportivo obtiveram um total de 1.136 medalhas nos Jogos Olímpicos e em outros esportes um total de 1.013 medalhas olímpicas. A figura 5 apresenta os resultados dos esportes bases e de outras modalidades, parecendo vantajoso praticar os esportes bases muito cedo na formação esportiva por causa de mais medalhas olímpicas.

**Tabela 3.**  
**Medalhas olímpicas dos esportes bases de cada país.**

<b>País</b>	<b>Total de Medalhas</b>
União Soviética	ginástica artística com 160, atletismo com 152, natação com 37, halterofilismo com 54 e voleibol com 10
Alemanha Oriental	atletismo com 109, natação com 92 e ginástica artística com 36
Hungria	atletismo com 18, natação com 21, halterofilismo com 17, ginástica artística com 24, luta com 28, esgrima com 44, canoa e caiaque com 41
Romênia	ginástica artística com 35, atletismo com 20, natação com 3
Polônia	ginástica artística com 2, atletismo com 34, natação com 2, halterofilismo com 22 e voleibol 2
Bulgária	ginástica artística com 0, atletismo com 10, natação com 3, halterofilismo com 25, voleibol 2 e luta com 57
Thecoslováquia	ginástica artística com 35, atletismo com 24, natação com 0, halterofilismo com 8, voleibol 2 e luta com 57
Iugoslávia	ginástica artística com 11, atletismo com 2 e natação com 2
Cuba	Não foi achado estudo.



**Figura 5. Medalhas olímpicas da escola socialista do treinamento esportivo** (Elaborado pelo autor e dados do COI, 2021).

## Conclusões

A União Soviética, os países da “cortina de ferro” (Alemanha Oriental, Iugoslávia, Thecoslováquia, Bulgária, Hungria, Polônia e Romênia) e Cuba que eram da escola socialista do treinamento esportivo proporcionaram evolução do esporte com a sua metodologia do treinamento esportivo. A sovietação esportiva ocorreu em todos esses países que seguiram as diretrizes da URSS, ou seja, um treinamento a longo prazo embasado cientificamente. O esporte iniciava como brincadeira na escola e se tornava esporte competitivo entre 10 a 12 anos e prosseguia até a idade adulta quando as sessões eram no centro olímpico de treinamento.

A maneira de detectar o talento esportivo ocorria por avaliações cineantropométricas onde era realizado um banco de dados referente os tipos de avaliações (força, velocidade, agilidade, resistência aeróbia e flexibilidade) para encaminhar o aprendiz para os esportes bases e depois o jovem era direcionado para a modalidade que tinha mais aptidão.

Também auxiliava nessa detecção de talento o desempenho na prova do iniciante no esporte. Esse trabalho a longo prazo teve êxito porque a escola socialista do treinamento esportivo investiu muito na evolução do conhecimento científico. As principais descobertas científicas dessa escola foram a evolução da periodização, o treino de força reativa, o conteúdo teórico para entender a carga de treino através da síndrome de adaptação geral e da supercompensação, permitiu a melhora do treino dos halterofilistas pelo treino búlgaro, foi a primeira escola do esporte a usar o princípio da individualidade biológica e o princípio da variabilidade. A escola socialista do treinamento esportivo ocasionou evolução tática, no futebol dos anos 50, a Hungria modificou a sistema WM e elaborou o sistema 4-2-4 e 4-3-3. O voleibol masculino da Polônia na Olimpíada de 1976 introduziu o ataque dos 3 metros. Em conclusão, a antiga escola socialista do treinamento esportivo colaborou muito com o esporte de alto rendimento.

## Referências

- Almeida, H., Almeida, D., Gomes, A. (2000). Uma ótica evolutiva do treinamento desportivo através da história. *Revista Treinamento Desportivo*, 5(1), 40-52.
- Bánhidí, M. (2017). Experiences of daily physical education models in Hungary. *Sport a Veda. Univerzita J. Selyeho*, -( ), 9-21.
- Barreto, J. (1976). Gestão econômica e poder operário na Hungria. *Análise Social*, 12(45), 64-105.
- Betancourt, A. (2017) El deporte en Cuba. Toronto Foro non Cuba. Disponível em:<[www.torontoforumoncuba.com](http://www.torontoforumoncuba.com)>. [23 out. 2017].
- Beltramo, N. (2018). Sport, folklore polonais et communisme en pays miniers: deux outils au service d'une idéologie (1945-1959). *Staps*, 2(120), 15-30.
- Bentes, J. (2004). *Percepção de treinadores formadores acerca da importância do treinamento do passe no futebol*. [Mestrado em ciência da motricidade humana]. Rio de Janeiro: UCB.
- Bilsky, C. (2017). *Why culture houses persist: transitioning a Czech icon*. [Master's thesis]. Prague: Charles University.
- Bizzocchi, C. (2004). *O voleibol de alto nível*. 2ª ed. Barueri: Manole.
- Bompa, T. (2002). *Periodização: teoria e metodologia do treinamento*. 4ª ed. São Paulo: Phorte.
- Bompa, T. (2004). *Treinamento de potência para o esporte*. São Paulo: Phorte.
- Borsa, S. (2013). The sovietization of Romania. Case study: the collectivization of agriculture. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*, 2(8), 298-303.
- Cedore, E., Brentano, M., Lhullier, F., Krueel, L. (2008). Fatores relacionados com as respostas da testosterona e do cortisol ao treinamento de força. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 14(1), 74-78.
- Chirazi, M. (2019). Practicing sports in Romania at the school level. *4<sup>th</sup> International Scientific Conferences SEC-IASR*. Galati: Romania.
- Chin, J. (2008). *Global capitalism meets local postcommunism*. [Doctor of Philosophy]. Maryland: University of Maryland.
- Constantin, P., Maier, V. (2015). Sport and physical education in communist factories: from the Soviet Union to Romania. *RJHIS*, 2(2), 217-232.
- Correia da Silva, T. (2003). *Programa de revelação de aptidões e capacidades desportivas de atletas portadores de altas habilidades no futebol brasileiro*. [Dissertação de mestrado em ciência da motricidade humana]. Rio de Janeiro (RJ): UCB.
- Czekalska, J., Furman, P., Bejster, I. (2019). Sport achievements of Roman Kazimierz Bochenski in 1928-1939. *Scientific Review of Physical Culture*, 6(4), 158-171.
- Dantas, E. (1995). *A prática da preparação física*. 3ª ed. Rio de Janeiro: Shape.

- Dantas, E., Portal, M., Santos, L. (2004). Plano de expectativa individual: uma perspectiva científica para a detecção de talentos esportivos. *Revista Mineira de Educação Física*, 12(2), 72-100.
- Daynova, M. (2017). Yunak – a gymnastic union with rich history. *Radio Bulgaria*, -( ), 1-5.
- Fleck, S., Figueira Júnior, A. (2003). *Treinamento de força para o fitness e saúde*. São Paulo: Phorte.
- Forteza, A. (2001). *Treinamento desportivo: carga, estrutura e planejamento*. São Paulo: Phorte.
- Garhammer, J., Takano, B. (1992). Training for weightlifting. In. P. Komi (Editor). *Strength and power in sport* (p. 357-369). Oxford: Blackwell.
- Georgiev, A. (2016). *Habitação multifamiliar de betão pré-fabricado de cariz modernista em Portugal e na Bulgária: um estudo comparativo*. [Dissertação de Mestrado]. Porto: FAUP.
- Geraldes, A. (1993). *Ginástica localizada: teoria e prática*. 2ª ed. Rio de Janeiro: Sprint.
- Girginov, V. (2009). Bulgaria sport policy 1945-1989: a strategic relations pproach. *International Journal of the History of Sport*, 26(4), 515-538.
- Gyaurski, M. (2012). The adaptation of sport by Bulgarian socilism (1944-1956). *International Scientific Congress Olympic*. Sofia.
- Guimarães, G., Matta, P. (2004). Uma história comentada da transformação do voleibol: do jogo ao desporto espetáculo. *Revista de Educação Física*, -(128), 79-88.
- Hegedus, J. (1985). *La ciência del entrenamiento deportivo*. Buenos Aires: Stadium.
- Hortnat, J. (2019). Democratization through education? Theory and practice of the Czech post-revolution education system and its reforms. *Commum Post Commum Studies*, 52(3), 271-281.
- Issurin, V. (2016). Benefits and limitations of block periodized training approaches to athletes preparation: a review. *Sports Medicine*, 46(3), 329-338.
- Jesus, D. (2010). Foices e martelos no olimpo: a política esportiva da União Soviética e as relações com o mundo capitalista. *Recorde: Revista de História do Esporte*, 3(2), 1-28.
- Juliá, X. (2016). Transiciones en la católica Polonia desde el início de la segunda guerra mundial hasta la caída del régimen socialista de estado. En A. Tapia e J. Cervelló (Coords). *Transiciones en el mundo contemporáneo* (p. 207-226). Cidade do México: URV.
- Kortzanov, D. (2012). *Politicized: CSKA Sofia as a tool for ideological hegemony in socialist Bulgaria*. [Master`s Thesis, Faculty of Social]. Helsinki: University of Helsinki.
- Komi, P. (1992). *Strength and power in sport*. Oxford: Blackwell.
- Kostka, V. (1978). Czechoslovakia. In. J Riordan, ed. *Sport under communism* (p. 55-66). Canberra: Australian National University Press; 1978.
- Lasunción, F. (1971). Escuelas deportivas en Hungría. *Apunts*, 8(31), 141-144.
- Lazovic, B., Mazic, S., Delic, M., Lazic, J., Sparic, R., Stajic, Z. (2015). History of sports medicine in east european countries. *Medicinski Pregled*, LXVIII(1-2), 59-65.



- Lênin, V. (2011). *O imperialismo, etapa superior do capitalismo*. Campinas: FE/UNICAMP.
- Lesar, J. (1986). *Sport physical education and fitness in Yugoslavia*. [Masters of Science in Physical Education]. Montana: University of Montana.
- Malolepsza, T., Malolepszy, E. (2015). Activity of the gymnastic society “Sokol” in the Polish Kingdom in the years 1905-1914. *Teoretyczne i Praktyczne Uwarunkowania Kultury Fizycznej Turystyki* (-), 1867-1947.
- Marques Junior, N. (2017). A revolução russa e o desenvolvimento da periodização esportiva na União Soviética. *Revista Inclusiones*, 4(especial), 110-127.
- Marques Junior, N. (2017b). Carga de treino do esporte de alto rendimento: revisitando o conteúdo. *Revista Europa del Este Unida*, 3(-), 42-74.
- Marques Junior, N. (2018). Efeito de dois tipos de treinamento de força reativa (na água e na areia) no salto vertical: uma revisão sistemática e meta-análise. *Revista Peruana de Ciencias de la Actividad Física y del deporte*, 5(3), 640-654.
- Marques Junior, N. (2019). Benefícios da revolução russa. *Germinal: Marxismo e Educação em Debate*, 11(1), 210-221.
- Marques Junior, N. (2019b). Treino de força da antiga União Soviética. *Revista Peruana de Ciencias de la Actividad Física y del deporte*, 6(4), 832-841.
- Marques Junior, N. (2020). Breve história sobre a evolução da periodização esportiva. *Revista Edu-física.com: Ciencias Aplicadas al deporte*, 12(25), 33-50.
- Marques Junior, N. (2020b). Periodization models used in the current sport. *MOJ Sports Medicine*, 4(1), 27-34.
- Marques Junior, N. (2021). Periodização contemporânea no voleibol: uma revisão dos sinos estruturais de Fortaleza. *Lecturas: Educación Física y deportes*, 26(275), 207-223.
- Marques Junior, N. (2021b). O esporte na antiga Iugoslávia – parte 1. *Revista Edu-física.com: Ciencias Aplicadas al deporte*, 13(27), 80-100.
- Marques Junior, N. (2021c). Breve história do voleibol brasileiro e a contribuição da educação física para esse esporte – 1984 até 1989. *Revista Edu-física.com: Ciencias Aplicadas al deporte*, 13(27), 91-212.
- Marques Junior, N., Arruda, D., Api, G. (2019). Periodização tradicional no voleibol (parte 1). *Revista Con-Ciencias del Deporte*, 1(2), 31-55.
- Martins, F. (2003). *A periodização tática segundo Vítor Frade*. [Monografia]. Porto: Universidade do Porto.
- Massiera, B., Ionescu, S. (2008). Les effets de l’héritage communiste de la période 1946-1989 sur l’actualité du sport de loisir en Roumanie. *HAL*, (-), 1-12.
- Matveev, L. (1996). Comentários modernos sobre a forma desportiva. *Revista Treinamento Desportivo*, 1(1), 84-91.
- Milanov, V. (). *Direct democracy in Bulgaria*. Pázmány Péter Catholic University. 2016.

- Mirela, D., Tatiana, D., Cretu, M. (1993). The increase of the efficiency of the physical education classes by the efficiency of the physical education classes by using means specific to cheerleaders teams at V grade. *Varia*, -( ), 126-131.
- Moisa, G. (2012). Electoral practices and behaviour in western Romania during the elections of November 19<sup>th</sup>, 1946. *Revista Romana de Geografie Palitica*, 14(1), 51-60.
- Mora, F., Toribio, J. (1990). La segunda guerra mundial (1939-1945). *La Época de Entreguerras al Mundo Actual*, -( ), 1022-1042.
- Moraes e Silva, M., Quitzau, E., Soares, C. (2018). Práticas educativas e de divertimento junto à natureza: a cultura física em Curitiba (1886-1914). *Educação e Pesquisa*, 44(-), 1-23.
- Mirela, D., Tatiana, D., Cretu, M. (1993). The increase of the efficiency of the physical education classes by the efficiency of the physical education classes by using means specific to cheerleaders teams at V grade. *Varia*, -( ), 126-131.
- Möller, R. (2008). *História do esporte e das atividades físicas*. São Paulo: Ibrasa.
- Moreira, A., Franchini, E. (2017). Esporte como área de investigação e a ciência do esporte na Pós-graduação. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 31(especial), 129-138.
- Munhoz, S. (2009). Para além do muro de Berlim e de outras muralhas. *Revista Espaço Acadêmico*, 9(102), 50-61.
- Oliveira, H. (2007). A Hungria entre duas guerras mundiais. *Lusíade*, 4(-), 13-63.
- Oliveira, P. (2008). *Periodização contemporânea do treinamento desportivo*. São Paulo: Phorte.
- Oliveira Neto, W. (2019). O invencível exército de Hitler: propaganda de guerra alemã e imprensa periódica em Santa Catarina, durante a segunda guerra mundial. *Revista Brasileira de História da Mídia*, 8(1), 162-181.
- Ozçakir, S. (2019). Heroes! Bring happiness to your motherland! Long live the Yunaks: the Bulgarian Yunak gymnastics movement in the late Ottoman period. *International Journal of the History of Sport*, 36(2-3), 186-206.
- Parks, J. (2009). *Red sport red tape: the Olympic Games, the soviet sports bureaucracy, and the cold war, 1952-1980*. [Doctor of Philosophy, History]. Carolina: University of North Carolina.
- Pavlin, T., Custonja, Z. (2018). Sokol: between making nation and state. *Kinesiology*, 50(2), 260-268.
- Pawlaczek, Z. (2005). *Physical education in post-communist Poland: a transitory journey*. [Doctor of Philosophy]. Durham: University of Durham.
- Radoev, S. (2017). Origin of gymnastics movement before the liberation of Bulgaria (1878). *Activities in Physical Education and Sport*, 7(1), 7-9.
- Rinehart, R. (1996). Fists flew and blood flowed: symbolic resistance and international responses in Hungarian water polo at the Melbourne Olympics, 1956. *Journal of Sport History*, 23(2), 120-139.

- Riordan, J. (1978). *Sport under communism: the USSR, Czechoslovakia, the GDR, China, Cuba*. Canberra: Australian National University Press.
- Riordan, J. (2007). The impact of communism on sport. *Historical Social Research*, 32(1), 110-115.
- Rodríguez, F., Montiller, O., Alonso, C. (2010). *El programa de valores del sistema deportivo cubano*. Ponencias Presentadas en Universidad.
- Santos, E., Trujillo, A., Suárez, K. (2007). La pirámide de alto rendimiento y el deporte comunitario como pilares del desarrollo deportivo en Cuba. *Esporte Sociedade Deporte em Cuba*, 2(6), 1-13.
- Rodrigues Júnior, N., Moura, E. (2018). O (sub) imperialismo: Lênin, Marini e o debate contemporâneo. *REBELA*, 8(2), 201-225.
- Santos, V. (1986). A questão da segurança europeia no após guerra, 1945-1950. *Nação e Defesa*, (-), 155-188.
- Santos, E., Rodríguez, A., Llorente, J. (2008). Las bases del deporte de alto rendimiento en Cuba. *Lecturas: Educación Física y Deporte*, 13(119), 1-10.
- Sigoli, M., Rose Junior, D. (2004). A história do uso político do esporte. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 12(2), 111-119.
- Soviet Union Review (1929). *Physical culture and sports in the USSR*, 7(3), 38-39.
- Stanev, K. (2017). The composition and geography of Bulgarian Olympic medals, 1952-2016. *Journal of the History of Sport*, 34(15), 1674-1694.
- Stefanik, R. (2013). Sociopolitical aspects the work of physical education techers in the west Pomerania in the years 1945-1950. *Central European Journal of Sport Sciences and Medicine*, 4(4), 11-17.
- Szijas, L. (2013). *The Hungarian sport system: change and continuity amidst political transition, 1956-2013*. [Master`s thesis]. Peloponnese: University of Peloponnese.
- Thomas, J., Nelson, J. (2002). *Métodos de pesquisa em atividade física*. 3ª ed. Porto Alegre: Artmed.
- Tokila, T. (2002). Combining competitive sports and education: how top-level sport become part of the school system in the Soviet Union, Sweden and Finland. *European Physical Education Review*, 8(3), 196-206.
- Tsonev, M. (2017). *Examining Bugaria`s current lack of performance at elite sport level*. [Master`s Thesis, Social Sciences of Sport]. Jyväskylä: University Jyväskylä.
- Tubino, M. (1987). *Teoria geral do esporte*. São Paulo: Ibrasa.
- Tubino, M. (1993). *Metodologia científica do treinamento desportivo*. 11ª ed. São Paulo: Ibrasa.
- Tubino, M. (2001). *Dimensões sociais do esporte*. 2ª ed. São Paulo: Cortez.
- Tubino, M., Garrido, F., Tubino, F. (2004). *Brasil: potência esportiva Pan-americana*. Belo Horizonte: Casa de Educação Física.

- Varela, R. (2019). O pacto social europeu 1945 e a união europeia. *Tempo e Argumento*, 11(26), 574-600.
- Verkhoshanski, Y. (1996). *Força: treinamento da potência muscular*. Londrina: CID.
- Viru, A. (2002). Early contributions of Russian stress and exercise physiologists. *Journal of Applied Physiology*, 92(4), 1378-1382.
- Vujanovic, A. (2013). Social choreography: the “black wave” in the yugoslav slet. *Vita Performactiva* (-), 1-10.
- Wood, M. (2010). *Superpower: Romanian women`s gymnastics during the cold war*. [Doctor of Philosophy in History]. Illinois: University of Illinois.
- Zakharov, A. (1992). *Ciência do treinamento desportivo*. Rio de Janeiro: GPS.
- Zatsiorsky, V. (1999). *Ciência e prática do treinamento de força*. São Paulo: Phorte.

### ***El Autor***

#### **Lic. Dr. Nelson Kautzner, Marques Junior**

Membro do Comitê Científico da Revista Observatorio del Deporte  
(Universidad de Los Lagos, Santiago do Chile)  
Revisor Científico Internacional da Revista Con-Ciencias del Deporte, UNELLEZ, Barinas,  
Venezuela  
Licenciatura e Bacharelado pela UNESA, RJ, Brasil  
Pós-Graduado *Lato Sensu* em Fisiologia do Exercício e Avaliação Morfofuncional pela UGF, RJ,  
Brasil  
Pós-Graduado *Lato Sensu* em Musculação e Treinamento de Força pela UGF, RJ, Brasil  
Pós-Graduado *Lato Sensu* em Treinamento Desportivo pela UGF, RJ, Brasil  
Mestre em Ciência da Motricidade Humana pela UCB, RJ, Brasil



## ACTIVIDADES LÚDICAS COMO ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE EN EL PROCESO DE LA COMPRESIÓN LECTORA PARA LA VIDA

## RECREATIONAL ACTIVITIES BOMO E4LEARNING STRATEGIES IN THE PROCESS OF READING COMPREHENSION FOR LIFE

Lic. Espc. Margarita Rosa, Molina Fragozo

[margaritarosamolina@gmail.com](mailto:margaritarosamolina@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0002-5796-4818>

**Recibido:** 18-09-2021

**Aceptado:** 17-12-2021

### RESUMEN

El presente estudio se focalizó, en generar una aproximación teórica las actividades lúdicas como estrategias de aprendizaje para la comprensión de la lectora para la vida con la intencionalidad de develar su realidad en la Institución Educativa Distrital “Familia de Nazaret” de la ciudad de Riohacha, capital del departamento de La Guajira, Colombia. Metodológicamente, en la pretensión de hacer aportes significativos al alcance de los fines educativos del Estado, se identificó con el enfoque cualitativo y el método hermenéutico involucrándose directamente con los informantes claves representados por cuatro (4) docentes, y dieciocho (18) estudiantes femeninas y cuatro (04) padres de familia del grado sexto de la Educación Básica Secundaria, para internalizar, comprender e interpretar tanto el texto como el contexto del escenario de estudio. Se recopiló información pertinente a la adquisición de la comprensión de la lectura para la vida, la convivencia y productividad como resultado de la aplicación de estrategias oportunas y adecuadas de las estrategias de enseñanza de la lectura, para lo cual se utilizaron como técnicas la entrevista en profundidad, discusión grupal y la observación, con apoyo de videos y registro de notas como instrumentos. El estudio permitió aproximar los hallazgos y establecer su credibilidad y precisión, en virtud de que los informantes pudieron reafirmar sus significados y representaciones sobre las actividades lúdicas como posibilitadoras de la socialización en el aula, orientada hacia el proceso de construcción de nuevos conocimientos desde sus propias experiencias significativas y sus conocimientos previos y que plasmar las ideas derivadas de la lectura como una estrategia de aprendizaje conducente al desarrollo del pensamiento y la toma de decisiones. Finalmente se generó una introspección de las estrategias en lectura. Hacia una comprensión de la lectura para la vida, en las estudiantes de educación Básica Secundaria.

**Palabras clave:** actividades lúdicas, estrategias de aprendizaje, lectura, comprensión de la lectura para la vida.

## **ABSTRACT**

The present study focused on generating a theoretical approach to recreational activities as learning strategies for the reader's understanding of life with the intention of revealing their reality in the District Educational Institution "Family of Nazareth" of the city of Riohacha, capital of the department of La Guajira, Colombia. Methodologically, in the attempt to make significant contributions to the scope of the educational purposes of the State, it was identified with the qualitative approach and the hermeneutic method, directly involving itself with the key informants represented by four (4) teachers, and eighteen (18) female students and four (04) parents of the sixth grade of Basic Secondary Education, to internalize, understand and interpret both the text and the context of the study scenario. Information pertinent to the acquisition of reading comprehension for life, coexistence and productivity was collected as a result of the application of timely and appropriate strategies of reading teaching strategies, for which in-depth interview, group discussion and observation were used as techniques, with the support of videos and recording of notes as instruments. The study allowed to approximate the findings and establish their credibility and accuracy, by virtue of the fact that the informants were able to reaffirm their meanings and representations about the playful activities, as enablers of socialization in the classroom, oriented towards the process of building new knowledge from their own significant experiences and their previous knowledge and that capture the ideas derived from reading as a learning strategy conducive to the development of thought and decision making. Finally, an introspection of the reading strategies was generated. Towards an understanding of reading for life, in the students of Basic Secondary education.

**Keywords:** recreational activities, learning strategies, reading. reading comprehension for life.

## **Reflexión de Entrada**

En el conocimiento respecto a la realidad de un suceso, situación, hecho o fenómeno social se conjugan múltiples elementos que, de manera directa, o no develada, intervienen para que el mismo se produzca. Desde esta perspectiva el hecho educativo no puede ser interpretado de manera aislada, sino considerando la multiplicidad dimensional que lo configuran, elementos intervinientes de diversa naturaleza, contenidos en la sociedad, el entorno y la propia contemporaneidad.

En tal sentido, el estudio de las actividades lúdicas como estrategias de aprendizaje a favor de una comprensión de la lectura para la vida en las estudiantes de Educación Básica Secundaria, implica indagar en diferentes direcciones, sin obviar la mirada a otros factores que le afectan de una u otra manera; ello conduciría a establecer criterios sesgados, producto de un reduccionismo que no tiene cabida en la complejidad de la sociedad globalizada y virtual.

Es por esta razón, que se destaca a la sociedad cambiante y dentro de ella al hombre y su forma de discernir, al transitar por momentos históricos dinámicos cuyas circunstancias externas e internas hacen obligante ver y tratar el entorno de manera distinta, hecho que no debe ser diferente en el marco del contexto educativo, considerado como el reflejo de una sociedad en micro.

En función de antes expuesto es imperativo diversificar las actividades lúdicas como estrategias de enseñanza en general, y específicamente las relacionadas con la lectura, de modo tal que se



abandone la práctica memorística y la praxis pedagógica rutinaria, y en su lugar conducir, guiar y orientar el aprendizaje bajo criterios de reflexividad y comprensión del mundo, dado que el propósito educacional busca formar para el desenvolvimiento de una vida social segura, armónica y productiva.

Visto así, la comprensión de la lectura, se constituyen en una realidad compleja develada desde la introspección de todo cuanto envuelve al objeto de estudio, cuyos hallazgos se interpretaron en la intencionalidad de favorecer una praxis pedagógica opuesta a la estaticidad y la rigidez en la enseñanza, puesto que se trata de fortalecer la comprensión de la lectura provechosa para el mundo de la vida.

La búsqueda incesante de información relacionada con esta área del saber, se apoyó en mi experiencia de más de doce años, trabajando como docente en la zona urbana; búsqueda que aún no concluye, dado que la investigación es como una aventura que se inicia y no se sabe cuándo termina, razón por la cual, se hizo una introspección de las actividades lúdicas como el acto de mirarse y buscar en sí mismo, en los pensamientos, en los sentimientos, con el propósito de conocerse a sí mismo para poder identificar, percibir, interpretar y comprender sentimientos, pensamientos y comportamientos.

Donde, se sigue llevando a cabo, a pesar de los vertiginosos cambios, dado que, aquellas acciones que resulta apropiadas para un contexto educativo particular, no son las adecuadas para otro contexto, dado que serán otros estudiantes y otras circunstancias presentes en los ambientes áulicos. De allí, la constante reflexión presente en la búsqueda de mejores actividades indispensables para contribuir con el desarrollo integral de los estudiantes.

Así mismo, se realizó el transitar del proceso investigativo donde se abordó tomando en cuenta sus varias dimensiones, interrelaciones y estructuras, haciendo con ello un despliegue múltiple y ordenado, pues así lo amerita el compromiso de encuentro con la realidad, lo cual coadyuvó a satisfacer las aspiraciones de esta investigación, destacando su importancia.

## La Situación Objeto de Estudio

Desarrollar actividades lúdicas innovadoras y motivadoras para la enseñanza de la lectura desde los primeros años, e ir involucrando a las estudiantes en la comprensión de la lectura les facilitará la aprehensión de conocimientos tangibles a medida que avanza en su formación. De ello depende su éxito académico, punto de arranque para asegurar su desenvolvimiento en el contexto social. Cabe destacar, como lo reza la Constitución Política de Colombia en los artículos 2 y 67, que la preparación de los colombianos como ciudadanos probos, aptos para su desenvolvimiento en el mundo de la vida, forma parte de las aspiraciones del Estado, centrado en el bienestar de su gente y en la prosperidad del país, donde cada persona formada sea capaz de mantener el estatus de autonomía e independencia.

Por lo tanto, los saberes y el conocimiento han de construirse sobre la base del desarrollo y el máximo fortalecimiento de sus potencialidades intelectuales, cuyo andamiaje se haya estructurado

esencialmente con la comprensión de la lectura, misma que favorece la autorrealización, al potenciar competencias de adaptabilidad y flexibilidad, propias del discernimiento conducente al alcance de una mejor calidad de vida. Al respecto Delors (1996), al referir la necesidad de una educación para la vida acota: “Es el pasaporte para la vida, que le permitirá comprenderse mejor a sí mismo, entender a los demás y participar así en la obra colectiva y la vida en sociedad” (p. 82).

Este poder de discernimiento, no se logra por suerte, sino desde la preparación desarrollada por el docente, a través de estrategias concebidas para tal fin, en donde el aprendizaje de la lectura juega un papel fundamental. A través del aprendizaje orientado por el maestro, se transforman los comportamientos, se mira el problema para encontrar una solución, ya que enseña para convivir en la sociedad. Aquí, la meditación juega un papel esencial y requiere el desarrollo del discernimiento, que tiene sus raíces en una comprensión integrada de la lectura.

Es así, como resulta interesante revisar las actuaciones del docente como sujeto accionador de las grandes aspiraciones educativas. De modo especial, es el encargado de hacer que el aprendizaje ocurra en las estudiantes y se genere una comprensión de la lectura capaz de modelar educandos, con sentido crítico y preparado para la vida. En tal sentido, el docente debe estar presto a la introspección, donde su labor intuitiva, interpersonal con el estudiante, le permitan advertir debilidades de expresión, que en la mayoría de los casos son resultado de los entornos en los cuales él se desenvuelve.

La introspección por parte del docente, adquiere gran relevancia, en virtud de que desde ese ámbito se apoya la labor profesional del educador, coadyuvando a facilitar los aprendizajes; la reflexión del docente respecto a la calidad, oportunidad y pertinencia de las actividades lúdicas como estrategias de aprendizaje, facilitaría y posibilidad del aprendizaje, de modo tal, que las estudiantes a partir de sus características individuales y su proceso particular de aprendizaje, se apropien de los saberes.

Esta introspección donde el docente visualiza las condiciones obstaculizadoras en cada caso particular, le induce a buscar, a investigar, a indagar cuáles son los mecanismos, estrategias, procedimientos didácticos más adecuados para impedir el freno del aprendizaje, inclusive, cuál es la disposición y la motivación de las estudiantes frente al hecho de aprender. Solo reflexionando en profundidad podrá el docente decidir cuáles estrategias son más adecuadas y pertinentes al logro de los objetivos de aprendizaje, entre los que emergen como fundamentales los relacionados con la lectura como paso necesario para la comprensión de la lectura.

La consolidación de la comprensión de la lectura depende sustancialmente del fortalecimiento de la lectura, ambas conducentes al aprender y al aprehender conceptos y contextos del mundo necesarios para orientarse en las diferentes áreas de estudio y en los saberes propios del mundo circundante, de donde se desprende la relevancia mundial de las estrategias de enseñanza de la lectura, considerada de por sí, como la mayor fuente de aprendizaje, razón por la cual, se convierte en el medio del cual obtenemos información y conocimiento respecto al mundo globalizado y sus circunstancias.

Esto significa que lectura se perfilan como los primeros y más importantes actos de aprendizaje formal, razón que hace de la escuela una institución favorecedora de encuentro de saberes, y a sus maestros, en fuente de sabiduría para iniciar y animar a sus estudiantes en este proceso. Con miras a lograr este objetivo se debe reparar en que nuestros estudiantes comprendan lo que leen y escuchan, se comuniquen oralmente y por escrito, siendo ello, uno de los propósitos de los programas de la educación escolarizada en Colombia, contenidos en el Plan Nacional de Lectura y Escritura, programado por el Ministerio de Cultura y Educación (2015).

De allí, se contemplan las cuatro modalidades del lenguaje: hablar, escuchar, leer, y escribir, destacando su interdependencia y el tratamiento necesario que debe dárseles al manejarlas integradamente en todas las áreas y niveles escolares y por tanto, no dejar solo en manos de una unidad curricular el logro de esta competencia, con miras de afianzar y potencializar sus resultados en comprensión de la lectura.

Refiere la fuente antes indicada, que la aprehensión de la lengua, es un proceso complejo donde intervienen múltiples aspectos: lectura, escritura, relación con el medio, expresión oral y escrita, por lo que la labor docente ha de estar presente en la conducción de estos objetivos, a fin de que se coordine una amplia variedad de actividades, algunas implicadas en asignar un significado a los símbolos escritos y otras, en la interpretación del significado del texto donde actúa la vista y el cerebro todo para llevar a la comprensión. Martínez (2005), expresa que este seguimiento asegura un proceso integral de aprehensión total de las palabras, con el fin de coadyuvar a la reflexividad y comprensión, ante las ideas que se presentan.

Fortalecer este proceso supone valorar el accionar docente en el manejo de las estrategias para el aprendizaje de la lectura, concibiéndolo como un profesional preparado no sólo en conocimientos sino en el manejo de estrategias para solventar diversas situaciones en el aula, entre ellas, la de estudiantes que no comprenden lo que leen y que no poseen la competencia para producir ideas de forma escrita. Sin embargo, a través de los estudios efectuados por el Ministerio de Educación Nacional (Ob. Cit.), este modelaje docente no se está produciendo con idoneidad, pues se aprecia que los procesos de lectura en las escuelas de Primaria y Básica Secundaria en Colombia, no están resultado ni efectivos ni eficientes. De allí la existencia del Plan Nacional de Lectura y Escritura (PNLE).

El PNLE, está orientado entre otras actividades, al mejoramiento por parte de las estudiantes de su discurso escrito, y lectura comprensiva, como medio de generar discernimiento y comprensión de la lectura; la ruta para lograrlo es preparando al docente con estrategias de enseñanza innovadoras que lo sitúan como un dinamizador del aprendizaje. Sin embargo, a pesar de esos esfuerzos, los cambios en mejoras de lectura, aún no se han observado, lo cual quedó evidenciado, en el Informe Nacional de Resultados Prueba Pisa (2015), los resultados de la Prueba Pisa sobre comprensión de la lectura, cuando nuestros estudiantes ocuparon el puesto treinta (30), entre treinta y cinco (35) países participantes, lo que muestra su fragilidad en lectura y escritura y comprensión de la lectura. Según señalamientos del Ministerio de Educación Nacional (2017), el 47% de los estudiantes colombianos, no alcanzaron el nivel mínimo de desempeño.

Partiendo de lo anteriormente expuesto, en el contexto latinoamericano y en materia de comprensión de la lectura, entre los países participantes en la Prueba Pisa, en el año 2016, Colombia, estuvo por debajo de Brasil, Argentina y Chile superando escasamente a Perú. Estos resultados permiten visualizar el bajo nivel en cuanto a lectura y escritura y comprensión de la lectura de nuestros estudiantes colombianos, Asimismo, en el área de lenguaje, las estudiantes obtuvieron 403 puntos en la escala de lectura, ubicando al país en lugar cincuenta y dos 52, entre sesenta y cinco (75) países participantes.

Las cifras mostradas en el párrafo anterior, son indicadores de que más del setenta por ciento (70%) de los niños y jóvenes colombianos, inscritos en el sistema educativo, están en el nivel de lectura más básico. Explica la fuente, que, en cuanto al razonamiento, los estudiantes colombianos presentan las siguientes características:

- Dan salida a preguntas cuya respuesta esta explicita en el texto, pero
- Tienen dificultad para establecer relaciones entre distintas ideas del texto,
- No tienen comprensión global y mucho menos hacen una lectura crítica para formarse una opinión sobre el texto.

Estas conclusiones representan una gran limitación para el desarrollo de una lectura conducente a la reflexividad y discernimiento en nuestro país. Por tanto, urge atender esta realidad, a fin de dar un vuelco en la preparación en lectura y escritura de nuestros educandos y promover en ellos la comprensión de la lectura como elemento necesario para la vida.

La situación descrita se replica en la Institución Educativa Distrital “Familia de Nazaret”, ubicada en Riohacha, departamento de La Goajira, donde se llevó a cabo el estudio, de modo que examinar reflexivamente a lo interno, desde dentro del quehacer educativo en la mencionada institución es una necesidad. Es pertinente señalar lo importante que la introspección se efectúe atendiendo a las voces de sus protagonistas, pues las estrategias de enseñanza de la lectura a desarrollar han de responder a sus realidades particulares y no ser una copia de otros entornos, cuyas circunstancias seguramente son diferentes.

En esa búsqueda de resultados efectivos, se hace necesario comprometer a docentes, estudiantes y representantes, quienes en su conjunto conforman un todo integral, cuya participación es decisiva en este proceso, toda vez que, conjuntamente con su ambiente, son parte influyente de los aprendizajes. En esta introspección investigativa posiblemente se han de descubrir las miradas y el sentir de los protagonistas como fórmula de éxito en la deconstrucción de modelos de estrategias inadecuadas, repetitivas, que seguramente se encuentran cargadas de un tradicionalismo pedagógico, que puede resultar positivo en otros contextos pero que, en Colombia, ha hundido y mutilado las competencias de reflexividad lectora en las estudiantes.

En relación a lo expuesto Castellanos y Castro (2017) enfatiza que la aplicación mínima del aprendizaje estratégico, minimizando la manipulación educativa en la implementación de los procesos de alfabetización, y manteniendo un enfoque individual del tema, que refleja la visión tradicional de producir conductas indiferentes hacia procesos importantes como la lectura. En esta línea de pensamiento, es menester considerar que el fomento y la promoción de la lectura por parte

del docente implican un alto grado de creatividad e innovación. Es la manera de disponer de espacio y oportunidad para la formación integral de las estudiantes, aspectos que pudiera estar ausentes en las instituciones de Educación Básica Secundaria en Colombia, complicando el surgimiento de propuestas y experiencias pedagógicas que contribuyan a desarrollar adecuadamente competencias comunicativas y sociales.

Postura similar, tiene Moreno (2012), quien asevera que es competencia del docente dotar al estudiante de los recursos necesarios para que produzcan y entiendan textos de distinta complejidad lingüística. En otras palabras, queda en manos del docente de instituciones de educación Básica Secundaria lograr en las estudiantes la suficiente competencia comunicativa, mediante el aprendizaje de la lectura, para cubrir satisfactoriamente las distintas situaciones discursivas que la vida les exige.

Se estima la necesidad de un viraje, donde las estrategias de enseñanza promuevan la buena lectura en las estudiantes, con el objetivo de que ellos se posesionen del manejo adecuado de reglas ortográficas y gramaticales, favoreciendo así, la ortografía, la amplitud del vocabulario y el logro de una lectura comprensiva de calidad, con miras de fomentar sus competencias en el habla y en el discurso escrito, donde podrán expresar sus vivencias, pensamientos, sentimientos. En palabras, de Kabalen y Sánchez (1999), colocar de relieve sus competencias comunicativas y así abarcar habilidades lingüísticas como hablar, escuchar, leer y escribir, necesarias en los procesos de aprendizaje para las distintas áreas del saber y para la vida misma.

Leer y escribir bien es la vía más expedita para comprender al mundo, dentro de su dinamicidad y flujo tecnológico. Por lo tanto, la enseñanza de este binomio lecto-escritor, es vital dentro del contexto escolar, como medio de asegurarle al estudiante la comprensión del entorno, apropiarse de los saberes necesarios para su formación y aprender a separar con discernimiento y comprensión aquellos conocimientos que realmente son útiles, desechando los que constituyen un distractor de saberes. Trabajar en el fortalecimiento de estas competencias prepara al estudiante para la vida, ya que estas son competencias que le acompañarán siempre y le permitirán desenvolverse con más propiedad en su cotidianidad.

En ese sentido, se ha podido observar en la Institución “Familia de Nazaret”, que algunos docentes aún prevalecen estrategias de enseñanza de la lectura, marcadamente repetitivas y tradicionalistas, donde mecánicamente las lecciones de lectura están enfocadas en la repetición de sonidos y la copia, como medio para el desarrollo de la escritura. De igual manera, se observó también, estrategias centradas en el uso del libro de texto repleto de ejercicios, en consecuencias, esta problemática pudiera afectar a los estudiantes en la comprensión de la lectura causando desmotivación, dispersión de esfuerzos y bajo desarrollo de la capacidad para comprender lo que lee, definiéndose con ello un bajo nivel de preparación en competencias lingüísticas, situación que sitúa a las estudiantes en desventaja respecto a las exigencias actuales como ser pensante, creativo y hábil para la comunicación social, con la consiguiente deficiencia en comprensión de textos, y el deterioro en procesos inherentes a las inferencias, contrastación, análisis, todos útiles, no solo

para las diferentes unidades curriculares sino para su comprensión con el entorno y el mundo que le rodea.

Esta situación, es posible que molde a los estudiantes contrario a lo que reclama la sociedad dinámica de hoy; se explica entonces, que puede tornarse en un estudiante pasivo, al limitarse su actuación en reproducir las ideas del docente, quien se muestra como transmisor y reproductor de aprendizajes memorísticos, derivando en desinterés, apatía, desmotivación, deserción escolar, apartándose así de las metas educativas actuales, referidas al Plan Nacional del Lectura y Escritura, enfocadas en formar lectores y escritores competentes y autónomos.

Aparte de lo expuesto, merece también atención la posición asumida por algunos padres y representantes, para quienes el aprendizaje de sus representados es sólo un compromiso y un deber de los docentes, pudiendo involucrarse, de manera pasiva limitando muchas veces a la asistencia a reuniones y/o a cualquier otra convocatoria informativa. En este punto, conviene señalar que el docente ha de dinamizar las estrategias promoviendo su participación en las actividades de enseñanza, a fin de superar las debilidades y obtener mejores resultados en la lectura y la comprensión de la lectura de las estudiantes.

La realidad descrita amerita de una observación profunda, capaz de validar o no lo señalado dentro de la institución objeto de estudio. Se trata de hacer una introspección del alma misma de la escuela, en la cual, docentes con sus estrategias y estudiantes con sus competencias en lectura, en unión de sus padres y/o acudientes emitan sus puntos de vista respecto a lo que está impidiendo progresivamente la adquisición de la competencia lectora, y, por consiguiente, los problemas que de ello se derivan.

Es en ese plano que me ubico como investigadora, consciente de las fuertes dificultades existentes en el ámbito del aprendizaje de la lectura, para comprenderla desde el mismo escenario y convertirme en oído, para las voces de docentes, estudiantes y representantes. Abordar la temática, es formular interrogantes, que permitan organizar el pensamiento y la consiguiente orientación para una revisión y/o creación de estrategias de aprendizaje por parte del docente, amparadas en el sentir de parte de la triada participante en el hecho educativo.

En este sentido, se presenta el siguiente propósito para dar respuesta a la problemática planteada: Generar una aproximación teórica de las actividades lúdicas como estrategias de enseñanza para la comprensión de la lectura con la intención de develar su realidad en el sexto grado de la Educación Básica Secundaria en la Institución Educativa Distrital “Familia de Nazaret” de la ciudad de Riohacha, capital del departamento de La Guajira, Colombia. Por último, el propósito planteado, permitirá al ordenamiento del pensamiento y contribuir a la interpretación del texto y el contexto que se irá entretejiendo conjuntamente con aportes de la investigadora para llevar a cabo en forma exhaustiva la introspección que reclama el estudio.



---

## Introspección Metódica sobre el objeto de Estudio

### Preámbulo

El camino que se sigue en este momento investigativo conduce hacia la explicitación de los pasos dados a motus proprio para el desarrollo del estudio, delineados en atención a la metódica implícita en la investigación de carácter cualitativo y hermenéutico, cuya caracterización reside en el involucramiento del investigador con los sujetos significantes del estudio, con miras a la interpretación lo más acertada posible del contexto mencionado anteriormente. El recorrido explícito, describe cada fase del proceso metodológico concordado en la teoría y la práctica que son dimensiones filosóficas de la educación. Según Bárcena (2013) estas dimensiones abordan lo ético y lo epistemológico al ocuparse de la búsqueda de la verdad, toda vez que en ello se haya implícita la conveniencia de aprender, desaprender y aprender de nuevo, o en palabras de Bárcena (ob. cit.), "...inquietar la actividad del pensamiento para ver nuevas direcciones o inclinaciones", de modo que podamos generar nuevas teorías o hacer aproximaciones teóricas relacionadas con las problemáticas sociales, culturales, económicas, ambientales, locales y globales presentes en este mundo de la vida donde predomina la incertidumbre.

Este camino condujo hacia la reflexión y discernimiento respecto a la necesidad de realizar cambios posibles en el ámbito de las estrategias para la enseñanza de la lectura y la escritura con la clara intencionalidad de optimizar la comprensión de la lectura de nuestros estudiantes, puesto que ello favorecerá el desarrollo de su personalidad y la preparación para afrontar con éxito las diversas situaciones que la vida presenta; se trata específicamente de las estudiantes que cursan el sexto grado en la institución educativa previamente mencionada, y que es objeto del presente estudio.

Es importante señalar, que el desarrollo de la personalidad se relaciona estrechamente con la competencia de la comprensión de la lectura, en virtud de que las actividades lúdicas como estrategias de enseñanza de la lectura y la escritura representan la oportunidad de ofrecer una alternativa generadora de la madurez reflexiva necesaria para desenvolverse exitosamente dentro de una sociedad compleja, que nos obliga también a ser complejos a fin de entenderla, y poder ocupar el rol como ciudadanos útiles en el marco de una sociedad más culta, más convivida, más comprensiva, con ciudadanos mejor preparados para la vida.

Este abordaje lleva a un tratamiento profundo del entorno objeto del estudio, que no por ser de pequeñas dimensiones, deja de ser complejo. El método investigativo facilita una visión amplia, alejada del reduccionismo y el mecanicismo que pretende ver de manera simplista, solo un elemento interviniente en la realidad problemática. Viene al caso mencionar a Morín (2005), quien asevera: "Si para el pensamiento simplificador el conocimiento tiene un punto de partida y un término, para el pensamiento complejo el conocimiento es una aventura en espiral (...) esa aventura carece de finalización, permanecerá siempre abierta." (p.15).

De allí que las actividades lúdicas como estrategias para la enseñanza de la lecto-escritura, vistas desde la óptica de la integralidad y la inclusión, deben responder a revisiones constantes que dejen

la puerta abierta a modificaciones y no hacer permanentes aquellas que pudieran resultar positivas en un momento determinado, pues la sociedad, el entorno, los ambientes, las circunstancias, se dinamizan y cambian constantemente y con ello las personas; cambian las estudiantes dentro de la micro sociedad que constituye la escuela, invitando a ver más allá de lo que se muestra físicamente. El involucramiento supone comprender realidades para luego interpretarlas y ofrecer de esta manera respuestas extraídas del sentir de los propios protagonistas, favoreciendo construcciones más acertadas en los propósitos que se establecen.

### **Perspectiva Metodológica desde el Enfoque a los Informantes**

La metódica empleada, da cuenta de la orientación que guía la investigación hacia el método adecuado al respecto, Ugas (2011) expresa: “El método enuncia y se refiere al orden que guía la investigación; mientras que, la metodología prevé el control para realizarla. El método establece reglas y la metodología una secuencia que lo hace posible”. (p. 11).

Por lo tanto, se busca el orden en el seguimiento de pautas, sin asfixiar la libertad que le es propia a la investigación, como medio posible de dar respuesta a una realidad problemática. La búsqueda condujo a un abordaje del tipo cualitativo, adaptado al sentir de ideas y pensamientos que van en búsqueda de soluciones favorables para el encuentro de estrategias innovadoras para la enseñanza de la lectura y la escritura con miras a la adquisición de la comprensión de la lectura para la vida en las estudiantes de sexto grado de la Institución Educativa Distrital “Familia de Nazaret”, Riohacha, La Guajira.

Es preciso decir que el estudio se afianza en la hermenéutica, inmerso este método en la magia de comprender e internalizar el sentir del ser humano investigado en su propio entorno social e histórico, para interpretarlo sin subjetividades, buscando el acercamiento espontáneo a los sujetos significantes, siendo los mismos protagonistas del suceso académico. De allí que se aborda a las estudiantes, docentes y representantes de sexto grado en un encuentro cara a cara considerándolos como vehículo apropiado de obtener información de primera mano, y al mismo tiempo observar directamente a los informantes, de quienes se aspira generen información enriquecedora para la producción intelectual.

De esta forma, entran en el círculo investigativo las y niños niñas del sexto grado, conformados por dieciocho (18) estudiantes, los cuatro (4) docentes de sexto grado y cuatro (4) representantes de las y los estudiantes participantes en la investigación, todos pertenecientes a la Institución Educativa Distrital “Familia de Nazaret”, Riohacha, La Guajira.

La selección de los informantes se llevó a cabo bajo el criterio de la totalidad, sin descartar persona alguna involucrada en el hecho investigativo, a través de una convocatoria general, donde la única razón para ser excluido fue la inasistencia el día de la entrevista. La selección de informantes respondió a la necesidad de obtener el máximo de puntos de vista posible, a fin de derivar las categorías y las subcategorías emergentes, hacer la triangulación, saturar y lograr un mayor acercamiento al sentir de cada uno de estos actores. Ello, facilitó la interpretación de los significados dados a las estrategias conducentes al aprendizaje de la lectura y escritura que

resultaran más efectivas para alcanzar la reflexividad y la comprensión de la lectura, a favor de un estudiante de sexto grado preparado para la vida.

Es pertinente destacar que la comprensión e interpretación de los significados que los informantes expresan, se hace posible a través de una acción comunicativa dialógica en términos de horizontalidad frente a los informantes, para conocer las situaciones de aprendizaje desde su propio sentir y no desde la realidad subjetiva de la investigadora, todo ello ajustado al deber ser de una Hermeneusis observacional, registrada con minuciosidad, desde el texto y el contexto del objeto de estudio, en plena identificación con los protagonistas, a fin de descifrar los códigos de comportamiento que le son propios.

Este paso requiere del involucramiento, característica propia del enfoque cualitativo, que no busca generalizaciones, sino que promueve sumergirse en el hecho investigado con sus particularidades, proceso que se logró por cuanto me desenvuelvo como docente en la institución y atiendo el grado sexto de educación primaria en la institución antes mencionada.

La empatía, la comunicación fluida y asertiva, la adaptación al contexto y el formar parte del mismo, facilitó la relación, en un acercamiento sin trabas burocráticas, donde la investigadora no requirió pasar por un proceso de resocialización en un campo desconocido para ella; al contrario, la compenetración fue inmediata, al estar posesionada de los códigos comunicacionales existentes, lo que evitó problemas de traducción cultural, entretejiéndose este pensar con lo indicado por Albert (2007), cuando se refiere a las condiciones cualitativas indicadas dice: “No es necesario que quien investiga pase por un proceso de resocialización en un campo social que desconoce, ya que quien investiga conoce los códigos vigentes en su propio grupo y puede hacerlos explícitos”(p. 233).

Este enlace cualitativo con los sujetos significantes facilitó la tendencia hermenéutica dentro del escenario de estudio, pasando a la interpretación del contexto, luego de haber efectuado y seguir haciendo la revisión del texto, quedando claro que no hay cierre definitivo, por lo cambiante de las situaciones, el buscar y seguir profundizando constituyó el norte de esta realidad, tal como lo afirma Gadamer (1993), cuando indica: “Mal hermeneuta el que crea que puede quedarse con la última palabra” (p.82). Corroborándose con esa afirmación que la búsqueda no se cierra; se mantiene abierta procurando más profundidad, más exploración de los contextos y de las personas que actúan dentro de la misma y forman parte del proceso investigativo, circunstancia que hace prudente retomar a Gadamer, esta vez citado por Balza (2008), cuando afirma: “La hermenéutica no se centra en entender al otro, sino en entenderse con el otro en un contexto determinado, bien sea en un texto (...) una acción, un acontecimiento” (p.108).

Lo expuesto, orientó la investigación a la búsqueda profunda a través del contexto y desde la mirada y el sentir de los protagonistas para visualizar las estrategias de aprendizaje en lectura y escritura con miras a alcanzar una comprensión de la lectura que sirva para la vida. Se fusiona así, lo hermenéutico con lo cualitativo, integrándose método y enfoque y viceversa en la búsqueda del conocimiento ofrecido por el ambiente y el documento, sumado a los informantes clave, en este caso particular constituido por estudiantes, docentes y representantes del sexto grado de la

institución objeto de estudio, en el cual se conserva la singularidad de cada protagonista, una vez que se efectúa la interpretación. De allí que Balza (Ob. Cit.), infiera que “El comprender hermenéutico no es solo un acto intelectual, sino la inserción activa del intérprete en un acontecimiento” (p. 109).

Por consiguiente, los informantes quienes son estudiantes, docentes y representantes del sexto grado y la investigadora, se conectan, se comunican con códigos manejados por todos, en un ejercicio inherente a los seres humanos, abriendo horizontes ante las estrategias empleadas para la enseñanza de la lectura y la escritura como fórmula adecuada para la comprensión de la lectura útil y necesaria para la vida. La hermenéutica entonces se abre paso en el plano de acceso al fenómeno de la comprensión, y de la interpretación de lo comprendido, ya que comprender e interpretar no es sólo una instancia científica, sino que pertenece a la experiencia humana en el mundo.

Refiere Gadamer (ob. cit), concibe a la hermenéutica como un proceso cuya secuencia permite conocer la razón del comportamiento por signos y códigos propios del informante en conexión con su realidad, todo ello, sin dejar de lado el involucramiento del investigador con los sujetos del estudio, como característica definitoria del enfoque cualitativo. En correspondencia con lo indicado es conveniente citar a Murcia y Jaramillo (2002), quienes en una introspección sobre lo hermenéutico tocan aspectos interesantes para la presente investigación:

- El todo explica la parte y la parte explica el todo. Aspecto que fundamenta al círculo hermenéutico.
- En el estudio se manejaron simultáneamente ambos, siempre y cuando constituyeron un enriquecimiento para la comprensión e interpretación del objeto de estudio.
- Se precisa comprender los prejuicios del autor al que se interpreta.
- Esto constituye el horizonte desde donde se produce el texto (horizonte del autor). En tal sentido, año y/o periodicidad del texto se hacen relevantes para el acercamiento a la problemática de estudio. La interpretación desde nuestros propios prejuicios (horizonte del intérprete), debe ser rigurosamente revisado a fin de no caer en subjetividades.
- En la interpretación, se ponen en diálogo tanto los prejuicios del autor como los del intérprete (fusión horizontes).
- El texto “forma” al lector y el lector “reforma” el texto.
- Hecho que guarda relación con lo hermenéutico y con la temática abordada, respecto a estrategias de enseñanza de la lectura y la escritura para la comprensión de la lectura.
- Comprender un texto, es también comprenderse a sí mismo, al lograrse la internalización de sentimientos, afectos y/o puntos comunes.
- La comprensión de un texto nunca se termina, es decir, que en la hermenéutica opera la infinitud de la interpretación.
- El todo condicionado a la mirada de protagonistas y/o investigadores apostados a la búsqueda de la verdad desde múltiples ángulos guarda relación con la complejidad.

Esta realidad cualitativa hermenéutica, con sus respectivos informantes de estudio, mueve a seguir despejando términos, entre ellos precisar las condiciones y características del escenario de estudio, así como las técnicas e instrumentos a aplicar para recoger la información.

### **Sobre las Técnicas e Instrumentos Empleados**

Este apartado, hace referencia a las técnicas e instrumentos de investigación utilizados en la fase de recolección de la información pertinente al tema objeto del estudio. En el caso de los cuatro (4) docentes seleccionados se aplicó una *entrevista a profundidad*, denominada por Rojas de Escalona (2014), como entrevista no estandarizada, que permite una acción comunicativa basada en la confianza y la libertad para expresarse, sin censuras de ningún tipo por parte de la investigadora, quien puso especial cuidado en sus expresiones orales y/o gestuales.

Esto significa que la entrevista no estandarizada es informal. Se desarrolla sin un orden preestablecido, de modo que las preguntas van surgiendo por lo general, de la información suministrada por el informante; a cada respuesta, corresponde otra pregunta, y así sucesivamente, lo cual permite profundizar al máximo en la información. Es la famosa “Bola de nieve cualitativa”. La relevancia de este tipo de entrevista estriba en la riqueza de la información suministrada por el informante que promueve la calidad interpretativa. Rojas de Escalona (ob. cit.) refiere: “No hay guion, ni preguntas pre especificadas, mucho menos un orden (...) las preguntas deben ser muy generales, dirigidas a estimular el pensamiento y la expresión de las ideas del otro”. (p. 93).

Como puede inferirse, la amplitud que ofrece la entrevista a profundidad requiere de condiciones ambientales donde el entrevistado pueda imbuirse en una reflexión sin ataduras ni trabas, en calma y tranquilidad, lo cual le facilita brindar respuestas confiables relacionadas a su realidad vivencial, razón por la cual se aplicaron estas entrevistas en un espacio agradable, sin distractores, que pudieran ocasionar interrupciones, en un ambiente de calma y del contacto con la naturaleza, fuera del espacio escolar, donde tales condiciones no están garantizadas.

Los representantes seleccionados como informantes, se abordaron desde *la técnica de grupos de discusión* (Ibáñez, 1997), aunque para efectos de los participantes se denominó “lluvia de información”, para lo cual se reunieron en un aula de la institución objeto del estudio, previa notificación de fecha y hora, y con la correspondiente autorización de la dirección del plantel, a fin de no generar interrupciones al desarrollo de las actividades regulares de clase.

Se consideró propicio generar un ambiente grato, lleno de entusiasmo, iniciando la reunión con dinámicas de grupo que favorecieron la conexión, la participación y la colaboración. Logrado el ambiente requerido se explicó a los representantes el objetivo del encuentro, cuya temática se focalizó en los planteamientos respecto a la importancia de las estrategias para la enseñanza de la lectura y la escritura, a partir del diálogo donde los informantes participaron exponiendo su apreciación en relación al avance y progreso de sus representados en el proceso lector, tomando en cuenta aspectos como el grado de comprensión de la lectura, dicción, articulación de las palabras al leer, entre otros. Igualmente se comentó en el grupo hasta qué punto ellos apoyaban a sus representados en esta tarea.

La lluvia de información, o grupos de discusión consistió en mantener una conversación donde prevalece el intercambio de ideas donde la investigadora formó parte del grupo. Los planteamientos se dirigieron al colectivo, no a las individualidades. Esta técnica favorece la generación de lluvia de ideas, y permite recoger abundante información que luego es analizada e interpretada.

Este tipo de técnicas puede complejizar la captación de la pluralidad de las ideas, por lo cual se grabaron en video las intervenciones, a lo cual se sumó el apoyo de notas a fin de fortalecer, enriquecer y blindar la técnica primaria. La ventaja del video radica en que permite captar, guardar y posteriormente observar la información, en diferentes oportunidades, de manera que los planteamientos se contrastan cada vez que es necesario, además de que facilitan el análisis de imágenes, gestos, sonidos útiles a la construcción del conocimiento.

Es importante destacar la colaboración de dos docentes de otros grados. Una de ellas tomó notas manuscritas de la información y datos suministrados por los informantes, previendo posibles deficiencias en las grabaciones. La otra docente grabó audios y videos durante el desarrollo del encuentro. Simultáneamente en mi rol de investigadora participé mezclada en el grupo, atenta a las respuestas emitidas para formular nuevas preguntas derivadas de la información suministrada, y así enriquecer la lluvia de ideas. Las docentes de apoyo transcribieron la información tal cual fue obtenida, haciendo acotaciones significativas relacionadas con la gestualidad de los informantes.

En un segundo momento se realizó un encuentro virtual con los representantes –informantes– para explorar su grado de sensibilidad con relación a la dedicación y apoyo de la familia requerido por el docente en cuanto a la enseñanza de la lectura y la escritura como fundamento de la comprensión de la lectura para la vida de calidad, fortalecida con una visión amplia del entorno, gracias a un discernimiento adecuado.

*La técnica de la observación* se aplicó al grupo de estudiantes del sexto grado, a fin de conocer en detalle su desenvolvimiento en las actividades diarias relativas a la comprensión de la lectura. En un segundo momento se empleó el mismo procedimiento llevado a cabo con los representantes, vía internet, debido a las clases virtuales adoptadas después de la propagación del covid-19. Se realizaron dinámicas virtuales y se compartió un refrigerio desde la distancia, pero interconectados a través de Google Meet, donde se les explicó inicialmente la importancia de sus aportes para el desarrollo de la investigación.

Una parte de las preguntas formuladas surgieron de una lectura efectuada, desde la cual se derivaron variadas preguntas, que permitieron sopesar la calidad de su comprensión de la lectura. Las técnicas de recolección de información ya descritas, resultaron ideales para involucrarse con los sujetos significantes del estudio, lo cual conjuga enfoque y método (cualitativo y hermenéutico). A todos los informantes se les agradeció su participación activa en las jornadas de entrevistas individuales y colectivas ejecutadas.

Con las técnicas e instrumentos aplicados, se pudo internalizar en el sentir, en las emociones, en lo que piensan las estudiantes y los docentes, respecto al objeto de estudio, cuyas palabras clave son estrategias de aprendizaje, lectura y escritura, comprensión de la lectura para la vida.



## Análisis Hermenéutico

En este apartado se exteriorizan los criterios de los entrevistados y los enfoques teóricos, para proceder a triangular la información, al contrastarla con la opinión de la autora de la presente investigación. Una vez estructurados los significados dados por los informantes clave, se presenta el análisis hermenéutico de los hallazgos. Los informantes clave se identifican aquí con la letra E (entrevistada/o) seguido de un número 1, 2 o 3 según sea el caso, con la intención de resguardar su integridad.

El proceso de categorización se canalizó mediante la aplicación del Programa Atlas Ti 8, utilizado para el análisis cualitativo de grandes cuerpos de datos textuales, gráficos, así como de vídeo. Su aplicación permitió que emergieran las categorías y subcategorías de las entrevistas realizadas a los informantes claves, para posteriormente teorizar sobre los hallazgos. En este sentido comenzamos por colocar las respuestas de cada una de las preguntas a los entrevistados en su orden y para ello nos apoyamos en las categorías emergentes y que son comunes entre los entrevistados. El gráfico 1, se identifica como la nube de palabras de donde surgen las categorías principales de la investigación.



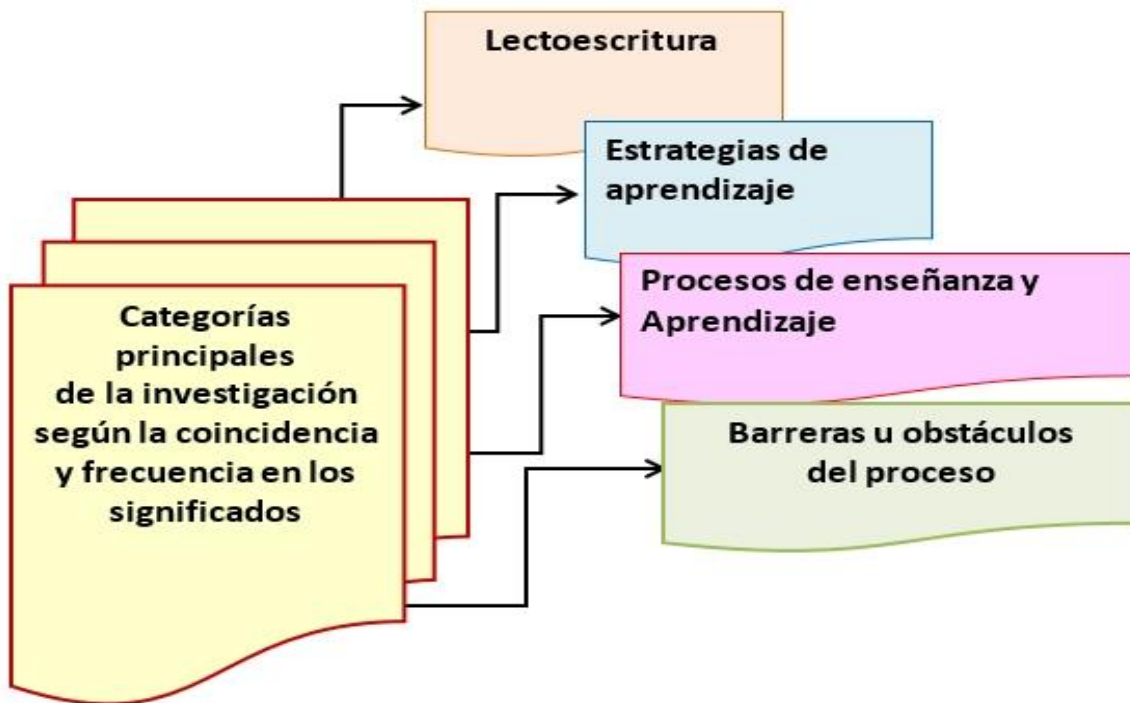
**Gráfico 1. Nube de palabras. Lectura y escritura.**

En la figura 1, se reflejan las palabras más comunes, que emergen de la nube de palabras generadas a través del Programa para el tratamiento de datos cualitativos Atlas Ti8. Estas palabras se encuentran relacionadas con la lectura, el texto, las estudiantes, el contexto, la actividad, enseñanza, comprensión, experiencia, temas, leer, el aprendizaje, la niña, la estrategia, capacidades,

pensamiento, padres, desarrollar, compartir, ayuda, plan, analizar, alcanzar, área y todo un grupo de palabras significativas, que ayudaron a la comprensión de la información, a partir de los hallazgos alcanzados, durante las entrevistas realizadas a los informantes clave.

Durante el proceso de interpretación de la información, se identificaron los aportes de los informantes clave, se aplicaron las técnicas de análisis, mediante el procedimiento correspondiente, y se organizó la información develada en las entrevistas respecto al fenómeno objeto de estudio, tomando en consideración la perspectiva de cada una de ellas, en la búsqueda del significado dado por los informantes clave desde sus vivencias en el contexto educativo.

En este sentido, a través del Programa de tratamiento de datos Atlas ti 8 se determinó la coincidencia y la frecuencia de las palabras que forman parte de las categorías principales. De estas categorías principales surgieron a su vez, las categorías emergentes (ver gráfico2), que abordaremos en cada una de los gráficos generados al respecto (ver cuadro1). En primera instancia surgieron como categorías principales de la investigación las siguientes:



**Gráfico 2. Categorías emergidas del análisis de información.**

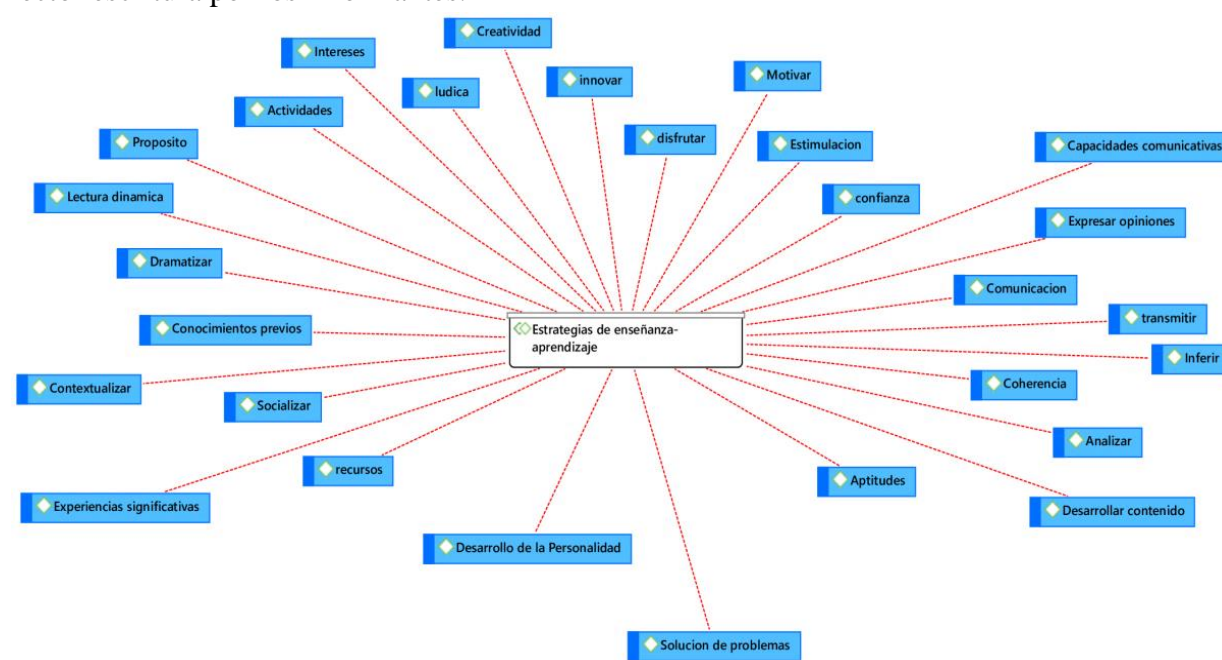
**Cuadro 1**  
**Categorías principales y subcategorías o categorías emergentes**

CATEGORIAS PRINCIPALES	SUBCATEGORÍAS O CATEGORÍAS EMERGENTES
1. Lecto Escritura	Conocimientos previos, contenidos, actividades, comunicación, lectura dinámica, habilidades comunicativas, socializar, innovación, estimulación, dinamizar.
2. Estrategias de aprendizaje	Analizar, propósitos, Motivar, disfrutar, confianza, transmitir, coherencia, expresar opiniones, creatividad, lúdica, lectura dinámica, contextualizar.
3. Proceso de enseñanza -aprendizaje	Padres y representantes, Formación integral, plan lector, habilidades cognitivas, inclusión, ampliar conocimientos, argumentar.
4. Barreras u obstáculos del proceso	Apoyo institucional, intereses, comprensión de la lectura, recursos, acompañamiento, habilidades comunicativas.

**Fuente:** Elaboración propia (2021)

Es menester aclarar que tanto las categorías principales como las emergentes recibieron un tratamiento hermenéutico. Sin embargo, algunas categorías emergentes aparecen repetidas dentro de las principales y por ello fueron tratadas una sola vez, en una u otra categoría principal, según el grado de incidencia que encontró la investigadora.

Se presenta el gráfico 3, donde se refiere al conocimiento de las estrategias de aprendizaje en la lecto- escritura por los informantes.



**Gráfico N° 3. Conocimiento de las Estrategias de enseñanza-aprendizaje.**

*Interpretación Hermética*

Tanto los informantes clave como las diferentes visiones teóricas presentadas, reflejan criterio similar con respecto a la lectura y escritura y su incidencia en la comprensión de la lectura. Unos refieren que son procesos que mediante actividades lúdico- prácticas, que le permiten al estudiante adquirir una mejor comprensión de la lectura del texto leído, mientras otros coinciden en que es un espacio interactivo donde se socializa un tema en común entre un docente y un estudiante.

En este sentido, debo expresar, como autora de la presente investigación, al triangular los hallazgos, que las estrategias de lectura y escritura son alternativas de enseñanza utilizadas por el docente, como espacios interactivos entre él y el estudiante para una mejor comprensión de la lectura y escritura, y para ello debe apropiarse de diversidad de actividades que sean atractivas y del interés de las estudiantes, que le garanticen la asimilación de los contenidos presentes en el texto.

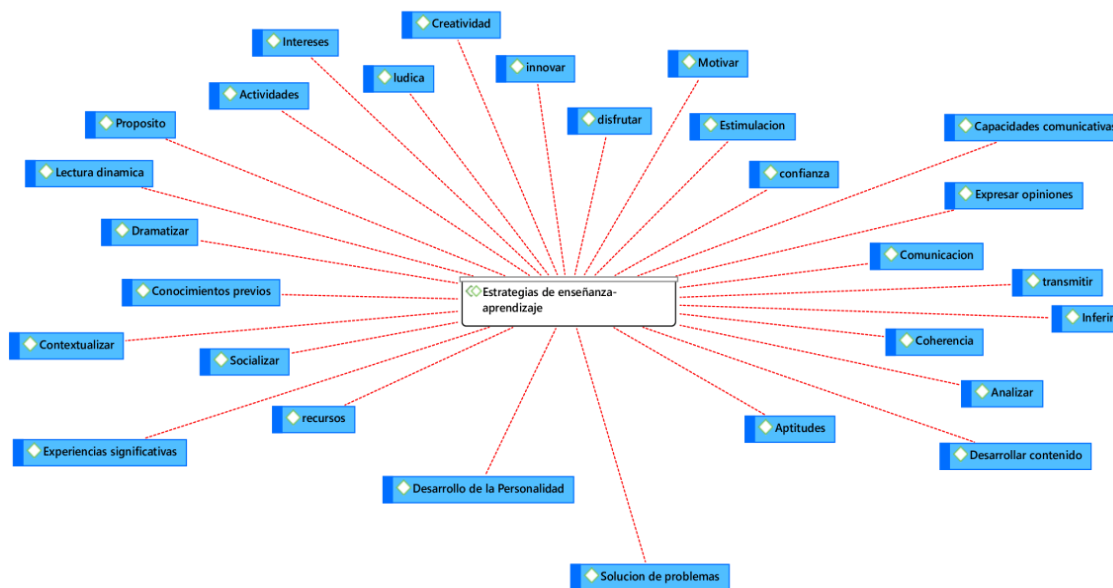
Algunos autores señalan el papel significativo de la enseñanza explícita de habilidades fonológicas en el aprendizaje de la lengua, coadyuvantes en el alcance de las destrezas comunicativas en sus estudiantes; considerados como procesos educativos desarrollados mediante actividades lúdico-prácticas, que le permiten al estudiante adquirir una mejor comprensión de la lectura, del texto leído, presentando una mejor entonación a la lectura, creación de sílabas y posteriormente de frases o párrafos.

Teorizando, en este sentido actividades lúdicas como estrategias de aprendizaje implican la utilización de una serie de procedimientos didácticos diseñados por el docente en la intención de facilitarle a las estudiantes, la adquisición de conocimientos en forma permanente. Así hablamos de procedimientos como ilustrar, ejemplificar, preguntar y responder, presentar estímulos audiovisuales, propiciar la participación y el debate, entre muchos otros.

Ahora bien, cuando se trata de la enseñanza de la lectura y la escritura, las estrategias de aprendizaje adquieren una connotación muy especial, dado que se trata de iniciar a los niños y niñas en un mundo nuevo que debe presentarse en términos tales que el aprendizaje sea un proceso agradable, donde se satisfaga su natural curiosidad, y sobre todo que les permita hacer cosas con tantas letras. Por tanto, las actividades lúdicas en este ámbito han de atender a los procesos cognitivos, metacognitivos y afectivos, donde los niños y niñas sean capaces de hacer las tareas propuestas, desde la comprensión de cómo hacerlo, siempre bajo las oportunas y afectivas orientaciones del maestro o maestra.

En esencia, actividades lúdicas como estrategias de aprendizajes son ayudas, formas que encaminan el proceso de la lectura y escritura, que coadyuvan con la potenciación del proceso de aprendizaje. Es decir, generar habilidades y conocimientos que posee cada estudiante de acuerdo a sus necesidades e intereses de lectura y aprendizaje. Es por ello que las actividades lúdicas se traducen en el diseño de un soporte que permita desarrollar la comprensión durante el proceso de la lectura y escritura.

El gráfico 4, se relaciona con las estrategias de aprendizaje predominantes en el quehacer diario en su institución educativa, para desarrollar la comprensión de la lectura de las estudiantes de la Básica Secundaria.



#### Gráfico N° 4. Relación con las Estrategias de Enseñanza-Aprendizaje.

##### *Interpretación Hermética*

El gráfico 4, muestra las estrategias de aprendizaje están compuestas por toda una serie de elementos constituyentes, que se irán develando en la medida que los informantes claves vayan dando sus respuestas, no obstante, a ello, se quiere mostrar algunos de esos componentes, como lo es estimular al estudiante en el aprendizaje, Hacer que las estudiantes deseen vivamente realizar el estudio y se estimulen por ello.

Otro de los elementos que se aprecia en el gráfico es, disfrutar lo que el estudiante realiza a través de las actividades lúdicas. En este sentido las estrategias de aprendizaje deben utilizar el juego, y eventos recreativos y de placer que le permitan al estudiante, disfrutar la lectura. Modificar es otro de los elementos, ya que lo que se desea modificar es el interés hacia la lectura, despertar ese interés en el aprendizaje de la lectura, crearles confianza en la lectura, y que le resulte amena. Para ello se hace necesaria la ayuda imprescindible de los padres y representantes.

De igual manera, se hace referencia a las habilidades comunicativas que se desarrollan mediante las estrategias de enseñanza y aprendizaje, habilidades en el habla, en la escritura, en fin, en la comunicación escrita y verbal; ello genera confianza al expresarse. En ello radica la importancia de la comprensión de la lectura. Desde esta perspectiva, coincido con los criterios expuestos, tanto por los informantes clave, como por los teóricos. Las estrategias de aprendizajes deben desarrollarse, a través de 7 pasos fundamentales. No necesariamente tiene que ser en este orden



metodológico, pero sí coinciden en el desarrollo de estas estrategias de aprendizaje, junto con los teóricos. Estas siete estrategias están basadas en la evidencia de la investigación científica, para mejorar la comprensión de textos:

1. *Control de la comprensión:* las estudiantes que son buenos en el seguimiento de su comprensión saben cuándo entienden lo que leen y cuando no lo hacen. Tienen estrategias para “solucionar” los problemas en su comprensión a medida que surgen. Las investigaciones muestran que la instrucción, incluso en los primeros grados, puede ayudar a las estudiantes a mejorar en el seguimiento de su comprensión. La instrucción de control de la comprensión enseña a las estudiantes a ser conscientes de lo que entienden y lo que no, a identificar lo que no entienden, y a utilizar estrategias adecuadas para resolver problemas de comprensión.
2. *La metacognición:* la metacognición es “pensar sobre el pensamiento.” En este caso para la enseñanza de la lecto-escritura, se utilizan estrategias metacognitivas, para ayudar a pensar y tener control sobre su lectura. Antes de la lectura, podrían aclarar su propósito para la lectura y la vista previa del texto. Durante la lectura, podrían supervisar su comprensión, ajustando su velocidad de lectura para adaptarse a la dificultad del texto y “arreglar” los problemas de comprensión que tienen. Después de leer, comprueban la comprensión de lo que leen. Las estudiantes pueden utilizar varias estrategias de control de la comprensión: (a) Identificar dónde se produce la dificultad. Por ejemplo: “No entiendo el segundo párrafo de la página 76.” (b) Identificar cuál es la dificultad. Por ejemplo: “No entiendo lo que quiere decir el autor cuando dice...” Al llegar a América fue un hito en la vida de mi abuela. Repite la frase difícil o pasaje en sus propias palabras. Por ejemplo: “Oh, por lo que el autor quiere decir que venir a América fue un acontecimiento muy importante en la vida de su abuela. Mirar hacia atrás a través del texto. Por ejemplo: “El autor habló sobre el Sr. McBride en el Capítulo 2, pero no me acuerdo mucho de él. Tal vez si vuelvo a leer ese capítulo, puedo entender por qué está actuando de esta manera ahora.” Mirar hacia adelante en el texto de información que podría ayudar a resolver la dificultad.
3. *Uso de Mapas / Gráficos = Organizadores:* los organizadores gráficos ilustran conceptos y relaciones entre conceptos en un texto o mediante diagramas. Pueden ayudar a los lectores a centrar conceptos y entender cómo se relacionan con otros conceptos. Los organizadores gráficos pueden: (a) Ayudar a las estudiantes a centrarse en la estructura del texto: “diferencias entre la ficción y la no ficción” a medida que leen. (b) Dotar al alumno de las herramientas que pueden utilizar para examinar y mostrar las relaciones en un texto. (c) Ayudar a las estudiantes a escribir resúmenes bien organizados de un texto.
4. *Contestar Preguntas:* las preguntas pueden ser eficaces porque: (a) Dan a las estudiantes un propósito para la lectura. (b) Enfocan la atención de las estudiantes en lo que tienen que aprender. (c) Ayudan a las estudiantes a pensar de forma activa a medida que leen. (d) Animar a las estudiantes para monitorear su comprensión (e) Ayudan a las estudiantes a revisar el contenido y relacionar lo que han aprendido con lo que ya saben.



5. *Hacer preguntas*: los niños aprenden a hacerse preguntas que les obligan a combinar la información de los diferentes segmentos de texto.
6. *Reconocer la estructura de la historia*: los niños aprenden a identificar las categorías del contenido (personajes, escenario, eventos, problemas, solución). A menudo, aprenden a reconocer la estructura del cuento mediante el uso de mapas de historia.
7. *Resumir*: resumir implica que los niños aprendan a detectar lo que es importante en lo que están leyendo y además que lo describan en sus propias palabras. Resumir ayuda a las estudiantes en: (a) Identificar o generar ideas principales. (b) Conectar las ideas centrales. (c) Eliminar información innecesaria. (d) Recordar lo que leen. (e) Relacionar el texto con el conocimiento previo, relacionar el texto consigo mismo, hacerse preguntas, realizar inferencias, determinar las ideas importantes en un texto y visualizar actividades sugeridas.

En ese sentido, las estrategias de aprendizaje sirven para adquirir más capacidad de asimilación, análisis, interpretación; automáticamente se fijan metas, se mantiene la lucidez, se es capaz de hablar y escribir con fluidez, se adquiere mayor capacidad de concentración y se aprovecha mejor el tiempo. Sin embargo, estamos claros que la lectura y escritura es un área de enseñanza que siempre se ha considerado responsabilidad de los docentes en los primeros años de escolaridad y, a medida que el aprendizaje se hace más complejo (en virtud de las exigencias de los grados superiores), la lectura y escritura como tal, deja de enseñarse. Se supone que las estudiantes ya dominan esta habilidad.

Por lo tanto, en el nivel de educación Básica Secundaria, en un alto porcentaje, las estudiantes presentan marcadas debilidades en cuanto a la comprensión de la lectura, lo cual se evidencia en sus dificultades para analizar y explicar con sus propias palabras los textos “leídos”, y mucho más cuando se trata de expresarse por escrito. Pretenden “aprender de memoria” y “repetir de memoria”, en función de las exigencias de las diferentes asignaturas, donde los docentes no asumen como suya la responsabilidad de enseñar la lecto-escritura.

Por esto, las estrategias de enseñanza de aprendizajes ayudan con la comunicación asertiva, la comprensión de la lectura, la coherencia en el hablar de nuestros estudiantes, y es por ello que son tan necesarias las diversas estrategias utilizadas por el docente, por cuanto ayudan a inferir y deducir ideas, concatenar ideas aisladas para formar actitudes y experiencias significativas que ayudan al estudiante a adaptarse al entorno donde se desenvuelve.

El gráfico 5, se indica las estrategias de aprendizaje de la lectura y escritura en el cual se pueden mejorar los procesos de la comprensión de la lectura que incidan en la vida de las estudiantes de Básica Secundaria.

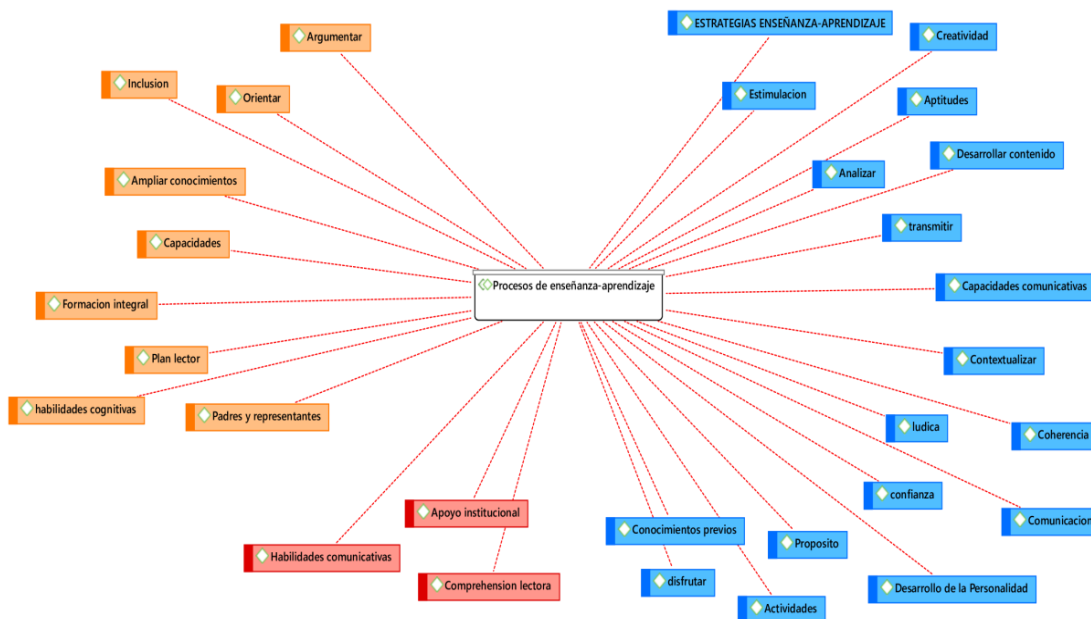


Gráfico N° 5. Proceso de Enseñanza -Aprendizaje.

### *Interpretación Hermética*

Cuando hablamos de proceso de enseñanza-aprendizaje nos referimos a las fases que lo conforman desde la práctica pedagógica, las vivencias del docente junto a sus estudiantes, y la interacción tanto en el contexto educativo como en el entorno comunitario. Estas vivencias y fases están influenciadas por el plan lector, por los padres y representantes, la familia y el entorno, las habilidades cognitivas y comunicativas del docente y la capacidad de asimilación del estudiante, la relación existente entre la formación integral y los contenidos repartidos en el programa de formación formal.

El docente tiene que saber argumentar esos contenidos de forma tal que le sea lo más accesible posible a las estudiantes, y es obvio que debe contar con el apoyo institucional, el respaldo de las familias y la comuna. En ese sentido, se debe tener en cuenta que el aprendizaje se hace muchos más activo cuando se interactúa con el medio y las personas que rodean al estudiante, que este es un proceso activo, ya que involucra la atención, la memoria, la imaginación, el razonamiento, para alcanzar estadios superiores de conocimientos y habilidades. Es importante acotar que el factor motivador es fundamental para que exista una atención adecuada por parte de los estudiantes y que se hace necesario el proceso de repeticiones de la lectura para la interiorización posterior y solo se logra a través del proceso de enseñanza-aprendizaje.

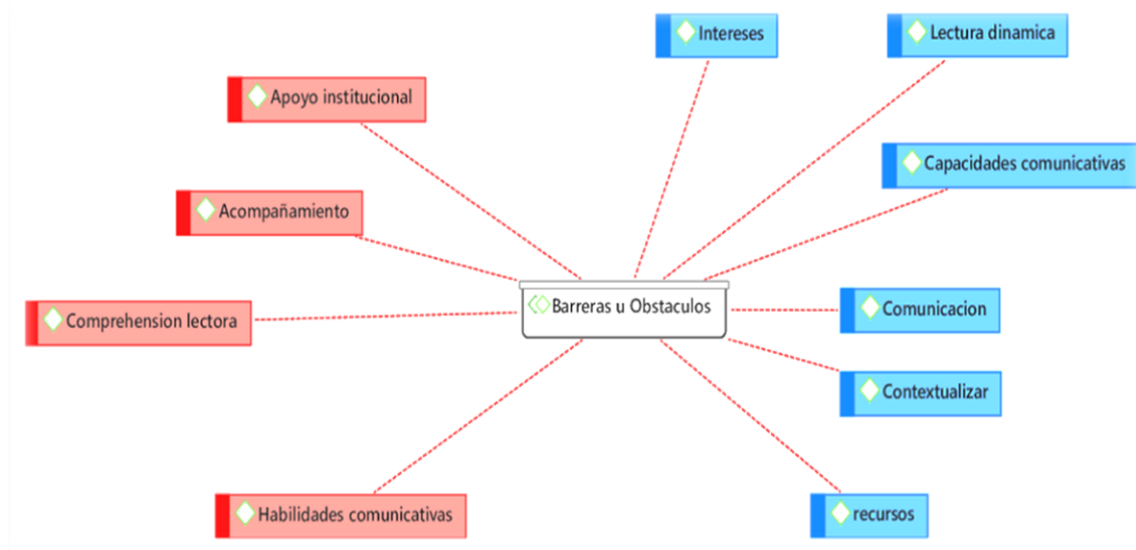
Desde esta perspectiva, las diversas interpretaciones de la experiencia y el aprendizaje del sujeto tomarán la forma de una comprensión repentina, es decir, una reorganización de la experiencia., para ser llevada a un nivel superior de conocimientos y habilidades cognitivas. Aquí se puede apreciar el énfasis en el desarrollo personal de los adolescentes –a través del proceso de enseñanza aprendizaje-, en el cual intervienen en primer lugar, el mismo sujeto, sujeto, quien participa en

forma activa al interpretar la realidad que lo rodea, para luego proyectar sobre ella los nuevos significados que construye. En segundo lugar, lo hace un agente mediador o la propia institución educativa como mediadora y facilitadora de la socialización, como bien plantean los informantes clave, al involucrar a padres y representantes de la comunidad en el hecho educativo, de sus hijos.

En la escuela el niño o niña, adolescente y joven, no siempre va a aprender las cosas que le interesan, sino lo planificado por el docente. Quizás no coincidan, aunque exceptuamos aquellos centros donde la enseñanza se da por proyectos en cuya planificación el estudiante participa. En la educación Básica Secundaria uno de los aprendizajes consiste, entre otras cosas, en aprender las reglas durante las actividades educativa (niveles de exigencia, tipo de comportamiento que es necesario adoptar, relaciones de subordinación, relaciones que indiquen el valor de lo que se aprende para reforzar el aprendizaje., etc.).

Este tipo de conocimiento debe ser construido de forma individual y grupal, de forma tal que el alumno lo va interiorizando, junto a los contenidos, las estrategias adecuadas al funcionamiento de la institución educativa, junto con su entorno familiar y social. Asimismo, se debe expresar que en los argumentos que utiliza el docente, para transmitir conocimiento a sus estudiantes, es fundamental tener en cuenta la disposición el interés del mismo para recibir y apropiarse de ese caudal de conocimientos, que, si se desarrollan a través de estrategias lúdicas que motiven, se le facilita la labor al docente, y se amplían sus conocimientos. En este proceso de formación integral se busca que el plan lector ayude a mejorar la capacidad lecto-escritura de las estudiantes, para ello el docente tendrá que disponer del apoyo institucional, y la familia, buscando cada vez la inclusión de todos los involucrados en este proceso.

El gráfico 6, nos refiere a la cuarta categoría donde nos devela las oportunidades que ofrecen las estrategias en la lecto-escritura dentro de las experiencias de aprendizaje para alcanzar la comprensión de la lectura en la formación de las estudiantes.



**Gráfico 6. Categoría N° 4. Barreras u obstáculos del Proceso de Enseñanza- Aprendizaje.**

### *Interpretación Hermética*

Algunos de los obstáculos y las barreras que impiden la asimilación de un buen proceso de enseñanza-aprendizaje y la comprensión de la lectura, tiene que ver con las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC). Debo acotar que los informantes clave coinciden en que la lectura es beneficiosa en tanto facilita que el niño o la niña se adapte a las exigencias sociales; sin embargo, en lo que no coinciden es que se ha puesto de manifiesto la nueva modalidad de estudios a distancia, algo nunca antes visto para los procesos sociales. Es la nueva realidad a la que se han tenido que enfrentar los docentes. Se tiene la idea de que una docente puede dominar el aula con sus 20 y hasta 35 estudiantes siempre que la clase sea presencial.

Bajo la nueva modalidad a distancia, se crean barreras comunicacionales a partir de que el maestro no percibe las emociones, las dudas y las necesidades e intereses de las estudiantes. Aunque al principio de clases el docente realice un diagnóstico para conocer los niveles de asimilación del contenido con los cuales inicia el estudiante sus clases, no es del todo aceptado en la evaluación final sobre cómo en realidad está este alumno, y todo ello comienza a bloquear las relaciones del docente-estudiante cara a cara, tan necesaria, bajo condiciones normales.

Se debe hacer alusión a que esta categoría se hizo presente toda vez que se plantea el hecho de las oportunidades que se ofrecen dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje. Sin embargo, aparejado a ello existen referencias hacia las barreras y obstáculos que deben vencer los docentes, para desarrollar un proceso de enseñanza de calidad. A veces como investigadora, deseas estudiar un hecho educativo en sí y las respuestas a las entrevistas y los resultados de las encuestas, dirigen la atención, hacia otros eventos no contemplados inicialmente.

Es por ello que verán en sus inicios que se haga referencia a las oportunidades que brinda el proceso, siempre condicionado por el apoyo institucional, o de la familia y de la sociedad.

Por ello, se puede expresar que los medios de comunicación masiva han adquirido hoy en día un poder socializador en la era moderna, lo que ha creado nuevos retos en las prácticas educativas dentro de la escuela. Las tecnologías, específicamente, la televisión, internet y las redes sociales, han hecho ver que, prácticamente, todos los saberes están entrando a nuestros hogares a través de estos medios, formando parte de la dinámica social y de nuestra cultura. Actualmente, ya no es primordial que las personas sean sujetos autónomos, más bien lo principal se basa en satisfacer las necesidades y deseos materiales inmediatos, y en lo posible al menor costo. Este cambio arrastra consigo una pérdida de la relación social más importante, que es la comunicación directa, sustituida por los medios tecnológicos. El acceso a diferentes espacios a través de la web y la televisión (cine, teatro, arte e información) hace que las personas ya no necesiten salir a compartir con los demás, ya que pueden tenerlo todo en la comodidad de su propia casa.

En este sentido, estamos de acuerdo en que el bombardeo mediático en la actualidad ha provocado una saturación en la información o desinformación. El ser humano recibe minuto a minuto referencias casi imposibles de procesar, y como consecuencia, se llena de elementos aislados, difíciles de incorporar en patrones comunes de pensamiento para poder comprender y actuar sobre la realidad. Las nuevas generaciones nacen y crecen dentro de este nuevo contexto de

desarrollo tecnológico, por lo tanto, están expuestas a vivir y relacionarse de forma inmediata con la televisión y los medios de comunicaciones, videojuegos, computadores, celulares, entre otros.

En este marco, la televisión e internet, juegan un papel decisivo en el desarrollo y comportamiento del individuo, debido a la gran cantidad de tiempo que éste dedica a su consumo, generando así una comunicación efímera y superficial con los sujetos que le rodean. Las personas enfrentan con obstáculos y tabúes que se refuerzan unos a otros. En las familias la ausencia de libros, la imposición de lo útil, la desconfianza como una práctica de manipulación en lo social, genera el temor ante el libro, siendo un agente de alteración, que pueda desviarlo del curso normal educativo y sobre todo de nuestra temática como es la lecto-escritura y comprensión de la lectura.

Cuando se ha nacido en un medio donde el libro ha pasado a un segundo plano emergiendo lo virtual como lo más importante, los obstáculos pueden ser múltiples: pocos libros en el hogar, la concepción de que la lectura no es para ellos, dando preferencia a las actividades virtuales. Las dudas respecto a la utilidad de esta actividad, la dificultad de acceso al lenguaje narrativo, pueden unirse para desvalorizar la lectura. La importancia de que los niños vean a los adultos interactuando con los libros y, en particular, que hagan de la lectura parte de la vida familiar, tiene un mayor impacto en si los niños se convierten o no en lectores habituales en comparación con aquellos que evitan el hábito. Las lecturas en voz alta, la entrega de voces y un profundo interés por los libros son el momento perfecto para captar la atención en la lectura.

El proceso de análisis de la información recibida a través de las respuestas de los informantes clave, junto con la visión teórica, permitió establecer las bases de la teorización sobre el significado de la lectura y escritura y su importancia en el proceso de socialización de la comprensión de la lectura. Se ha podido ver al proceso de enseñanza-aprendizaje con sus insumos y recursos tanto materiales y tecnológicos como el talento humano que en este caso es el docente, para después desarrollarse este procesos en el intercambio de experiencias que conlleven al estudiante a un nivel superior de conocimientos siempre sobre la base de que alcance la comprensión del contenido expuesto a ellos, tomando como apoyo las estrategias lúdicas, ya que el juego es la actividad fundamental en esta etapa de la vida y por ello se prioriza como actividad en los procesos de enseñanza y aprendizaje.

También se pudo constatar la presencia de oportunidades, barreras y obstáculos presentes en la práctica pedagógica durante los procesos de enseñanza y de aprendizaje, bajo esta nueva normalidad y como todos coincidimos -tanto informantes, visión teórica, investigadora-, en la necesidad de canalizar la influencia externa de los medios de comunicación masiva, frente al hecho educativo debido ya que limita las posibilidades gnósticas del estudiantado.

Una vez abordada la temática se colocarán los diferentes ejemplos de estrategias pedagógicas, para la comprensión de la lectura, abordada por la autora de la presente investigación, en torno a la relación estudiante-padre o madre de familia- docente.

## **Aproximación Teórica sobre el Objeto de Estudio**

En este momento investigativo se desarrolla, en primer término, el abordaje epistemológico de las estrategias de enseñanza de la lectura y la escritura para la comprensión de la lectura y su práctica logrando un enfoque para la vida, basado en el análisis y hallazgos durante la investigación, el aporte teórico derivado del análisis de contenido y de la triangulación, en segundo término, las conclusiones del estudio, y en tercer término la representación gráfica de la dinámica planteada.

La generación de elementos teóricos, no es más que una imagen representativa, un patrón coherente y lógico, un modelo teórico o una auténtica teoría o configuración del fenómeno estudiado, que le da sentido a todas sus partes y componentes. Para llegar a los componentes teóricos se partió de un conjunto de categorías que una vez clasificadas e integradas, permitieron obtener las siguientes categorías emergentes que orientaron la configuración de los componentes teóricos: 1) Lecto-Escritura, 2) Estrategia de aprendizajes, 3) Proceso de enseñanza-aprendizaje, 4) Barreras u obstáculos del proceso.

Estas categorías, que emergieron fueron analizadas e interpretadas a partir de la información que se obtuvo de los entrevistados y explicadas de acuerdo con los datos obtenidos de las fuentes documentales primarias (usuarios y teorías), así como la experiencia como docente de la investigadora, de acuerdo con los planteamientos y enfoques de la investigación cualitativa. Todo ello permitió la corrección oportuna de errores en la interpretación de los hechos; se clarificaron las interpretaciones del investigador y se determinaron los componentes teóricos, que fueron producto del análisis de las categorías las cuales, al parecer, presentaron elementos que resaltaban, vale decir que revelaron factores determinantes que se conjugaron para generar el componente teórico.

### *Abordaje epistemológico*

El abordaje epistemológico de las estrategias de lectura y escritura en la comprensión de la lectura y su práctica logrando un enfoque para la vida, se estructuró en cuatro dimensiones correspondientes a los análisis realizados y de los hallazgos más relevantes en concordancia con la teoría existente: Dimensión institucional educativa, Dimensión familiar, Dimensión docencia y Dimensión social (ver gráfico 6).





**Gráfico 6. Abordaje Epistemológico de la comprensión de la lectura y su práctica. Un enfoque para la vida.**

En el gráfico 6, se visualiza la configuración que emerge del análisis hermenéutico de la información tratada en el apartado anterior. Como puede apreciarse la comprensión de la lectura no puede abordarse desde una definición simplista. se precisa abordar el concepto desde una connotación mucho más compleja, toda vez que no es un elemento aislado que por sí solo adquiere trascendencia. La comprensión de la lectura tal como se visiona aquí, recibe influencias del entorno en cual se circunscribe, y que constituye el todo como un sistema social abierto donde todos los componentes de ese todo se hallan en estrecha reciprocidad.

Puede verse reflejado el principio holográfico de Morín (2005) quien explicita que: “En una organización, el todo está inscrito en cada una de sus partes (...) inscripción estructural del todo en la parte” (s/n). Desde esta perspectiva, Pascal, (citado por Morin ob.cit.) quien asevera: “No puedo concebir el todo sin concebir las partes, y no puedo concebir las partes sin concebir el todo” (p. 100). Al respecto es pertinente destacar que, de acuerdo con los mencionados teóricos, las partes – que conforman el todo- ostentan cualidades que a su vez se hayan contenidas en la estructuración de la totalidad, lo cual no es impedimento para que, dadas las circunstancias puedan desarrollarse en función de los cambios necesarios en las rutinas preestablecidas en la configuración del todo, en una articulación e interacción constante y continua.

Vale decir, desde esta óptica, que la *comunidad educativa* como organización, es un sistema social abierto cuya dinámica le mantiene en constante intercambio con su entorno social, de donde le es imperativo adaptarse y transformarse continuamente a la par de los acelerados avances del conocimiento.

En la perspectiva de la teoría de los sistemas sociales la *institución educativa* se proyecta como una organización de carácter social conformada por individuos, recursos, infraestructuras y acontecimientos cuyo funcionamiento como partes del todo –comunidad educativa- se engranan y accionan en el procesamiento de insumos tangibles e intangibles destinados a actividades y funciones con el fin de lograr resultados efectivos y eficientes en la formación integral de las estudiantes en los distintos niveles de la Básica Secundaria.

En otras palabras, las instituciones educativas en el enfoque de la teoría de sistemas son consideradas como organizaciones vivas, cuyas funciones están en correspondencia con una estructura organizacional dinamizada por el flujo de información que pone énfasis en la función, los fines y la naturaleza de la educación.

Ese flujo de información se traduce en lo que Habermas (citado en Gómez y Peñaloza 2014) llama acción comunicativa, misma que se genera en todos los sentidos y que se desarrolla a partir de las interacciones humanas en el seno de la sociedad “...utilizando el lenguaje como medio para la comunicación y teniendo como fin tener un consenso o una aceptación respetuosa de los actos o ideologías de los otros” (p.20). De igual manera el mismo autor, entiende por acción comunicativa la interacción de al menos dos sujetos capaces de lenguaje y de acción que (ya sea con medios verbales o con medios extraverbales) entablan una relación interpersonal.

Corresponde entonces a la institución educativa desarrollar líneas de acción comunicativa a las cuales podemos enfocar como estrategias de lectura y escritura -desde los planes innovadores y el acompañamiento pedagógico dialógico- orientadas hacia el fomento y promoción de la comprensión de la lectura como base de la construcción del conocimiento útil para el mundo de la vida, como parte de la cultura institucional, involucrando a los actores que conforman la comunidad educativa.

Se comprende entonces, la necesidad imperiosa de que las instituciones educativas identifiquen las debilidades presentes en la esfera de la comprensión de la lectura de sus estudiantes, de modo de generar diversidad de estrategias de lectura y escritura orientadas a mejorar y fortalecer este valioso aspecto del aprendizaje, toda vez que la comprensión de la lectura es una competencia alcanzable y debe ser un eje transversal de los procesos educativos, sobre todo en los niveles de la Básica Secundaria, donde las estrategias de lectura y escritura se constituyen en el andamiaje que sostiene todo el desarrollo de la comprensión de la lectura.

En este mismo orden de ideas, es pertinente destacar la influencia de la familia en la adquisición y desarrollo de la comprensión de la lectura como cimiento del aprendizaje y la construcción del conocimiento respecto a las diversas áreas del saber. En tal sentido, se conceptualiza la familia como institución social estrechamente relacionada con la institución educativa, donde desempeña un importante rol, dado que es el agente más llamado a participar en los planes prácticos orientados

hacia el alcance de objetivos de aprendizaje formulados en el diseño curricular de los niveles correspondientes a la Básica Secundaria respecto a las estrategias de la lectura y escritura, con miras al fortalecimiento de la comprensión de la lectura.

Viene al caso señalar que la comprensión de la lectura alcanza niveles elevados de valor pedagógico en virtud de que, como se mencionó con anterioridad, posibilita la desinhibición, fomenta el ocio constructivo y creativo, coadyuvando en el proceso de formación de un ciudadano crítico, un ciudadano para la vida, capaz de emitir opiniones argumentativas y responsables para beneficio de la comunidad o entorno en el que se desenvuelve. En palabras de Gómez (2000):

La lectura se constituye en un proceso constructivo al reconocerse que el significado no es una propiedad del texto, sino que el lector lo construye mediante un proceso de transacción flexible en el que conforme va leyendo, le va otorgando sentido particular al texto según sus conocimientos y experiencias en un determinado contexto, ofreciéndole posibilidades para desenvolverse en comunidad, al conocer e interpretar las formas de representación oral y escritas que se le presentan (s/n)

Por tanto, el apoyo de la familia es invaluable en cuanto su participación favorece el desarrollo de la comprensión de la lectura, no solo desde los momentos iniciales del aprendizaje de la lectura, sino en el recorrido de sus representados por los diferentes niveles educacionales, lo cual justifica plenamente la creación y ejecución de planes conjuntos colegio-familia enfocados en la aplicación de estrategias de enseñanza de la lectura y la escritura, dado que el interés común se focaliza en educar a los niños y jóvenes estudiantes.

Así, es necesario que familia y colegio interactúen estrechamente para llevar a efecto estrategias didácticas lúdicas conducentes al éxito en materia de lectura y escritura y derivada de ello, la adquisición de la comprensión de la lectura para la vida; procesos interactivos cuyo aprendizaje requiere del concurso de los padres de familia y/o acudientes como agentes de apoyo al docente en una acción comunicativa dinámica y dialógica cuyo epicentro es el estudiante.

En otras palabras, si en el proceso de la lectura y escritura existe una relación entre el texto y el lector Gómez (ob. cit.), en la afinación de la comprensión de la lectura se amerita una interacción entre el estudiante, la familia y el docente, convocados todos a la ejecución de tareas de aprendizaje, traducidas en estrategias de lectura y escritura, que permitan al aprendiente procesar el lenguaje e interiorizarlo y en consecuencia construir su propio significado.

Ahora bien, dado que esta interacción responde al interés común de educar y formar a los sujetos del aprendizaje -niños, niñas y jóvenes-, la familia, pasa a formar parte de un equipo de trabajo colaborativo en términos de convivencia lectora vista como estrategia para la enseñanza de la lectura y la escritura, en acciones conjuntas con el docente, desde la reflexión respecto al valor implícito en el tiempo de atención y el acompañamiento de calidad para lograr los resultados esperados con relación al dominio de la comprensión de la lectura para la vida útil en sociedad.

En la otra dimensión encontramos al *docente*, quien desde su rol de líder natural, mediador en el proceso de aprendizaje, sobre la base de la ética que le dictan los principios deontológicos de la

profesión, establecerá las estrategias didácticas que enmarca el aprendizaje de la lectura y escritura, y los materiales apropiados en función de los objetivos particulares para la comprensión de la lectura, en el ánimo y la intención de orientar las acciones comunicativas de la familia frente a las necesidades de apoyo del estudiante, reflexionando, el acto de leer se convierte en una capacidad humana compleja, superior y exclusiva en la que todas sus facultades se asientan simultáneamente e involucra una serie de actividades biológicas, psicológicas, emocionales y sociales, lo que hace que establezca una cierta relación significativa con lo que lee, y así esto. La interacción lo lleva a una nueva percepción

Esto significa que el docente como mediador del aprendizaje, “llevará de la mano” todo el proceso, estableciendo variadas estrategias de lectura y escritura, que desde su función didáctica sean innovadoras, que despierten el interés y la motivación del estudiante y de su familia hacia la participación en el proceso de adquisición y consolidación de la comprensión de la lectura, bajo su guía y orientación oportuna.

Es pertinente destacar, la necesidad e importancia de la reflexión del docente mediador respecto a su desempeño frente a los retos que le impone la enseñanza de la lecto escritura como fundamento de la comprensión de la lectura como una competencia indispensable para la participación exitosa del individuo en sociedad. ¿Está planificando sus sesiones de clase en función de alcanzar los objetivos de aprendizaje relativos a la lectura y escritura? ¿La calidad de la comprensión de la lectura de sus estudiantes es útil para promover la construcción del conocimiento? ¿Logra en sus estudiantes el grado de motivación esperado hacia los procesos lectores? Las respuestas a estas y otras interrogantes le indicarán el camino a seguir para lograr cambios significativos en todo el proceso de enseñanza y aprendizaje de la lecto escritura, elemento esencial para la adquisición y desarrollo continuo de la comprensión de la lectura.

De acuerdo con Tébar (citado en García ob. cit.), para que la mediación del docente logre el propósito de su acción pedagógica, requiere desarrollar las siguientes funciones (ver cuadro 2) que le otorgan significado a su trabajo y al trabajo de las estudiantes.

**Cuadro 2**  
**Funciones que le otorgan significado al trabajo docente**

<b>Función cognitiva</b>	<b>Función Afectivo-motivacional</b>	<b>Función Socializadora</b>
Concientizar al estudiante acerca de lo que aprende, por qué y cómo, así como de sus dificultades y errores	Concientizar al estudiante acerca del cambio en el interés que los saberes despiertan en cada alumno.	Concientizar al estudiante acerca de que todo lo aprendemos con y a través de los demás.

*Nota.* tomado de Tébar (citado en García 2014) adaptado a la investigación por la investigadora.

García (Ob. Cit.) ofrece la siguiente relación de acciones del rol mediador que favorecen la comprensión y mejoran en general los procesos de pensamiento de las estudiantes: planificar las clases y objetivos, generar conciencia de la comprensión de las estudiantes, promover la construcción del conocimiento, jalonar procesos de pensamiento, promover valores para la formación integral, conocer las dificultades y necesidades de sus estudiantes, vincular de forma activa a las estudiantes, propiciar la autonomía durante las sesiones de clase, realizar ejercicios metacognitivos, metalingüísticos y metas discursivos y promover la creatividad.

En atención a lo anterior, se ha de procurar la creación de estrategias de lectura y escritura dirigidas a las estudiantes de la Básica Secundaria, a fin de que desarrollen su capacidad para utilizar los medios de acceso a la información, a favor del aprovechamiento de oportunidades de estudio y trabajo, lo cual a su vez precisa tener dominio de la comprensión de la lectura, esencial para adquirir otros conocimientos, habilidades y destrezas, y ampliar los horizontes del aprendizaje a lo largo de la vida, además de que su utilidad abarca todas las áreas del desarrollo social, laboral, ciudadano, familiar, educativo, digital. No puede negarse la importancia de la comprensión de la lectura para el acceso a las redes digitales, para crear y/o acezar a todo tipo de textos, navegar, buscar y filtrar información o comunicarse a distancia.

Lo anteriormente expuesto, indica que la comprensión de la lectura para la vida no es un aspecto que se da por sí solo, sino un proceso que se inicia desde tempranas edades y va desarrollándose y fortaleciéndose en la misma medida en que se nutre de los aportes y la participación de los agentes de apoyo implícitos en el proceso de enseñanza-aprendizaje, tales como la institución educativa, la familia y el docente, quienes a partir de la conjunción de esfuerzos y la dedicación constante coadyuvarán en la formación de la personalidad y la adquisición de competencias lectoras de las estudiantes de Básica Secundaria.

## REFLEXIONES

El análisis hermenéutico de la información develada a partir de aplicación de los instrumentos in situ, permitieron generar aportes teóricos, relacionados con las actividades lúdicas como estrategias de enseñanza de la lectura y la escritura la cual constituyen la base del desarrollo de la comprensión de la lectura. A partir de allí se desprenden algunas reflexiones en profundidad, vinculadas con la realidad objeto del estudio, cuyos significados se derivan de los propósitos del estudio.

El estudio permitió aproximar los hallazgos y establecer su credibilidad y precisión, en virtud de que los informantes pudieron reafirmar sus significados y representaciones sobre las actividades lúdicas como estrategias de aprendizaje de la lectura y escritura como posibilitadoras de la socialización en el aula, orientada hacia el proceso de construcción de nuevos conocimientos desde sus propias experiencias significativas y sus conocimientos previos.

Consideran además que el acto de plasmar las ideas derivadas de la lectura como una estrategia de aprendizaje conducente al desarrollo del pensamiento y la toma de decisiones. Se aprecia el interés en los docentes en cuanto a buscar formas de superar las deficiencias de las estudiantes en la lectura y escritura.

Los docentes manejan indistintamente los conceptos de estrategias de aprendizaje, estrategias de enseñanza y actividades de enseñanza, lo cual demuestra cierto grado desconocimiento o de confusión respecto a que las actividades lúdicas como estrategias de enseñanza como procedimientos didácticos pensados y diseñados por el docente, quien los plasma en el plan de clase como una guía orientadora de las actividades áulicas, todo en función de las particularidades de sus estudiantes, la disponibilidad de recursos didácticos, las condiciones del espacio de enseñanza y el contenido curricular, mientras que las estrategias de aprendizaje son procesos mentales que las estudiantes siguen para aprender, muy propios y particulares de cada persona, donde entran en juego los aspectos cognitivos, metacognitivos y afectivos que pueden ser estimulados y desarrollados con la orientación del docente a través de las estrategias de enseñanza.

## Referencias

- Albert, M. (2007). *La investigación educativa, claves teóricas*. Madrid: McGrawHill.
- Bárcena, F. (2013). Filosofía de la Educación: un aprendizaje. *Educação & Realidade*, 38(3), p. 703-73.
- Castellanos, E. y Castro, J. (2017). Estrategias Didácticas para mejorar la Lectura y la Escritura. *Revista Científica*, [Revista en línea] 2(6), 74–91. Disponible: [https://www.indteca.com/ojs/index.php/Revista\\_Scientific/article/view/139](https://www.indteca.com/ojs/index.php/Revista_Scientific/article/view/139) [Consulta: 2020, noviembre 27]
- Delors, J. (1996.): La educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI, Madrid, España: Santillana/UNESCO. pp. 91-103.
- Gadamer, H. (1993). *Verdad y método I*. Madrid-España: Ed. Sigume.
- Gómez (2000). *Comprensión de la lectura*. México. Síntesis.
- Gómez y Peñaloza. Didáctica y Comunicación: Aportes de Habermas a la Educación. *Revista de Investigación Praxis y Saber* [Revista en línea] Volumen 5 Número 9 Disponible: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=477247213002> [Consulta: 2021, abril 19].
- Ibañez, J. (1997). Interpretación y análisis. Más allá de la sociología. El grupo de discusión, técnica y crítica. Madrid: Siglo XXI.
- Kabalen y de Sánchez (1999). La lectura analítico crítica. Un enfoque cognoscitivo aplicado al análisis de la información. México: Trillas.
- Martínez M. (2005). *Ideas para el cambio y el aprendizaje en la organización. Una perspectiva sistémica*. Bogotá: Ecoe Ediciones.



- Ministerio de Cultura y Educación (2015) *Plan Nacional de Lectura y Escritura*. Bogotá: Autor.
- Ministerio de Educación Nacional (2011). Documento. Bogotá: Autor.
- Moreno, V. (2012), *Cómo hacer lectores competentes. Guía práctica: reflexiones y Propuestas. Teoría y métodos pedagógicos*. Ediciones Alejandría.
- Morin, (2005). *Introducción al Pensamiento Complejo*. 4ª reimpresión, 1º ed. Gedisa, Barcelona.
- Murcia N. y Jaramillo L. (2002). *Investigación Cualitativa. La Complejidad. Una guía para abordar estudios sociales*. Propuesta desde la práctica reflexiva Derechos Reservados © Editorial Kinesis ISBN: 978-958-8269-20-7 Segunda Edición: 2008 Diseño y Diagramación Electrónica: Editorial Kinesis
- Rojas de Escalona, B. (2014). *La investigación cualitativa, fundamentos y praxis*. Caracas: FEDUPEL.
- Ugas, G. (2011). *La articulación, método, metodología y epistemología*. San Cristóbal: TAPECS

### ***La autora***

#### **Lic. Espc. Margarita Rosa Molina Fragozo**

Licenciada en Filosofía y Ciencias Religiosas, Especialista en Educación, en Derechos Humanos. Docente en ejercicio en la Institución Educativa Distrital Familia de Nazaret de Riohacha La Guajira Colombia.

Diplomado en el uso de Herramientas en el aula para el aprendizaje.  
Candidata a Doctora en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad Pedagógica Experimental Libertador (Upel). De la República Bolivariana de Venezuela



Revista Actividad Física y Ciencias  
Año 2022, vol. 14, N°1

## ACTIVIDADES RECREATIVAS PARA EL APRENDIZAJE DEL VOLEIBOL EN EDUCACIÓN MEDIA GENERAL RECREATIONAL ACTIVITIES FOR LEARNING VOLLEYBALL IN GENERAL SECONDARY EDUCATION

**Lic. Deisy Yamilet, Requena Rattia**

[requenadeixy@gmail.com](mailto:requenadeixy@gmail.com)

<http://orcid.org/0000000151116271>

**Prof. MSc. Pablo Marín, López**

[pablomarín15@gmail.com](mailto:pablomarín15@gmail.com)

<http://orcid.org/0000000337275879>

**Recibido:** 23-09-2021

**Aceptado:** 19-12-2021

### Resumen

El presente estudio tiene como propósito proponer actividades recreativas para el aprendizaje del voleibol en las y los estudiantes del 1er año del Liceo Bolivariano “Saverio Barbarito”, Apurito, estado Apure. El estudio se centró en el paradigma cualitativo y se trabajó con el método Investigación-Acción Participativa y Transformadora (IAPT), como actores participantes se tomó 28 estudiantes del primer año del Liceo a objeto de estudio. Los procedimientos de la investigación se utilizó la secuencia desarrollada por Becerra y Moya (2010), las cuales comprenden las fases siguientes: Diagnóstico, Planificación, Ejecución y Reflexión y Evaluación. Como técnica de recolección de datos se utilizó la técnica grupal “descubriendo problemas” sugerida por Torres (2003). Se pudo concluir que, con el desarrollo de la propuesta de innovación educativa, se tuvo en consideración los principios de la pedagogía crítica liberadora para cada una de las actividades permitió a los actores participantes; generar experiencia significativa donde participaron y socializaron sobre las diferentes actividades recreativas que permitieron desarrollar un optimizar el aprendizaje del voleibol en las y los estudiantes. Así mismo, se observó que fue de gran importancia la realización de eventos académicos, ya que, se pueden compartir sobre la práctica e implementación del voleibol. Donde los estudiantes y profesores le dieron mayor importancia a lo lúdico más no al tecnicismo y la forma tradicional de la enseñanza, creando nuevas formas de aprender de las diferentes destrezas.

**Palabras clave:** Educación física, Actividades Recreativas, Voleibol.

## **Abstract**

The purpose of this study is to propose recreational activities for the learning of volleyball in the students of the 1st year of the Bolivarian Lyceum "Saverio Barbarito", Apurito, Apure state. The study focused on the qualitative paradigm and worked with the Participatory and Transformative Research-Action (IAPT) method, as participating actors 28 students of the first year of the Lyceum were taken to object of study. The research procedures used the sequence developed by Becerra and Moya (2010), which include the following phases: Diagnosis, Planning, Execution and Reflection and Evaluation. As a data collection technique, the group technique "discovering problems" suggested by Torres (2003) was used. It was possible to conclude that, with the development of the proposal of educational innovation, the principles of the liberating critical pedagogy were taken into consideration for each of the activities allowed to the participating actors; generate a significant experience where they participated and socialized about the different recreational activities that allowed to develop an optimized learning of volleyball in the students. Likewise, it was observed that it was of great importance to hold academic events, since it can be shared about the practice and implementation of volleyball. Where students and teachers gave greater importance to the playful but not to the technicality and the traditional way of teaching, creating new ways of learning from different skills.

**Keywords:** Physical Education, Recreational Activities, Volleyball.

## **Introducción**

El Voleibol como disciplina deportiva ejerce una relevante influencia en todas dimensiones que conforman el ser humano. Sus fundamentos técnicos actúan sobre un ente corporal, constituyendo un elemento fundamental en la formación integral del ser humano. Por ello, constituye en el mundo de hoy una función imprescindible para la educación, y en general, para la formación de un ciudadano acto para la vida en sociedad.

En ese sentido, integra un cuerpo teórico de conceptos, principios y reglas que permiten ser aplicado sobre una realidad física que es el cuerpo humano, concebido como una unidad en permanente experimentación, para poder llevar a cabo lo planteado, el docente desempeña un papel fundamental en la praxis diaria, porque su acción está orientada a la utilización de actividades recreativas para el aprendizaje de este deporte a nivel de educación media general. En tal sentido, se ha considerado de gran relevancia las actividades recreativas para llevar a cabo el proceso aprendizaje más ameno y divertido en el voleibol, lo cual ha comprometido a los docentes sobre la utilización adecuada de las mismas.

De esta manera, las actividades recreativas son medios recursos didácticos a través de los cuales el profesor conduce el aprendizaje, con el propósito de desarrollar clases menos tradicionales y conductistas. Produciendo en los estudiantes la sensación del disfrute y el placer al realizar las diferentes estrategias que propone el docente. De allí que, se hace necesario

destacar a Bandes (2001) que en su investigación señaló que el docente sigue aplicando los métodos tradicionales donde no se toman en cuenta las necesidades e intereses del alumno, así como también sus diferencias individuales entre otros factores que permita el desarrollo de las capacidades innatas del estudiante. Por esta razón, la presente investigación tiene como propósito proponer actividades recreativas para el aprendizaje del voleibol en el área de educación física de los estudiantes de las y los estudiantes del 1er año Liceo Bolivariano “Saverio Barbarito”, Apurito, estado Apure.

## Diagnóstico Situacional

La Educación Física integra un cuerpo teórico de conceptos, principios y normas que permiten ser aplicados sobre una realidad física que es el cuerpo humano, el cual es concebido como una unidad en permanente experimentación. Para poder aplicar estos aspectos, el docente juega un papel fundamental, ya que esta acción va orientada a la utilización de diferentes estrategias para el aprendizaje de las diferentes actividades para que la didáctica se pueda llevar a cabo de una manera más efectiva.

En este contexto, el voleibol ejerce una notable influencia en la educación integral de los y las estudiantes en educación media. El docente puede utilizar diferentes medios y estrategias creativas de aprendizaje que actúan holísticamente sobre un ente corporal, constituyendo un elemento fundamental en la formación integral del individuo. Aunado a la recreación, constituyen una función imprescindible para la educación, y en general, para la formación de un ciudadano apto para la vida en sociedad.

En tal sentido, las diferentes estrategias y recursos a través de los cuales el profesor de educación física conduce la enseñanza y aprendizaje, tienen como fin, que los estudiantes se desarrollen en los aspectos, psicomotor, cognoscitivo y afectivo; jugando un papel importante el diseño y ejecución de actividades recreativas para la optimización del proceso de aprendizaje de los diferentes fundamentos técnicos en el voleibol, donde se conjuga la acción metodológica con los recursos a través del empleo de procedimientos y técnicas adecuadas, para que, el docente actúe respetando las características de la fase de desarrollo físico y psicológico de los estudiantes.

Cabe considerar que las clases de educación física sobre todo en el 1er año de educación media, se presenta una gran oportunidad para la detección y selección de talentos deportivos, a través de estrategias recreativas, ya que el docente por medio de éstas, puede optimizar al mismo tiempo, el proceso de enseñanza y aprendizaje de los fundamentos técnicos de esta disciplina deportiva. De allí, que los docentes en este nivel de estudio deben atender a los principios del deporte educativo, los cuales, proporcionarían numerosas ventajas, pues de alguna manera, permite la valoración de jóvenes deportistas y aptitud para la práctica deportiva de manera recreativa.

Visto de esta manera, en el área de Educación Física, Deporte y Recreación, según las observaciones realizada por la investigadora, se puede presumir, que no se logra un trabajo satisfactorio y estimulante para crear situaciones de aprendizaje que se conecten con los intereses, experiencias y expectativas de los estudiantes en relación a la práctica recreativa y sistemática del voleibol. Pudiéndose pensar, que no se han realizado proyectos de aprendizaje donde este inmerso actividades para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol. Pareciera no estar enmarcado en un proceso complejo, con progresiones mensurables y objetivos variables, partiendo de las características de los estudiantes, mediante la práctica de actividades físicas. Trayendo como consecuencias, la realización de ejercicios y actividades de manera mecánica, conductista y no como un proceso más agradable y ameno que lleve consigo un aprendizaje significativo de los y las estudiantes. Por ello, la investigación tuvo como propósito fundamental implementar el proyecto de acción sobre actividades y juegos recreativos para el aprendizaje del voleibol en el área de educación física de los y las estudiantes del primer año del Liceo Bolivariano “Saverio Barbarito” Apurito estado Apure.

## **Referentes Teóricos relacionados con la Innovación Educativa**

### **La Educación Física en el Subsistema de Educación Secundaria Bolivariana**

La Educación Física como área de aprendizaje en la Educación Secundaria Bolivariana es significativa, ya que, se articula de manera sistemática con los pilares fundamentales, ofreciendo a los niños(as) y adolescentes, experiencias físicas – recreativas que permiten la integración y cooperación para el fortalecimiento de la participación en las diversas actividades que se desarrollan en este subsistema. De igual manera, es parte del proceso educativo que, a través de la actividad física planificada y como elemento sistemático para optimizar la salud integral del ser humano que promueve cambios persistentes de conductas a nivel afectivo, cognoscitivo y primordialmente psicomotor; para el logro de un individuo físicamente apto, plenamente desarrollado y totalmente integrado a la sociedad donde se desenvuelve.

En este contexto, la Educación Media se corresponde con las políticas del Ministerio del Poder Popular para la Educación (2007), que inserta en el logro de la plenitud del individuo con un enfoque globalizado e integral enfatiza a través de la fundamentación de la educación física propósitos que tienen su basamento en sus necesidades propias y de la sociedad; que desde la actividad física se pueden clasificar en: biológicos, psicológicos y sociales.

Desde el punto de vista biológico, existen necesidades referidas al desarrollo armónico de los huesos, músculos y articulaciones, lo cual sólo puede ser logrado a través de estímulos que permitan la realización de todas las actividades físicas basadas en las habilidades motoras innatos del género humano; esta estimulación debe producirse, sobre todo, durante las diferentes etapas críticas del crecimiento del ser humano, específicamente durante la infancia.

---

Desde el punto de vista psicológico, se encuentran múltiples necesidades con respecto a la actividad física, la primera de ellas se refiere a la necesidad de movimiento de la especie humana, la cual se pone de manifiesto en forma extrema durante las etapas del crecimiento; si esta necesidad no es satisfecha y canalizada podrían generarse alteraciones que inciden en el desarrollo integral del individuo.

Desde el punto de vista social, la educación física se justifica como elemento de integración grupal que facilita las interacciones, auto estima, confianza en sí mismo y desarrollo de la autonomía. Es así que la educación física es una de las áreas que amplía su campo de acción, actualmente la sociedad casi le otorga el nivel de importancia que merece, al igual que en los países desarrollados donde ocupa un lugar tan importante como la medicina, debido a que mientras ésta ayuda a conseguir salud, la educación física prevé las enfermedades. En este sentido, plantea Ruiz (2000), que:

La educación física es un conjunto de medios de enseñanza que tienen por objeto del desarrollo físico, mental y la educación sistemática de los movimientos del cuerpo, normas de salud y éticas, nos ayuda a buscar el camino de la personalidad acercándolo a la integridad social (p. 9).

A esta fundamentación se unen los diferentes artículos y leyes que expresan claramente la importancia de la Educación Física, a lo largo del desarrollo del individuo que se expresan en la Educación Secundaria Bolivariana. En la actualidad, resalta en la fundamentación de la Educación Física los ajustes hacia la articulación e integración de esta a las áreas y asignaturas que conforman los niveles subsiguientes y al mismo tiempo, se exige sea adaptado a las necesidades e intereses de los y las estudiantes. En este orden de ideas, resulta pertinente indagar sobre propuestas alternativas en los contextos de las localidades y municipios que favorezcan las prácticas del voleibol recreativas en un sentido integrado en el nivel de Educación Media.

### **Finalidad de la Educación Física**

La educación física como disciplina pedagógica, ejerce una relevante influencia en todos los aspectos o dimensiones que conforman al ser humano. Utiliza sus medios y estrategias de aprendizaje actuando sobre el ente corporal, pero no atendiendo al movimiento de ese cuerpo o su desarrollo biológico solamente, sino que centra su finalidad en el humano total, como ser viviente integral. Es por esto, que es importante que los docentes de Educación Física consideren los fines que se persiguen en este nivel, que de acuerdo a Díaz (2000), los establece como sigue:

- Enseñar al individuo a moverse hábilmente no sólo en los juegos sino en la vida diaria.
- Desarrollar las capacidades de comprensión para la ejecución de los movimientos involuntarios.
- Proporcionar oportunidades para el proceso de integración social.



- Condicionar el aparato cardio-respiratorio, músculos, órganos y demás sistemas a responder al incremento de las demandas energéticas por medio del entrenamiento.

Según el Ministerio de Educación (1992), señala que la Educación Física insertada como área del plan de estudio tiene como visión, formar al recurso humano con una concepción holística y está orientada a proporcionar al educando en formación, elementos y satisfacciones motrices ajustadas al interés, a la capacidad y necesidad de movimiento corporal que posee el educando, con la intención específica de lograr el estímulo y desarrollo de habilidades, hábitos y actitudes que manifiestan en los diferentes ámbitos de la vida familiar, social y productiva, que son necesarios para un aprendizaje permanente.

La intencionalidad de la educación física es alcanzar y mejorar a través de la actividad física, el desarrollo de la capacidad intelectual motora, habilidades, hábitos, actitudes ante las situaciones que se manifiesten en los diferentes momentos de la vida cotidiana del adolescente inmerso en la Educación Media, y que, a su vez, le van a ser necesarios para posteriores aprendizajes.

La misión educativa de la Educación Física se cristaliza al proporcionar durante la clase, fundamentalmente, vivencias motoras variadas y amenas que envuelven al escolar en todas las manifestaciones, trascendiendo el movimiento mismo, respetando a cada individuo en sus limitaciones y potencialidades, con el fin de atender, desarrollar y consolidar los siguientes aspectos: autoestima, autodescubrimiento, seguridad en sí mismo, autonomía, solidaridad, amistad, respeto, y responsabilidad entre otros.

La educación física debe sustentarse en el hecho de ser un proceso fundamental y, por tanto, sus políticas deben reconocer al docente y al adolescente como protagonistas de la tarea educativa con distintos papeles, pero con el mismo objetivo. Además, debe respetar el principio de las diferencias individuales y aceptar que cada educando es único y diferente, lo cual hace necesario cierto grado de individualización dentro de los objetivos propuestos.

Según, el Diseño Curricular del Sistema Educativo Bolivariano (2007) la educación física, Deporte y Recreación pretende que las y los adolescentes y jóvenes valoren la práctica sistemática de la actividad física, la recreación y el deporte como parte de su desarrollo integral en procura de minimizar la problemática social para la optimización de la salud, considerando las diferentes discapacidades y respetando la diversidad cultural, multiétnica y afrodescendiente.

Por ello, esta área permite la libertad profesional del docente de manera que pueda utilizar sus habilidades en el desarrollo de actividades que satisfagan las necesidades, intereses y oportunidades del adolescente, además de seleccionar las estrategias que le permiten cumplir con su plan, además de formar alumnos y alumnas capaces de convivir en sociedad, de participar activa y solidariamente en las áreas de conservación de su comunidad y adoptar una actitud al respeto hacia sus semejantes.

## El Voleibol en el Contexto Educativo

El voleibol es para Torres (2003), “un deporte con características muy particulares” (p.12), partiendo de la idea de ser un deporte de conjunto en donde sus practicantes no presentan contacto físico con sus oponentes, exigiendo gran capacidad técnica y táctica de todos y cada uno de los participantes que interactúan en un juego, requiriendo gran interacción y coordinación dentro de las acciones de juego y estrategias de competencia, por lo que todo ejecutante deberá poseer gran capacidad de integración social, psíquica y psicomotriz para evolucionar en el mismo y así obtener los mejores resultados.

Desde este momento, el voleibol es uno de los de los deportes que presenta más variedad y exigencia técnica de los gestos deportivos necesarios para su práctica, ya que en este juego no solo el rival anota directamente los puntos a su adversario, sino que el mismo equipo puede auto anotarse tanto por una mala aplicación de la técnica durante la realización de alguno de sus gestos específicos tales como el servicio, la recepción, el ataque, el bloqueo, entre otros.

Es por ello, que los adeptos a esta disciplina deportiva deben ser personas con gran sentido de la responsabilidad y de compromiso consigo mismo y con sus demás compañeros. En este sentido, le brinda al estudiante oportunidad para desarrollar de la mejor forma sus relaciones humanas mediante el juego y aplicarlas simultáneamente en su vida profesional, social y deportiva.

Una de las características específicas y determinantes del voleibol es el representar a una actividad deportiva de conjunto (cooperación- oposición) donde no existe contacto entre los oponentes, ya que están separados por una red. Esta característica hace que sea un deporte que presente un riesgo de lesión menor, que el presentado por otras especialidades deportivas como el balonmano, fútbol, baloncesto y hockey hielo, entre otras. Pero, el voleibol, debido a la rapidez y potencia de sus movimientos en sentido vertical y horizontal, la gran incidencia de lesiones es inevitable.

En ese sentido, el voleibol constituye un marco ideal, ya que, tiene un enorme atractivo que ejerce sobre los estudiantes y en particular a los adolescentes donde han facilitado numerosas situaciones de relaciones interpersonales entre escolares y profesores, como la solidaridad y la cooperación. La educación física, por su relación con el deporte educativo promueve el desarrollo de los fundamentos técnicos del voleibol, a través de sus contenidos y actividades, además, tiene enorme potencial para desarrollar al joven tanto física como personalmente y, de esta forma, para contribuir a la mejora de los valores deportivos. En las clases de Educación Física, el estudiante debe aprender a competir sanamente, resolver problemas, dialogar, superarse, ganar y perder, sin menospreciar a los que lo hacen y disfrutar de la práctica como elemento formador, integrador y emancipador.

Visto de esta forma, el voleibol ha sido considerado como una excelente vía de promoción de las habilidades motrices relacionados con el desarrollo personal, el descubrimiento y la educación

social, los cuales perduraran durante toda la vida. El Voleibol presenta diferentes esquemas de participación y modelos de comportamiento de los estudiantes en relación con cada estructura deportiva en el que se contemplan todos los tipos de influencia sobre la formación integral del individuo, en función del rol que le corresponde.

### **El Aprendizaje del Voleibol a través de las Actividades Recreativas**

El aprendizaje del voleibol para Ramírez (2004), “un proceso complejo, con progresiones mensurables y objetivos variables, según avanza el aprendizaje de los jugadores” (p.12). Este camino hacia un grado cada vez mayor de habilidad y en consecuencia del pensamiento táctico, presenta diferentes momentos, fases con avances y retrocesos, con características propias pero irreversibles. En general, tres etapas son reconocidas y calificadas en la literatura: Inicial o cognitiva, intermedia o práctica y avanzada o de automatización. En la misma línea, de acuerdo con Le Boulch (2004), es conveniente en esta primera etapa del aprendizaje distraer la atención de los pequeños jugadores de aquello que resulta esencial, es decir, del objetivo a alcanzar y de las condiciones espaciales de su desarrollo, ya que como en el contenido de la información de la primera fase del aprendizaje predomina la información sobre el resultado del movimiento – información resurtiva, mientras que la información sobre los detalles de la ejecución se elabora todavía en forma muy imprecisa

En fin, desarrollar jugando la comprensión de la lógica del voleibol es el primer gran objetivo a lograr con nuestros jóvenes alumnos y hacer énfasis en la dimensión táctica, es tal vez, la llave para hacer el camino motivador, inclusivo, relevante y educativo, pero esto no resulta tan simple. Entonces, el docente debe dar explicaciones claras, precisas, breves y sobre para pasar cuanto antes a la práctica, y lograr que el alumno comprenda el objetivo y la habilidad que debe obtener del voleibol, como así también la adquisición de una “idea”, una imagen mental global del gesto técnico para poder construir una primera referencia de corrección. Esta imagen en el comienzo se formará imprecisa y esfumada, pero lentamente irá precisándose y enriqueciéndose en términos multiperceptivos (auditivos, táctiles, visuales, cinestésicos, etc.) que se obtendrá a través del desarrollo de las actividades recreativas adaptadas al voleibol.

Las actividades recreativas, como método de enseñanza de esas técnicas globales, es conveniente realizarlas de manera general y en grupos permitiendo algunos intentos del gesto completo en condiciones facilitadas y luego en juego (ej. con método global, el juego comienza con un equipo sacando con golpe de manos altas y el otro realizando el primer toque con golpe de manos bajas). A partir, explorar situaciones nuevas y variadas, sólo con la consigna del objetivo a alcanzar, logrando conformar así una verdadera memoria del cuerpo. Ahora bien, cómo lograr en este primer momento que las situaciones de enseñanza sean significativas y motivadoras para los y las estudiantes. En primer lugar, el estudiante que se inicia, los primeros intentos exitosos le resultan fuertemente motivadores por la situación lúdica que promueve el docente a través de las

actividades recreativas, en consecuencia, tiende a repetir lo que le causa placer (es decir, cuando alcanza el objetivo propuesto). Por eso es muy importante chequear permanentemente al diseñar tareas de enseñanza, si estas corresponden a las posibilidades de realización y comprensión de los alumnos.

En otras palabras, las actividades recreativas para el aprendizaje del voleibol debe ser el goce personal y la satisfacción que produce; son, pues, actividades motivadas por las satisfacciones personales que resulta de ellas. Por consiguiente, las características de las actividades recreativas se fundamentan en la satisfacción que se genera de la actividad. Puede ser una forma específica de acción, una actitud o espíritu, fuera del trabajo, una expresión de la naturaleza interna del ser humano, un sistema social, una fase de la educación, una salida para la necesidad creativa, un medio para levantar las alas del espíritu. Es una respuesta emocional personal, una reacción psicológica, una actitud, un enfoque una manera de vivir. Ofrece una salida para las potencias físicas, mentales o creativas. Lo anterior se justifica siempre y cuando el docente realice una planificación de acuerdo a las características y necesidades del educando y las características de cada comunidad.

## Enfoque Metodológico

El marco metodológico de una investigación, recopila una serie de datos para desarrollar el estudio investigativo (ver gráfico 1). Según el Manual de Trabajo de Grado de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales UPEL (2016); menciona para el marco metodológico que:

Se describen métodos, técnicas y procedimientos aplicados de modo que el lector pueda tener una visión clara de los que se hizo, por qué y cómo se hizo. Además, deben mencionarse las razones por las cuales se seleccionó dicha metodología, su adecuación al problema en estudio y sus limitaciones (p.34)

En sentido, la investigación asumió el paradigma socio crítico, bajo un enfoque cualitativo pues buscó orientar la interpretación y comprensión profunda de los fenómenos sociales. Al respecto, Alvarado y García (2008) Aseguran que:

El paradigma socio-crítico se fundamenta en la crítica social con un marcado carácter autorreflexivo; considera que el conocimiento se construye siempre por intereses que parten de las necesidades de los grupos; pretende la autonomía racional y liberadora del ser humano; y se consigue mediante la capacitación de los sujetos para la participación y transformación social (p. 190).

Como método, se utilizó la Investigación Acción Participativa Transformadora (IAPT), con la finalidad de buscar solución a un problema detectado. Entonces la investigadora se orientó a

determinar la situación, mediante técnicas de recolección de datos, direccionadas más al estudio social, y educativo. Para lo cual, Becerra y Moya (2010) aseguran que:

Esta forma de concebir la investigación conduce a la formación de valores democráticos y, por tanto, de una nueva concepción de ciudadanía. En esta propuesta, el investigador es un ser social e histórico, comprometido con una aspiración ética y política. Consideramos que la puesta en práctica de un modelo de investigación-acción participativa y transformadora, del que la crítica y la reflexión sean partes esenciales, puede ayudar en los necesarios procesos de cambio y emancipación, aspiración legítima de una sociedad que lucha por ser protagonista de su propio destino (p.1).

Según, los citados autores el método utilizado en el estudio investigativo su principal fundamento es la acción y la participación activa de los actores participantes, con el propósito de resolver los problemas de la misma gente que se pueden resolver a nivel local. Como es el caso de las actividades recreativas el aprendizaje del voleibol en el área de educación física de las y los estudiantes del 1er año del Liceo Bolivariano “Saverio Barbarito”, Apurito, estado Apure.

### **Procedimientos de la Investigación**

Para investigación IAPT, existe diversos autores que describe los diferentes procedimientos metodológicos, no obstante, para efecto de este estudio se tomó en cuenta la secuencia desarrollada por Becerra y Moya (ob. cit) Las cuales comprenden las fases siguientes:

- Diagnóstica: Fase punto de partida de la investigación, indispensable para la descripción de la situación del entorno (institución, nivel, año, programa, ambiente, recursos, método de enseñanza, técnicas didácticas, estudiantes, docente).
- Planificación: Fase ideal para seleccionar y describir las estrategias para la acción social, trabaja conjuntamente la docente-investigadora y los sujetos de estudios para prever los recursos para el desarrollo de dicha planificación.
- Ejecución: Describe el proceso de control y registro de la práctica de las estrategias planificadas en la fase de planificación. Para la interpretación de los relatos descriptivos. Se pueden utilizar instrumentos como entrevistas, grabaciones de audio y video, notas de campo y análisis de los cuadernos, a través de los cuales es obtenida la información.
- Reflexión y Evaluación: Permite analizar, sintetizar, interpretar, explicar y elaborar conclusiones de los resultados obtenidos; así como también revisar constantemente el tema objeto de la investigación para registrar los logros y las limitaciones del primer paso en la acción, examinar las consecuencias y comenzar a pensar en implicaciones para la acción futura. Por tanto, incluye la comparación entre lo planificado con lo realizado y el análisis de todos los registros.

### **Actores Participantes**

---

Los actores participantes, de esta investigación fueron 28 estudiantes del primer año del Liceo Bolivariano “Saverio Barbarito”, Apurito, estado Apure. En el años escolar 2019-2020.

### Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información

Para recopilar la información requerida en el desarrollo del diagnóstico, se utilizó la técnica grupal “descubriendo problemas” según Torres (2003) “Es una técnica para detectar problemas sociales. Para identificar y compartir una problemática social de la realidad circundante (p.50). A continuación, se presentan el procedimiento que se cumplieron en la realización del diagnóstico:

1er. Momento: la investigadora presento un tema social e invitó a los y las estudiantes a pensar en la problemática que se deriva del mismo.

2do. Momento: Individualmente, cada participante enunció elementos problemáticos por escrito. Luego se formó pareja con otro, y ambos conversaron sobre los problemas enunciados y agregaron otros que surgieron del diálogo.

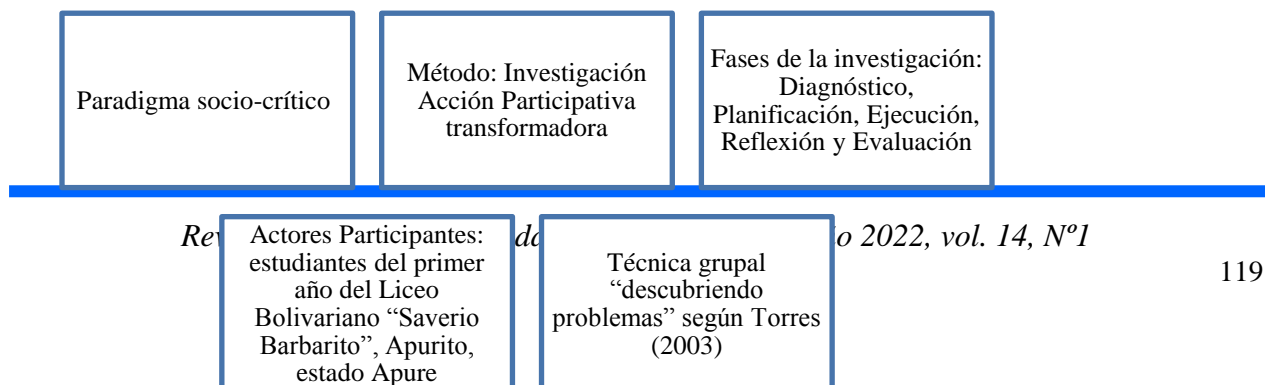
3er. Momento: las parejas formaron cuartetos. Allí, cada pareja presentó los problemas y, entre otros, delimitarán un campo problemático al que pertenezca el tema central. Seguidamente, confeccionarán una lista de problemas ordenados según prioridades.

4to. Momento: El plenario, cada cuarteto presentó su lista de problemas.

El docente-coordinador actuó como moderador y todos juntos construirán una única lista de problemas. Eso permitió con el diseño de la Propuesta de acción.

### Técnicas de Análisis de la Información

Una vez obtenidos los indicadores de los elementos teóricos y definido el diseño de la investigación, se hizo necesario estructurar las técnicas de análisis de la información, el cual, e implicó las siguientes actividades: Transcripción de información de acuerdo a las respuestas emitidas por los actores participantes y se articuló una serie de aspectos información reportados por los actores a través de la alcanzada por la aplicación de las técnicas utilizadas en el diagnóstico (ver cuadro1).





### Gráfico1. Estructura de la Metodología

**Cuadro 1**  
**Resumen de las Observaciones**

<b>DEBILIDADES</b>	<b>POTENCIALIDADES</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Falta de planificaciones que contengan actividades recreativas para el aprendizaje del voleibol.</li><li>- Diseño de actividades recreativas para el aprendizaje del voleibol.</li><li>- Ausencia o pocos proyectos comunitarios en relación a las actividades recreativas para el aprendizaje del voleibol.</li><li>- Excesivo trabajo individual por parte de los docentes y la vinculación comunitaria.</li><li>- Falta de compromiso de trabajo por parte de las organizaciones sociales de la comunidad y docentes.</li><li>- Ausencia de los procesos de participación comunitaria.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Disposición del equipo de investigación para para el desarrollo de la propuesta de acción.</li><li>- Disposición de espacios para el desarrollo de actividades recreativas.</li><li>- Personal capacitado para el cumplimiento de las actividades planificadas.</li><li>- Disponibilidad de recursos técnicos y logísticos para el desarrollo de las actividades.</li><li>- Conocimiento objetivo de la problemática confrontada, sus causas y posibles consecuencias.</li></ul>

Nota: Elaboración propia de los autores.

## **Propuesta de Cambio Educativo o Innovación Educativa** **“Recrearse con la Práctica del Voleibol Educativo”**

### **Presentación**

La propuesta de cambio educativo, contempla el diseño de actividades recreativas para el aprendizaje del voleibol en las y los estudiantes del 1er año del Liceo Bolivariano “Saverio

---

Barbarito”, Apurito, estado Apure. Estas actividades se basan en juegos y dinámicas adaptadas al voleibol, la misma surge como una alternativa para contribuir a la organización y planificación de las clases diarias con los alumnos durante el segundo lapso del año escolar 2019- 2020, la propuesta se orientó a reforzar los fundamentos técnicos, así como también aspectos de socialización, compañerismo, sinceridad, respeto, entre otros. En ese sentido, estos aspectos servirán para el desarrollo integral, cumpliendo a su vez el papel fundamental en el proceso de aprendizaje continuo, relacionado con el ser, hacer y convivir de una manera amena y divertida, factores importantes, ya que la educación de los alumnos y alumnas no solo se realiza en la escuela sino también en su entorno, comunidad y hogar.

Para la realización de la propuesta se partió del estudio de un diagnóstico considerando a todos los y las estudiantes del primer año de la institución en estudio.

### **Justificación**

Apoyado en la importancia que tiene la mejora de la calidad del aprendizaje del voleibol a través de las actividades recreativas, la investigación es relevante desde el punto de vista educativo porque el voleibol le ha permitido al ser humano lograr un mejor desarrollo de todas sus habilidades motrices básicas. Por ello, esta propuesta busca mejorar la praxis en el voleibol brindándoles conceptos teórico-prácticos básicos que le permitan de una manera adecuada ser utilizados dentro de una cancha para resolver diferentes situaciones de juego y así lograr uno de los objetivos principales (juego continuo).

Desde el contexto formativo, la mejora de la calidad de la enseñanza y aprendizaje está relacionada entre otras cosas con la incorporación de un proceso docente innovador. La perspectiva desde la cual se diseñe el material didáctico y la relación de sus contenidos con los objetivos generales de la Educación Física ofrecerá al futuro profesor una herramienta práctica novedosa. La utilización del deporte educativo como el voleibol desde una línea de trabajo global, motivacional e integrada con respecto a los fundamentos del juego y las actividades recreativas como parte importante, permitirá la formación educativa de los alumnos y a su vez una formación deportiva adecuada que puede llegar a constituir una base sólida para la adquisición de hábitos regulares de práctica física, que incidirán positivamente en el desarrollo y mejora de la calidad de vida del estudiante.

Desde el punto de vista social, la propuesta innovadora de estrategias creativas para la optimización del proceso de enseñanza y aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol, harán posible, conocer las características más importantes de este deporte. Además, saber su dinámica las variaciones espaciales y la necesidad de adaptarse incesantemente a las mismas la dificultad que supone centrarse en las trayectorias del balón que se desplaza y su intercepción para el futuro golpeo eficaz. Por ello, se desarrollarán estrategias a través de las actividades

recreativas incursionándolas en formas de jugadas donde el elemento lúdico tendrá prioridad sobre la ejecución técnica, fundamental para la iniciación de este deporte.

Finalmente, se puede decir que representa un aporte teórico-metodológico para otros investigadores que quieran profundizar sobre las estrategias creativas para la optimización del proceso de enseñanza y aprendizaje del voleibol como deporte educativo.

#### Propósitos

##### General

Implementar las Actividades recreativas para el aprendizaje del voleibol en los y las estudiantes del primer año del Liceo Bolivariano “Saverio Barbarito” Apurito estado Apure.

##### Específicos

- Sensibilizar y motivar a los estudiantes, docentes, padres y representantes y organizaciones sociales comunitarias para que participen en el desarrollo de la propuesta acción “RECREARSE CON LA PRÁCTICA DEL VOLEIBOL EDUCATIVO”, del Liceo Bolivariano “Saverio Barbarito” Apurito estado Apure.
- Establecer actividades las actividades recreativas que puedan desarrollarse para el logro del aprendizaje en voleibol de manera recreativa.
- Desarrollar las actividades recreativas que permita la participación de las y los estudiantes, docentes, padres y representantes y organizaciones sociales de la propuesta acción “RECREARSE CON LA PRÁCTICA DEL VOLEIBOL EDUCATIVO”, del Liceo Bolivariano “Saverio Barbarito” Apurito estado Apure.
- Valorar la propuesta acción “RECREARSE CON LA PRÁCTICA DEL VOLEIBOL EDUCATIVO”, para la implementación de las actividades recreativas para la enseñanza del voleibol en los y las estudiantes del primer año del Liceo Bolivariano “Saverio Barbarito” Apurito estado Apure.

#### **Primera Semana**

##### **Cuadro 2**

#### **Propuesta de innovación Educativa. “RECREARSE CON LA PRÁCTICA DEL VOLEIBOL EDUCATIVO”**

Actividad	Lugar y Fecha	Recursos	Responsable
-----------	---------------	----------	-------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dinámica de inicio (el baile del balón) ver anexo 1.</li> <li>- Bienvenida y presentación.</li> <li>- Clínica sobre el voleibol recreativo.</li> <li>- Compartir las expectativas y necesidades del exponente, a través de una lluvia de ideas.</li> <li>- Se seleccionaron los fundamentos técnicos del voleibol a tomarse en cuenta para la propuesta conjuntamente por las y los estudiantes, docentes, representantes deportivos de las organizaciones sociales comunitarias y padres y representantes.</li> <li>- Dinámica de cierre: Juegos predeportivos dirigidos al voleibol.</li> <li>- Sociabilización de las actividades.</li> </ul>	<p>Área deportiva</p> <p>Miércoles:</p> <p>15/01/2020</p>	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Facilitador</li> <li>* Estudiantes</li> <li>* Docentes</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Video beam</li> <li>* Trípticos</li> <li>* Carteleras</li> <li>* Refrescos</li> <li>* Equipo de sonido.</li> <li>* Artículos-recreativos-deportivos.</li> </ul>	<p>Profa. Deisy Yamileth, Requena Rattia y Pablo López Participantes.</p>
---	---	--	---

**Cuadro 2 (Cont.)**

ACTIVIDAD	LUGAR Y FECHA	RECURSOS	RESPONSABLE
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inicio de actividades: (voleo en caliente en pareja) ver anexo 2.</li> <li>- Conversatorio sobre “la recreación y las actividades recreativas”.</li> <li>- Seleccionar las actividades recreativas, para el montaje de la propuesta.</li> <li>- Entregar una hoja en blanco para que cada uno escriba sus expectativas.</li> <li>- Intercambio de ideas.</li> <li>- Presentación y discusión de los tópicos que conforman la propuesta.</li> <li>- Entrega de material de apoyo.</li> <li>- Análisis y discusión del material entregado en grupo.</li> <li>- Sociabilización de las actividades.</li> <li>- Cierre de la actividad. (voleo alto con piernas separadas) ver anexo 3.</li> </ul>	<p>Área deportiva</p> <p>Viernes</p> <p>24/01/2020</p>	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitador</li> <li>- Estudiantes</li> <li>- Docentes</li> </ul> <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Video beam</li> <li>- Trípticos</li> <li>- Carteleras</li> <li>- Rotafolios</li> <li>- Folletos.</li> <li>- Mesas</li> <li>- Sillas</li> <li>- Comidas</li> <li>- Refrescos</li> <li>- Equipo de sonido.</li> <li>- Balones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Profa. Deisy Yamileth, Requena Rattia y Pablo López</li> <li>- Participantes</li> </ul>

**Tercera Semana**

**Cuadro 3**

ACTIVIDAD	LUGAR Y FECHA	RECURSOS	RESPONSABLE
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dinámica de inicio (voleibol con bolsa). ver anexo 4.</li> <li>- Charla sobre sobre las técnicas del voleibol.</li> <li>- Triangular de Juegos de voleibol 3 x 3 media cancha.</li> <li>- Sociabilización de las actividades.</li> </ul>	<p>Área deportiva</p> <p>Miércoles: 22/01/2020</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Humanos:</b></li> <li>- Facilitador</li> <li>- Estudiantes</li> <li>- Docentes</li> <li>- <b>Materiales:</b></li> <li>- Balones</li> <li>- Conos</li> <li>- Aros</li> <li>- Trípticos</li> <li>- Cucharillas</li> <li>- Mesas</li> <li>- Sillas</li> <li>- Refrescos</li> <li>- Equipo de sonido</li> <li>- Sacos</li> </ul>	<p>Profa. Deisy Yamileth, Requena Rattia y Pablo López Participantes.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bienvenida a los participantes. Realizar acondicionamiento neuromuscular bailando libremente.</li> <li>- Gymkana de voleibol recreativo por pareja: ver anexo 5.</li> <li>- Voleo de pelotas altas en pareja en la malla.</li> <li>- Voleo de pelotas alta hacia el aro de baloncesto.</li> <li>- Voleo de pelotas baja(mancheta) sobre la arquería de futbolito.</li> <li>- Correr hacia la malla volear y el compañero realizar remate.</li> <li>- Sociabilización de las actividades.</li> </ul>	<p>Área deportiva</p> <p>Viernes: 24/01/2020</p>		

**Tercera Semana**

**Cuadro 3 (Cont.)**

ACTIVIDAD	LUGAR Y FECHA	RECURSOS	RESPONSABLE
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dinámica de inicio: (Reconociendo la Zona de Juego Aprendo) ver anexo 6.</li> <li>- Encuentros Deportivos:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Voleibol 3x3 (los jugadores en la zona ofensiva) ver actividad 7.</li> <li>- Voleibol 4 x 4 (2 jugadores en la zona ofensiva y 2 en la zona defensa). Ver actividad 8.</li> <li>- Sociabilización de las actividades</li> </ul> </li> </ul>	<p>Área deportiva</p> <p>Miércoles: 28/02/2020</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Humanos:</li> <li>- Facilitador</li> <li>- Estudiantes</li> <li>- Docentes</li> <li>- Materiales:</li> <li>- Balones</li> <li>- Conos</li> <li>- Aros</li> <li>- Chapas</li> <li>- Palos de maderas</li> <li>- Pelotas</li> </ul>	<p>Profa. Deisy Yamileth, Requena Rattia y Pablo López Participantes.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sábado de voleibol de calle:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dinámicas de inicio:</li> <li>- Triangular de Juegos de voleibol de mixto.</li> </ul> </li> <li>- Juegos predeportivos. (Intercepta la Pelota y Colócala) ver anexo 9.                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Juegos predeportivos.</li> </ul> </li> </ul>	<p>Área deportiva</p> <p>Sábado 1/02/2020</p>		

## Sistematización de actividades de las realizadas de la propuesta de cambio educativo

La sistematización de las actividades ejecutadas, es una necesidad para dar cumplimiento a la propuesta de innovación educativa que permitió ordenar, clasificar bajo determinados criterios, relaciones y categorías todos los hallazgos generados. En este apartado, se presenta las experiencias desarrolladas por los diferentes actores en el período definido de tiempo, envueltas en un contexto recreativo y social, en la institución del Liceo Bolivariano “Saverio Barbarito” Apurito estado Apure.

En la primera semana, se desarrollaron las actividades de sensibilización y motivación iniciándose con la conformación de los equipos de trabajos, los mismos se encargaron de la organización de las actividades para la organización de las mesas de trabajo teniendo como tema generador; actividades recreativas para el aprendizaje del voleibol. Los profesores Pablo López y Elio Machado quienes dieron inicio a las actividades de la propuesta de innovación educativa. Liceo Bolivariano “Saverio Barbarito” Apurito estado Apure, fueron los anfitriones de las actividades programadas. Las mismas, se hizo con el propósito de compartir las expectativas de los actores participantes sobre la propuesta e identificar las acciones recreativas que realiza el docente para el aprendizaje del voleibol. Hay que hacer notar, que estuvieron presente en la actividad, los representantes del consejo comunal de la localidad, padres, representantes de la institución, docentes y alumnos de la misma, se delegó una comisión de docentes los cuales se encargaron de la selección del material para la ambientación, el refrigerio y para la clínica deportiva fue dirigida por el Prof. Pablo López. Fue muy interesante donde los participantes dieron sus puntos de vistas sobre el tema, además de aportar sugerencias para la propuesta.

En el desarrollo de las actividades, los actores participantes establecieron los fundamentos técnicos del voleibol como el voleo de pelotas alta, voleo bajo, saque y remate, entre otros, para desarrollarla en la propuesta de cambio educativo. Finalmente, Durante su intervención la investigadora realizo una serie de preguntas a los presentes fomentando la participación de los actores para que se involucraran y entendieran la importancia de la de la aplicación de la propuesta.

La tercera semana se inició con la parte operativa de la propuesta, donde las actividades se instruyeron con las dinámicas de inicio donde estuvieron marcada por la participación de los y las estudiantes, luego se procedió, a las charlas sobre las técnicas del voleibol y la importancia que tiene en la formación de los valores deportivo. Para dar continuidad a lo pautado se invitó a los participantes a pasar a la cancha deportiva del liceo para el desarrollo del triangular de Juegos de voleibol 3 x 3 media cancha. Con los equipos del 1er año del liceo Bolivariano “Saverio Barbarito”, y dos (2) equipo de la comunidad quienes nos brindaron un derroche de entusiasmo y compañerismo.



La sociabilización de las actividades realizadas, nos permitió que los participantes, estuvieran muy motivados durante el desarrollo de las mismas, además, los actores participantes surgieron normas e indicaciones al profesor para los juegos y dinámicas ejecutadas. Por último, exteriorizaron que las actividades le fueron de agrado y que nunca habían jugado de esa forma de manera muy amena y divertida. Por otro lado, manifestaron una nueva forma de practicar el voleibol.

## **Acciones de Ajuste y Evaluación de las Actividades**

Con el desarrollo de la Propuesta acción, en el Liceo Bolivariano “Saverio Barbarito” Apurito estado Apure, institución dependiente del Ministerio del Poder Popular para la Educación en Venezuela, se pudo observar, que las actividades fueron una experiencia significativa donde participaron y socializaron sobre las diferentes actividades recreativas adaptadas al voleibol que permitieron optimizar el aprendizaje en las y los estudiantes.

En tal sentido, los alumnos manifestaron que es de gran importancia la realización de estas actividades, ya que, se puede compartir sobre la práctica e implementación de actividades recreativas. Esta experiencia fue motivadora y de aprendizaje pues, se puede llegar a implementar y aplicar en otras instituciones escolares que hacen vida activa en las distintas instituciones del municipio, adaptando e incorporando nuevas actividades según el contexto y característica de los estudiantes con la finalidad de incentivar un cambio de actitud en la manera de actuar, de pensar y de reflexionar acerca de la del voleibol en las escuelas y en las comunidades, de manera continua y permanente.

Como resultado de la reflexión pública se pudo evidenciar:

- El logro de los objetivos propuestos en la propuesta acción, sin embargo, aún existe por parte de algunos de los actores, resistencia al cambio, pero que con el entusiasmo de los participantes se han ido incorporando.
- Los actores participantes, expresaron que fue una experiencia muy grata y un modelo innovador porque los estudiantes salieron del sedentarismo erradicando la educación tradicional logrando la motivación en todos los integrantes de la institución educativa.
- Debido a la utilización de las actividades recreativas se pudo organizar acciones recreativas adaptadas al voleibol y así desarrollarla en las prácticas deportivas y recreativas de forma divertidas. Ya que, las actividades fueron de provecho y de gran beneficio porque genero el conocimiento sobre la importancia de la recreación y de las actividades recreativas. De esta manera, se le puede dar el buen uso en las clases de educación física y a la enseñanza y aprendizaje del voleibol.

## Reflexiones sobre el camino Andado

El desarrollo de la propuesta de innovación educativa, se tuvo en consideración los principios del deporte educativo donde permitió a los actores participantes; generar experiencia significativa y significativa. En cual, participaron y socializaron sobre las diferentes actividades recreativas que permitieron desarrollar y optimizar el aprendizaje del voleibol en los y las estudiantes. Así mismo, se dinamizó la importancia en la realización de eventos académicos (charlas, clínica deportiva, entre otros) ya que, se puede compartir sobre la práctica e implementación del voleibol a través de acciones recreativas. Y así, las y los estudiantes y profesores le dieron mayor importancia a lo lúdico más no al tecnicismo y la forma tradicional de la enseñanza, creando nuevas formas de aprender las diferentes destrezas.

Es decir; se compartió una experiencia muy grata y un modelo innovador que permitió que, los estudiantes salieran del sedentarismo erradicando la educación tradicional logrando la motivación en todos los integrantes de la institución educativa.

En ese sentido, Las actividades desarrolladas, permitieron que los y las estudiantes disfrutaran de un espacio para compartir con sus compañeros al mismo tiempo que efectuaban la práctica del voleibol de manera diferente. Por lo que, la práctica de las actividades de la propuesta del cambio educativo abrió canales de comunicación entre los directivos y los miembros de la comunidad; esto se logró al orientar las acciones de la práctica del voleibol de manera conjunta entre la escuela y la comunidad.

Por otro lado, Las actividades se realizaron gracias a la buena voluntad y entusiasmo que mostraron los participantes cuando se les habló de la propuesta, hubo la disposición de ellos mismos para la organización y la puesta en práctica de las actividades y en todo momento prestaron toda la colaboración.

En consideración, los y las estudiantes, padres y representantes, así como los docentes se observaron muy motivados, estuvieron en los espacios deportivos - recreativos antes de la hora pautada, se apreciaba un clima de entusiasmo y en todo momento ellos se mostraron respetuosos a las instrucciones dadas por la investigadora para el buen desarrollo de las actividades, cumpliendo así con las instrucciones dadas en cuanto a el lugar donde debían mantenerse, las actitudes que debían demostrarse en apoyo de los diferentes equipos, entre otras. Lo cual, nos permitió evidenciar la demostración de apoyo y buena disposición de los estudiantes para que las actividades se efectuaran.

Por último, es necesario destacar que las acciones llevadas a cabo durante el desarrollo de la investigación permitieron evidenciar que con la puesta en práctica de actividades se logró la articulación de la triada educativa (escuela, familia y comunidad) a través de estrategias nuevas, distintas y variadas despertando además el interés y la motivación en los estudiantes para realizar actividades deportivas y recreativas.

## Referencias

- Alvarado, L. y García, M. (2008). Características del paradigma socio crítico; su aplicación en investigaciones de educación ambiental y de enseñanza de las ciencias en el Doctorado de Educación del Instituto Pedagógico de Caracas. [Revista en Línea] *Revista Universitaria de Investigación, Sapiens*. Año 9. N°. 2. Disponible: <https://dianetnet.unirioja.es> [Consulta: 2020, noviembre 10]
- Becerra, R. y Moya, A. (2010). Investigación-acción participativa, crítica y transformadora. Un proceso permanente de deconstrucción. [Revista en Línea] *Revista Integra Educativa*, 3(2), 133-156. Disponible: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1997-40432010000200005&lng=es&tlng=en](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1997-40432010000200005&lng=es&tlng=en). [Consulta: 2020, noviembre 10]
- Bandes, D. (2001). *Métodos Utilizados por los Docentes de Educación Física para la Enseñanza de los Fundamentos Básicos de los Deportes Colectivos: Baloncesto, Voleibol y Fútbol de Salón a Nivel de 7º Grado de la III Etapa de Educación Básica en la Parroquia Madre María de San José del Distrito Escolar Girardot del Estado Aragua*. Trabajo de Grado de Maestría presentado a la Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Maracay. Aragua. Venezuela.
- Colmenares, G. (2021). *Juegos Didácticos Recreativos para la Enseñanza del Voleibol en Edad Escolar*. Zona educativa estado Cojedes, Coordinación de Educación física, Deporte y Recreación. Material mimeografiado.
- Díaz, J. (2000). *La Enseñanza y Aprendizaje de las Habilidades y Destrezas Motrices Básicas*. España: Editorial INDE.
- Gil, C. (2014). *Estrategias creativas para el aprendizaje del voleibol*. Trabajo de Grado de Maestría presentado a la Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Maracay. Aragua, Venezuela.
- Ministerio de Educación (1992). *Manual del Docente de Educación Física*. Caracas.
- Ministerio del Poder Popular Para la Educación (2007) Subsistema de Educación Secundaria Bolivariana: Liceos Bolivarianos: Currículo. Caraca: Autor
- Ministerio del Poder Popular Para la Educación (2007) Diseño Curricular del Sistema Educativo Bolivariano. Caraca: Autor
- Ramírez, J (2004), *Deportes de Masas*, Caracas, Venezuela Ediciones Océano.
- Rui Torres, O. (2003) *Técnicas Para el Trabajo en Grupos*. [Página web en Línea] Disponible en: [www.sld.cu/galerias/doc/sitios/desastres/tecnicasgrupales.doc](http://www.sld.cu/galerias/doc/sitios/desastres/tecnicasgrupales.doc). [Consulta 2020, agosto 30].
- Torres, F (2003), *El Voleibol, Caracas Venezuela Ediciones Grijalbo- Mondadori*.
-

Universidad Pedagógica Experimental Libertador. (2016). *Manual de Trabajo de Grado de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales*. FEDEUPEL. Caracas.

## Anexos

### Anexo 1

# EL BAILE DE BALÓN

**Desarrollo:** se organizan los participantes en parejas, espalda con espalda y un balón en el medio de los dos al sonido del silbato que dará el profesor las parejas desplazaran libremente por toda la cancha la pareja que logren mantener el balón mayor tiempo sin que se caiga será la pareja ganadora.

**Materiales:** balones de voleibol, silbato.

**Autor:** Profa. MSc. Carmen Gil Tiran (2012). Unidad de Talentos Deportivos Calabozo, estado Guárico.



## Anexo 2

# VOLEO CALIENTE EN PAREJA

**Desarrollo:** organizar al participante en pareja., con un balón cada uno, al sonido del silbato todas las parejas volean con desplazamiento libre, gana la pareja que mantenga el balón en juego más tiempo. Sin dejarlo caer.

**Materiales:** balones de voleibol, silbato.

**Autor:** Profa. MSc. Carmen Gil Tiran (2012). Unidad de Talentos Deportivos Calabozo, estado Guárico.



## Anexo 3

# VOLEO ALTO Y CON PIERNAS SEPARADAS

**Desarrollo:** se organizan los participantes en dos columnas A y B enfrentadas, las de la columna B con las piernas abiertas, al sonido del silbato empieza los de las columnas A, con el voleo de pelotas altas hacia la columna B y cada alumno de las primeras columnas (A), después del voleo tiene que pasar por el medio de las piernas de los alumnos de la columna B y colocarse detrás y el que volea de la columna(B), pasa y se coloca detrás de la columna (A), hasta pasar todos.

**Materiales:** balones, silbato.

**Autor:** Profa. MSc. Carmen Gil Tiran (2012). Unidad de Talentos Deportivos Calabozo, estado Guárico.



## Anexo 4

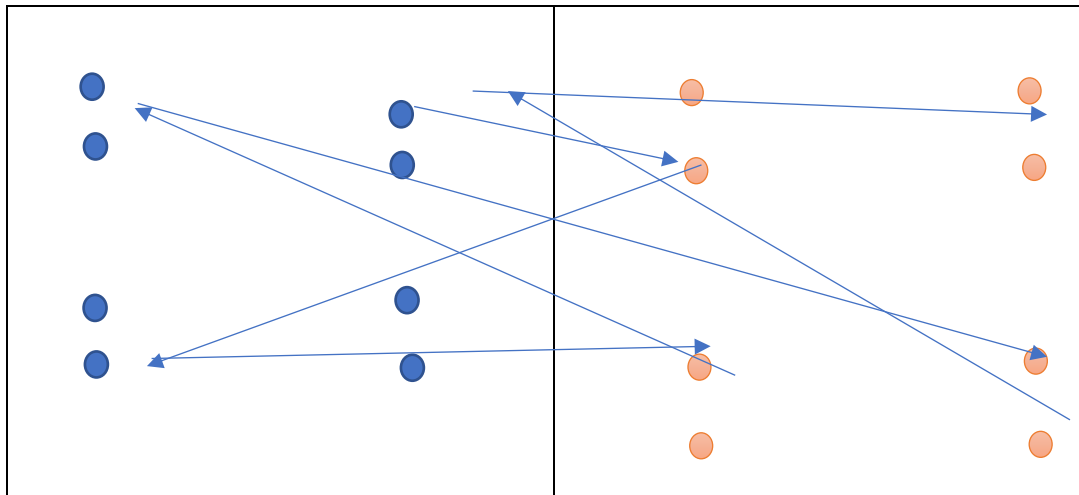
# VOLEIBOL CON BOLSAS

**Desarrollo:** se demarcará la cancha a un espacio reducido a lo habitual, a una medida de 12mts de largo por 6mts de ancho y la malla a una altura promedio dependiendo de la edad de los niños (altura máx. 2mts). Los niños(as) se distribuirán en la cancha en ambos lados en grupos de ocho (8), a su vez, se unirán en parejas formando cuatro parejas, el cual conformaran un equipo, entre parejas se colocarán de frente y sujetaran una bolsa grande por las puntas, y se ubicaran dentro del espacio de juego viendo hacia la malla. La intención de este juego es pasar la pelota por encima de la malla apoyando la pelota en la bolsa e impulsándola en pareja al campo contrario, la idea es hacer el gesto de la defensa sin dejar caer la pelota en el piso, ya que de tocar piso es punto para el contrario. Tiempo de juego: Se recomienda entre 3 – 5min o quien logre hacer 3 puntos.

**Materiales:** Balones de Voleibol, Maya, Pito, Antenas, Bolsas Plásticas.

**Autor:** Prof. Dr. Geraldo Colmenares. Zona educativa estado Cojedes.





**Nota:** la pelota puede ir en cualquier dirección, el objetivo es que la pelota toque el suelo para hacer el punto.

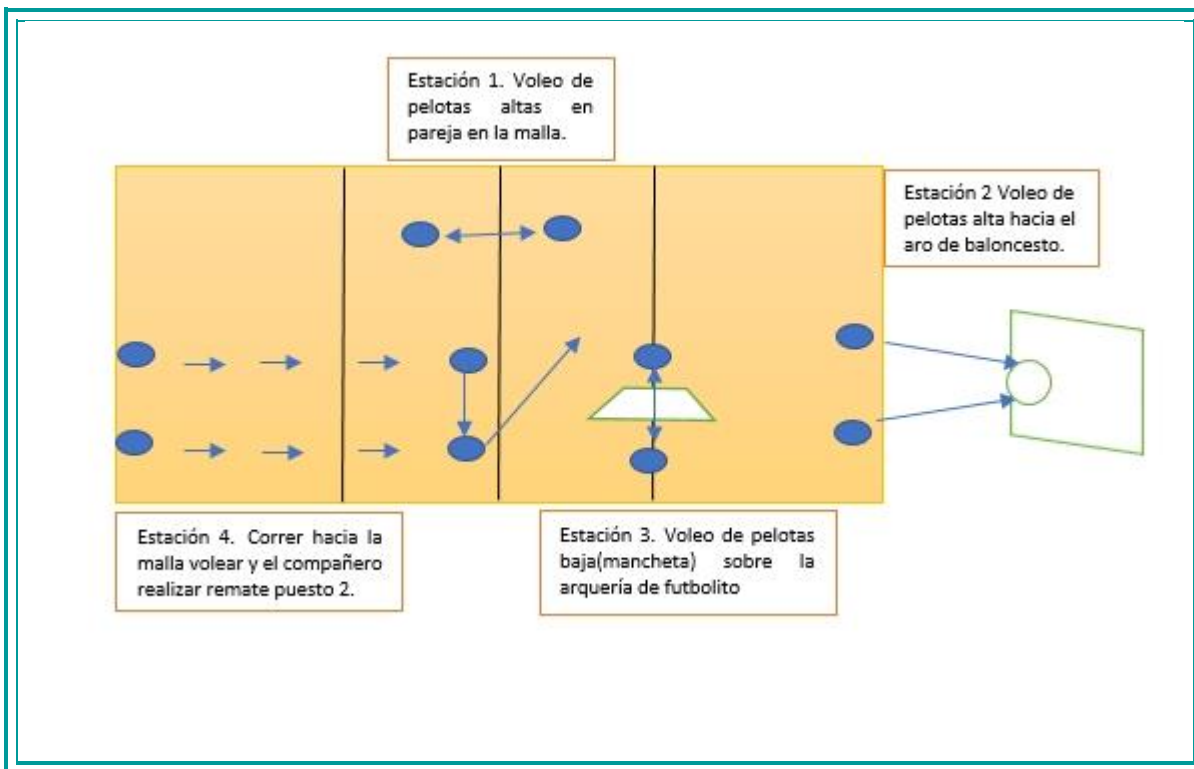
## Anexo 5

# GYMKANA DE VOLEIBOL RECREATIVO POR PAREJA

**Desarrollo:** Se organizarán en pareja, a la orden de docente saldrá la primera pareja hacia la primera estación realizarán 4 voleos de pelotas altas sobre la malla, luego irán a la segunda estación realizarán 4 voleos alto (cada participante) y tratarán de encestar la pelota, estación 3; los alumnos realizarán cuatro voleos de pelotas baja sobre la arquería de futbolito y, por último, corree hacia la malla el compañero le coloca la pelota y realizara el remate. Luego cambia y se realizara el ejercicio. Finalmente, ninguna pareja pasa a la otra estación hasta que no realice los ejercicios sugeridos.

**Materiales:** balones, silbato, arquería, tablero de baloncesto.

**Autor:** López, P. y Requena, D. (2021)



## Anexo 6

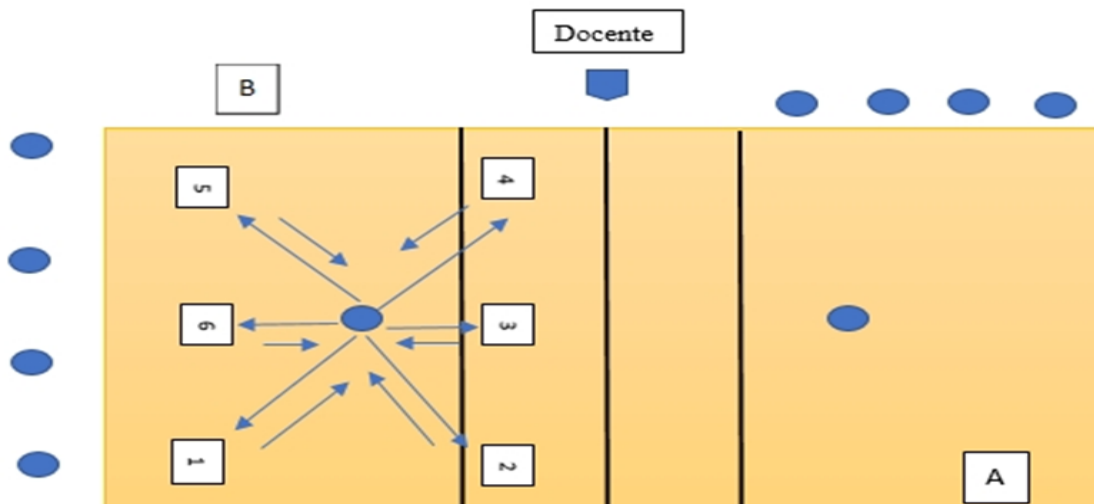
# Reconociendo la Zona de Juego Aprendo

### Desarrollo:

Este juego se realizará en la cancha tomando como referencia el espacio demarcado para jugar al voleibol, tomando la cancha con sus medidas oficiales. Se distribuirán los participantes en grupos iguales entre 6 – 8 niños(as), utilizando ambos lados de la cancha para hacer más dinámica la actividad. La intención de este juego es tratar de que el niño(a) reconozca cada puesto o número de posición dentro del espacio de juego, el mismo se realizará partiendo del centro del lado de cancha donde se ubique el niño(a), el mismo se pondrá en posición semi flexionada y debe esperar que el profesor indique el número de posición a la cual debe dirigirse y siempre debe regresar al punto de partida donde inmediatamente se indicara la otro zona a donde debe dirigirse y así sucesivamente, este juego según la estrategia del docente podrá hacerlo en parejas, tríos y cuartetos. Tiempo de juego: Tiempo y/o Repeticiones.

**Materiales:** Pelotas, Malla, Pito, Conos.

**Autor:** Prof. Dr. Geraldo Colmenares. Zona educativa estado Cojedes.



**Nota:** Esta actividad se puede hacer individual, en parejas, tríos o cuartetos según sea la dinámica de la actividad, nadie gana, la idea de este juego es el reconocimiento del área de juego y sus diferentes posiciones, se hace simultaneo en ambos lados de la cancha utilizando la metodología de la cancha B y así obtener la mayor participación de los niños(as).

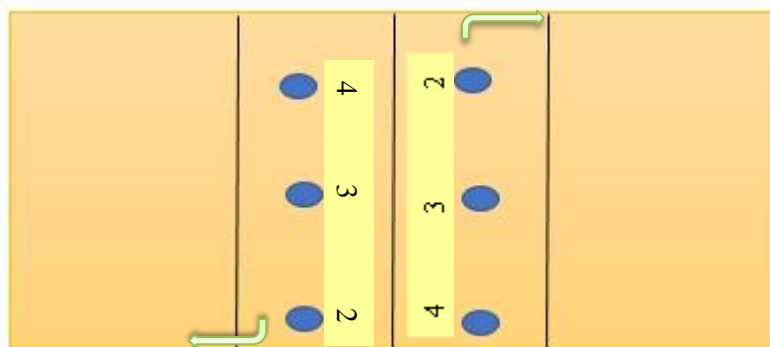
## Anexo 7

# VOLEIBOL 3x3

**Desarrollo:** Los participantes se colocarán en la zona ofensiva o ataque, en lo se denomina los puestos 4, 3 y 2. donde dos equipos se enfrentan separados por una red central, tratando de pasar el balón por encima de la red hacia el suelo del campo contrario, pero en la zona de ataque. El balón puede ser tocado o impulsado con los tres golpes básicos. Los jugadores tienen que ir rotando sus posiciones a medida que van consiguiendo puntos. Se anota punto si el balón cae fuera de la zona de ataque.

**Materiales:** balones, silbato, malla.

**Autores:** López, P. y Requena, D. (2021)



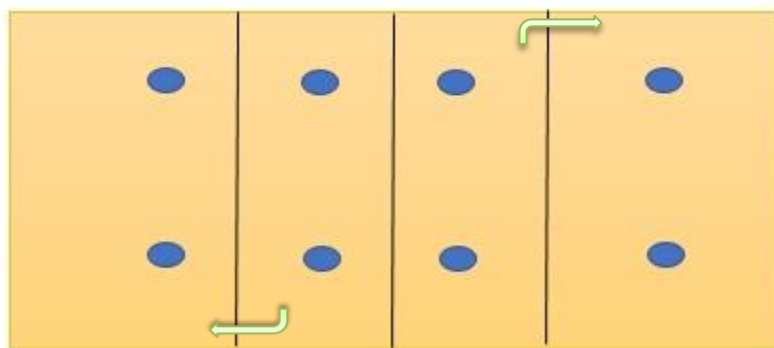
## Anexo 8

# VOLEIBOL 4x4

Los participantes se colocarán en la zona ofensiva y defensiva, los dos equipos se enfrentan separados por una red central, tratando de pasar el balón por encima de la red hacia el suelo del campo contrario. El balón puede ser tocado o impulsado con los tres golpes básicos. Los jugadores tienen que ir rotando sus posiciones a medida que van consiguiendo puntos.

**Materiales:** balones, silbato, malla.

**Autores:** López, P. y Requena, D. (2021)



## Anexo 9

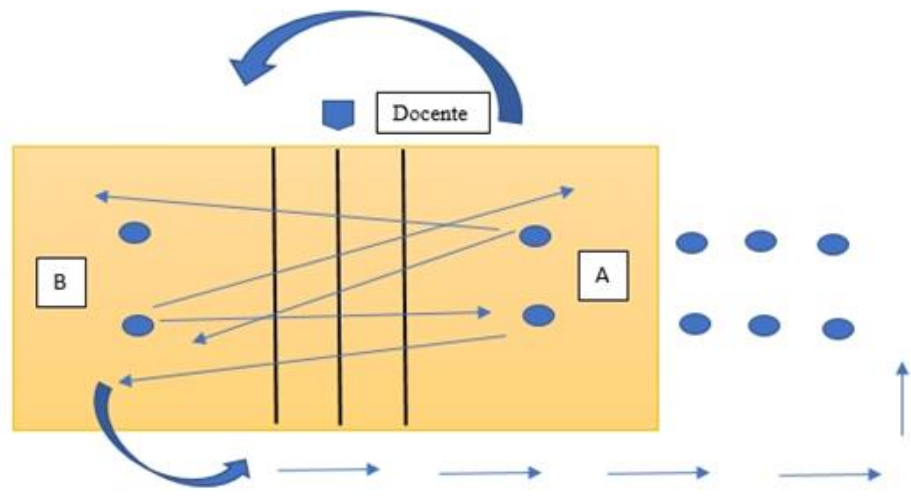
# INTERCEPTA LA PELOTA Y COLÓCALA

### Desarrollo:

Este juego se realizará en la cancha tomando como referencia el espacio demarcado para jugar al voley a una medida de 12mts de largo por 6mts de ancho, la red 2mts de altura dependiendo de la edad de los niños(as). Se distribuirán los participantes en parejas en un lado de la cancha, y solo estará una pareja del lado contrario. El juego consiste en tomar la pelota con las manos y lanzarla al lado contrario luego de escuchar el silbato tratando de que el contrario no logre agárrala para hacer el punto, sin embargo, de agarrarla el contrario la devolverá tratando de que toque el piso contrario y lograr marcar. Importante resaltar que cada vez que alguno de las parejas haga el punto o toque suelo contrario, el perdedor saldrá y entrara otra pareja. La pareja que le corresponde el saque, sus integrantes se colocarán en la zona más próxima al área de saque, el equipo contrario en las zonas delanteras. Tiempo de juego: Se recomienda entre 3 – 5min

**Materiales:** Pelotas, Malla, Pito.

**Autor:** Prof. Dr. Geraldo Colmenares. Zona educativa estado Cojedes, Coordinación de Educación física, Deporte y Recreación.



**Nota:** La pareja del lado **B** si deja que la pelota toque el piso saldrá del allí y se traslada hasta el lado **A** y hace su cola para poder tener nuevamente la oportunidad de volver a jugar, y la pareja ganadora pasa al lado contrario.



***Los autores:***

**Lic. Deisy Yamileth, Requena Rattia**

Lic. en Educación Integral de la Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales “Ezequiel Zamora” (UNELLEZ). Lic. en Educación Física para Media General. de la Universidad Nacional Experimental “Simón Rodríguez” (UNESR).

**Prof. MSc. Pablo Marín, López**

Profesor en Educación Física, egresado de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Maracay (UPEL). Magister en Enseñanza de la Educación Física UPEL Maracay. Docente investigador del Programa Nacional de Formación (PNF) en el área de Educación Física estado Aragua. Participante en los estudios de Doctorado en el marco del Programa Nacional de Formación Avanzado en Educación Física (PNFA) de la Universidad del Magisterio (UNEM). Profesor adscripto al Ministerio del Popular para la Educación. Ponente en eventos Nacionales e Internacionales. Investigador de la Línea de Investigación: Recreación y Tiempo Libre en el Ámbito Educativo Comunal de la Upel Maracay Venezuela.



Revista Actividad Física y Ciencias

Año 2022, vol. 14, N°1

## CARACTERIZACIÓN DEL PERFIL DE SALUD FÍSICA DE ESCOLARES DE LA PARROQUIA CARICUAO, CARACAS

### CHARACTERIZATION OF THE PHYSICAL HEALTH PROFILE OF SCHOOLCHILDREN FROM THE CARICUAO PARISH, CARACAS

Lic. Dr. Carlos José, Noguera Carrillo

[carlenog@gmail.com](mailto:carlenog@gmail.com)

<http://orcid.org:0000-0002-7447-1775>

Prof. Espc. Pedro Felipe, Gamardo Hernández

[pgamardo@hotmail.com](mailto:pgamardo@hotmail.com)

<http://orcid.org:0000-0001-5298-7239>

**Recibido:** 10-10-2021

**Aceptado:** 28-12-2021

#### Resumen

Al conocerse los hábitos de actividad física y su relación con factores sociodemográficos que atentan contra la salud física del escolar se avanzaría en propuestas de actividades físicas orientadas a la promoción de hábitos saludables. El objetivo del estudio fue caracterizar el perfil de salud física de escolares residentes de Caricuao, municipio Libertador, en Caracas durante el año escolar 2018-2019. La muestra estuvo conformada por 42 niñas y 46 niños, entre 10 y 12 años de edad a los que se aplicó el cuestionario The Young Active Profile YAP, prueba antropométrica y una prueba física de resistencia. El tratamiento de datos incluyó análisis descriptivo, análisis factorial exploratorio y conglomerados mediante paquetes estadísticos SPAD v56 e IBM SPSS STATISTICS v22. Los resultados indicaron la conformación de cinco factores y cuatro clases las cuales sirvieron para la construcción de la tipología del grupo. Se concluye que el factor principal fue la preferencia por las actividades físicas realizadas en el ambiente familiar.

**Palabras clave:** hábitos de actividad física, escolares, salud física, cuestionario

#### Abstract

Knowing the habits of physical activity and its relationship with sociodemographic factors that threaten the physical health of schoolchildren, it would be possible to advance in proposals for physical activities aimed at promoting healthy habits. The aim of the study was to characterize the physical health profile of schoolchildren living in the Caricuao, Libertador municipality, in Caracas during the 2018-2019 school year. The sample consisted of 42 girls and 46 boys, between 10 and

12 years old, to whom The Young Active Profile YAP questionnaire, an anthropometric test and a physical resistance test were applied. Data treatment included descriptive analysis, exploratory factor analysis, and clusters using SPAD v56 and IBM SPSS STATISTICS v22 statistical packages. The results indicated the conformation of five factors and four classes which served for the construction of the group typology. It is concluded that the main factor was the preference for physical activities carried out in the family environment.

**Keywords:** physical activity habits, schoolchildren, physical health, questionnaire

## Introducción

La expresión salud física deriva de lo que la Organización Mundial de la Salud denomina salud integral, también es considerada como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solo la ausencia de enfermedades. A su vez, la salud física se refiere al buen funcionamiento de los órganos y sistemas del organismo y está en correspondencia con el estilo de vida. La práctica regular de actividad física se considera un factor que puede resultar favorable para la salud integral y forma parte del patrón que conforma el estilo de vida individual, (Universidad Internacional de Valencia, 2017).

La práctica de actividad física, en el ámbito escolar, debe estar dirigida a preservar la salud, por tanto, el rol que juega la escuela y la educación física serán determinantes en su alcance. Ambas figuras institucionales tienen incidencia en la disminución del riesgo que representa el sedentarismo y en la promoción de hábitos saludables; la planificación de la clase de educación física no solo consiste en organizar las actividades para el esparcimiento, también debe tener presente la calidad de los medios utilizados en términos de frecuencia, duración, volumen e intensidad.

Actualmente, la condición sedentaria ha ido en aumento, provocada por disminución de la práctica de actividad física, esta realidad afecta la salud presente y futura principalmente de la población infantil. Al conocerse los hábitos de actividad física y su relación con otros factores sociodemográficos se avanzaría en la propuesta de programas que puedan revertir esta condición. La tendencia de la población al sobrepeso y la obesidad se ha incrementado de forma alarmante a nivel mundial en las últimas décadas convirtiéndose en un problema serio de salud pública. La complicación más relevante, en los casos de obesidad infantil, es la persistencia de la obesidad en la edad adulta con los consecuentes problemas que acarrea. La rapidez del incremento de su prevalencia parece estar más bien en relación con cambios en el estilo de vida, que conlleva a un deterioro de los hábitos saludables que involucra los alimentarios, la práctica de actividad física, ocio y sueño.

Para Aranceta Bartrina & Pérez Rodrigo (2016), la obesidad es un problema importante de salud pública relacionada con complicaciones físicas, psíquicas y sociales; es muy frecuente en población de menor nivel educativo y socioeconómico. El estilo de vida puede alterarse por la práctica de hábitos poco saludables entre ellos destaca el mayor consumo de alimentos procesados, de alta

densidad calórica, bajo consumos de fruta y verduras; así como insuficiente práctica de actividad física y por el mantenimiento de conductas sedentarias.

La preocupación por la salud de la población adolescente es materia que involucra a instituciones como la Organización Mundial de la Salud (OMS). Aun cuando afirma que la población entre 10 a 19 años de edad se considera un grupo saludable, también reconoce que muchos mueren de forma prematura debido a accidentes, suicidios, violencia, complicaciones relacionadas con el embarazo y enfermedades prevenibles. Considera que las enfermedades graves, de la edad adulta, se inician en la etapa adolescente. Por ejemplo, el consumo de tabaco, las infecciones de transmisión sexual, los malos hábitos alimentarios y de ejercicio, son causas de enfermedad o muerte precoz en fases posteriores de la vida, (Organización Mundial de la Salud, 2020).

De acuerdo con el proyecto que la OMS (2017) ha denominado Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud se ha divulgado una serie de directrices enfocadas en combatir la inactividad física y la vida sedentaria. Los datos que presenta confirman al menos que 60 por ciento de la población mundial no realiza la actividad física suficiente para obtener los beneficios esperados. Las causas reportadas son la insuficiente participación en la actividad física en tiempo de ocio, movilidad física disminuida en entorno laboral y doméstico, así como uso de los medios de transporte "pasivos" resulta otro inconveniente.

Otros autores han orientado su interés en indicadores socio-sanitario y económico que expliquen estos hábitos de vida, en este sentido, Martínez Álvarez et al., (2017), realizaron un estudio para conocer las horas que dedicaban al ocio un grupo de 83 escolares sedentarios, de ambos sexos, entre 6 y 10 años de edad, así como a las actividades deportivas extraescolares y su relación con el sobrepeso y la obesidad. El 41 por ciento de las niñas declaró que participaba en actividades deportivas extraescolares; 87,5 por ciento de los sujetos obesos mostró un nivel de actividad física malo. El estudio concluyó que la obesidad infantil se asocia con el nivel deficiente de actividad física, también encontraron que los sujetos obesos dedican más tiempo a ver televisión o jugar videojuegos y participan menos de las actividades deportivas.

En el ámbito escolar, en el que esta población desarrolla gran parte de sus actividades cotidianas, Burrows et al., (2008), encontraron que el tiempo mínimo de actividad física semanal de intensidad moderada a vigorosa estuvo por debajo del recomendado que se ubica en 3,5 horas, y que son las niñas quienes muestran menos de 2 horas de práctica. Los autores afirman que dormir, considerado como estado de reposo de bajo coste energético, y mirar televisión son los factores determinantes en la aceleración del sobrepeso infantil.

Mientras la caracterización del perfil físico de niños y adolescentes contribuya al establecimiento del nivel basal individual, esto se refiere al funcionamiento orgánico en reposo, éste puede interpretarse como indicador de la salud. De estos hallazgos han surgido las recomendaciones dirigidas a mejorar la condición saludable de esta población, con el fin de

extender la protección de las enfermedades cardiovasculares que aparecen en la edad adulta (Aguilar et al., 2011).

En cuanto a la población escolar de la ciudad de Caracas se observa que la misma desarrolla sus actividades cotidianas en espacios claramente diferenciados. Estos se corresponden con el entorno urbanizado, que dispone de las condiciones mínimas para el esparcimiento deportivo-recreativo, de servicio de transporte público, vías de comunicación que facilita el traslado y la movilidad de las personas desde sus hogares a diferentes destinos como trabajos y escuelas. Por otro lado, el entorno de la periferia de la ciudad denominada barriada que se caracteriza por déficit de estos servicios básicos, sin embargo, cuentan con edificaciones escolares en las que se desarrolla gran parte de las actividades que realizan la población infantil. La dificultad que representa para esta parte de la población disfrutar de las condiciones mínimas de salud se expresa en los hábitos saludables que perciben en el hogar y en la escuela.

Esta realidad se observa en la población infantil inscrita para cursar en el año escolar 2018-2019. Teniendo en cuenta los hábitos de actividad física que esta población presenta será necesario describirlos para determinar su perfil de salud física, si se perciben como individuos sedentarios, cuáles factores tienen mayor incidencia, que tan semejantes son los individuos que conforman el grupo y cuáles son las características básicas de su constitución.

Por lo descrito anteriormente se propone como objetivo general caracterizar el perfil de salud física de un grupo de escolares de ambos sexos, entre los 10 y 12 años de edad, de la parroquia Caricuao, que asistieron regularmente a clase de educación física durante el año escolar 2018-2019.

## **Materiales y Métodos**

Es un estudio descriptivo, con diseño no probabilístico y a conveniencia, (Hernández Sampieri, Fernández Collado, y Batista Lucio, 2010) en el que se caracterizó el perfil de salud física de un grupo escolares a partir de las actividades físicas que realizan en contextos familiar, escolar y por los hábitos considerados sedentarios.

### **Participantes**

Un total de 88 sujetos quienes cumplieron los criterios de inclusión: 1. No presentar inconveniente de salud. Esta información fue suministrada por padres y/o representante y se registró en la ficha de inscripción con el resto de datos sociodemográficos de cada alumno. 2. Tener entre 10 y 12 años de edad. 3. Contar con la autorización escrita de sus padres o representantes y 4. Cumplir con asistencia regular a clases de educación física.

### **Instrumento de Recolección de los Datos**

*Cuestionario:* “The Youth Activity Profile” (YAP) es un cuestionario de 15 reactivos que se muestra en el anexo A, fue validado (Saint-Maurice y Welk, (2015) en 291 escolares de cuarto a

decimo grado quienes portaron un acelerómetro de brazo y completaron el cuestionario YAP. La correlación fue moderada [ $r = .58$ ,  $p < .001$ ] entre la actividad medida con acelerómetro y el YAP. Se recomienda utilizarlo en la estimación de la actividad a nivel de grupo en contextos escolares y extraescolares y como parte de evaluaciones coordinadas de la clase de educación física.

La finalidad del cuestionario fue valorar la percepción de la actividad física, considerando tres dimensiones: 1. *Actividad física que se realiza en la escuela*: transporte hacia y desde la escuela, así como la actividad durante la clase de educación física, la merienda y el recreo, 2. *Actividad física realizada en casa* actividad antes o después de la escuela, la actividad durante la noche y la actividad realizada los fines de semana y 3. *Hábitos sedentarios*, tomando en cuenta el tiempo dedicado a ver la televisión, jugar videojuegos, el uso de la computadora, teléfono celular, incluyen una valoración personal general del tiempo en condición sedentaria. Contiene opciones de respuestas con alternativas que se incrementan desde 1 hasta cinco, con niveles intermedios. Niveles bajos indican ninguna presencia, niveles altos indican presencia marcada de los aspectos a evaluar.

*Prueba antropométrica*: Basada en la estatura y la masa corporal suministran información sobre la normalidad del crecimiento, (López de Blanco, Izaguirre de Espinoza & Macías de Tomei). Con ambas variables se obtiene el grado de robustez conocido como índice de masa corporal.

Los indicadores antropométricos descritos para caracterizar la muestra de estudio son los utilizados en la evaluación de la normalidad del crecimiento, la maduración y el estado nutricional individual, (López, Izaguirre & Macías, 2013). En este estudio se presentaron de manera referencial para una mayor comprensión de los resultados.

*Prueba de capacidad física*: Para determinar la aptitud aeróbica en niños y adolescentes (Léger et al 1988) entre 8 y 19 años en ámbitos educativos.

La finalidad de utilizar el cuestionario denominado YAP es conocer los rasgos que muestra un grupo de escolares según su patrón de actividad física dentro y fuera de la escuela, así como su percepción de sedentarismo. Esta aproximación a la salud física no tiene como objetivo el rendimiento deportivo. La clase de educación física es el escenario ideal para tratar los aspectos relevantes de la salud. Una de las herramientas disponibles para que profesor de educación física oriente la práctica sistematizada de actividades y que redunde sobre la salud es la evaluación física mediante pruebas de campo. La información obtenida servirá para conocer los rasgos físicos que definen a cada individuo y a su vez describe los cambios funcionales influenciados por el desarrollo orgánico y por actividad física.

## Procedimiento

Se constató que cada sujeto estuviera formalmente inscrito en la institución educativa. Se informó al cuerpo directivo sobre el objetivo del proyecto y se solicitó autorización escrita a los padres. Aprobada la participación de cada sujeto se inició la recolección de los datos en el horario



correspondiente a la clase de educación física de cada grupo. Todos sujetos participantes fueron informados e instruidos sobre lo que se esperaba hicieran en cada prueba.

En primera instancia se aplicó el cuestionario YAP, mediante modalidad de entrevista personal, previa revisión, traducción al castellano por experto y evaluación final de la redacción de la versión definitiva. Para completar la información del cuestionario se habilitó un espacio con un computador que contenía la versión digital (Gráfico 1).

En la sesión de clase siguiente se iniciaron las mediciones antropométricas, en un aula acondicionada para tal fin, fue realizada por antropometrista nivel I ISAK, siguiendo el procedimiento de Stewart et al (2011). La masa corporal, expresada en kilogramos, se midió con una balanza digital Tanita modelo HD-333, con error de 100 gramos.

La estatura de pie se cuantificó con un estadiómetro de pared con margen de error de 0,2 centímetros, su valor se expresó en metros. El índice de masa corporal (IMC) se calculó con la ecuación:  $imc = \text{masa corporal (Kg)} / \text{talla (m}^2\text{)}$ .



**Ilustración 1. Estación habilitada para completar el cuestionario en formato electrónico.**

La prueba física fue aplicada una semana después de la medición antropométrica. A los sujetos se les permitió un tiempo de familiarización con el ajuste de la señal y la velocidad del paso de carrera (Gráfico 2). La velocidad de cada estadio se determinó con una señal sonora grabada y ampliada mediante un altavoz, La prueba inició a 8,5 kilómetros por hora, con aumentos sucesivos de 0,5 kilómetros cada minuto, hasta que el sujeto decide detenerse o no completar el recorrido en 2 señales continuas. El registro final se expresó en minutos.



**Ilustración 2. Recorrido de los sujetos durante la prueba física general.**

*Estrategia de análisis.* Se creó una base de datos en formato Microsoft Excel, Microsoft Office 2010, con las variables: Edad (años), sexo, peso corporal (kg), estatura (m), índice de masa corporal ( $\text{kg}\cdot\text{m}^2$ ); puntajes obtenidos del cuestionario y tiempo total de la prueba de aptitud física expresada en minutos (ver Cuadro 1). El procesamiento de los datos se realizó mediante paquete Spad v5.6. (CISIA, 2003) e IBM SPSS STATISTICS v22. Para el análisis de los datos se utilizaron técnicas descriptivas, factoriales de componentes principales y clasificación automática clúster jerárquico.

**Cuadro 1.**  
**Características del grupo**

Variables	Edad	n	Femenino			Masculino			
			$\bar{X}$	$\pm$	de	n	$\bar{X}$	$\pm$	de
Masa corporal (kg)	10	20	29,71	$\pm$	5,39	20	31,16	$\pm$	5,47
	11	19	31,36	$\pm$	4,35	18	29,58	$\pm$	3,65
	12	3	35,47	$\pm$	1,68	8	31,75	$\pm$	2,56
Talla (m)	10	20	1,34	$\pm$	0,07	20	1,37	$\pm$	0,05
	11	19	1,39	$\pm$	0,05	18	1,38	$\pm$	0,05
	12	3	1,42	$\pm$	0,04	8	1,39	$\pm$	0,04
Índice de masa corporal ( $\text{kgm}^2$ )	10	20	16,36	$\pm$	1,58	20	16,56	$\pm$	2,78
	11	19	16,2	$\pm$	1,54	18	15,41	$\pm$	1,29
	12	3	17,67	$\pm$	0,13	8	16,32	$\pm$	1,05
Tiempo empleado en la prueba (minutos)	10	20	1,83	$\pm$	0,56	20	2,16	$\pm$	0,82
	11	19	1,74	$\pm$	0,62	18	2,61	$\pm$	1,05
	12	3	2,31	$\pm$	0,07	8	3,18	$\pm$	1,09
$\bar{x}$ = valor de la media; de= desviación estándar									

*Nota. Cuadros elaborados por los autores.*

## Resultados

La confiabilidad del cuestionario arrojó un coeficiente de consistencia interna de 0,613 (Alfa de Cronbach) Con el valor estimado está en correspondencia con los afirmados por Gliem, J. A., & Gliem, R. R. (2003) quienes sostienen que en la interpretación del alfa de Cronbach no hay límite inferior para el coeficiente. Previo a la ejecución del Análisis Factorial Exploratorio (AFE), se estimó la medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin, que arrojó un valor alto (KMO = 0,566) y se aplicó la prueba de esfericidad de Bartlett, que resultó significativa ( $X^2= 203,86$ ,  $p<0,001$ ). Posteriormente, el AFE produjo una estructura de cinco factores, 12 ítems, que explicaron el 66,49 por ciento de la varianza total (ver Cuadro 2). El factor que explica la mayor asociación entre los diferentes aspectos del perfil de salud física es el primero. Al evidenciar un grado de correlación, se realizó el análisis factorial. La aplicación de la técnica de clasificación se realiza a través de dos fases: *Creación de los grupos*, mediante el árbol de clasificación mediante la clasificación jerárquica y la *partición y descripción del árbol de clasificación*.

### Cuadro 2.

#### Valores propios y varianza explicada

Número	Autovalores	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1	2,5408	21,17	21,17
2	1,9833	16,53	37,70
3	1,3146	10,95	48,66
4	1,0992	9,16	57,82
5	1,0416	8,68	66,50

*Nota. Cuadros elaborados por los autores.*

Se pone de manifiesto que los grupos estudiados participan de una mayor variedad de actividades dentro de la escuela, considerando los espacios que brindan la clase de educación física y el periodo recreativo o de merienda.

En cuanto a la intercorrelación entre las variables arrojó valores de correlación positiva en su mayoría. Así mismo el grupo masculino es quien más los aprovecha, que el grupo femenino participa en menor medida, ambos grupos se inclinan por realizar actividades físicas antes de entrar a la escuela y sus hábitos sedentarios se reflejan en el tiempo que pasan mirando la televisión. En consecuencia, el grupo masculino obtuvo mayor rendimiento en la prueba de resistencia lo que refleja que su patrón de actividad física es mayor (Cuadro 3).

**Cuadro 3.**  
**Coordenadas en el espacio vectorial de las variables activas e ilustrativas y los factores**

Número del ítem	VARIABLES	Cargas					Correlación variable-factor				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
IDEN	Enunciado corto										
1	1.1 ¿Cuál medio útil	0,12	-0,8	0,47	0	-0,09	0,12	-0,8	0,47	0	-0,09
2	2. Durante la clase	0,25	-0,2	-0,64	-0,35	0,17	0,25	-0,2	-0,64	-0,35	0,17
3	3. Durante el recreo	0,51	-0,1	0	-0,24	-0,59	0,51	-0,1	0,0	-0,24	-0,59
4	4. Luego de la merienda, ¿Con	0,23	-0,48	0,04	-0,15	-0,10	0,23	-0,48	0,04	-0,15	-0,10
5	5.1 ¿Cuál medio útil	0,02	-0,8	0,32	-0,02	0,13	0,02	-0,8	0,32	-0,02	0,13
6	6. ¿Cuántos días antes	0,67	0,26	0,12	-0,06	0,31	0,67	0,26	0,12	-0,06	0,31
7	7. ¿Cuántos días después	0,73	0,02	0,11	-0,07	0,05	0,73	0,02	0,11	-0,07	0,05
8	8. ¿Cuántas noches e	0,58	0,31	0,25	0,23	0,4	0,58	0,31	0,25	0,23	0,4
9	9. ¿Qué tanta actividad	0,63	-0,1	-0,17	-0,2	0,02	0,63	-0,1	-0,17	-0,2	0,02
10	10. ¿Cuánta actividad	0,6	-0,3	-0,15	0,31	0,01	0,6	-0,3	-0,15	0,31	0,01
12	12. ¿Cuánto tiempo p	0,08	-0,4	-0,61	0,12	-0,06	0,08	-0,4	-0,61	0,12	-0,06
13	13. ¿Cuánto tiempo p	0,06	-0,1	-0,24	0,82	-0,06	0,06	-0,1	-0,24	0,82	-0,06
15	15. ¿Cuál de estos h	0,36	0,36	0,13	0,14	-0,61	0,36	0,36	0,13	0,14	-0,61

Variables suplementarias		Cargas					Correlación variable-factor				
IDEN	Enunciado corto	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
EDAD	Edad	0,03	0,04	-0,15	0,11	0,05	0,03	0,04	-0,15	0,11	0,05
MCOR	Masa corporal	0,05	0,1	-0,15	-0,11	-0,04	0,05	0,1	-0,15	-0,11	-0,04
TALL	Talla	0,02	0,03	-0,14	-0,05	0,03	0,02	0,03	-0,14	-0,05	0,03
IMC	Índice masa corporal	0,06	0,11	-0,09	-0,12	-0,08	0,06	0,11	-0,09	-0,12	-0,08
TPRU	Tiempo de prueba	-0,11	0,09	-0,07	0,05	-0,06	-0,11	0,09	-0,07	0,05	-0,06

Nota. Cuadros elaborados por los autores.

### Los factores que se estructuraron

La correspondencia entre perfil de salud física y hábitos motrices quedan en evidencia al momento en que un individuo responde a exigencias orgánicas que se encuentran sobre el nivel bajo de funcionalidad. Participar con mayor frecuencia en acciones físicas vigorosas condiciona progresivamente al individuo a sostenerla por más tiempo que aquellas personas que solo se restringen a las actividades de movilidad cotidianas como *caminar para desplazarse* a centros de estudios, por ejemplo. Sin embargo, no es suficiente mantenerse caminando si la intensidad con la que se realiza no alcanza un nivel mínimo de gasto energético que la haga beneficiosa para la salud.

Una persona común puede orientarse en cuanto a la exigencia requerida tomando en cuenta el tiempo que emplea en cubrir la distancia que realiza a diario.

Cuando el tiempo empleado es menor implica que la movilidad fue más intensa y con solo este ligero cambio puede estar cubriendo una de las recomendaciones que hace la OMS (2017) en cuanto a la condición de ser una actividad que se enmarca entre moderada a vigorosa. De la misma manera, debe tenerse presente que la frecuencia, debe alcanzar 3 veces a la semana como mínimo. Así mismo, la participación en actividades físicas variadas debe garantizarse en los espacios educativos y en el ambiente familiar, la sola participación en clases de educación física y en los juegos recreativos no son suficientes para estimular la mejora del perfil físico de salud.

*Factor 1. Actividad física doméstica.* Los aspectos que más contribuyeron a la formación del primer factor fueron los relacionados con las actividades físicas que realizan los encuestados en el contexto familiar. En lo correspondiente a la actividad física que realizan en el ámbito escolar la mayor contribución fue de la variable *Durante el recreo, ¿Con qué frecuencia participas en actividades como: ¿caminas, corres o juegas?* (0,51).

*Factor 2. Preferentemente activos.* La relación inversa entre este grupo de variables del factor destaca la condición del grupo por mantenerse *preferentemente activos*, ya que, por una parte, mientras la realización de actividad física se mantiene alta en preferencia resultan bajas las conductas sedentarias.

*Factor 3. Preferencia por video juegos.* Factor en el que destaca la preferencia por el uso de los videos juegos. Son aquellos sujetos que muestran *preferencia por pasar tiempo con videojuegos*, además de manifestar baja frecuencia para trasladarse *caminando a la escuela*.

*Factor 4. Producción intelectual.* Lo conforma aquellos sujetos que prefieren el uso del computador para la realización de tareas de investigación y otras consultas, estos sujetos se caracterizan por beneficiarse poco de las actividades propuestas en las clases de educación física y el recreo.

*Factor 5. Autopercepción sobre hábitos de actividad.* Las variables que contribuyen a la estructura del factor 5 lo especifican las *prácticas generales que describen hábitos sedentarios en casa durante la semana pasada* (-0,61), *la frecuencia de participación en actividades como: caminar, correr o jugar durante el recreo* (-0,59). La variable 15 del cuestionario es la que define la autopercepción individual respecto a la condición de sedentarismo. El factor muestra a los individuos con percepción de hábitos sedentarios altos en contraposición de aquellos se consideran muy activos.

### **Análisis descriptivo de grupo formado**

La aplicación de la técnica de clasificación se realiza en dos fases: *Creación de los grupos* en un árbol de clasificación mediante la clasificación jerárquica y la *partición y descripción del árbol de clasificación*. Con esta última fase se obtiene información respecto a las diferentes clases formadas, tales como: participación del individuo -que forma el grupo- con respecto al grupo y con

respecto al total general, los valores test de cada clase, los individuos que forman cada clase, y los llamados *saltos de inercia interna* que se producen a partir de la creación de las clases.

### **Clasificación en clases de los sujetos acuerdo con las diferencias encontradas**

En esta segunda fase se hizo la partición del árbol que permite ver las características de los grupos en función de las variables. La clasificación de los sujetos se reduce a 4 grupos. Cada descripción de clase definió el perfil que caracteriza el nivel de salud física.

El grupo 1, se caracterizó por mostrar mayor participación en las actividades físicas que involucra la dimensión escolar y familiar. Su medio de transporte para ir o venir de la escuela es caminar. Ocupan los fines de semana con actividades físicas, las actividades que realizan lo hacen antes y después de la escuela y en horario nocturno. Se considera un grupo *poco activo* el tamaño del grupo fue femenino (10 años n7; 11n7; 12n1) masculino (10 años n7; 11n6; 12n3).

El grupo 2, muestra que sus prácticas reducidas de actividades físicas se limitan a las que realizan en clases de educación física y caminar para ir a la escuela y regresar a casa. Se muestra como un grupo *algo activo*. El tamaño de los grupos edad y sexo femenino (10 años n6; 11n6; 12n1), masculino (10 años n6; 11n6; 12n3).

Los sujetos del grupo 3 tuvo una distribución de acuerdo con la edad y el sexo femenino (10 años n3; 11n3), masculino (10 años n3; 11n3; 12n1). Prefieren las actividades físicas en el entorno familiar, en horario nocturno, antes y después de la escuela, como la que se realiza los fines de semana. Aunque muestran interés por los videos juegos se considera un grupo muy *activo*.

El grupo 4, muestra que la actividad principal en la que participa es la clase de educación física. Camina para ir y retornar de la escuela, en muy pocas ocasiones realiza otras actividades físicas después de la escuela. Su interés por los videos juegos y su reconocimiento de mostrar hábitos sedentarios lo caracterizan como *activo*. Fue constituido por subgrupo femenino (10 años n3; 11n3), masculino (10 años n3; 11n3; 12n1).

### **Descripción de los grupos según sexo y edad**

El grupo masculino resultó más activo que el grupo femenino. Se encontró que participan con mayor frecuencia promedio en las actividades propuestas en las clases de educación física ( $4,0435 \pm 1,11 / 3,5476 \pm 1,29$ ;  $p < 0,0299$ ); se desplazan caminando mayor número de días a la semana para regresar a casa después de la escuela ( $3,69 \pm 1,79 / 3,23 \pm 1,97$ ;  $p < 0,023$ ); realizan más actividades físicas antes de entrar a la escuela ( $3,02 \pm / 2,33 \pm p < 0,013$ ); después de la escuela ( $3,06 \pm / 1,88 \pm 1,34 p < 0,01$ ); también realizan más actividades entre las 6:00 y 10:00 pm ( $2,5 \pm 1,72 / 1,85 \pm 1,50 p < 0,014$ ). El grupo femenino concentra sus actividades físicas los días domingos ( $3,28 \pm 1,72 / 3,00 \pm 1,88 p < 0,034$ ).

Con respecto a la edad no se encontró diferencias significativas, sin embargo, la tendencia muestra que son los sujetos 10 años de ambos sexos se muestran más activos, este comportamiento fue variando a mayor edad, hacia los 12 años el interés por participar en la actividad física fue



menor en el recreo y la que realizan los días domingos, mientras emplean mayor tiempo en promedio con los videojuegos y utilizando el teléfono.

Es posible que los hábitos observados en la muestra respondan a un patrón generalizado en gustos, comportamientos, preferencias y de actividad física, que además sea condicionados por el estatus socioeconómico, familiar, el entorno social y demográfico, es por ello que el docente especialista en Educación Física puede aprovechar esta situación para promover la salud empleando como medio principal la actividad física.

## Discusión

Este estudio pretendió dar a conocer las características del perfil de salud física de un grupo de escolares y a su vez clasificarlos según la calidad y cantidad de actividad física que realizan. A tal fin, completaron un cuestionario de tres dimensiones *familiar*, *escolar* y de *hábitos sedentarios*. El estado de salud significa funcionar eficientemente a través del movimiento. Se logra mediante la práctica regular de actividad física, a través de ella se mantienen en niveles óptimos los denominados indicadores de salud como lo son la masa corporal baja, así como el incremento de la fuerza muscular, de la flexibilidad articular y de la resistencia.

Por otro lado, la forma tradicional de evaluar la salud física en personas de cualquier edad y no deportista se inicia con una primera impresión generada por la autopercepción que el propio sujeto le brinda al evaluador. Básicamente, se utilizan cuestionarios, sin embargo se ha debatido su uso, ya que, se asegura que la actividad física auto informada generalmente se sobreestima- (Fairclough et al., 2019). Un ejemplo de cuestionario muy utilizado lo representa el *Par Q*, se trata de un inventario de preguntas sobre el estado actual de salud y tiene como objetivo identificar aquellos individuos que necesitan autorización médica para participar en pruebas físicas (Heyward, 2008), en tanto, que las pruebas físicas son utilizadas para la medición y evaluación objetiva de una determinada función humana, (Terreros, Navas, Gomez-Carramiñana, & Aragonés, 2003). En todo caso, resultan instrumentos diferentes, pero de la información suministrada se complementa la interpretación del perfil de salud física.

En el ámbito infantil se han empleado cuestionarios y escalas con diferentes propósitos. Latorre Román & Pantoja Vallejo, (2012) diseñaron y validaron una escala de percepción del riesgo en actividades físico-deportivas en escolares (637 niños de 8 a 10 años de edad) de 8 centros públicos de Jaén. Con la escala se puso de manifiesto que los criterios tomados como referencia reflejaron: a) La representatividad de condiciones de riesgo para niños de 8 a 14 años, objetivo para el que fueron considerados ítems que mostraron distintos lugares y situaciones de juego con diferentes grados de peligro, lo que confirió al instrumento validez ecológica. b) El grado de utilidad de la escala en la educación física escolar, la conexión con sus objetivos y la facilidad de aplicación mediante imágenes y en la interpretación de las puntuaciones obtenidas. También se logró identificar aquellos sujetos propensos a mostrar comportamientos imprudentes con base en una inadecuada percepción del riesgo. Concluyeron los autores que la escala de percepción del riesgo

desarrollada puede satisfacer el objetivo inicial de construir un instrumento capaz de medir, en los propios contextos, el aprendizaje escolar. Como puede observarse en el campo de la educación física resulta de mucha utilidad el empleo de cuestionarios que permiten obtener información sobre las actitudes que los alumnos tienen sobre la práctica de actividad física en diferentes condiciones.

Por otro lado, en población escolar se ha reconocido la utilidad del cuestionario YAP con estudios a gran escala, centrados en caracterizar los niveles de actividad física y las conductas sedentarias en sujetos de 12 a 17 años de edad. Su uso se acompañó de monitores GT3X+ActiGraph para la captura, selección y análisis de datos. Se logró determinar que la varianza de las actividades realizadas fue: 15 por ciento para la que se realiza dentro de la escuela; 16 por ciento fuera de la escuela; y 12 por ciento implicó lo que se realiza el fin de semana, (Saint-Maurice et al., 2017). En lo que respecta a la calibración del cuestionario el pronóstico la ubicó en valores del 10 al 20 por ciento en comparación con los obtenidos por el GT3X+ActiGraph.

Autores como Fairclough et al., (2019) confirmaron que las estimaciones generadas por el YAP resultaron sólidas a nivel escolar. A tal fin, emplearon un dispositivo electrónico (SenseWear Armband Mini- SWA), para registrar los movimientos corporales en todo momento. Los registros obtenidos permitieron reconocer el potencial para monitorear el cumplimiento de las pautas de actividad física. También se encontró que los valores pronosticados son equivalentes entre el 15 y 20 por ciento, respecto a las valoraciones del dispositivo SWA. Para el seguimiento de las actividades semanales ( $60 \text{ min}\cdot\text{día}^{-1}$  y  $30 \text{ min}\cdot\text{día}^{-1}$  escolar<sup>1</sup>) la sensibilidad fue del 91 al 37 por ciento de sensibilidad, mientras que la especificidad fue del 89 al 57 por ciento, con intensidades fijadas desde moderada a vigorosa. En cuanto a la precisión puede mejorarse con el uso de muestras más representativas y en consecuencia mejora el proceso de calibración y se refinan los algoritmos resultantes.

Se considera, que las características de las actividades realizadas por el grupo de escolares que participó en el presente estudio se enmarcan dentro de las recomendaciones que la Organización Mundial de la Salud estipuló en el año 2017 en cuanto a la variedad. Las conductas que definen los hábitos sedentarios se corresponden con el nivel de aptitud física logrado en la prueba de física general. Se considera el resultado de lo que habitualmente impacta la motricidad empleada a diario. Por tanto, baja motricidad implica poco desarrollo de la resistencia orgánica. Se pone de manifiesto con los resultados obtenidos del a través del cuestionario que los sujetos se muestran más activos en su ambiente familiar en horarios fuera de la escuela, preferentemente los fines de semanas.

En cuanto, a la clasificación los métodos jerárquicos tienen por objetivo conocer las características de grupos particulares que determinan su estructura interna. Un ejemplo de del uso de este método lo confirma, Ruano y Serra Pujol (1997) quienes encontraron que el perfil de 2.898 escolares se caracterizó por mostrar hábitos nocivos. Los autores también resaltaron el alto consumo de azúcares asociados con la edad, el consumo regular de golosinas, el bajo consumo de verdura cruda y el bajo consumo de fruta. Concluyeron que estas condiciones facilitan el desarrollo de otros hábitos no saludables en el mismo sujeto.

Otro elemento que brinda información pertinente lo que respecta la percepción que se forma el alumnado sobre la programación propuesta desde la asignatura educación física. Fernández Villarino et al., (2017) afirmaron que ésta puede estar mediada por los intereses que diferencian a cada sexo en la etapa infanto-juvenil. Después de sondear la opinión de 1273 alumnos (10 a 18 años de edad) con el “Cuestionario internacional sobre el estilo de vida de los alumnos” los autores encontraron que mientras más positiva es la actitud hacia la educación física, también resulta mayor la participación del alumnado.

La población infantil que se caracteriza por mostrar baja participación de actividad física está más propensa al aumento del peso corporal y al riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, (Royo Ortín, 2016). Estos autores, al analizar la competencia motriz y su relación con diferentes variables psicosociales, hábitos de práctica y el índice de masa corporal, observaron estancamiento en la evolución de los resultados en pruebas físicas siendo el grupo femenino de 14 años de edad quien presentó el bajo rendimiento mientras el grupo masculino obtuvo mayor rendimiento. Por otro lado, afirman que la participación activa de la familia en la práctica de actividad física resulta una influencia efectiva si los padres modelan las conductas. Concluyen que tener un padre activo resulta mejor que dos padres menos activos o sedentarios, (Marques da Cunha et al., 2014).

Otro factor reportado en la literatura especializada y que incide sobre la adherencia en la práctica de actividad física lo representa el autoconcepto físico. En población juvenil se encontró que puede generar rechazo si la imagen corporal no guarda correspondencia con los hábitos físicos. Los resultados de Gaeta González y Cavazos Arroyo, (2017), evidenciaron auto conceptos físicos y académicos bajos, con algunas diferencias significativas entre géneros.

En lo que respecta a la complejidad en la obtención y procesamiento de la información se han desarrollado propuestas para sintetizar los resultados un ejemplo lo constituye el Cuestionario de Hábitos de Salud relacionados con el Sobrepeso/Obesidad Infantil (CHS-SO), diseñado con ese fin. Fueron procesadores indicadores como: hábitos de alimentación, de actividad física y de entretenimiento digital, Varela Arévalo et al., (2018). El análisis de correspondencias múltiples y de conglomerados arrojó la estructura de dos grupos creados a partir de conductas mostradas tales como: *comer mientras se emplean dispositivos de entretenimiento digital y por el tiempo destinado a su uso*. Se constituyeron, según sus hábitos de alimentación, como saludables y menos saludables, en función del sexo y el nivel socioeconómico.

Los resultados de las investigaciones con población escolar ponen de manifiesto que el interés por la salud física emana de las consecuencias que se producen cuando se descuida la atención de los indicadores que la definen. El ámbito escolar por sí solo no puede ser la única dimensión en la que se valora la salud física, el entorno familiar también es determinante en la creación de hábitos saludables. El conocimiento del impacto que generan las dimensiones familiar y escolar sobre la población infantil y juvenil resulta esencial para la formulación de programas de intervención orientados a la conservación de la salud, con recomendaciones que considere las necesidades individuales y que garantice su aplicación factible en cualquier entorno.

## CONCLUSIONES

Tanto, el ambiente escolar y como el familiar resultan ser factores para la adquisición de hábitos saludables. El grupo de sujetos masculino resultó el más activo en los diferentes entornos, mientras el grupo femenino tendió a variar este comportamiento en tanto su edad aumenta.

Entre los factores que subyacen en el perfil de salud física de los alumnos están: la *preferencia por actividades físicas*, las que realizan en el *entorno familiar*, los *videos juegos*, la *producción intelectual y reconocimiento de hábitos sedentarios*.

La tipología de cuatro clases *muy activos*, *activos*, *algo activos* y *muy poco activos* resulta adecuada para clasificar a los individuos de acuerdo con las actividades que reportaron teniendo en cuenta la frecuencia y tipo de actividades que realizada en cada entorno.

El cuestionario YAP, es un instrumento que puede ser administrado a escolares para conocer su realidad en cuanto a la salud física. La información obtenida por la aplicación del cuestionario YAP complementa la obtenida de una prueba física general.

De acuerdo, con los resultados obtenidos se recomienda promover la práctica de actividad física, dentro y fuera de la escuela y del hogar, con énfasis en la frecuencia, duración, volumen e intensidad, como medio que mejorar el estilo de vida poco saludable.

## Referencias

- Aguilar, A. C; Pradilla, A; Mosquera, M; Gracia, A. B; Ortega, J. G; Leiva, J. H; y Ramírez-Vélez, R. (2011). Percentile values for physical condition for Cali, Colombian children and adolescents. *Biomédica: Revista del Instituto Nacional de Salud*, [Revista en Línea] 31(2), Disponible: <https://revistabiomedica.org/index.php/biomedica/article/view/318> [Consulta: 2016, agosto 2]
- Aranceta Bartrina, J., y Pérez Rodrigo, C. (2016). Determinants of childhood obesity: ANIBES study. *Nutrición Hospitalaria*. [Revista en Línea] 33(4), 17-20. Disponible: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112016001000005&script=sci\\_abstract&tlng=en](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112016001000005&script=sci_abstract&tlng=en) [Consulta: 2020, noviembre 30]
- Burrows A, Raquel, Díaz B, Erick, Sciaraffia M, Vito, Gattas Z, Vivien, Montoya C, Ana, y Lera M, Lydia. (2008). Hábitos de ingesta y actividad física en escolares, según tipo de establecimiento al que asisten. *Revista médica de Chile*. [Revista en Línea] 136(1). Disponible: Disponible en [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872008000100007](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872008000100007) [Consulta: 2020, diciembre 17]
- DECISIA. (2003). SPAD v56. Software Informer. <http://spad-v56.software.informer.com>.
- Fairclough, S. J., Christian, D. L., Saint-Maurice, P. F., Hibbing, P. R., Noonan, R. J., Welk, G. J., Dixon, P. M., y Boddy, L. M. (2019). Calibration and Validation of the Youth Activity Profile as a Physical Activity and Sedentary Behaviour Surveillance Tool for English Youth. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. [Revista en Línea] 16(19). Disponible: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31581617/> [Consulta: 2020, diciembre 20]

- Fernández Villarino, M. Á., González Valeiro, M., Toja Reboredo, B., y Carreiro da Costa, F. (2017). Fernández Villarino, M., González Valeiro, M., Toja Reboredo, B., & Carreiro da Costa, F. (2016). Valoración de la escuela y la Educación Física y su relación con la práctica de actividad física de los escolares. *Retos*. [Revista en Línea] (31), 312-315. Disponible: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/issue/view/2751> [Consulta: 2020, diciembre 20]
- Gaeta González, M. L., y Cavazos Arroyo, J. (2017). Autoconcepto físico y académico en niños de contextos marginados en México. *REDIE: Revista Electrónica de Investigación Educativa*, [Revista en Línea] 19(2), 114-124. Disponible: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1607-40412017000200114](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412017000200114) [Consulta: 2021, mayo 9]
- Gliem, J. A., & Gliem, R. R. (2003). *Calculating, interpreting, and reporting Cronbach's alpha reliability coefficient for Likert-type scales*. Midwest Research-to-Practice Conference in Adult, Continuing, and Community Education.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Batista Lucio, M. d. (2010). *Metodología de la Investigación*. (Quinta edición ed.). México: McGraw-Hill.
- Heyward, V. H. (2008). *Evaluación de la aptitud física y prescripción del ejercicio*. España: Medica panamericana.
- IBM SPSS STATISTICS (2013). SPSS versión 22 Chicago, IL: SPSS Inc.
- Latorre Román, P. Á., y Pantoja Vallejo, A. (2012). Diseño y validación de una escala de percepción del riesgo en actividades físico-deportivas escolares. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*. [Revista en Línea] 21, 25-29. Disponible: <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732287005.pdf> [Consulta: 2020, diciembre 20]
- Léger, L; Mercier, D; Gadoury, C; y Lambert, J. (1988). The multistage 20 metre shuttle run test for aerobic fitness. *Journal of sports sciences*, 6(2), 93-101. <https://doi.org/10.1080/02640418808729800>. [Consulta: 2017, septiembre 18]
- López de Blanco Mercedes, Izaguirre de Espinoza Isbelia, Macías de Tomei Coromoto, (2013). *Crecimiento y Maduración Física, Bases para el diagnóstico y seguimiento clínico*. Editorial Médica Panamericana.
- Marques da Cunha, A., Martins, J., Sarmiento, H., Alves Diniz, J., y Carreiro da Costa, F. (2014). Adolescents' physical activity profile according to parental physical activity participation. *Journal of Human Sport and Exercise*, [Revista en Línea] 9(1), 81-90. Disponible: [https://www.uc.pt/fcdef/Investigacao/in\\_english/CIDAF\\_2/Publications\\_2/International\\_refere\\_e\\_impact\\_factor](https://www.uc.pt/fcdef/Investigacao/in_english/CIDAF_2/Publications_2/International_refere_e_impact_factor) [Consulta: 2021, mayo 9]
- Martínez Álvarez, M; Rico Martín, S; Rodríguez Velasco, F. J; Gil Fernández, G; Santano Mogena, E; y Calderón García, J. F. (2017). Influencia de los hábitos de ocio sedentario en el desarrollo de sobrepeso y obesidad en una población de escolares. NURE investigación: *Revista Científica de enfermería*. [Revista en Línea] 14(87), 4 Disponible: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6278115>. [Consulta: 2020, noviembre 30]

- Organización Mundial de la Salud. (2020). OMS | *Enfermedades no transmisibles*. [Revista en Línea] WHO. Disponible:[http://www.who.int/topics/noncommunicable\\_diseases/es/](http://www.who.int/topics/noncommunicable_diseases/es/). [Consulta: 2020, noviembre 30]
- Organización Mundial de la Salud. (2017). OMS | *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud*. [Revista en Línea] Disponible: <https://www.who.int/dietphysicalactivity/es/>. / [Consulta: 2020, noviembre 30]
- Royo, J. (2016). La competencia motriz en los estudiantes de eso de Aragón y su relación con aspectos psicosociales, hábitos de práctica e IMC. *Universidad de Zaragoza*. [Revista en Línea] dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?Código=174811>. [Consulta: 2020, diciembre 6]
- Ruano, I., y Serra Pujol, M. E. (1997). Hábitos de vida en una población escolar de Mataró (Barcelona) asociados al número de veces diarias que ve televisión y al consumo de azúcares. *Revista española de salud pública*, [Revista en Línea] 71(5), 487-498. Disponible: [Consulta: 2021, mayo 9]
- Saint-Maurice, P. F., y Welk, G. J. (2015). Validity and Calibration of the Youth Activity Profile. *PLoS ONE*. [Revista en Línea] 10(12). Disponible: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0143949> [Consulta: 2020, diciembre 5]
- Saint-Maurice, P. F., Kim, Y., Hibbing, P., Oh, A. Y., Perna, F. M., y Welk, G. J. (2017). Calibration and Validation of the Youth Activity Profile: The FLASHE Study. *American Journal of Preventive Medicine*. [Revista en Línea] 52(6), 880-887. Disponible: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28526365/>. [Consulta: 2020, diciembre 5]
- Stewart, A; Marfell-Jones, M; Olds, T; y Ridder, H. (2011). *International standards for anthropometric assessment*. España: ISAK.
- Terreros, J. L., Navas, F., Gomez-Carramiñana, M. A., y Aragonés, M. T. (2003). *Valoración funcional. Aplicaciones al entrenamiento deportivo*. Madrid: Gymos.
- Universidad Internacional de Valencia. (2017). Salud integral: Qué es y qué relación tiene con las nuevas tecnologías | VIU. [Revista en Línea] Disponible: <https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/salud-integral-que-es-y-que-relacion-tiene-con-las-nuevas-tecnologias>. [Consulta: 2022, marzo 13]
- Varela Arévalo, M. T., Ochoa Muñoz, A. F., y Tovar Cuevas, J. R. (2018). Medición de hábitos saludables y no saludables en niños: Síntesis de la información utilizando indicadores y conglomerados. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios/Mexican Journal of Eating Disorders*. [Revista en Línea] 9(2), 264-276. <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2018.2.487>. [Consulta: 2021, mayo 9]



Anexos

PERFIL DE ACTIVIDADES JUVENILES DIRIGIDA A LOS ESCOLARES

ANEXO A Modelo del Cuestionario YAP

Apellido Nombre: \_\_\_\_\_

Objetivo: Conocer el estado de actividad física que realizas durante la semana.  
Instrucciones: Leer detenidamente cada pregunta y encierra en un círculo la opción de respuesta que mejor se ajusta a tus características.  
Ejemplo:

¿Cuántas veces a la semana practicas algún deporte?

- a. Ningún día \_\_\_\_\_
- b. 1 día   x
- c. 2 días \_\_\_\_\_
- d. 3 días \_\_\_\_\_
- e. 4 o 5 días \_\_\_\_\_

1. ¿Cuál medio utilizas para llegar a tu escuela?

Caminando	1 día	2 días	3 días	4 días	5 días
Transporte	1 día	2 días	3 días	4 días	5 días
Ambos	1 día	2 días	3 días	4 días	5 días

2. Durante la clase educación física, ¿Con cuánta frecuencia estuviste corriendo y moviéndote como parte de las actividades o juegos planeados?

- a. Casi ninguna de las veces \_\_\_\_\_
- b. Un poco de tiempo \_\_\_\_\_
- c. Una cantidad de tiempo moderado \_\_\_\_\_
- d. Mucho tiempo \_\_\_\_\_
- e. Casi todo el tiempo \_\_\_\_\_

3. Durante el recreo ¿Con qué frecuencia participas en actividades como: caminar, correr o jugar actividades deportivas?

- a. Casi ninguna de las veces \_\_\_\_\_
- b. Un poco de tiempo \_\_\_\_\_
- c. Una cantidad de tiempo moderado \_\_\_\_\_
- d. Mucho tiempo \_\_\_\_\_
- e. Casi todo el tiempo \_\_\_\_\_

4. Luego de la merienda, ¿Con qué frecuencia te mueves, caminas o juegas?

- a. Casi ninguna de las veces \_\_\_\_\_
- b. Un poco de tiempo \_\_\_\_\_
- c. Una cantidad tiempo moderado \_\_\_\_\_
- d. Mucho tiempo \_\_\_\_\_
- e. Casi todo el tiempo \_\_\_\_\_

5. ¿Cuál medio utilizas para regresar a tu casa al salir de la escuela?

Caminando	1 día	2 días	3 días	4 días	5 días
Transporte	1 día	2 días	3 días	4 días	5 días
Ambos	1 día	2 días	3 días	4 días	5 días

6. ¿Cuántos días antes de entrar a la escuela haces actividades físicas?

- a. Ningún día \_\_\_\_\_
- b. 1 día \_\_\_\_\_
- c. 2 días \_\_\_\_\_
- d. 3 días \_\_\_\_\_
- e. 4 o 5 días \_\_\_\_\_

7. ¿Cuántos días después de la escuela haces algún tipo de actividad física?

- a. Ningún día \_\_\_\_\_
- b. 1 día \_\_\_\_\_
- c. 2 días \_\_\_\_\_
- d. 3 días \_\_\_\_\_
- e. 4 o 5 días \_\_\_\_\_

8. ¿Cuántas noches entre 6:00-10:00pm haces actividades deportivas?

- a. Ningún día \_\_\_\_\_
- b. 1 día \_\_\_\_\_
- c. 2 días \_\_\_\_\_
- d. 3 días \_\_\_\_\_
- e. 4 o 5 días \_\_\_\_\_

9. ¿Qué tanta actividad física realizaste el sábado pasado? (Esto incluye trabajos de casa, salidas familiares, deportes, bailes o juegos deportivos. Si no recuerdas, estime)

- a. Sin actividad (0 minutos) \_\_\_\_\_
- b. Baja cantidad de actividad (1 a 30 minutos) \_\_\_\_\_
- c. Cantidad moderada de actividad (31 a 60 minutos) \_\_\_\_\_
- d. Entre moderada a alta cantidad de actividad (de 1 a 2 horas) \_\_\_\_\_
- e. Alta cantidad de actividad (más de 2 horas) \_\_\_\_\_

PERFIL DE ACTIVIDADES JUVENILES DIRIGIDA A LOS ESCOLARES

10. ¿Cuánta actividad física realizaste el domingo pasado? (Esto puede ser trabajos de casa, salidas familiares, deportes, bailes o juegos deportivos. Si no recuerdas, estime)

- a. Sin actividad (0 minutos) \_\_\_\_\_
- b. Baja cantidad de actividad (1 a 30 minutos) \_\_\_\_\_
- c. Cantidad moderada de actividad (31 a 60 minutos) \_\_\_\_\_
- d. Entre moderada a alta actividad (más de 2 horas) \_\_\_\_\_
- e. Alta cantidad de actividad (más de 2 horas) \_\_\_\_\_

11. ¿Cuánto tiempo pasaste mirando programas de televisión fuera del horario escolar? Esto incluye el tiempo dedicado a ver películas o juegos deportivos, pero no el tiempo dedicado a jugar videojuegos.

- a. No vi tv \_\_\_\_\_
- b. Vi 1 hora \_\_\_\_\_
- c. Vi de 2 a 3 horas \_\_\_\_\_
- d. Vi de 3 a 4 horas \_\_\_\_\_
- e. Vi de 4 a 5 horas \_\_\_\_\_

12. ¿Cuánto tiempo pasas jugando videojuegos fuera del tiempo de la escuela? Esto incluye los juegos de Nintendo DS, Wii, Xbox, PlayStation, iTouch, iPad, o juegos en su teléfono.

- a. No juego en absoluto \_\_\_\_\_
- b. Juego 1 hora \_\_\_\_\_
- c. Juego 2 a 3 horas \_\_\_\_\_
- d. Juego más de 4 horas \_\_\_\_\_
- e. Juego 3 a 4 horas \_\_\_\_\_

13. ¿Cuánto tiempo pasas utilizando la computadora fuera del tiempo de la escuela? Esto no incluye el tiempo de trabajo en casa, pero incluye el tiempo en Facebook, así como el tiempo gastado investigando por Internet, mensajería instantánea, jugar videojuegos en línea o juegos de computadora.

- a. No uso la Computadora \_\_\_\_\_
- b. La uso 1 hora por día \_\_\_\_\_
- c. La uso de 2 a 3 horas por día \_\_\_\_\_
- d. La uso de 3 a 4 horas por día \_\_\_\_\_
- e. La uso más de 4 horas por día \_\_\_\_\_

14. ¿Cuánto tiempo pasas usando tu teléfono celular después de la escuela? (Esto incluye tiempo gastado hablando o chateando).

- a. No uso el Celular \_\_\_\_\_
- b. Lo uso 1 hora por día \_\_\_\_\_
- c. Lo uso de 2 a 3 horas por día \_\_\_\_\_
- d. Lo uso de 3 a 4 horas por día \_\_\_\_\_
- e. Lo uso más de 4 horas por día \_\_\_\_\_

15. ¿Cuál de estos hábitos en general describe sus hábitos sedentarios en casa durante la semana pasada?

- a. Casi nunca paso mi tiempo libre sentado \_\_\_\_\_
- b. Pasé poco tiempo sentado durante mi tiempo libre \_\_\_\_\_
- c. Pasé una cantidad moderada de tiempo sentado durante mi tiempo libre \_\_\_\_\_
- d. Pasé mucho tiempo sentado durante mi tiempo libre \_\_\_\_\_
- e. Pasé todo mi tiempo libre sentado. \_\_\_\_\_

Los autores

Carlos José, Noguera Carrillo

Doctor en Estadísticas Facultad de Ciencias Económicas y Sociales-UCV. Magister Scientiarum Investigación de Operaciones Facultad de Ingeniería-UCV. Licenciado en Computación Facultad de Ciencias-UCV. Profesor Asociado Postgrado de Estadística UCV-FACES-CEAP. Responsable del Curso de Especialización Análisis de datos aplicados a las ciencias Sociales en Centro de Estudios de Postgrado de la Facultad de Economía-UCV. Jefe de la cátedra de Investigación de Operaciones en pregrado de la escuela de Estadística FACES-UCV.

**Pedro Felipe, Gamardo Hernández**

Especialización Análisis de datos aplicados a las ciencias Sociales en Centro de Estudios de Postgrado de la Facultad de Economía-UCV. Profesor de Educación Física. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Línea de investigación: Valoración de la condición física en población general y específica.



Revista Actividad Física y Ciencias  
Año 2022, vol. 14, N°1

## ACTIVIDAD FÍSICA PROGRAMADA REDUCTORA DEL I.M.C Y PESO CORPORAL EN ALUMNOS DE LICENCIATURA EN PREESCOLAR, UNIVERSITARIO DE PANAMÁ

### SCHEDULED PHYSICAL ACTIVITY REDUCING I.M.C AND BODY WEIGHT IN UNDERGRADUATE STUDENTS IN PRESCHOOL, UNIVERSITY OF PANAMA

Lic. MSc. Luis Alberto, Atencio Pérez

[atencio2531@gmail.com](mailto:atencio2531@gmail.com)

<http://orcid.org/0000-0001-8387-9003>

Lic. Dr. Juan Antonio, Castillo Quintero

[doctorjacq@gmail.com](mailto:doctorjacq@gmail.com)

<http://orcid.org/0000-0002-4220-5608>

**Recibido:** 09-11-2021

**Aceptado:** 29-12-2021

### Resumen

El estudio busca establecer la importancia de la actividad física a nivel universitario, mediante la práctica de un programa de actividad física que permita reducir el índice de masa corporal (IMC) y peso corporal de los alumnos del Centro Regional Universitario de Azuero, que cursan el segundo año de la licenciatura en preescolar en el segundo semestre con una muestra de 14 alumnos 2 varones y 12 mujeres, ubicada en Chitré capital de la provincia de Herrera república de Panamá. Mediante observación previa se evidencio la existencia de un sin número de alumnos obesos y sedentarios, que aducían no tener tiempo para realizar ejercicios. Para verificar el peso corporal y el I.M.C se utilizó la clasificación de la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) del estado nutricional de acuerdo con el I.M.C con la siguiente formula ( $\text{kg} \cdot \text{m}^{-2}$   $\text{kg} / \text{m}^2$ ). Mediante un programa de actividad física bien estructurado y monitoreado se establecieron los ejercicios a realizar, todos se realizaron de menos a más durante, un semestre de agosto a diciembre y se concluyó que tanto el I.M.C y peso corporal bajaron significativamente mediante los resultados finales del test de student.

**Palabras clave:** actividad física, reducción de peso, programa de actividad física

### Abstract

The study seeks to establish the importance of physical activity at the university level, through the practice of a physical activity program that allows reducing the body mass index (BMI) and body weight of the students of the Regional University Center of Azuero, who are studying the

second year of the degree in preschool in the second semester with a sample of 14 students 2 men and 12 women, located in Chitré capital of the province of Herrera Republic of Panama. Through prior observation, the existence of a number of obese and sedentary students was evidenced, who claimed not to have time to perform exercises. To verify body weight and I.M.C the World Health Organization (O.M.S.) classification of nutritional status according to I.M.C was used with the following formula ( $\text{kg} \cdot \text{m}^{-2}$   $\text{kg} / \text{m}^2$ ). Through a well-structured and monitored physical activity program, the exercises to be performed were established, all were performed from less to more during, a semester from August to December and it was concluded that both the I.M.C and body weight dropped significantly through the final results of the student test.

**Keywords:** physical activity, weight reduction, physical activity program.

## Introducción

En el segundo semestre del 2020 se inició un programa de actividad física con un grupo de estudiantes de segundo año de preescolar como estrategia de promoción de la actividad, física, diseñada y dirigida para reducir el I.M.C. y el peso corporal.

Se pudo observar que existían estudiantes obesos, debido que al llegar a estas edades predominan el ocio, la vida sedentaria y la inactividad física, predominan las afecciones cardiovasculares, cardíacas, respiratorias, hipertensión y glucemia alta, se acelera el proceso de adquisición de algunas enfermedades, como las cardíacas, presión arterial alta, diabetes y psicológicas, como la depresión y el estado de ansiedad.

Se ha comprobado en muchas investigaciones, que el acondicionamiento físico ayuda a mermar estas afecciones y enfermedades cardíacas, presión alta, diabetes, respiratorias y psicológicas, ya que una persona obesa, sedentaria tiene más posibilidad de adquirir enfermedades que la que es activa y delgada.

Existen consensos internacionales respecto a la práctica de actividad física y los beneficios que tiene en la salud y en la calidad de vida, constituyéndose como el protector por excelencia de la salud. Según la Organización Panamericana de la salud (2020) se ha demostrado ampliamente su efecto en promover, recuperar y mantener la salud.

Hay evidencias que demuestran los beneficios del acondicionamiento físico, en la reducción del I.M.C. y peso de un individuo empleando ejercicios específicos de actividades físicas, siempre y cuando se realice en forma continua, programada y supervisada durante 30 minutos diarios o alternados tres veces a la semana. (Cordero1, 2014)

Actualmente, la inactividad física en las sociedades desarrolladas está ocasionando severas repercusiones sobre el bienestar de la población y la salud pública. El sedentarismo se ha identificado como un factor de riesgo en el desarrollo de enfermedades crónicas, la obesidad, la diabetes tipo II o diversas enfermedades cardiovasculares (Beltrán-Carrillo, Devís-Devís, & Peiró-Velert, 2012),

La obesidad, está actualmente considerada como una enfermedad crónica, y la OMS entre otras organizaciones, la consideran la epidemia del siglo XXI. Se caracteriza por un exceso de

grasa, lo que se traduce en un aumento de peso, y se identifica mediante el I.M.C., un indicador simple que relaciona el peso y la talla (peso en kilogramos dividido por el cuadrado de la altura en metros); es capaz de discriminar y establecer diferentes categorías. Según la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.), el IMC proporciona la medida más útil de sobrepeso y obesidad, determinándose con un I.M.C. mayor o igual que 25, o mayor o igual que 30, respectivamente (Cordero1, 2014)

La obesidad se asocia a numerosas enfermedades y problemas metabólicos, cardiovasculares, respiratorios, hormonales y psicológicos, entre otros. Representa, junto al sobrepeso, el quinto factor principal de riesgo de defunción en el mundo.

El sobrepeso y la obesidad constituyen graves problemas para los adolescentes en la sociedad actual, siendo el tema una de las perspectivas educativas más actuales en la promoción de la salud que posee una fuerte base en la enseñanza pedagógica de la escuela actual. En Europa, por ejemplo, el porcentaje de jóvenes con sobrepeso alcanza casi el 20 %, mientras que los obesos son el 5 % de este grupo poblacional. Las cifras difieren enormemente según la zona geográfica, y son más altas en los países menos desarrollados. Así, por ejemplo, en Suecia los porcentajes de obesidad y sobrepeso son de 2,4 y 12,4 %, respectivamente, y más frecuentes en chicos que en chicas, y en España se encuentran alrededor del 15 % para las edades de 12 y 13 años, mientras que un estudio realizado en Teherán (Irán) situaba la cifra para la obesidad en 38,5 % de la población adolescente Monroy, Calero, & Fernández (2018).

En esta investigación se quiere dar un cambio de orientación y aceptación de la actividad física a los estudiantes universitarios que mantienen una inactividad física notoria, no se puede mantener una vida inactiva y/o inadecuada, porque repercutirá en la salud y por ende en sus futuros trabajos; si se aplica un programa de actividad física regular, se estará combatiendo el sedentarismo y a la vez, se combatirá de manera frontal la obesidad y el sobrepeso, se debe evaluar el tiempo que pasaron inactivos y sus repercusiones en la salud, para aplicar un programa de actividad física y demostrar los efectos positivos que cumple en el organismo, a nivel físico, funcional, psicológico, intelectual, géneros y otros. Señalando la importancia de la actividad física, en todos los ámbitos de acción harán de ella una rutina y/o un hábito, que los llevarán a mejorar día a día, la calidad de vida y salud.

La actividad física no debe ser esporádica, pero si no puede ser constante en el diario vivir; los ejercicios deben ser sencillos y a la vez planificados, graduales y progresivos; de acuerdo con las edades (Bastos, González Boto, & Molinero González, 2005)

Por otro lado, la Actividad Física también puede aportar beneficios en el plano psicológico, mejorando la autoestima, la autosatisfacción corporal y el estado de ánimo en general, y disminuyendo los estados de ansiedad y de depresión. La tercera dimensión de la salud tiene que ver con la actividad social que provee la práctica deportiva y física en las personas al ponerlas en contacto con otros individuos (Salazar C., Feu, Vizuet Carrizosa, & de la Cruz-Sánchez, 2013)

Llevar un estilo de vida saludable, está relacionado con la disminución de las enfermedades crónicas no transmisibles. Una etapa crítica en la adquisición de estos buenos hábitos ocurre en la infancia, pero también en la vida universitaria, donde los estudiantes pasan de una rutina regular de actividad física a nivel escolar, a una rutina cargada de inactividad física, típica de la vida universitaria. Finalmente se refleja en hábitos de vida poco saludables en la vida adulta profesional Espinoza, Rodríguez, Gálvez & MacMillan (2011).

## **Metodología**

El estudio, es el resultado de la realización de un programa de actividad física tendiente a reducir el I.M.C. y peso corporal; es una investigación natural, no participativa, aplicada, descriptiva, transversal, experimental y de campo. Es natural porque el investigador tiene especialidades relacionadas con el tema de la investigación. No participativa porque el investigador no participó como sujeto del estudio, sino que fue el ejecutor de la investigación. Aplicativa porque busca con esmero, la utilización del programa de actividad física tentativo a reducir el I.M.C. y peso corporal a estudiantes como población objeto de estudio.

A continuación, se presenta las hipótesis de trabajo en las cuales se fundamenta la investigación.

$H_0: \mu_D = 0$  Con la implementación de un programa de actividad física no se podrá reducir el I.M.C y peso corporal.

$H_1: \mu_D > 0$  Con la implementación de un programa de actividad física se podrá reducir el I.M.C. y peso corporal

Transversal porque se realizó durante un periodo de 4 meses, iniciando a mediados de agosto 2020 hasta diciembre 2020. Experimental, porque se orienta a estudiar de manera natural un fenómeno y de campo, ya que el investigador trabajó en la ejecución del programa de actividad física tendientes a reducir el I.M.C. y peso corporal a estudiantes monitoreando el efecto del programa en su reducción.

Se realizó un estudio de tipo descriptivo-cuantitativo, donde se describen y cuantifican los procedimientos, datos y la metodología aplicada en el desarrollo de la investigación. Experimental, porque se orienta a estudiar de manera natural un fenómeno y descubrir las causas que lo provocan para su solución, está integrada por un conjunto de actividades metódicas y técnicas que se realizan, para recabar la información y datos necesarios sobre el tema a investigar y el problema a resolver, serie de casos con intervención de una población de estudiantes de segundo año que estudian la licenciatura en preescolar, previo consentimiento y bajo el cumplimiento de los criterios de inclusión, las cuales fueron evaluados antes, durante y después de realizado el programa de actividad físico. Se presentaron dos hipótesis una positiva  $H_1: \mu_D$ , y la otra negativa  $H_0: \mu_D$ .



### **Delimitación de la Población y Muestra.**

La población objeto de estudio fue el universo del grupo de segundo año de la licenciatura en preescolar, del Centro Regional de Azuero del segundo semestre, el cual estuvo constituido por 14 individuos.

La muestra es la selección de los participantes del programa, se realizó de manera intencionada o por conveniencia en función de criterios estratégicos, tales como: ser del grupo, y no haber participado nunca en un programa de actividad física; lo que permitió identificar a n=14 sujetos 2 masculinos y 12 femeninas y sus edades asilaban entre los 20 años a 22 años.

### **Técnica de Recolección de Datos.**

Entre las técnicas que se utilizaron en la recolección de datos de la investigación, se encuentra la observación simple y sistemática donde se detectó, de forma preliminar, las necesidades de acondicionamiento físico para reducir el I.M.C. y peso corporal de los estudiantes.

Se utilizó la encuesta, estaba estructurada con preguntas de selección múltiple relacionadas a las actividades físicas durante la semana pues con ellas se llegó a conocer que 14 alumnos 2 varones y 12 mujeres de la carrera de segundo año de la licenciatura de preescolar, esto permitió recolectar datos sobre las bases que debían contener el programa de actividad físico integral.

Para verificar los I.M.C. y el peso corporal se utilizó el programa de actividad física, una pesa y la clasificación de la O.M.S. junto con el estado nutricional, de acuerdo con el IMC con la siguiente formulas matemática, ( $\text{kg} \cdot \text{m}^{-2} = \text{kg} / \text{m}^2$ ).

### **Técnica de Análisis de Datos.**

Se utilizó el modelo estadístico descriptivo-cuantitativo para verificar el comportamiento del I.M.C. y el peso corporal tanto al inicio, como durante y al finalizar el programa de actividades físicas desarrollado. El procesamiento de los datos recabados se analizó utilizando el software Excel de Microsoft y los mismos se presentan en tablas y gráficas.

### **Programa de Actividad Física Realizado**

Mediante la información recabada de la encuesta se realizó un programa de actividad física (ver cuadro 1) basado en que 2 de 14 realizaban actividad física no programada el resto nunca había realizado dichas actividades. Se realizaron ejercicios elementales y fáciles de hacer, cuyo objetivo era que cada alumno, los ejecutara para que bajara su peso corporal y el I.M.C. Además, tomaran la actividad física habitualmente como medio para mantener su salud.

Es importante mencionar, que los ejercicios fueron realizados de menos a más y con intensidad media a intensidad alta, cabe destacar que este programa se realizó, en la sección que eran los viernes de 5:05 a 6:50 pm. Se inició en agosto del 2020 y finalizó en diciembre del mismo año.

**Cuadro 1**  
**Programa de Actividad Física**

<i>Actividad</i>	<i>Características</i>
Caminatas.	Las caminatas eran por tiempo, se iniciaron con 5 minutos, al final el programa con 25 minutos.
Ejercicios de Piso.	Abdominales: inicio 10, final 40; Pechadas: inicio 10, final 25; Salto de soga: inicio 25, final 80 saltos. Al inicio 2 femeninas tenían dificultad para saltar debido a su peso corporal, al final lograron saltar debido a su práctica constante.
Trotes y Piques de velocidad	Las actividades de trotes se realizaron con 3 vueltas a un estadio de fútbol y terminaron con 12 vueltas, Toque de líneas: al inicio 3 líneas al final 8 líneas. A distancia 4 metros
Flexiones profundas de piernas.	Al inicio 15 flexiones al final 50 flexiones
Juegos Deportivo. (volibol)	El juego deportivo se realizó en una cancha de volibol, en la cual se ponía en práctica la agilidad, la destreza, la coordinación, el conocimiento, el juego en equipo, la confianza y la sociabilidad.

*Nota.* Elaboración propia de los autores.

## **Resultados y discusión**

Aunque se establece la actividad física regular como una estrategia en la reducción del peso y I.M.C. No hay consenso respecto de cuál sería la metodología más apropiada y eficiente a prescribir.

Para determinar, la obesidad o el sobrepeso se ha venido utilizando como parámetro de medición el índice de masa corporal, IMC. Diversas instituciones y entidades recomiendan puntos de corte para establecer diferentes grados, que se asocian al estado de salud e incluso percentiles adaptados a la población en estudio. Una medida de clasificación de los sujetos en función del IMC se realiza con el siguiente sistema de categorías: Insuficiente ( $IMC < 18.5$ ), Normal ( $\geq 18.5$  y  $< 25$ ), Sobrepeso ( $\geq 25$  y  $< 30$ ) y Obesidad ( $\geq 30$ ) (Salazar C., Feu, & Vizúete Carrisoza, 2013).

Para el Colegio Americano de Medicina del Deporte, una persona sedentaria es aquella que no realiza actividades físicas durante 30 minutos al día, al menos tres veces a la semana (Aleman, 2006)

La actividad física regular y los hábitos alimentarios saludables parecen tener efectos positivos en varias funciones fisiológicas y vienen siendo apuntados como elementos fundamentales en la mejoría de la salud y calidad de vida de los individuos. Se sabe, también, que la práctica de ejercicios, aliada a una alimentación apropiada, puede reducir las pérdidas fisiológicas inducidas

por enfermedades, mejorando las funciones músculo - esqueléticas y cardiovasculares Martins, Castro, Santana & Oliveira (2008).

En este contexto, el principal hallazgo del presente estudio fue, una significativa reducción del peso y la masa corporal en estudiantes universitarios con sobrepeso y vida sedentaria, luego de varias sesiones de entrenamientos, alternado con ejercicios de baja intensidad, media y alta una vez a la semana.

Específicamente, la grasa corporal disminuyó en la mayoría de los estudiantes, conllevando a una reducción en el peso corporal de los sujetos en el corto plazo, sin estar sometidos a una dieta estricta. La causa más evidente de la mayor reducción en grasa obedece a un aumento en la masa muscular producto del ejercicio, compensando así los cambios en peso corporal.

Otro efecto beneficioso de la actividad física en los estudiantes universitarios fue la reducción del sedentarismo, debido que algunos de ellos manifestaron su inactividad física debido que no tienen tiempo para realizarlo. Se pudo determinar que un programa de actividad física, reduce el sedentarismo como se comprueba en otras investigaciones similares, pero ellos tienen que ser conscientes que esta actividad tiene que convertirse en un hábito del diario vivir. (Moreno, 2005). La mayoría de los estudios epidemiológicos han usado el I.M.C. como método de valoración de la composición corporal, que permite aproximarse a la medida del nivel de obesidad de la población. El IMC no diferencia entre el peso asociado con músculo y el peso asociado con grasa. Es por esto por lo que la relación entre el I.M.C. y el contenido de grasa corporal varía de acuerdo con el desarrollo y proporción del cuerpo (O.M.S., 2012).

En esta investigación, solos 2 estudiantes que representan el 14% objetos de estudio manifestaron que realizaban actividades físicas no programadas, uno jugaba un tipo de deporte y el otro realizaba tareas de construcción, donde según él sudaba produciendo la oxidación de lípidos. 12 estudiantes manifestaron que no realizaban ninguna actividad física.

En el ámbito universitario, los jóvenes atraviesan una etapa en la que establecen independencia y adoptan patrones de comportamientos en su salud. Este proceso es crítico y de transición ya que comienza a haber cambios en el estilo de vida, por lo que se hace importante su conocimiento y estudio para establecer programas que promuevan los correctos hábitos de actividad física y patrones alimentarios nutritivos para prevenir el sobrepeso y la obesidad Torres (2017).

En ese sentido, la vida universitaria se caracteriza por muchas exigencias académicas y personales para los estudiantes, sin embargo, tienen pocas destrezas para enfrentar los cambios, sin que esto conlleve a alteraciones como el aumento de peso.

Provoca un incremento del estrés y la ansiedad ante las circunstancias de la nueva etapa de la vida, lo que provoca que los universitarios descuiden su salud física y mental. Se ha estimado que aproximadamente el 70% de los jóvenes gana peso durante los primeros dos años de su ingreso a la institución universitaria Torres (ob. cit.).

La vida universitaria se caracteriza por muchas exigencias académicas y personales para los estudiantes, sin embargo, tienen pocas destrezas para enfrentar los cambios, sin que esto conlleve a alteraciones como el aumento de peso.

Provoca un incremento del estrés y la ansiedad ante las circunstancias de la nueva etapa de la vida, lo que provoca que los universitarios descuiden su salud física y mental. Se ha estimado que aproximadamente el 70% de los jóvenes gana peso durante los primeros dos años de su ingreso a la institución universitaria (Torres, 2017).

## **Análisis de los Resultados**

A continuación, se presenta el análisis de los resultados

### **Cuadro 2:**

**Valores del índice del peso corporal promedio de los participantes en el desarrollo del programa de actividad física.**

<i>Participantes</i>	<i>Inicio(kg)</i>	<i>Durante(kg)</i>	<i>Final(kg)</i>
1	45.4	45.0	44.5
2	53.6	50.0	49.5
3	68.1	64.0	63.6
4	77.2	74.0	73.6
5	60.0	59.5	58.6
6	67.2	65.9	63.6
7	90.4	90.0	88.6
8	70.0	68.6	67.7
9	49.5	45.0	45.0
10	100	99.0	90.9
11	54.5	54.5	54.5
12	71.8	69.0	69.0
13	118.6	112.2	109.0
14	88.6	87.2	86.3
Valores Peso Corporal	72.4 ± 19.4 kg	70.3± 17.4. kg	68.8±36.2kg

*Nota.* Cuadro elaborado por los autores.

Como se puede observar en el cuadro 2, los participantes su peso corporal promedio al inicio del programa fue de 72.4 ± 19.4 kg, durante la etapa intermedia se registró peso promedio 70.3± 17.4. kg y al final el peso promedio fue de 68.8±36.2kg. Se observa una reducción de 4 Kilogramos con el inicio.

El cuadro número 2, describe los resultados de las evaluaciones, inicial, intermedia y final, por cada participante.

**Cuadro 3**  
**Valores del Peso Corporal de los Participantes**

#	Inicio	Final	Di	Di-D	(Di-D) <sup>2</sup>
1	45.4	44.5	0.9	-2.7	7.29
2	53.6	49.5	4.1	0.5	0.25
3	68.1	63.6	4.5	0.9	0.81
4	77.2	73.6	3.6	0.0	0.00
5	60.0	58.6	1.4	-2.2	4.84
6	67.2	63.6	3.6	0.0	0.00
7	90.4	88.6	1.8	-1.8	3.24
8	70.0	67.7	2.3	-1.3	1.69
9	49.5	45.0	4.5	0.9	0.81
10	100.0	90.9	9.1	5.5	30.25
11	54.5	54.5	0.0	-3.6	12.96
12	71.8	69.0	2.8	-0.8	0.64
13	118.6	109.0	9.6	6.0	36.00
14	88.6	86.3	2.3	-1.3	1.69
<b>Totales</b>			50.5		100.47

Di: Resultado de una suma o resta de dos números

Di-D: Resta de cada Di con 3.6, del resultado de la división de 50.5 entre 14 alumnos

(Di-D)<sup>2</sup>: Resultado de los Di-D al cuadrado

$$\bar{D} = \frac{\sum D_i}{n} = \frac{50.5}{14} = 3.6$$

$$S^2 = \frac{\sum (D_i - \bar{D})^2}{n - 1} = \frac{100.47}{13} = 7.73$$

$$S = \sqrt{7.73} = 2.78$$

$$n = 14.$$

Leyenda de Valores Matemáticos

$\bar{D}$ : Media aritmética

$S^2$ : Varianza

$S$ : Desviación estándar

$n$ : Números de datos

$\Sigma$ : Una notación matemática que permite representar sumas

Planteamiento de Hipótesis:

$H_0: \mu_D = 0$  Con la implementación de un programa de actividad física no se podrá reducir el I.M.C y peso corporal.

$H_1: \mu_D > 0$  Con la implementación de un programa de actividad física se podrá reducir el I.M.C y peso corporal

Nivel de Significación:  $\alpha = 0.05$

(Error del 5%)

Región de Rechazo:  $t_{0.05,13} = 1.77$

Estadístico de Prueba:

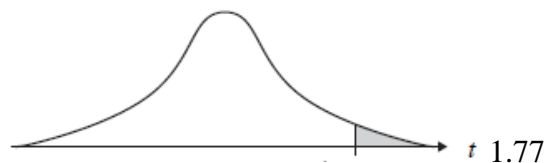
$$t = \frac{\bar{D} - \mu_D}{\frac{S}{\sqrt{n}}} = \frac{3.6 - 0}{\frac{2.78}{\sqrt{14}}} = \frac{3.6}{0.74} = 4.86$$

$t$ : Prueba de una muestra en test de Student

Decisión: Como  $4.86 > 1.77$ , se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión:  $H_1: \mu_D > 0$  Con la implementación de un programa de actividad física se podrá reducir el I.M.C. y peso corporal.

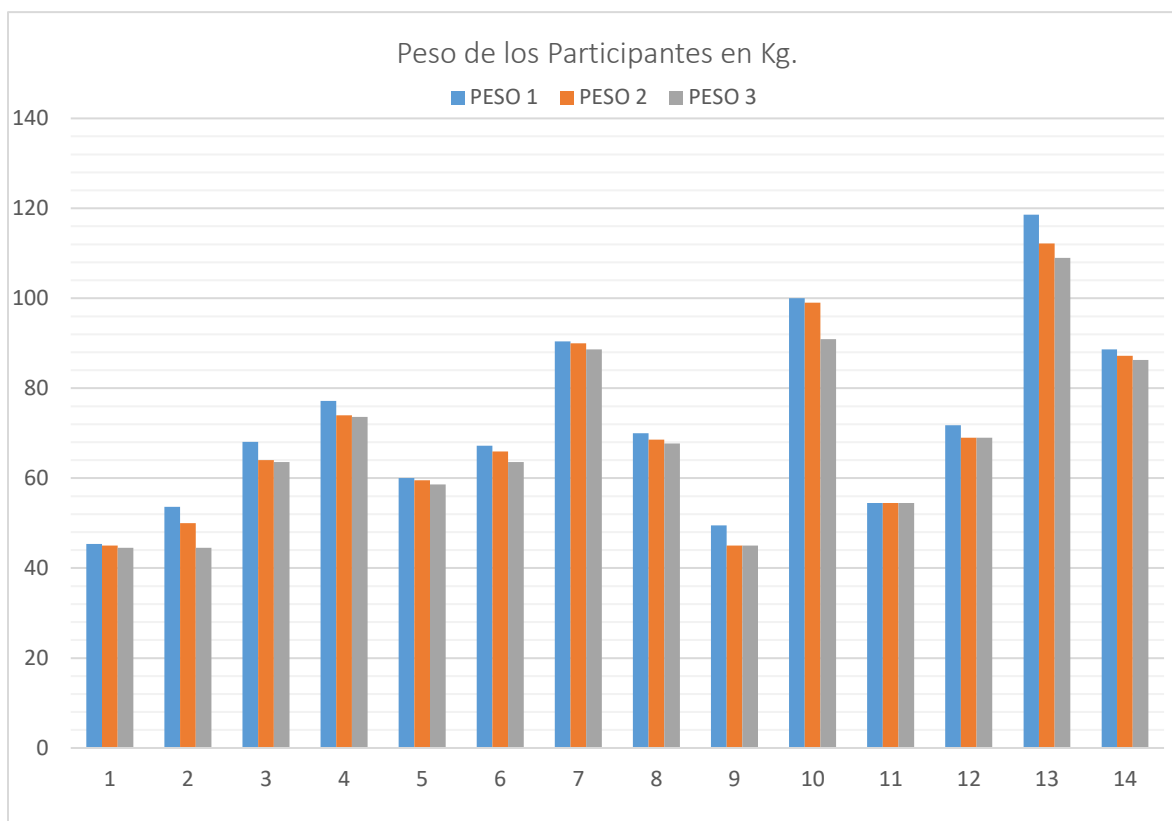
Probabilidades de la Distribución normal Test de Student.



Región de rechazo según la tabla T 1.77 como la estadística de prueba es  $4.86 > 1.77$  se rechaza la hipótesis nula.

Los resultados arrojados por las pruebas y la evaluación estadística, han demostrado, que la falta de actividad física es un factor relevante en el índice de masa corporal y que al seguir un programa de actividad física los participantes, deben mejorar su estado de masa corporal y por lo tanto su salud de forma general.





**Gráfico 1. Peso de los participantes en Kg.**

Como se puede observar tanto en la tabla N°1 y grafica N°1, existe una reducción significativa del peso corporal de los alumnos de segundo año de la licenciatura en preescolar preescolar, los cuales se sometieron al programa de actividad física, que incluía ejercicios de activación como la caminata, seguida de ejercicios en el piso, como son las abdominales para fortalecer los músculos del corazón, adicional se realizan algunas actividades para mejorar la resistencia cardio pulmonar, ejemplo de esto fueron los saltos con soga, piques de velocidad, luego se realizaron flexiones profundas, para concluir con actividades físico deportivas y vuelta a la calma.

#### Cuadro 4

Valores del índice de masa corporal promedio de los participantes en el desarrollo del programa de actividad física.

Participantes	Inicio (I.M.C)	Durante (I.M.C)	Final (I.M.C)
1	19.2	19.1	19.0
2	20.8	19.7	19.5
3	29.8	27.2	26.8
4	26.2	25.5	25.0
5	24.6	24.3	23.9
6	25.0	24.8	24.0
7	28.5	27.5	27.0
8	25.4	25.0	24.7
9	23.0	22.8	22.8
10	32.8	31.9	30.6
11	19.8	19.8	19.8
12	28.7	26.9	26.9
13	32.3	30.4	31.7
14	31.8	29.8	29.0
Valores I.M.C Promedio	26.2 ± 19.2kg*m <sup>-2</sup>	25.33 ± 14.1 kg*m <sup>-2</sup>	25.05 ± 14.0 kg*m <sup>-2</sup>

*Nota.* Datos tomados de Alemán & Salazar (2006). El índice de masa corporal de los participantes al inicio del programa fue de  $26.2 \pm 19.2 \text{kg} \cdot \text{m}^{-2}$  durante la etapa intermedia se registró  $25.33 \pm 14.1 \text{kg} \cdot \text{m}^{-2}$  y al final del programa presentaban un índice de masa corporal promedio de  $25.05 \pm 14.0 \text{kg} \cdot \text{m}^{-2}$  que los clasifica según la OMS como pre-obesos

A continuación, en el cuadro número 5, se presenta la clasificación de la O.M.S como una referencia del estado de pre obesidad, este cuadro se utiliza como referencia para la clasificación de los participantes en la investigación, cuyos resultados son presentados en el cuadro número 6, esta información es fundamental para las comparaciones de resultados de esta investigación.

#### Cuadro 5

Clasificación según O.M.S

Pre- obeso	25,00 -	25,00 - 27,49
	29,99	27,50 - 29,99

Cu  
adr

o 6

### Valores del Índice de Masa Corporal de los Participantes

#	Inicio	Final	Di	Di-D	(Di-D) <sup>2</sup>
1	19.2	19.0	0.2	-3.4	11.56
2	20.8	19.5	1.3	-2.3	5.29
3	29.8	26.8	3.0	-0.6	0.36
4	26.2	25.0	1.2	-2.4	5.76
5	26.2	23.9	2.3	-1.3	1.69
6	24.6	24.0	0.6	-3.0	9.00
7	28.5	27.0	1.5	-2.1	4.41
8	25.4	24.7	0.7	-2.9	8.41
9	23.0	22.8	0.2	-3.4	11.56
10	32.8	30.6	2.2	-1.4	1.96
11	19.8	19.8	0.0	-3.6	12.96
12	28.7	26.9	1.8	-1.8	3.24
13	32.3	31.7	0.6	-3.0	9.00
14	31.8	29.0	2.8	-0.8	0.64
<b>Totales</b>			18.4		85.84

$\Sigma$ : Una notación matemática que permite representar sumas

Di: Resultado de una suma o resta de dos números

Di-D: Resta de cada Di con 1.3, del resultado de la división de 18.4 entre 14 alumnos

(Di-D)<sup>2</sup>: Resultado de los Di-D al cuadrado

$$\bar{D} = \frac{\sum D_i}{n} = \frac{18.4}{14} = 1.3$$

$$S^2 = \frac{\sum (D_i - \bar{D})^2}{n - 1} = \frac{85.84}{13} = 6.6$$

$$S = \sqrt{6.6} = 2.57$$

$$n = 14$$

Leyenda de Valores Matemáticos

$\bar{D}$ : Media aritmética

$S^2$ : Varianza

$S$ : Desviación estándar

$n$ : Números de datos

$\Sigma$ : Una notación matemática que permite representar sumas

Planteamiento de Hipótesis:

$H_0: \mu_D = 0$  Con la implementación de un programa de actividad física no se podrá reducir el I.M.C y peso corporal.

$H_1: \mu_D > 0$  Con la implementación de un programa de actividad física se podrá reducir el I.M.C y peso corporal

Nivel de Significación:  $\alpha = 0.05$

(Error del 5%)

Región de Rechazo:

$t_{0.05,13} = 1.77$

Estadístico de Prueba:

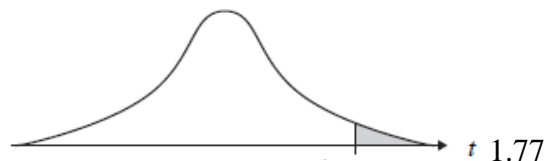
$$t = \frac{\bar{D} - \mu_D}{\frac{S}{\sqrt{n}}} = \frac{1.6 - 0}{\frac{2.57}{\sqrt{14}}} = \frac{1.3}{0.68} = 1.91$$

$t$ : Prueba de una muestra en test de Student

Decisión:

Como  $1.91 > 1.77$ , se rechaza la hipótesis nula.

Probabilidades de la Distribución normal t de Student



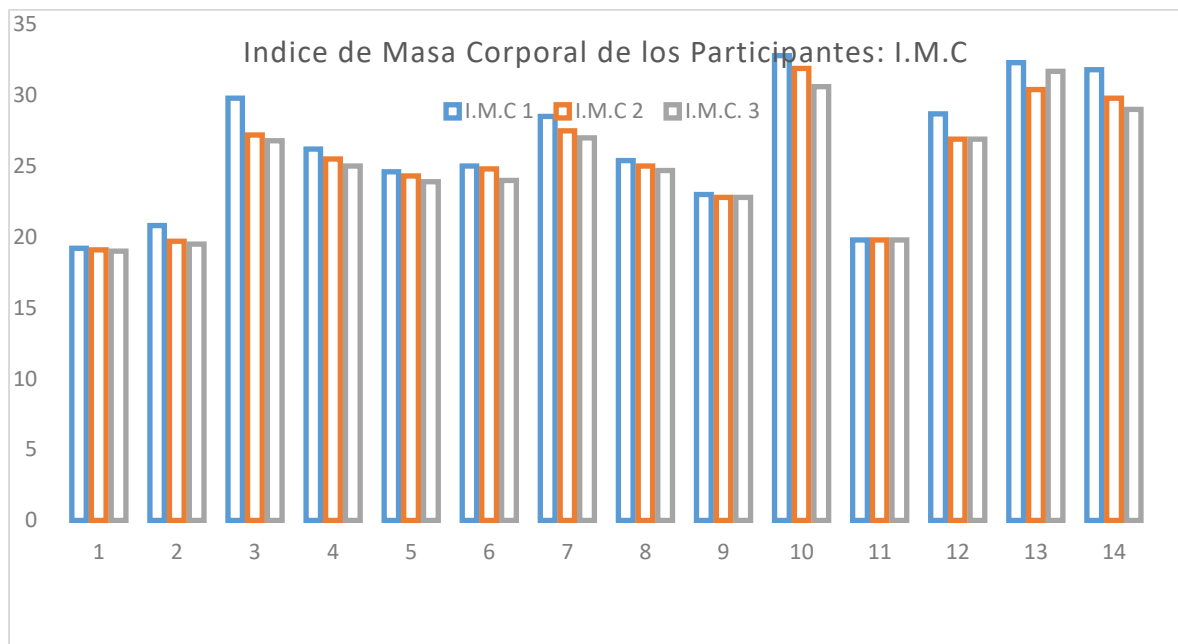
Región de rechazo según la tabla T 1.77 como la estadística de prueba es  $1.91 > 1.77$  se rechaza la hipótesis nula.

Contraste de Hipótesis Para dos Muestras Correlacionadas.

Se considera que dos muestras están correlacionadas, si los resultados obtenidos en una de ellas afectan los resultados obtenidos en la otra. Esto es característico, un mismo grupo es medido dos veces y se intenta determinar las diferencias observadas entre las medias de ambos grupos.

Este tipo de estudio se acostumbra a utilizar para validar nuevos métodos de enseñanza-aprendizaje, un nuevo medicamento para alguna enfermedad, un nuevo tratamiento terapéutico. Algunos investigadores llaman a este diseño “antes-después” o muestras dependientes o relacionadas.

En estas situaciones, no se cuenta con la condición previa de independencia estadística que se considera se alcanza plenamente con la aleatoriedad, y se utiliza una forma de “t” de Student.



**Gráfico 2. Índice de Masa Corporal de los participantes.**

Como se puede observar tanto en el cuadro 6 y gráfica 2, luego de haber realizado el programa de actividad física se evidencia que existe una reducción significativa del índice de masa corporal (I.M.C) de los alumnos de segundo año de la licenciatura en preescolar, según las evaluaciones realizadas y registradas en esta investigación.

## CONCLUSIONES

Al finalizar el programa de actividad física, la población objeto de estudio presentó un peso promedio de  $68.8 \pm 36.2\text{kg}$  y un índice de masa corporal  $25.05 \pm 14.0 \text{kg} \cdot \text{m}^{-2}$  mejorando su peso con referencia con el peso inicial que fue de  $72.4 \pm 19.4 \text{kg}$  con un índice de masa corporal de  $26.2 \pm 19.2\text{kg} \cdot \text{m}^{-2}$ .

Se concluye, que el programa de actividad física tendiente a reducir el I.M.C. y peso corporal de los objetos de estudios, redujo significativamente estas medidas antropométricas.

Los estudiantes a nivel universitario pueden reducir su I.M.C. y su peso corporal si existieran programas alternativos de actividades físicas en la universidad, promoviendo así la buena salud y una educación a nivel superior de prevención de enfermedades.

Toda persona sedentaria y obesa tiene mayor posibilidad de adquirir más fácilmente una enfermedad tipo cardíaca que otra que realiza actividad física diaria.

Los alumnos al final del programa mejoraron todos sus pesos del I.M.C. corporal.

Para perder peso, lo adecuado es consumir las calorías que requiere nuestro cuerpo y realizar un programa de actividad física, por lo que hay que tener en cuenta una dieta de las necesidades calóricas de cada persona.

Los estudios evidencian que la dieta ha mostrado jugar un papel importante en el tratamiento de la obesidad, asociándose a mejoras significativas en la pérdida de peso.

La actividad física es una herramienta eficaz y efectiva en la promoción de la salud, y el mejoramiento del I.M.C. y peso corporal, además permite que el estudiante universitario mejore significativamente sus cualidades físicas, que le permitirán hacerle frente a los retos académicos y no tener debilidades anímicas que lo lleve al fracaso.

La actividad física regular reduce el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, de afecciones cerebrovasculares y algunos tipos de cánceres. Se ha constatado que la actividad física favorece la mejora de la salud general, aportando beneficios en las tres dimensiones que conforman el término salud: biológica, psicológica y social.

La llegada a la universidad coincide con un descenso de la práctica de actividad física. En la actualidad, la práctica de actividad física regular se ha convertido en uno de los principales objetivos para mejorar la salud pública; desde las instituciones universitarias deben plantearse programas institucionales con el objetivo de combatir el sobrepeso y obesidad a través de un estilo de vida saludable.

Es necesario ofrecer formación sobre los hábitos de vida saludable, programas de orientación para que el alumnado acceda a la práctica de la Actividad Física, que más se ajuste a sus intereses y necesidades, utilizando estrategias para mejorar los hábitos nutricionales y de consumo. Por último, el alumnado debe disponer de instalaciones para la práctica de actividad física libre e individual y programas organizados, encaminados a la mejora de la salud.

## Referencias

- Alemán, C. & Salazar (2006). Nivel de actividad física, sedentarismo y variables antropométricas en funcionarios público. *Revista de Ciencias del Ejercicio y Salud* [Revista en Línea] 1-11. Disponible: <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/pem/article/view/409> [Consultada 2021, enero18].
- Bastos, A. A., González Boto, R., & Molinero González, O. y. (2005). *Obesidad, Nutrición y Actividad Física*. *Revista Internacional de Medicina y Ciencia de la Actividad Física y el Deporte*. [Revista en Línea] 140-153. Disponible: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=54221982005> [Consulta: 2021, febrero 20].
- Beltrán-Carrillo, V., Devís-Devís, J., & Peiró-Velert, C. (2012). actividad física y sedentarismo en adolescentes de la comunidad valenciana. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte / International*. [Revista en Línea] 123-137. Disponible: [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista45/artactividad266.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista45/artactividad266.htm) [Consulta: 2021, marzo 6].



- Cordero1, M. A. (2014). Programas de actividad física para reducir sobrepeso y obesidad en niños. *Nutrición Hospitalaria*. [Revista en Línea] 727-740. Disponible: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112014001100002](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112014001100002) [Consulta: 2021, abril 17].
- Espinoza, L., Rodríguez, F., Gálvez, J. & MacMillan. N. (2011). Hábitos de alimentación y actividad física en estudiantes universitarios. *Revista chilena de nutrició*. [Revista en Línea] 38(4),458-465. Disponible: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0717-75182011000400009&lng=es&nrm=iso](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0717-75182011000400009&lng=es&nrm=iso) [Consulta: 2021, abril17].
- Martins, F., Castro, M., Santana, G. & Oliveira, L. (2008). Estado nutricional, medidas antropométricas, nivel socioeconómico y actividad física en universitarios brasileños. *Nutrición Hospitalaria*, 23(3), [Revista en Línea] 38(4),458-465. Disponible: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112008000300010&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112008000300010&lng=es&tlng=es). [Consulta: 2021, abril 21].
- Monroy, A., Calero, S., & Fernández, R. (2018). Los programas de actividad física para combatir la obesidad y el sobrepeso en adolescentes. *Revista Cubana de Pediatría*, [Revista en Línea] 90(3). Disponible: <http://www.revpediatria.sld.cu/index.php/ped/article/view/393> [Consulta: 2021, marzo 8].
- Moreno, A. (2005). Incidencia de la actividad física en el adulto mayor. *Revista Internacional de Medicina y Ciencia de la Actividad Física*, [Revista en Línea] 222-237. Disponible: <https://www.redalyc.org/pdf/542/54221979001.pdf> [Consulta: 2021, marzo 8].
- Salazar C., Feu, S., Vizuete, M., de la Cruz-Sánchez, E. (2013). IMC y actividad física de los estudiantes de la universidad de colima. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte / International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, [Revista en Línea] vol. 13, núm. 51, pp. 569-584 d, España. Disponible: <https://www.redalyc.org/pdf/542/54228442008.pdf> [Consulta: 2021, marzo 10].
- Organización Panamericana de la salud. (2020). *Actividad física* [Documento en Línea] Disponible: Centro Prensa. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity> [Consulta: 2021, febrero 18].
- Torres, M. (2017). *Asociación del sobrepeso y obesidad en estudiantes unversitarios Mexiquenses y la actividad física*. Mexico : Universidad Autonoma de Mexico.

### **Los autores**

**MSc. Luis Alberto, Atencio Pérez**

Licenciado en Humanidades con Especialización en Educación Física, Universidad de Panamá,  
Maestría en Educación Física Especial y Terapéutica, Universidad de las Américas Panamá.  
Educador en el ministerio de Educación y en la Universidad de Panamá.

**Lic. Dr. Juan Antonio, Castillo Quintero**

Licenciado en Humanidades con Especialización en Educación Física. Universidad de Panamá,  
Maestría en Educación Física Especial y Terapéutica, Universidad de las Américas Panamá.  
Doctor en Ciencias de la Educación con Especialización en Investigación, Universidad del Istmo  
Panamá. Educador en el ministerio de Educación y Catedrático en la Universidad de Panamá.  
Profesor de pregrado y postgrado, en diferentes universidades.



## ANÁLISIS CINEMÁTICO DEL SNATCH EN LOS PRACTICANTES DE CROSSFIT VENEZOLANOS

### KINEMATIC ANALYSIS OF SNATCH IN VENEZUELAN CROSSFIT PRACTITIONERS

Profa. MSc. Aiskel de los Ángeles, Quintero Rondón

[doschido@gmail.com](mailto:doschido@gmail.com)

<http://orcid.org/0000-0003-0814-8619>

**Recibido:** 05-12-2021

**Aceptado:** 09-01-2022

#### Resumen

El propósito de esta investigación es dar a conocer las características biomecánicas durante la fase del primer y la del segundo halón, ejecutados por practicantes de CrossFit venezolanos. El trabajo se enmarcó en una investigación de campo, con un diseño descriptivo a través de un enfoque cualitativo y cuantitativo. La población estuvo constituida por 12 practicante de CrossFit, mientras que la muestra fue de 7 practicantes. Para la recolección y análisis de los datos se utilizó el método videográfico básico y computarizado, a través de los procedimientos correspondientes. La captura y cuantificación de los resultados se efectuó utilizando el sistema computarizado tridimensional SkillSpector. Los datos se dieron a través de un tratamiento estadístico descriptivo presentando los resultados a través de gráficos y tablas. Se concluye que, los practicantes arrojaron una diferencia notable entre las velocidades y el ángulo de proyección de la barra, pues si estos resultados se relacionan con la biografía revisada, se puede concluir que los practicantes de CrossFit no aplicaron una velocidad debida esto fue producto de la mala técnica empleada, generando la disminución del rendimiento durante el levantamiento.

**Palabras clave:** Biomecánica, CrossFit, Snatch, Arranque.

#### Abstract

The purpose of this research is to reveal the biomechanical characteristics during the first and second draw phases, performed by Venezuelan CrossFit practitioners. The work was framed in a field investigation, with a descriptive design through a qualitative and quantitative approach. The population consisted of 12 CrossFit practitioners, while the sample was 7 practitioners. For the collection and analysis of the data, the basic and computerized videographic method was used, through the corresponding procedures. The capture and quantification of the results was carried out using the SkillSpector three-dimensional computerized system. The data was given through a descriptive statistical

treatment presenting the results through graphs and tables. It is concluded that the practitioners showed a notable difference between the speeds and the angle of projection of the bar, because if these results are related to the revised biography, it can be concluded that the CrossFit practitioners did not apply a speed due to this was the product of the bad technique used, generating a decrease in performance during the lift.

**Keywords:** Biomechanics, CrossFit, Snatch, Start.

## Introducción

En estos últimos tiempos, se dice que realizar ejercicio es beneficioso, tanto que, se ha convertido para muchos en una prioridad, aunque para otros es un hábito. En los últimos años está naciendo diferentes métodos de entrenamiento los mismos, son innovaciones aplicadas el desarrollo de la fuerza que están siendo adaptadas a las necesidades de cada disciplina para obtener excelentes efectos durante la competencia.

Por otro lado, existen propuestas de entrenamiento deportivo funcional entre estas. Se puede encontrar el CrossFit, el mismo se encarga de realizar ejercicios en circuitos con descanso activo.

Este tipo de circuito les va a permitir a los practicantes trabajar la mayor cantidad de músculos en sesiones de corta duración, pero de alta intensidad, las mismas tendrán una duración aproximadamente de una hora, lo realizan de esta manera, pues se buscan trabajar las cualidades físicas al igual que la fuerza y la resistencia al mismo tiempo, estas cualidades siempre van a estar presente en las competencias de los CrossFit Games.

Los CrossFit Games, como bien indica su web oficial Crossfit, inc. (2014), el CrossFit Games es el Campeonato del Mundo del CrossFit, se celebra desde el año 2011, con una participación y popularidad que ha crecido de forma exponencial. Los CrossFit Games son uno de los eventos con más igualdad en espectáculo y premios entre hombres y mujeres, siendo la expectación del público.

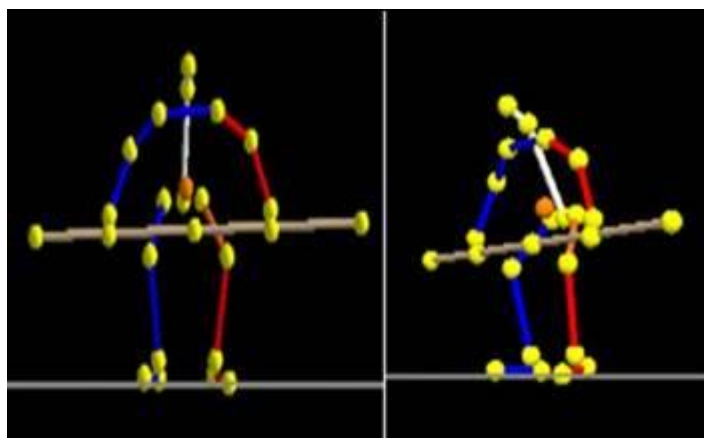
Según Crossfit, inc. (2014), “Durante los CrossFit Games, los deportistas inscritos (crossfitters) se enfrentan a rutinas o “workouts” que conocen sólo unas horas antes y que incluso pueden incluir alguna sorpresa especial de última hora”. Igualmente, en esa web exponen que el CrossFit “trata de encontrar, como dice su propia promoción, al hombre y mujer más en forma de la Tierra, “the Fittest on Earth”, así que deben estar preparados para cualquier reto”. Dentro de estos retos siempre se van a encontrar las pesas en sus diferentes modalidades. Para esta investigación se va a trabajar con el snatch.

Según Quintero, A. y Tomedes (2018) el snatch es una de las dos modalidades que se usa en el CrossFit, consiste en levantar una haltera desde una plataforma, hasta extender los brazos por encima de la cabeza en un solo movimiento y sin interrupción. Para que el practicante logre realizar esta ejecución de levantamiento debe cumplir unas fases.

Estas fases son descritas por los autores del párrafo anterior, clasificándolas de la siguiente manera; a) Posición de agarre o inicial, b) Despegue, c) Primer halón, d) Segundo halón, e) Entrada bajo la haltera, f) Recuperación.

En este mismo orden de ideas, para esta indagación se hablará solo de las fases “c” y “d” del snatch, según las fases planteadas por Quintero A. y Tomedes (2018) en su artículo fases Cinemática de la modalidad del Snatch en el CrossFit venezolano esto será con la intención de explicar el comportamiento de las variables elegidas para este estudio como son; el tiempo, el ángulo de proyección de la barra y la velocidad vertical de la barra en el primer y segundo halón, a continuación se inicia dando a conocer las fases de estudios:

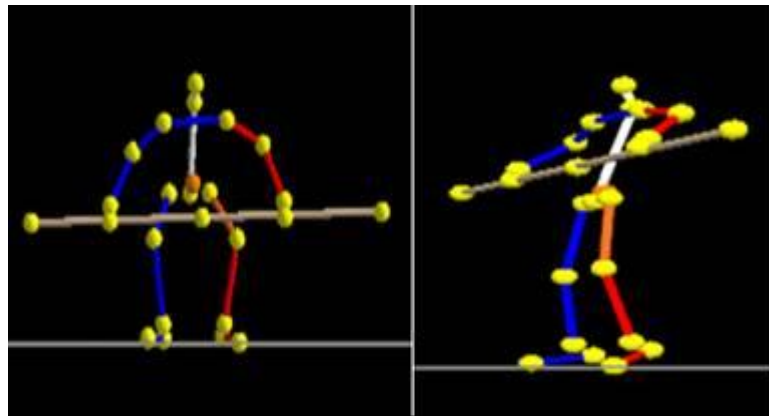
c) *Primer halón:* para que se pueda cumplir esta fase, la articulación del codo de los segmentos brazos se deben encontrar ligeramente flexionados (ver figura 1), permitiendo que la musculatura de los cuádriceps realicen su trabajo, este trabajo de pierna se realizara hasta que se eleve la barra por encima de la articulación de las rodillas para alcanzar el tercio inferior del muslo siendo el objetivo principal el cual es, acercar las halteras hasta la posición que permita aprovechar al máximo la fuerza del practicante para poder ser aplicada en la próxima fase que es la más importante, según Garhammer (1985), la descripción de esta fase se comprende el despegue hasta que las rodillas alcanzan su mayor ángulo en la extensión, para luego flexionarse y reajustar las posiciones relativas de los segmentos del cuerpo. Chiu L y Schilling B. (2008) define el primer halón como una de las fases más importante del arranque, ya que desde allí inicia el movimiento de levantar la barra aplicándole, velocidad, aceleración, fuerza entre otras variables para poderla dominar la ejecución y alcanzar el objetivo. Quintero (citado en Quintero y Tomedes 2018).



**Figura 1. Primer halón. Fuente: Quintero A. y Tomedes (ob. cit.).**

d) *Segundo halón:* para Quintero A. y Tomedes (ob. cit.) esta fase comienza desde el nivel anterior, en esta oportunidad ya inicia la flexión en la articulación de los codos hasta llevar

la barra a la altura de la articulación de las caderas donde se debe realizar el choque provocando una extensión completa de la articulación de las rodillas, esta fase es de gran importancia, ya que, el tronco va en dirección vertical para para que la barra pueda alcanzar la altura máxima y se pueda cumplir la próxima fase. Según (Gourgoulis y otros, 2002) expresan que el segundo halón, consiste en la extensión máxima de las piernas, caderas y tronco tomado de Quintero y Tomedes (2018). (ver figura 2).



**Figura 2. Fase del Segundo halón. Fuente: Quintero A. y Tomedes (ob. cit).**

Los autores se van a enfocar en el primer y segundo halón de esta modalidad, pues tratan de fomentar y aportar un registro significativo de carácter científico para esta nueva tendencia como lo es el CrossFit en Venezuela, así los entrenadores y practicantes podrían contar con un material que le podría servir como una guía o herramienta para el momento de realizar una mejora u/o correcciones en esta modalidad como lo es el snatch, por ende se van a tomar en cuenta esto se realiza con la finalidad de darle un aporte al CrossFit por medio de un estudio de fotogrametría en tres dimensiones (3D) y valorar el comportamiento de estas características biomecánicas en las mejoras de los resultados deportivos y la disminución de las posibles lesiones.

Ese sentido, se plantearon los siguientes objetivos para el desarrollo de la investigación.

#### *Objetivo General*

Describir las variables cinemáticas del snatch en los practicantes de CrossFit venezolanos por el plano sagital.

#### *Objetivo Específicos*

1. Calcular el tiempo del primer y segundo halón de la ejecución del snatch en los practicantes de CrossFit venezolanos.
2. Determinar el ángulo de proyección de la barra del primer y segundo halón del snatch en los practicantes de CrossFit venezolanos.
3. Calcular la velocidad vertical de la barra del primer y segundo halón del snatch en los practicantes de CrossFit venezolanos.



## Marco Referencial

Vale recordar que existe una importancia en esta investigación con respecto a la modalidad del CrossFit puesto a que en Venezuela es casi nula la información científica con relación a las mejoras del snatch estilo del CrossFit, dejando un aporte significativo puesto que esta práctica pareciera no tener límites en el desarrollo de sus actividades físicas. A pesar de que se encuentra casi información estudios científicos relacionados con el snatch en Venezuela los investigadores se están apoyando con las indagaciones referentes al levantamiento de pesas olímpicas.

Entre las revisiones de bibliografía se encontró un estudio realizado por Campos y cols. (2004) En Halterofilia uno de los objetivos de entrenamiento principales consiste en preparar a “los levantadores para generar fuerza máxima a la mayor velocidad posible”. En el presente estudio se analiza el patrón de ejecución de una levantadora española de élite durante ciclos de repeticiones de alta intensidad (90% de 1RM) en situación controlada de entrenamiento. “Se utiliza la metodología de fotogrametría 3D con dos cámaras de video sincronizadas (50 Hz)”.

En este sentido, se realiza un estudio correlacional y cálculo de las medidas de tendencia central, así como del coeficiente de variación para cada uno de los parámetros considerados. Los resultados muestran la tendencia a una mayor estabilización del modelo en algunos de los parámetros cinemáticos considerados a medida que se incrementa el peso para ajustarlo a la exigencia de aproximadamente el 90% de 1RM. “Esta tendencia se hace más patente en las últimas series y repeticiones de cada ciclo”.

En esa investigación los autores plantean la necesidad de seguir avanzando en el análisis del “modelo individual aplicando cargas ajustadas a 3, 4 y 5RM de intensidad para conseguir una mejor adaptación del patrón individual a los requerimientos del movimiento de competición”. De igual manera los autores proponen que, “también ampliar la muestra a un número mayor de levantadores/as de nivel élite para poder comprobar si se siguen confirmando las tendencias encontradas en este trabajo”.

AkkuS (2012) realizó un estudio cinemático del arranque durante el campeonato mundial de halterofilia 2010, categoría elite, la muestra la conformó de “7 mujeres japonesas halteristas, y el objetivo de esta investigación fue determinar el trabajo mecánico que realiza al levantar la pesa, con relación a la potencia de salida”, este autor igualmente estudio “la cinemática angular de las extremidades inferiores y la cinemática lineal de la barra, durante el primer y segundo jalón en el arranque”. Quien para poder darle desarrollo a su estudio analizó los mejores “7 levantamientos de las mujeres pesistas que participaron en el campeonato mundial de halterofilia 2010”.

Estas investigaciones aportan resultados favorables referentes a la información requerida con respecto a la ejecución del snatch, las cuales, le van a servir de ayuda a los entrenadores

---

y practicantes, pues con este avance se busca el impulso científico y tecnológico para superar en cada competencia el desarrollo y el rendimiento del practicante.

Es un estudio de tipo descriptivo y de campo, puesto a que se evaluó a los practicantes durante la ejecución del snatch. La población estuvo constituida por 12 practicante de CrossFit en el mes de noviembre 2016, mientras la muestra es de 7 practicantes, la misma está tomada intencionalmente por la totalidad de la población.

## Metodología

Se utilizó el método de la fotogrametría para el análisis de la destreza de esta manera obtener un estudio 3D. Se editará el video con el programa de MPEG Streamclip y se realizará por medio de una hoja de cálculos para obtener los valores temporales, espaciales y espacio-temporales de la modalidad este análisis del movimiento se realizará con el programa de SkillSpector.

Así, pues, el instrumento principal para sacar los cálculos de esta investigación será la hoja de cálculos de Excel 2010, también conocida como guía de observación estructurada, la cual, va a facilitar el vaciado de los datos observados, cuyos registros serán calculados y proseedo electrónicamente, esta hoja de cálculos está validada por las fórmulas físicas aplicadas en estudios comparativos (no publicados para la fecha) realizados al levantamiento de pesa específicamente con el atleta venezolano Keydomar Vallenilla en la instalaciones del Instituto Nacional de Deporte (IND), quien nos permitió obtener valores cuantitativos que luego se sustentaron con las diferentes bibliografías revisadas. La obtención de estos valores para el cálculo se recogió de la técnica fotogramétrica.

Para Quintero A. (cp. en Quintero A. y Tomedes 2018) exponen que para Izquierdo (2008), la fotogrametría es una técnica de análisis de movimiento a través del estudio de las imágenes, Fue de las primeras técnicas de análisis biomecánico que se aplicaron en el contexto científico a finales del siglo XIX. El análisis del movimiento realizado durante el gesto deportivo permite a los técnicos y entrenadores conocer como el deportista realiza la técnica y así plantear posibles modificaciones a la forma de realizar el gesto en función de las capacidades y características antropométricas de los sujetos.

## Resultados

### *Características temporales*

Las características temporales están constituidas por el tiempo que tarde el practicante en realizar cada fase de la modalidad, en esta oportunidad se va a medir el tiempo que de los practicantes en las dos primeras fases y el tiempo empleado en la culminación de movimiento.

El tiempo de la primera fase o primer halón se midió desde que el practicante inicia el despegue de la barra hasta el primer tercio del musculo cuádriceps, seguidamente se tomara el tiempo desde esa posición hasta el choque de la haltera con la articulación de la cadera.

Por último, se tomará el tiempo que tarde el practicante en estas dos fases. Durante esta indagación se encontró los siguientes resultados:

**Tabla 1.**  
**Tiempo de ejecución del primer y segundo halón del arranque**

		Tiempo de ejecución	
Autor	año	Primer halón	Segundo halón
Gourgoulis y cols.	2000	0,47+0,06	0,16+0,01
Arioch	2005	0,40-0,55	0,2
		0,48 + 0,05 0,35 –	0,14 + 0,03 0,11
Zissu y Altuve	2005	0,64	– 0,21

Se puede apreciar en la tabla 1, los tiempos propuestos por los autores señalados, apreciando el tiempo en estas dos fases, que serían las fases de mayor importancia de la levantada puesto que de allí dependerán la eficiencia y coordinación del movimiento para lograr llevar la barra a su máxima altura. En la tabla 2, se aprecia los valores registrados por los practicantes de CrossFit en estos dos tiempos.

**Tabla 2.**  
**Tiempo de la primera y segunda fases del snatch en el CrossFit**

Sujetos	Tiempo de fase 1 (s)	Tiempo de fase 2 (s)	Tiempo total de ambas fases (s)
<b>1</b>	0,48	0,19	0,67
<b>2</b>	0,38	0,22	0,61
<b>3</b>	0,43	0,26	0,69
<b>4</b>	0,27	0,23	0,51
<b>5</b>	0,50	0,17	0,67
<b>6</b>	0,47	0,21	0,68
<b>7</b>	0,41	0,21	0,62
<b>Mediana</b>	0,43	0,21	0,67
<b>Media</b>	0,42	0,21	0,63
<b>Desv Est</b>	0,08	0,03	0,06
<b>Valor</b>	0,50	0,26	0,69
<b>Máximo</b>			
<b>Valor</b>	0,27	0,17	0,51
<b>Mínimo</b>			
<b>Rango</b>	0,22	0,10	0,18

**Fuente: Quintero A. (ob. cit.). Factores biomecánicos del snatch en practicantes de crossfit venezolanos.**

La tabla 2, describió el tiempo de ejecución total y por fase del snatch del CrossFit, apreciando los valores alcanzados en la media, la cual en el primer halón presentó el siguiente valor 0,42 s, en el segundo halón registro 0,21 s, mientras que la media total fue de 0,63 s. Por otra parte, el sujeto 5 obtuvo un tiempo máximo en la primera fase de 0,50 s en la segunda fase el mismo sujeto arrojó un valor mínimo de 0,17 s su tiempo final fue 0,67 s. El sujeto 4 alcanzó un valor mínimo de 0,27 s con respecto al primer halón, en la segunda fase consigo un valor de 0,23 s, el tiempo final de este sujeto fue 0,51 s siendo el atleta que realizó el levantamiento más rápido de los 7 sujetos analizados. El sujeto 3 presento para el primer halón el siguiente valor 0,43 s, respecto al segundo halón el valor máximo alcanzado fue 0,26 s para un tiempo final referente a las 2 fases fue de 0,69 s. El rango Se encontró en 0,22 s para el primer halón, en el segundo halón reporto 0,10 s consiguiendo en la fase final el siguiente valor 0,18 s.

**Tabla 3.**

**Ángulo de proyección de la barra en el segundo halón del snatch en el CrossFit.**

Sujetos	Ángulo de proyección de la barra
Mediana	75,33
Media	74,41
Desv Est	6,36
Valor Máximo	83,03
Valor Mínimo	65,29
Rango	17,74

**Fuente: Quintero A. (ob. cit.). *Factores biomecánicos del snatch en practicantes de crossfit venezolanos.***

Se aprecia en la tabla 3, los ángulos de proyección de la barra con respecto a la coordenada vertical, donde la media represento un valor de 74,41°, por otra parte, la desviación estándar arrojó el siguiente valor 6,36°, como valor máximo se registró un ángulo de proyección en 83,03° respecto al rango de esta variable se apreció el siguiente valor 17,74.

**Tabla 4.**

**Velocidad lineal de la barra con respecto al primer y segundo halón del snatch en el CrossFit.**

Sujetos	Velocidad lineal de la barra en el primer halón por la X (m/s)	Velocidad lineal de la barra en el primer halón por la Y (m/s)	Velocidad lineal de la barra en el primer halón por la Z (m/s)	Velocidad lineal de la barra en el segundo halón por la X (m/s)	Velocidad lineal de la barra en el segundo halón por la Y (m/s)	Velocidad lineal de la barra en el segundo halón por la Z (m/s)
Mediana	0,08	0,85	0,00	-0,19	1,92	-0,05
Media	0,09	0,86	0,00	-0,20	1,86	-0,07
Des Est	0,06	0,10	0,02	0,23	0,32	0,10
Valor Máximo	0,18	1,04	0,03	0,03	2,29	0,01
Valor Mínimo	0,02	0,73	-0,04	-0,59	1,47	-0,28
Rango	0,15	0,31	0,08	0,62	0,82	0,28

**Fuente: Quintero A. (ob. cit). Factores biomecánicos del snatch en practicantes de crossfit venezolanos.**

En la tabla 4, se puede visualizar la velocidad de proyección de la barra, donde se aprecia la media de la primera ejecución registrando un valor por la coordenada X de 0,08, mientras por la Y obtuvo 0,85, por otra parte, la media con respecto al segundo halón fue de -0,19 por la X, por la Y es de 1,92 y en la Z presenta -0,05 el siguiente valor. La media para el primer halón es de 0,09 por la X, para la Y registra un valor de 0,86, los valores obtenidos para el segundo halón con respecto a la X son de -0,20, en relación con la Y fue 1,86 y para la Z fue -0,07.

Los practicantes registraron como valor máximo del primer halón con respecto a la coordenada X el siguiente valor 0,18 y en el segundo halón fue de 0,03, mientras el valor registrado en la coordenada Y es de 1,04 para el primer halón y de 2,29 con relación al segundo halón. Los valores mínimos obtenido en la primera fase por la Y es de 0,73, para la segunda fase el resultado obtenido fue 1,47.

**Discusión de los Resultados**

Para poder conocer los posibles errores que pudieron o no cometer los practicantes durante la ejecución de la destreza, los investigadores realizaron diversos análisis tanto cualitativos como cuantitativos, con el propósito de separar los datos y analizar los resultados obtenidos en el Excel, esto se realizó con el propósito de poder llegar a unas conclusiones y lograr dar respuestas a las variables de estudios seleccionadas en la investigación, así comprobar si existía alguna relación entre los valores obtenidos en las diversas bibliografías revisadas y los resultados encontrados en estas fases analizadas, se ejecutó de esta manera para sustentar la investigación

## Análisis de los resultados del tiempo de la primera y segunda fases del snatch en el CrossFit



**Gráfico 1. Tiempo de la primera y segunda fase del Snatch. Elaborado por Quintero A. (ob. cit.).**

En este gráfico 1, se puede apreciar los tres tiempos que se evaluaron durante la ejecución del snatch, el del primer halón; el mismo está descrito desde la posición de agarre o inicial hasta el tercer tercio del segmento muslo, el segundo halón; este inicia desde el tercer tercio del muslo hasta el choque que realiza el atleta con las caderas y por último se tomó el tiempo general, el mismo consta desde la posición de agarre hasta el segundo halón.

Se puede observar en el gráfico la actuación realizada por el sujeto 7 presentando un tiempo de 0,40 s desde la posición de agarre hasta el primer halón, en el segundo halón arrojó 0,20 s mientras el tiempo total de este sujeto fue 0,61 s. Por otra parte, se percibió al sujeto 4 quien presentó un tiempo de 0,27 s en la primera fase y de 0,23 s en el segundo halón, con relación al tiempo final obteniendo 0,50 s para estas dos fases, este sujeto fue quien realizó los menores tiempos durante su actuación, como también se observó que los resultados no coincidieron con las bibliografías registradas.

Los tiempos representados en el gráfico van a indicar la duración de cada una de las fases, señalando el tiempo empleado por cada sujeto analizado durante la actuación del snatch. En esta oportunidad se registró el tiempo de algunos atletas de CrossFit quienes se encontraron por debajo de la media tanto en el primer como en el segundo halón.

Estos resultados describen que algunos sujetos ejecutaron la levantada rápida mientras otros lo realizaron muy lentos, en cualquiera de los dos casos se conseguiría decir que, al realizar la ejecución muy rápida o lenta podría existir una deformación de la técnica, donde



el sujeto debe crear rápidamente una estrategia para obtener un mayor dominio del implemento durante esta prontitud o lentitud aplicada en tanto ocurre la transición, provocando un mayor esfuerzo innecesario, el cual generaría a futuro o en tiempo inmediato una lesión musculoesquelética. Es importante que el tiempo no sea mayor en el segundo halón del snatch, pues de esta manera los atletas no aprovecharan la velocidad lineal y angular de los segmentos.

El tiempo en estas dos fases tienen mucha importancia, puesto que juegan dos papeles fundamentales; el primero influiría en un lograr obtener una aceleración adecuado con respecto a la barra y el segundo es respecto al alcance de la velocidad necesaria para la barra durante la fase.

### **Ángulo de proyección de la barra con respecto al primer y segundo halón del snatch en el CrossFit.**



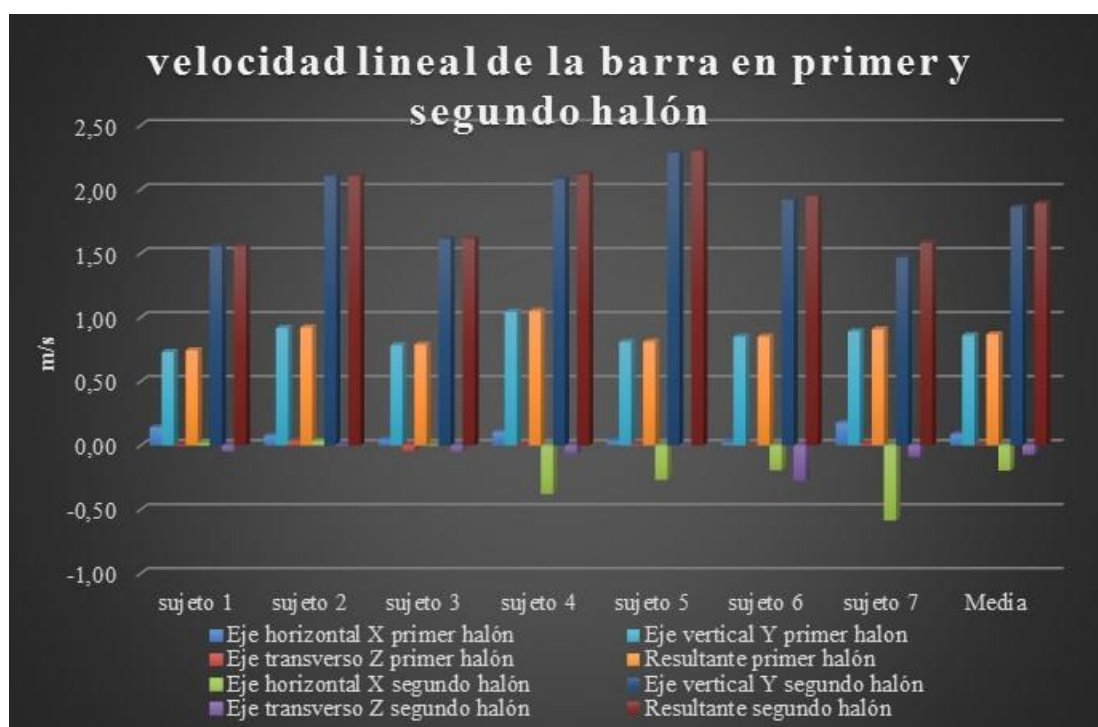
**Gráfico 2. Ángulo de proyección de la barra en el Snatch. Elaborado por Quintero A. (ob. cit.).**

Mientras que se observa en el gráfico 2, los cálculos de aproximación de proyección de la barra en los sujetos del CrossFit donde los sujetos 6 y 4 registraron un ángulo de proyección de 70° este resultado fue causado debido a que los practicantes después de la potente intensión que se presenta en las extremidades inferiores y la elevación de la articulación de las caderas hacia la coordenada vertical, no realizaron el choque de la barra con la articulación de las caderas, esto provocó que la barra no se redireccionará hacia la vertical perdiendo la

tracción automática que va a general la rotación del tronco en sentido opuesto a las agujas del reloj.

Razón por la cual los practicantes no aprovecharon al máximo la energía que generó el segmento tronco y las extremidades inferiores, si no que realizaron el movimiento netamente con sus extremidades superiores, hay que tomar en cuenta que las extremidades superiores son el eslabón más débil del cuerpo en este tipo de movimiento, el cual hay que proteger para evitar una posible lesión, en este movimiento está ocurriendo un mal funcionamiento de este eslabón y de los otros segmentos involucrados donde se podría decir que está generando un mal gesto técnico, el cual no es beneficioso para la ejecución.

### Velocidad lineal de la barra con respecto al primer y segundo halón del snatch en el CrossFit



**Gráfico 3. Velocidad lineal de la barra en el primer y segundo halón en el Snatch. Elaborado por Quintero A. (ob. cit.).**

En el gráfico 3, se observa los valores de aproximación con respecto a la velocidad obtenida por los practicantes estos resultados se están presentando por el plano sagital, donde se aprecia que los atletas en su velocidad inicial alcanzaron un valor de 0,18 m/s, este resultado se dio en la fase del primer halón de la barra de la plataforma, la cual se disminuyó cuando se pasó al segundo halón mostrando un valor de 0,03 m/s estos datos son obtenidos por la coordenada X. Para la coordenada Y los practicantes obtienen en el primer halón el

siguiente valor 1,04 m/s, mientras el sujeto 5 es quien aporta la mayor velocidad lineal de 2,29 m/s.

Según Leyva y Pérez (2002), Pierce y Byrd (2001) y Sufrashahar (2002), recomiendan disminuir la velocidad con respecto al primer halón para lograr disminuir la tensión que se está generando en el sistema óseo muscular, mientras que los practicantes realizan la mayor velocidad lineal de la barra en el segundo halón, hay que tomar en cuenta que estos cambios bruscos de velocidad existente puesto que se podría estar aumentando la distancia de aceleración del sistema sujeto-barra lo que le podría causar la pérdida del control del levantamiento al practicante, generando una mayor aplicación de la fuerza, una dirección y un sentido no acorde con el movimiento.

Por otra parte, se aprecia por los resultados obtenidos que los practicantes están ejecutando una técnica no tan eficiente, puesto a que la mayoría realizan el movimiento en un solo halón, generando una pérdida del aporte de los segmentos involucrado, provocando ángulos incorrectos en las articulaciones de la rodilla, perdiendo la transferencia de la fuerza al implemento y la aceleración máxima de los músculos de la espalda (Isaka, T., Gorgoulis V. et al 2002).

## **Conclusiones**

Durante la evaluación se obtuvo que los sujetos de CrossFit durante el levantamiento mantuvieran la barra en la zona no debida, lo que no permitió realizar una buena levantada, como también se encontró que estos sujetos desconocen la técnica adecuada que se debe aplicar para el snatch.

Por otra parte, se apreció una postura no adecuada lo que provocó errores simples y mecánicos los mismos generaron un mayor esfuerzo en el sistema musculo-esqueleto arrojaron una diferencia notable entre las variables registrada por los sujetos analizados.

Se puede apreciar el tiempo que emplearon los sujetos no fue el más acorde durante la levantada, ya que, no permitió una aceleración adecuada con respecto a la barra, estos valores repercutieron en la levantada hasta llegar a la fase final o de recuperación.

En cuanto a las otras variables los sujetos arrojaron una diferencia notable entre las velocidades y el ángulo de proyección de la barra, pues si estos resultados se relacionan con la biografía revisada, los sujetos de CrossFit no aplicaron una velocidad debida esto fue producto de la mala técnica empleada, generando la disminución del rendimiento durante la levantada.

Se podría decir que existen posibilidades de aumentar el rendimiento de los sujetos evaluados desde el punto de vista físico- matemático, esto se puede lograr atreves de la corrección de los errores generado por los sujetos de manera individual.

---

## Referencias

- AkkuS, H. (2012). *Kinematic analysis of the snatch lift with elite female weightlifters during the 2010 World Weightlifting Championship*. The Journal of Strength & Conditioning Research, 26(4), 897-905.
- Arioch, B. (2005). Executing.the.Snack. *Bodybuilding.universe*. (Revista en Línea). Disponible: [www.bodybuildinguniverse.com/routine8.htm](http://www.bodybuildinguniverse.com/routine8.htm). (Consulta el 25 de junio de 2007).
- Campos, J., Poletaev, P., Cuesta, A., Abella, C., & Tébar, J. (2004). *Estudio del movimiento de arrancada en Halterofilia durante ciclos de repeticiones de alta intensidad mediante análisis cinemáticos*. Motricidad. European Journal of Human Movement, 12, 39-45
- Chiu Loren Z.F. y Schilling, Brian K. (2008). [https://www.researchgate.net/publication/232099247\\_A\\_Primer\\_on\\_Weightlifting\\_From\\_Sport\\_to\\_Sports\\_Training](https://www.researchgate.net/publication/232099247_A_Primer_on_Weightlifting_From_Sport_to_Sports_Training) Volumen 27, Number 1. P 42-48.
- Crossfit, inc. 2014. *The crossfit training guide*. [Documento en línea]. Disponible: [http://library.crossfit.com/free/pdf/CFJ\\_English\\_Level1\\_TrainingGuide.pdf](http://library.crossfit.com/free/pdf/CFJ_English_Level1_TrainingGuide.pdf) [Consulta: 2015, noviembre 30].
- Garhammer, J. (1985). *Biomechanical Profiles of Olympic Weightlifting*. [International Journal of Sport Biomechanics], (1): 122-130.
- Izquierdo, M. (2008). *Biomecánica y Bases Neuromuscular de la Actividad Física y el Deporte*. Madrid: Medica Panamericana.
- Leyva, J. y Pérez, O. (2002). *Análisis de la Técnica del Arranque en Levantadores de Pesas Primera Categoría*. Trabajo de Diploma. Las Tunas: ISCF.
- Quintero, A. y Tomedes (2018). *Fases Cinemática de la modalidad del Snatch en el CrossFit venezolano*. Ministerio del Poder Popular para la Juventud y Deporte, Caracas-Venezuela.
- Quintero, A. (2018). *Factores Biomecánicos del snatch en practicantes de crossfit venezolanos*. Tesis de Maestría, trabajo no publicado, presentado a la Universidad Experimental Pedagógica Libertador, Caracas.
- Gourgoulis V., Aggeloussis N., Antoniou P., Christoforidis C., Mavromatis G., And Garas A. *Comparative 3-Dimensional Kinematic Analysis of Snatch in Elite Male and Female Greek Weightlifters*. Journal of Strength and Conditioning Research Vol 16nº3, 2002, Pp 359-366.
- Gourgoulis, V., Aggelousis, N., Mavromatis, G. & Garas, a. (2000). *three-dimensional Kinematic analysis of the Snatch of Elite Greek weightlifters*. Journal of Sports Sciences, 18 (8), 643-652.
- Isaka, T., J. Okada, And K. Funato. *Kinematic Analysis of the Barbell During the Snatch Movement of Elite Asian Weight Lifters*. J. Appl. Biomechanics Vol 12: pp 508-516. 1996.

- Pierce, K. & Byrd, R. (2001). *Application of Biomechanical Information on Young Weightlifters Performance*. Papers presented at the International Weightlifting Federation Scientific and Research Committee Meetings 2001.
- Sufrushahar, Y., Norhaslinda, H., Wilson, B. (2002). *Biomechanical Analysis of the Snack During Weightlifting*. Competition. Spain: ISBS.
- Zissu, M. & Altuve, H. (2005). Evaluaciones de atletas de alto rendimiento centroamericanos. Trabajo no publicado presentado al Instituto Nacional de Deportes. Caracas.

***La autora:***

**Profa. MSc. Aiskel de los Ángeles, Quintero Rondón.**

Profa. de Educación Física. Instituto Pedagógico de Caracas (UPEL-IPC). Master en Educación Física mención Biomecánica. UPEL-IPC. Doctorando en Ciencias de la Actividad Física y Deporte UPEL - Instituto Pedagógico de Maracay, de la República Bolivariana de Venezuela.



## **NORMAS DE PUBLICACIÓN DE LA REVISTA “ACTIVIDAD FÍSICA Y CIENCIAS”**

### ***Orientaciones para los Autores (as)***

La Revista *Actividad Física y Ciencias* está dirigida a la difusión de investigaciones culminadas o en proceso, ensayos originales, documentos, reseñas bibliográficas, experiencias pedagógicas, propuestas y otras informaciones de relevancia teórica o metodológica para investigadores. También se publicarán traducciones de trabajos que, de acuerdo al Consejo Editorial, sean de importancia en el área de interés de esta revista, en cualquier caso, todos los documentos enviados deben ser inéditos. Se podrá solicitar o aceptar réplicas a trabajos que aparezcan en el mismo número o en números anteriores, además se contará con un apartado informativo para ponencias y eventos.

El comité editorial tomará en cuenta principalmente documentos en el área de educación física, deporte, recreación y danza, considerando la convergencia de distintas disciplinas que estudian al ser humano como una integración bio–psico–social, como, por ejemplo: pedagogía, psicología, medicina, lingüística, sociología, antropología, biología, biomecánica, kinesiología, kinantropometría, historia, nuevas tecnologías, filosofía, estudios comparados, de género, etc.

El objetivo principal de esta publicación es el de contribuir con un espacio para el intercambio, discusión y divulgación de trabajos académicos que están enmarcados en el estudio de las áreas antes mencionadas. La temática de estudio del movimiento del ser humano es sumamente amplia y abarca muchos aspectos, a saber:

- Juegos tradicionales e indígenas.
- Estudios de carácter histórico-pedagógico y filosófico.
- Análisis de políticas, planes y proyectos educativos.
- Aspectos gerenciales: organización, mercadeo y financiamiento.
- Estudios sobre el currículo y la pedagogía.
- Análisis y propuestas de proyectos del deporte para todos.
- Deporte de alto rendimiento.
- Diseño y evaluación de estrategias para la enseñanza y el aprendizaje.
- Tecnologías de la información y la educación.





- Medicina aplicada al deporte.

Los documentos serán enviados a la revista por el correo electrónico: [actividadfisicayciencias64@gmail.com](mailto:actividadfisicayciencias64@gmail.com) o podrán ser entregados en disco compacto de acuerdo con las siguientes especificaciones:

- Los documentos tendrán un mínimo de 15 páginas y máximo de 30 páginas, a 1,15 espaciado entre líneas y párrafos.
- El formato será de hoja tamaño carta, en procesador de palabras Word u otro compatible con Windows 10 y versiones anteriores. En caso de usar Windows vista los autores se asegurarán de grabar los archivos en modo de compatibilidad.
- La fuente utilizada deberá Ser Time New Roman, número 12, sin maquetación alguna, ni tabuladores.
- Las ilustraciones (dibujos y figuras), cuadros, tablas y gráficos, irán en el lugar que ocupan en el texto.
- Las normas de redacción, presentación de cuadros, tablas y gráficos, uso de citas, señalamientos de autores, referencias bibliográficas y otros aspectos afines, deben ajustarse a las normas de la American Psychological Association (APA), establecidas en el Publication Manual of the American Psychological Association. También se podrá utilizar el Manual de Trabajos de Grado, de Especialización y Maestría y Tesis Doctoral de la UPEL (2016). En la dirección web de la revista se encuentran algunos ejemplos que los autores (as) podrán disponer de guías para la utilización del sistema APA.
- Los documentos pueden ser en español, inglés, portugués, italiano y francés. Los trabajos deberán incluir un resumen en el idioma en que se escriben y otro en inglés, que no exceda de 250 palabras. El mismo debe ser a un espacio y debajo las palabras claves (4 – 6).
- En la primera página el (los) autor (es) escribirán el título del trabajo, tanto en el idioma original como en inglés, además, centro habitual de trabajo, correo electrónico, teléfono, ciudad y país. La segunda página se inicia con el título del trabajo y los resúmenes. No se debe incluir nombre de el (los) autor (es).



***La revista puede aceptar investigaciones culminadas o en proceso y pueden ser:***

- Informe de Investigación, que contiene el reporte (final o parcial) de hallazgos originales, producto de trabajos de investigación. Deben respetar los apartados clásicos de introducción, metodología (diseño, sujetos, instrumentos y procedimientos), resultados y conclusión.
- Propuesta (proyectos factibles, proyectos acción, proyectos especiales) contiene los apartados diagnósticos, planteamiento y fundamentación teórica de la propuesta; procedimiento metodológico, actividades y recursos necesarios para su ejecución; análisis y conclusiones sobre la viabilidad y realización de la propuesta.
- Ensayo/ reseña pedagógica: contiene indicaciones sobre cómo desarrollar el proceso de inter aprendizaje, debidamente fundamentadas desde el punto de vista teórico y metodológico.
- Experiencia didáctica: se describen experiencias didácticas exitosas. Deben contener una breve sustentación teórica, la descripción de la experiencia, los resultados que produjo y las conclusiones a las que un texto expositivo, de trama argumentativa y de función predominantemente informativa, que desarrolla un tema, usualmente de forma breve; en su desarrollo no se pretende consumir todas las posibilidades, ni presentar formalmente pruebas ni fuentes de información.
- Reseña: es un comentario descriptivo y analítico de publicaciones recientes en el campo o área de conocimiento específico de la revista.
- Documento oficial: es una publicación de carácter oficial, pública o privada, nacional o internacional de naturaleza conceptual discursiva, programática o normativa.
- Monografía: es un texto expositivo, de trama argumentativa, de función predominantemente informativa, en el que se estructura, de manera analítica y crítica, la información recogida en distintas fuentes acerca de un tema determinado.



- Entrevistas: conversaciones con personalidades de reconocida trayectoria en el ámbito de la educación y en áreas afines, docentes, investigadores, escritores, pensadores, que pueden contribuir a fortalecer el campo educativo.
- Conferencias: también se publicarán ponencias y conferencias sobre educación que hayan sido presentadas en eventos, locales, regionales, nacionales e internacionales y que pudieran contribuir con la formación del magisterio y, en consecuencia, con el mejoramiento de la educación. De igual manera, las ponencias y conferencias publicadas, éstas deberán estar acompañadas de la reseña del evento donde fue realizadas.
- Informaciones de relevancia teórica o metodológica para investigadores.
- Traducciones de trabajos que, de acuerdo al Consejo Editorial, sean de importancia en el área de interés de esta revista, en cualquier caso, todos los documentos enviados deben ser inéditos. Se podrá solicitar o aceptar réplicas a trabajos que aparezcan en el mismo número o en números anteriores, además se contará con un apartado informativo para ponencias y eventos.
- Los artículos pueden ser enviados al correo electrónico [actividadfisicayciencias64@gmail.com](mailto:actividadfisicayciencias64@gmail.com)

***Otros aspectos a tomar en cuenta por el autor:***

- Enviar en orto archivo adjunto, enviar un breve curriculum vitae, del (de los) autor (es) que no exceda las 150 palabras. Además, una declaración de que el artículo no ha sido enviado a otro medio de publicación.
- Los trabajos no aceptados serán devueltos al (los) autor (es) con las observaciones correspondientes y no podrán ser arbitrados nuevamente.
- El contenido de los artículos es de entera responsabilidad del (de los) autor (es).
- El Consejo Editorial se reserva el derecho de constatar el cumplimiento de las normas editoriales antes de iniciar el proceso de arbitraje.
- El Consejo Editorial someterá los manuscritos a la consideración de árbitros, mediante el procedimiento de doble ciego. El veredicto será



notificado a los autores por el Consejo Editorial. El (los) autor (es) de los trabajos publicados serán notificados a través de una carta.

Lo no previsto en estas normas, será resuelto por el Consejo Editorial.



A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Bolívar'.

Profa. Dra. Grisell Bolívar M.  
Directora - Editora



La Revista **Actividad Física y Ciencias** es una publicación del Centro de Investigaciones en Estudios en Educación Física, Salud, Deporte, Recreación y Danza **EDUFISADRED**, registrado en la Subdirección de Investigación y Postgrado del Pedagógico "Rafael Alberto Escobar Lara" de Maracay. Por su periodicidad semestral, está destinada a difundir información actualizada sobre las áreas de educación física, deporte, recreación y danza. Su objetivo principal es generar un espacio para la investigación, intercambio, discusión y divulgación de trabajos académicos en las mencionados campos de estudio.



ISSN: 2244-7318



**Universidad Pedagógica Experimental Libertador - Venezuela**  
Instituto Pedagógico "Rafael Alberto Escobar Lara" - Maracay

