

**Orientaciones pedagógicas para fomentar el desarrollo de la competencia axiológica corporal en estudiantes de sexto, de una Institución Educativa de carácter pública, de Bucaramanga.**

**Autores:**

Helmer Durán Murcia  
hduran199@unab.edu.co

Wilson Zabala Herrera  
wzabala@unab.edu.co

**Maestría en Educación**

**Co-autora:**

María Piedad Acuña Agudelo

**Resumen**

Este artículo es producto de un proyecto enfocado en indagar el desarrollo de la competencia axiológica corporal, partiendo de asumir una perspectiva de la Educación física más amplia y compleja. Contiene reflexiones teóricas y orientaciones pedagógicas para el trabajo en el aula, permitiendo crear ambientes de aprendizaje para el desarrollo de competencias ciudadanas, la apropiación de valores, como la cooperación, el respeto, la igualdad y el trabajo en equipo, que sin lugar a dudas contribuyen a mejores conductas en la sociedad. Es un estudio cualitativo con enfoque de investigación acción. La muestra está conformada por estudiantes de sexto grado.

**Palabras clave:** Educación física, aprendizaje, práctica pedagógica, educación integradora, competencia axiológica.

**Abstract**

This abstract is the result of a project focused on the investigation about the development of the axiological corporal competition from the framework of the assumption of a wider and more complex perception of the Physical Education. It contains some theoretical reflections and pedagogical orientations to the classwork, allowing teacher to create educational environments for the development of the citizenship skills, the appropriation of values as the cooperation, the respect, the equality and the group work, those which contribute to the best behaviour in the society. It is a qualitative study focused on investigation – action process and the sample is conformed by sixth grader students.

**Key Words:** Physical Education, learning, pedagogical practice, integrative education, axiological competence.

## Introducción

El Ministerio de Educación Nacional (2010) ha reconocido las competencias: motriz, de expresión corporal y la competencia axiológica corporal, como los pilares de la educación física. La competencia *Axiológica Corporal* es entendida como “el conjunto de valores culturalmente determinados como vitales, conocimientos y técnicas adquiridos a través de actividades físicas y lúdicas, que apunta a la construcción de un estilo de vida” (MEN, 2010, pág. 23) También involucra los valores orientados al cuidado y respeto por el medio ambiente.

Es necesario reconocer que la Educación Física pretende “el desarrollo de la persona en su globalidad, lo que implica aspectos motrices, cognitivos, efectivos y sociales. Bajo esta perspectiva tiene mucho que aportar a las competencias básicas del currículum” Ortíz y Zagalaz (2010 pág. 52). Como lo señalan los autores la educación física tiene un impacto de forma global en la formación, que no se suele dimensionar, ni en las prácticas ni en los currículos.

Subestimar la importancia de esta área, parte del desconocimiento que se tiene a los objetivos de la Educación física, al respecto se han debatido ciertas ideas, cabe resaltar la expuesta por Gómez (2008) quien afirma que: “ Los objetivos de la educación física deben comprenderse como un producto del particular esfuerzo de la modernidad por perfeccionar la condición humana” (pág. 16) Esta definición pone de manifiesto que educar al cuerpo es una tarea que tiene impactos a nivel intelectual, moral y espiritual, es una perspectiva que no disocia la integralidad del ser humano.

Los enfoques pedagógicos que define el Ministerio de Educación (2010) exponen tres tipos de enfoque. El primero es el instrumental, el segundo es el de condición física y salud, y el tercero es Visión de totalidad. Este último es el que entra en consonancia con la intencionalidad de esta investigación. El MEN (2010) expone que las prácticas pedagógicas en la educación física deben estar orientadas a la formación de “estudiantes competentes para vivir humanamente como seres corporales en el horizonte del movimiento humano y el juego, en el cual se reconoce que el cuerpo no es un agregado, sino la condición de posibilidad de ser, estar y actuar en el mundo” (2010 pág. 3). Solo unas pocas tendencias pedagógicas, atribuyeron a comprender la educación física como un área que contribuye a la comprensión del mundo externo y a la ciudadanía.

Desde el tercer enfoque se destaca la postura de Molina y Antolín (2008) quienes afirman que la Educación física contribuye directamente al “desarrollo de la competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico y la competencia social y ciudadana, y de una manera menos directa a otras competencias (2008 pág. 84), estos autores muestran que la deficiencia en desconocer estas aportaciones se debe a la operativa formación que

recibieron la mayoría de profesores de Educación física, dado que su formación se centró en cómo percibir, y evaluar comportamientos y actuaciones que se puedan cuantificar en términos de rendimiento físico y no se les brindó una visión holística del área. El cuerpo humano fue visto como máquina más no como una herramienta de potencial desarrollo en el ser humano.

Como lo sostienen, desde el tercer enfoque, Rodríguez, Terrón, y García, (2010 pág. 144) “Estas entidades (mente y cuerpo), son anteriores al lenguaje y al pensamiento. El lenguaje supone el desarrollo y manejo de dos niveles de comunicación: verbal o comunicación a través de las palabras y No verbal o comunicación corporal, a través de gestos y posturas corporales concretas. Este segundo nivel de comunicación no verbal, es el que se relaciona directamente con el movimiento corporal”. Desde esta perspectiva, puede verse el hilo conductor entre la formación de la noción de cuerpo y su relación directa con procesos de pensamiento y por ende de comunicación.

### **Pregunta de Investigación**

Todo lo anterior lleva a formular la pregunta de investigación: ¿Cuáles son las orientaciones pedagógicas para fomentar el desarrollo de la competencia axiológica corporal?, y las preguntas directrices son: ¿Cuál es el papel del educador para desempeñar una educación física desde el enfoque por competencias?, ¿Cuáles son las premisas teóricas para renovar la práctica pedagógica en Educación Física? Y ¿Cuáles son los aportes de enfoques como la Educación somática del movimiento y la pedagogía de la motricidad para la Educación física?

### **Objetivos**

El Objetivo general fue: Fortalecer la competencia axiológica corporal a través del uso de estrategias pedagógicas en estudiantes de sexto grado, de una institución educativa de carácter público de Bucaramanga. Para dar cumplimiento a este, se plantearon como objetivos Específicos: a) Determinar nivel de uso de los indicadores de la competencia axiológica corporal en los estudiantes de sexto grado. b) Diseñar estrategias de aprendizaje relacionados con la competencia axiológica corporal. y c) Implementar actividades para desarrollar la competencia axiológica corporal en ambientes de aprendizaje en el aula de clase.

### **Marco teórico**

La conciencia corporal está ligada con una oportunidad para conocerse a sí mismo, por tanto si se logra estimular de forma adecuada se estaría haciendo aportaciones incalculables a la formación integral de los estudiantes. Poniendo en juego habilidades tanto de su inteligencia emocional como habilidades en su proceso meta-cognitivo. Sobre la forma en que se logra desarrollar la conciencia corporal, Carvajal, (2004), hace la siguiente

sugerencia: “Se desarrolla a partir de una actitud de escucha hacia sí mismo, de atención interna” (Pág. 14). Desde esta postura, se tiene en cuenta que cada estudiante tiene un ritmo propio, y que aprenderá a identificar sus fortalezas corporales y disposiciones de movimiento, así como trabajar sobre sus aspectos a mejorar.

Chaux, Lleras, y Velásquez (2004), afirma que la presencia de conflictos hace que las clases de educación física se conviertan en “un espacio propicio para aprender mecanismos pacíficos de resolución de los mismos, como la mediación. La mediación consiste en la intervención de un tercero neutral que ayuda a las partes en conflicto a llegar a un acuerdo para afrontar su problema” (pág. 166). Es de utilidad para el presente estudio en la medida en que realza la potencialidad de la educación física al educar para la paz. Los autores recalcan que es un área, en la que se puede fomentar el papel del estudiante como un mediador, reconociéndolo no como quien resuelve el problema que se presente, sino aquel que ayuda a que los involucrados vean una solución por sí mismos.

Mena, Bedoya, y Marín (2005) en su proyecto efectuado con una población educativa de Antioquia, Colombia, presentan un conjunto de orientaciones pedagógicas dirigidas a maestros y directivos. Los autores afirman que los docentes participantes en su proyecto, “pasaron del uso predominante de estilos de enseñanza tradicionales o directivos, a la práctica de estilos participativos,” (pág. 101) Lograron transformar sus prácticas y sobre todo al tener en cuenta que su estilo de enseñanza puede contribuir negativamente a modos de violencia, decidieron renovar su quehacer educativo.

Chinchilla (1999) brinda aportes de carácter histórico para vislumbrar el panorama nacional de la Educación física y analizó la producción investigativa de Colombia sobre la Educación Física. Se observa aportes de disciplinas como la medicina y la psicología. Concluye que se está dando un cambio en los discursos pedagógicos, pues ahora “Se pasa del discurso de la salud, la higiene y el fortalecimiento racial hacia el de los procedimientos de actividades pedagógicas y sus efectos formativos en la dimensión moral y cívica de la personalidad”(pág. 13) no solamente de habilidades corporales.

Otro antecedente, se relaciona con el estudio efectuado por Correa y Correa (2010) porque es necesario dar revisiones de orden conceptual sobre la corporeidad y motricidad, con el propósito de “lograr una educación integral que fomente el autoconocimiento, la expresión, la creatividad y la relación con otros. Posiblemente la omisión de estos componentes contribuya a una mayor apatía de los estudiantes en la realización de actividad física regular” (pág. 183). Así mismo, analizan la forma en que se incorpora la educación motriz en los currículos y afirman que no se debe limitar a una sola asignatura, sino abordarla de forma transversal.

Si se logra crear una cultura a nivel de sociedad, no se tendrá que enfatizar en este tipo de programas, sino que se convertirá en algo presente en nuestra sociedad, de forma natural.

Esto puede ser visto como una utopía, dado que es necesario desde ya gestionar el cambio de paradigma para que a través de los años se consolide una cultura de cuidado personal y de conciencia corporal.

Morales (2010) aborda el juego y sus implicaciones pedagógicas. El juego es una “conducta fundante de la humanidad del hombre, en tanto actividad desinteresada y propicia para el encuentro consigo mismo en virtud de su alejamiento del instrumentalismo y del utilitarismo imperante” (pág. 27). Igualmente, resalta su valor pedagógico en el fomento de la cultura, la formación de valores para la sana convivencia y el desarrollo de la persona como individuo de una comunidad.

Así mismo, afirma que la evaluación en el área de educación física tiene una marcada tendencia histórica que la orienta sólo a valorar cualidades físicas, y destrezas deportivas. Esta premisa será tenida en cuenta para elaborar en las orientaciones pedagógicas aportes a la forma de evaluar. Dado que es una actividad inmersa en el proceso de aprendizaje que no está siendo bien enfocada y necesita de una nueva formulación. Se requiere que la evaluación se conciba como una valoración de un proceso y no como un desempeño frente a una prueba, que existan más aportaciones teóricas y metodológicas frente a la evaluación en la Educación física.

Carvajal (2004) analiza el concepto de pedagogía de la corporeidad. Afirma que al hablar de ella no se puede desconocer el vínculo que se establece con el sistema nervioso, dado que desde éste se genera una impronta que incide en la imagen corporal que cada persona tiene sobre sí misma. Sostiene “tiende a volverse habitual, teniendo como consecuencia que la persona reaccione con patrones fijos, incapacitándola muchas veces para formar otra respuesta, es decir, le dificulta el proceso creativo y la capacidad de adaptación a una nueva situación o expresión” (pág. 12), en este caso señala la importancia que tiene el fomento de una imagen corporal asociada a la creatividad, y a la capacidad de comunicar y transmitir ideas.

Así mismo el autor menciona los principios a tener en cuenta, en el marco de una pedagogía de la corporeidad. Dichos principios son:

1. Principio de fluencia: captar las distinciones que hacen posible una acción, ser capaz de especificar la intención y estar en capacidad de lograrlo.
2. Principio de libertad: despertar el potencial para autorregular los propios procesos. Actuar por elección y no por hábito.
3. Principio de la creatividad: experimentar respuestas adaptativas y actuar desde diferentes opciones para alcanzar el propósito.
4. Principio de la transferencia: de los fundamentos básicos del movimiento a la complejidad del ser.

5. Principio de Goce: Disfrutar lo que se hace, sensación de comodidad y placer (pág.16).

En Brasil, Gómez y Pérez (2008) diseñaron y aplicaron instrumentos de recolección de información para indagar el nivel de competencia motriz, detectando si existían dificultades del movimiento en los estudiantes. Los autores hallaron que se “los escolares sin dificultades de movimiento presentan un menor componente de masa grasa que aquellos con algún tipo de dificultad. El porcentaje de grasa corporal aumenta conforme disminuye el nivel de competencia motriz de los sujetos” (pág. 242), lo cual establece una relación entre los excesos de masa corporal y las dificultades de movimiento.

Por otro lado el Ministerio de Educación de Chile (2001), hace una serie de conceptualizaciones valiosas sobre la forma en que se asume la Educación Física orientando su fin a desarrollar una aptitud física y motriz que esté ligada a la salud y a la calidad de vida. Define que los programas deben estar orientados a “que los alumnos y alumnas profundicen sus conocimientos relacionados con los beneficios biológicos, físicos y sociales que genera el entrenamiento de la aptitud física” Aylwin (2001 pág. 9).

Se considera un aporte relevante que el programa de Educación física brinda un espacio para el desarrollo de actividades motrices en las cuales prima el contacto con la naturaleza y las actividades de ventura, “Este nivel promueve el aprendizaje de aspectos que se relacionan con el clima, la geografía y la cultura de los lugares que serán visitados en actividades de campamento” (pág. 9) Esto implica que en las orientaciones de las actividades de campamento se abarquen contenidos técnicos, en los que se traten pautas de seguridad y equipos de cocina entre otras cosas.

Saraví (1995) parte de asumir la expresión corporal y la danza como actividades que permiten la comunicación gestual, a su vez que lo estético y la comprensión por el otro. Y resaltan el poco componente competitivo en estas dos actividades. El autor afirma que una de las prioridades del docente de educación física, es “favorecer un conocimiento mutuo que nos lleve al respeto, a la aceptación, a la no discriminación, sea el credo, religión, ideología, raza”) con el propósito que los cambios sociales se vivan en condiciones plenas de inclusión (pág. 9). Al finalizar la investigación, se sugiere que el docente, incluya en su metodología, los grupos de reflexión, caracterizados por el análisis y debates de temas precisos de discusión. Así mismo, que los docentes consulten con sus estudiantes, la forma en que prefieren trabajar en clases, ya sea clases mixtas o clases separadas por sexo.

Molina y Antolín (2008). En este documento los autores parten de reconocer que el cuerpo en movimiento es fuente de conocimiento. El cuerpo en movimiento es una fuente de conocimiento y no somos deudores de otras formas de desarrollo del mismo que se usan en las demás materias. En este sentido, en las competencias básicas del currículum oficial español subyace una Educación Física clientelar y deudora de objetivos “más elevados”.

Así, por medio de la Educación Física, mejoraremos la salud, el respeto a la naturaleza y el cuidado del medio ambiente, seremos mejores espectadores del deporte y otras finalidades similares de carácter extrínseco.

Ortiz y Zagalaza, (2010) plantean asumir la educación física como una oportunidad de conocimiento de sí mismo, que promueve una organización individual y colectiva. Los autores afirman que desde el marco de un trabajo de aprendizaje cooperativo y entre iguales, “Hacer hincapié en las competencias básicas exige orientar los aprendizajes para conseguir que los alumnos desarrollen diversas formas de actuación y adquieran la capacidad de enfrentarse a situaciones nuevas” (pág. 55).

Un estudio realizado en España, Italia, Francia y Portugal por Fraile (2006), consistió en dar a los estudiantes una base de conocimientos teóricos relacionados con la salud y el ejercicio físico, posteriormente proponen espacios de reflexión desde la práctica y el resultado fue crear hábitos saludables relacionados con su cuerpo (postura, alimentación, ejercicios). En este estudio, se pone de manifiesto uno de los errores más cometidos en las competiciones deportivas y es el considerar a la edad como el patrón común y no considerar el desarrollo físico, argumentan que tener la misma edad no asegura que se desarrollen las mismas destrezas.

Una de las conclusiones a la que llega el estudio, es que una similitud para los portugueses, españoles e italianos es que se puede considerar que “el deporte escolar no prepara para la competición, a pesar de que el deporte escolar reproduce el deporte de los adultos al dejarse en manos de las federaciones y de los equipos deportivos” (pág. 97) y argumentan que para ellos el deporte escolar dista mucho del deporte de competición.

## **Metodología**

En este trabajo se presenta el enfoque cualitativo, dado que es el investigador el principal instrumento de recolección de información, dado que busca comprender un fenómeno educativo. Hernández (2010) afirma que “La investigación cualitativa tiene relevancia específica para el estudio de las relaciones sociales, debido al hecho de la pluralización de los mundos vitales” (pág. 128) Una de las características propias es la reflexión del investigador sobre su propio estudio, como agente productor de conocimiento.

Se ha optado por la Investigación Acción, IA, propuesta por Car y Kemis (1986) y el equipo de la universidad de Deakin en Australia, desde comienzo de los años 80, quienes consideran la IA es un proceso de cambio social que se emprende colectivamente. La investigación acción no solo busca “la comprensión de los aspectos de una realidad existente, sino también en la identificación de fuerzas sociales y la relación que está detrás de la experiencia humana” (pág. 32)

Restrepo (2000) sostiene que la Investigación Acción ha venido desarrollando distintos enfoques, uno de ellos es la Investigación Acción Educativa, IA- E, la cual se convierte en una herramienta para que el maestro problematice su experiencia pedagógica y genere una dinámica de aprendizaje constante, en palabras del autor le enseña al maestro “cómo aprender a aprender, cómo comprender la estructura de su propia práctica y cómo transformar permanente y sistemáticamente su práctica pedagógica” (pág. 8), permite generar nuevos conocimientos al investigador y a las personas involucradas. Fases de la Investigación acción: Carr y Kemmis, organizan la I- A en dos momentos: Constructivo (Planificación y Acción) y Reconstructivo (Observación y Reflexión). (1986, pág. 197).

Se emplearon dos instrumentos: las encuestas y las notas de campo. Briones (1982) afirman que una encuesta es “una técnica de recogida de datos mediante la aplicación de un cuestionario a una muestra de individuos” (pág. 32) La encuesta va dirigido a los estudiantes de un curso de sexto grado, se plantea con el objetivo de caracterizar sus gustos, intereses y actividades alusivas a la educación física.

Las notas de campo son definidas por Bogdan (1987) como “instrumentos para recopilar datos cualitativos” (pág. 84) y complementa su definición aclarando que sí bien se suelen asociar al enfoque de investigación etnográfica, son un instrumento necesario en cualquier tipo de investigación porque permiten llevar registro y anotaciones de los factores observados. Las notas de campo están enfocadas a observar la actitud de los niños frente al desarrollo de la actividad, por tanto, se su formato es flexible.

Se diseñaron cuatro actividades pedagógicas. La primera Actividad fue Juego de Roles enfocado “valores en el deporte”, cuyo objetivo era enseñar a los estudiantes los valores en el deporte como responsabilidad, respeto, tolerancia, entre otros, a través de la estrategia didáctica juego de roles, para su realización se organizaron los grupos y se les asignó un valor, y debía recrear una situación deportiva en que lo pusieran en práctica, después de la actuación se realizaba una reflexión grupal.

La segunda actividad fue el estudio de caso “Diego Armando Maradona”, el objetivo de la actividad fue concienciar en los estudiantes hábitos deportivo, alimenticios y calidad de vida por medio de la presentación de un video sobre Diego Armando Maradona. La actividad consistió en ver el documental de la vida de este deportista y analizar sus hábitos de vida y sus valores.

La tercera actividad fue Interacción entre iguales “Pincho saludable”, cuyo objetivo es identificar los alimentos saludables por medio de la realización de un “pincho” hecho con frutas, se aprovechó para hablar de los valores nutricionales de las frutas y del manejo higiénico de los alimentos, finalmente se salió a un espacio verde de la Institución a disfrutar del pincho saludable.

La cuarta actividad fue manejo de recursos, cuyo objetivo fue sensibilizar al estudiante sobre el cuidado del medio ambiente a través de la reutilización del material reciclable, realizando una figura decorativa de navidad. Se realizó una reflexión sobre la contaminación ambiental y nuestro compromiso ecológico frente al planeta tierra y nuestra propia vida.

## **Conclusiones**

La gran mayoría de estudiantes opinan que las clases de educación física son agradables, este dato concuerda con los sondeos de opinión a nivel nacional hechos por Murcia y Jaramillo (2011) quienes afirman que esta clase despierta agrado en los estudiantes y que desafortunadamente en algunos casos se usa como castigo el hecho de no tener esta clase por no haberse portado bien. Se debe aprovechar el interés que la clase despierta para innovar con metodologías e incidir en la formación integral del estudiante.

Cerca de la mitad de estudiantes considera que realizar actividad física es el único objetivo de la educación física y pocos estudiantes consideran que es otro el objetivo de la clase. Chaux, Lleras, y Velásquez (2004) nos hablan que el objetivo del área de educación física se está limitando a solo realizar ejercicios, así como es visible en la población objeto de estudio. Es por tanto, tarea del educador, potenciar los nuevos sentidos y significado del área.

La gran mayoría de estudiantes piensan que en clase de educación física sí se valora el cuidado y la presentación personal. Al respecto Vergara, et al (2015) sostiene que la clase de educación física debe estar asociada a la creación de hábitos que incluso perduren toda la vida, hábitos alusivos a la presentación personal, a actitudes y a normas. Por otro lado, varios estudiantes consideran que la enseñanza de hábitos de cuidado personal y alimentación es importantes dentro de la clase de educación física. Se debe realizar acciones para que este porcentaje que no lo considera importante cambien la perspectiva, y esto se logra integrando a las actividades de educación física contenidos asociados con la competencia axiológica corporal.

La gran mayoría de estudiantes piensan que la evaluación de la clase de educación física está relacionada con el número de ejercicios realizados. Si bien es cierto que la educación física está asociada a las habilidades corporales, esto no es un único elemento de evaluación. Desde la perspectiva psico-corporal expuesta por Terrón, y García (2010) lo principal es tener una conciencia corporal y existen bailarines expertos que aún no la han logrado, esta conciencia hace alusión al manejo integral de nuestra mente-cuerpo.

Por tanto el papel del educador deberá ser incentivar en los estudiantes la comprensión de las posturas corporales que los estudiantes adoptan, pues pueden ser indicadores de malestares físicos o emocionales. Por otro lado es importante que se realicen ejercicios de

lectura a nivel corporal, este aspecto puede ser tenido en cuenta cuando el estudiante tenga una presentación oral, se exprese ante un público y para su día a día.

Casi la totalidad de estudiantes están de acuerdo con que la educación física es importante para el desarrollo integral, es importante que esto se haga una realidad en el aula. González (1996) sostiene que la dimensión política de lo corporal está poco abordado en las clases de las escuelas, solo se refuerza una racionalidad instrumental que refuerza ideales físicos o deportivos pero no se reflexiona sobre los valores del comportamiento humano.

De los datos analizados en esta categoría se concluye que la clase de educación física debe dar un giro hacia una pedagogía de la corporeidad. Las prácticas de la escuela están siendo repetidas años tras año sin ningún tipo de reflexión por parte de los docentes y a pesar que en otros países se están dando a conocer nuevos enfoques, aun en nuestra realidad predomina la visión instrumental del cuerpo.

Uno de dichos enfoques nuevos es la educación del movimiento somático, expuesto por varios autores, entre ellos Rodríguez, Terrón, y García (2010). Uno de los planteamientos de este enfoque es que se use el movimiento y la postura para que el estudiante desarrolle conciencia corporal. Desde este enfoque el estudiante reflexiona sobre su forma de vida, y consolida saberes y hábitos para lo largo de su vida, pues conoce que el bienestar del cuerpo es un reflejo del bienestar emocional de la persona.

Así mismo la salud es una prioridad para la clase de educación física, en tal medida se debe fomentar en el estudiante la creación de una imagen corporal positiva de sí mismo, por medio de actividades de auto-conocimiento y a su vez al identificar aspectos físicos o emocionales a mejorar se trabaje en pro de ellos. La salud vista no solo como la ausencia de enfermedad sino como el equilibrio entre mente y cuerpo que debe tener el ser humano.

Los factores culturales (hábitos de alimentación inadecuados, poca vitalidad, rechazo al deporte, entre otros) deben ser abordados en clase. Desde la clase de educación física el maestro puede convertirse en un agente que ayude a liberar bloqueos corporales en sus estudiantes, es decir, contribuir a que desarrollen habilidades corporales y mejor expresión corporal. Para que los factores culturales sean fácilmente impactados se debe buscar la mayor integración posible de padres de familia.

Se indagó si los estudiantes realizaban actividad física por fuera de clase, y se encontró que 19 estudiantes manifiesta que “regular”. El promedio de actividad física por fuera de clase es de 78 minutos equivalentes a una hora y 18 minutos diarios. El promedio de actividad física a la semana es de tres días. Durante la adolescencia se estima que se debe hacer una hora de ejercicio todos los días de la semana, aunque el promedio diario sugerido por los expertos sobrepasa el promedio grupal, la frecuencia de ejercicio semanal es inferior al sugerido, solo 3 días cuando debería darse los 7 días de la semana.

Al indagar sobre los limitantes para hacer actividad física se encontró que el promedio asignado para los compromisos académicos como limitante de la actividad física es de 6, en un rango de 1 a 8, y la falta de tiempo es de 5, puede inferirse que son valores altos. De ahí la importancia de que la institución educativa asuma una nueva perspectiva de la dimensión corporal y de lo necesario que es su correcto funcionamiento para el rendimiento académico.

El promedio de la falta de opciones deportivas como limitante de la actividad física es de 5 y el de las instalaciones deportivas es de 6 en un rango de 1 a 8. Las alternativas de solución que pueden pensarse en este caso están alusivas al fomento de nuevos deportes, incluso de actividades lúdicas tradicionales que puedan ser rescatadas del patrimonio cultural de la región.

El promedio de la apatía como limitante de la actividad física es de 4 en un rango de 1 a 8. Y el promedio del desinterés es de 4 en un rango de 1 a 8, son los rangos más bajos, que se obtuvieron de limitantes, sin embargo pueden ser abordados con acciones concretas como sensibilizar la importancia que tiene en nuestra vida la actividad física y en nuevas metodologías de enseñanza, pues los estudiantes suelen hacer en educación física lo mismo en casi todos los años de escolaridad.

El promedio de la autorización de los padres como limitante de la actividad física es de 5 en un rango de 1 a 8, es un valor alto, del cual se puede inferir que como factor cultural algunos padres consideran que el deporte es una pérdida de tiempo o es un distractor para los deberes académicos. Por tanto se debe liderar una estrategia de vinculación de los padres de familia, sobre todo porque su participación es necesaria en el cultivo de buenos hábitos alimenticios y aspectos asociados a la salud.

### **Orientaciones pedagógicas**

En el juego de roles, el maestro debe tener en cuenta, el hecho de escoger una situación que sea lo suficientemente pertinente para el contexto, en el caso de la población, el hecho de ser bueno en fútbol pero no rendir académicamente, es una situación que se presentó en algunos estudiantes y aún sigue ocurriendo, por tanto es pertinente para analizar pues moviliza sentimientos y experiencias que algunos han vivido.

En cuanto al estudio de caso, se observó que tuvo un gran impacto, al ser una persona conocida mundialmente y que incluso muchos de los estudiantes hombres pueden tener como un modelo a seguir, por las habilidades con el fútbol de Maradona. Genero asombro el conocer situaciones puntuales del futbolista como el consumo de cocaína y la fama mal llevada. La actividad cumplió con el objetivo deseado, el cual era que a partir de la reflexión los estudiantes identificarán hábitos saludables que deben cultivar desde temprana edad.

El estudio de caso como estrategia para promover la competencia axiológica corporal en los estudiantes, fue la de mayor acogida por parte de los estudiantes. El documental en el que conocieron la vida del futbolista centro su atención completa, por tanto se recomienda combinar en esta estrategia el uso de las tecnologías de la información para dar a conocer el caso en particular que se estudiará.

La segunda parte del estudio de caso abarca que una vez vista la información del caso, se genere un análisis a partir de preguntas problemáticas. Se sugiere que sean pocas preguntas, (en este caso se utilizaron dos) y que sean lo suficientemente generales para ser planteadas desde diversos puntos de vista. Las preguntas son necesarias pues dan un orden a los debates, y al ser pocas los estudiantes pueden concentrarse mejor en sus argumentos.

Se recomienda promover el uso de la escritura, es decir, que dentro de los grupos de debate se nombre internamente un moderador y un relator, el primero para que los estudiantes se expresen ordenadamente y el segundo para que las ideas principales queden plasmadas. Posteriormente cada grupo de discusión da a conocer su postura y el docente como moderador orienta para que se llegue a unas conclusiones colectivas.

La estrategia de manejo de recursos es muy pertinente para el indicador de cuidado del medio ambiente que abarca la competencia axiológica corporal. Desde la clase de educación física se puede incentivar la adquisición de una conciencia planetaria con pequeñas acciones como transformar los residuos sólidos en objetos decorativos, o a los que se pueda dar un segundo uso.

Esta estrategia puede llegar aún más a fondo y plantear desde la clase de educación física, una serie de proyectos ambientales como usar las botellas plásticas para fabricar cajas de juguetes para los estudiantes de preescolar, sillas que permitan el descanso en las zonas verdes, y generar un concurso en el que se premien las mejores ideas ecológicas por curso, esto con el apoyo de áreas como ética y ciencias naturales, entre otras.

Los hábitos alimenticios es un componente de la educación física que no se suele abordar en esta institución educativa, a pesar que es un componente tan importante en el bienestar físico. El pincho saludable es una actividad que puede variarse con diversas frutas de tal forma que los estudiantes conozcan las propiedades nutricionales de cada una. Esta estrategia debe tener una vinculación fuerte con los padres de familia, en la medida que son los agentes responsables de suministrar los alimentos y suelen caer en hábitos pocos saludables como la ingesta excesiva de harinas, paquetes y gaseosas.

Un punto culminante de esta estrategia puede ser un concurso de cocina con los padres, de tal forma que se den a conocer platos no solo saludables (verduras, frutas) sino también la manera de presentar de forma atractiva los alimentos. La actividad hace parte de la estrategia “interacción con otros”, y al generar espacios de cocina con padres se cumple este objetivo.

Como lo afirma Ortíz y Zagalaz (2010 pág. 52) la educación física tiene mucho que aportarle al currículo, así que como sugerencia metodológica, se recomienda a los docentes del área de educación física de la institución convocar a una reunión pedagógica en que los colegas de las otras áreas, y socializan un currículo de educación física basada en el enfoque de competencias.

Esta reunión tiene dos objetivos, el primero es sensibilizar sobre lo subestimado que esta el área de educación física y segundo concretar las formas de integración curricular. El objetivo de las actividades pedagógicas en el área de educación física no se limitará a desarrollar ejercicios físicos sino a fomentar indicadores de la competencia axiológica como: formación de valores, cuidado del medio ambiente, alimentación sana e interacción con otros.

Como lo afirman Gómez (2008) Los objetivos de la educación física deben estar orientados a perfeccionar la condición humana, por tanto tener un impacto no solo corporal, sino intelectual, moral y espiritual. Si se siguen las estrategias de juego de roles, estudio de caso, interacción con otros y manejo de recursos, se está dando respuesta al enfoque promulgado por el Ministerio de educación nacional, conocido como Visión de la totalidad. Recordando que dicho enfoque está asociado a desarrollar competencias para vivir humanamente como seres corporales, y en las estrategias se pueden crear ambientes de aprendizajes que facilitan la apropiación de nuevos estilos de vida más saludables y amigables con el medio ambiente, y que los estudiantes sean conscientes que la dualidad cuerpo y mente está estrechamente vinculados.

Las actividades planeadas para el área de educación física deben tener en cuenta los principios sintetizados por Carvajal (2004) Principio de fluencia, de libertad, de creatividad, de transferencia y de Goce. Estos principios se resumen en actividades que los estudiantes puedan disfrutar, ejercitar movimientos y acciones novedosas, así como estar orientadas a la creación de hábitos saludables.

## **Referencias**

Aylwin Oyarzon, Mariana (2001). Educación Física. Gobierno de Chile. Ministerio de Educación.

Bogdan, Taylor (1987) Introducción a los métodos cualitativos de investigación: la búsqueda de significados. Volumen 37 de Paidós básica. Traducido por Jorge Piatigorsky. Editorial Paidós.

Briones, Guillermo (1982) métodos y técnicas de investigación para las Ciencias Sociales. México: Editorial Trillas.

Carvajal, J. A. C. (2004). Pedagogía de la corporeidad y potencial humano. Educación física y deporte, 23(1), 7-17.

- Chaux, E., Lleras, J., y Velásquez, A. M. (2004). Competencias ciudadanas: de los estándares al aula. Una propuesta de integración a las áreas académicas.
- Chinchilla, Jairo (1999). Historiografía de la educación física en Colombia. *Revista Colombiana de Educación*, 38-39.
- Correa, A. M. G., y Correa, C. H. G. (2010). Educación Física desde la Corporeidad y la Motricidad. *Hacia la promoción de la Salud*, 15(2), 173-187.
- Fraille, A., y de Diego, R. (2006). Motivaciones de los escolares europeos para la práctica del deporte escolar. Un estudio realizado en España, Italia, Francia y Portugal. *Revista internacional de sociología*, 64(44), 85-109.
- González, J. I. B. (1996). Cultura profesional y currículum (oculto) en educación física. Reflexiones sobre las (im) posibilidades del cambio. *Revista de educación*, (311), 13-49.
- Gómez de Ávila, E. M. G., y Pérez, L. M. R. (2008). Problemas De Coordinación Motriz Y Porcentaje De Grasa Corporal En Escolares. *Colégio Brasileiro de Atividade Física, Saúde e Esporte*.
- Gómez, Z. P. (2008). De la educación física y el uso de sí: ejercicios estético-políticos de la cultura somática moderna. *Movimiento*, (2), 13-37.
- Mena, M. B., Bedoya, V. A. M., y Marín, E. D. J. V. (2005). Los estilos directivos y la violencia escolar. Las prácticas de la educación física. *Revista iberoamericana de educación*, (38), 87-103.
- Ministerio de Educación Nacional MEN, (2006). Propuesta de lineamientos para la formación por competencias en educación superior Recuperado de:  
[http://www.mineduacion.gov.co/1621/articles261332\\_archivo\\_pdf\\_lineamientos.pdf](http://www.mineduacion.gov.co/1621/articles261332_archivo_pdf_lineamientos.pdf)
- Ministerio de Educación Nacional MEN (2008). La Apuesta por Habilidades, Destrezas, Disposiciones o Hábitos y/o Competencias Genéricas. Recuperado de:  
[griescedhabiger.wordpress.com/.../la-apuesta-por-habilidades-destrezas-d...](http://griescedhabiger.wordpress.com/.../la-apuesta-por-habilidades-destrezas-d...)
- Ministerio de Educación Nacional MEN (2008). Propuesta de Lineamientos para la Formación por Competencias en Educación Superior.  
[www.mineduacion.gov.co/.../articles-261332\\_archivo\\_pdf\\_lineamiento](http://www.mineduacion.gov.co/.../articles-261332_archivo_pdf_lineamiento).
- Ministerio de Educación Nacional (2009). *Revista de Formación e Innovación Educativa Universitaria*. Vol. 2, Nº 2, 87-97. Recuperado de: [webs.uvigo.es/refiedu/num\\_es.htm](http://webs.uvigo.es/refiedu/num_es.htm)

- Molina Alventosa, J. P., y Antolín Jimeno, L. (2008). Las competencias básicas en educación física: una valoración crítica.
- Morales, R. (2010). Elementos para una aproximación al trabajo teórico de la Educación Física en Colombia. *Educación física y deporte*, 12(1, 2), 9-28.
- Murcia Peña, N., y Jaramillo Echeverri, L. G. (2011). Imaginarios del joven colombiano ante la clase de educación física. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 3(2).
- Ortíz, D. C., y Zagalaz, M. L. (2010). Aportaciones del área de educación física a la competencia básica «Aprender a Aprender». *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (18), 52-55.
- Rodríguez Jiménez, R. M., José Terrón, M., y García, P. (2010). Recursos creativos corporales y uso de la comunicación no-verbal para el desarrollo y evaluación de competencias genéricas En alumnos de grado. *REDU. Revista de Docencia Universitaria*, 8(1), 142.
- Saraví, J. R. (1995). Hacia una Educación Física no sexista. *Educación Física y Ciencia*, 1, 32-40.
- Vergara, M., Elzel, L., Ramírez, R., Castro-López, R., y Cachón, J. (2015). Actividad física en estudiantes de octavo curso de educación básica de la comuna de río bueno (chile). *Journal of Sport and Health Research*, 7(1), 43-54.