

DIMENSIÓN



Revista Científica

DEPORTIVA

UNIVERSIDAD
DEPORTIVA
DEL SUR

UNIVERSIDAD DEPORTIVA DEL SUR, SAN CARLOS - COJEDES, VENEZUELA

Año 2015 N°9



Universidad, Ciencia y Comunidad

DIMENSIÓN

DEPORTIVA



UNIVERSIDAD
DEPORTIVA
DEL SUR

DIMENSIÓN DEPORTIVA

Una contribución al conocimiento científico en el ámbito deportivo

Número 9. Enero-Julio 2015

REVISTA ARBITRADA
PERIODICIDAD: SEMESTRAL

Indizada en LATINDEX; Folio: 22295

La Revista **Dimensión Deportiva** es una publicación semestral de la Universidad Deportiva del Sur, editada por la Dirección de Investigación y Postgrado, creada con la finalidad de divulgar información actualizada sobre las áreas de conocimientos relacionadas con las ciencias de la cultura física, el deporte, la actividad física, recreación, gerencia, pedagogía y psicología deportiva en el ámbito nacional e internacional, producto de investigaciones inéditas.

Coordinador General: Ph.D. Pedro Javier Ruiz Aular

Coordinación de los Consejos de Áreas: MSc. Luis Miguel Díaz

Diseño y digitalización de portada: TSU. Jorge Pulido.

Diagramación: TSU. Eduardo Guevara

Foto de Portada: Javier Pimenter

IMPRESIÓN: Ediciones Universidad Deportiva del Sur

Dirección: Dirección de Investigación y Postgrado. UDS. Vía Manrique, Av. Universidad km. 2. San Carlos estado Cojedes.

Teléfonos: (0258) 4333580

Email: diyp@uideporte.edu.ve // pedroruizuds@gmail.com

Revista disponible en www.uds.edu.ve

Depósito Legal N°: pp.201102CO3987

ISSN: 244-8292



SE IMPRIMEN 500 EJEMPLARES

REVISTA CIENTÍFICA DIMENSIÓN DEPORTIVA

Nro. 9 Enero-Julio 2015

AUTORIDADES

MSc Alberto Martin Phillys Roberts
Rector

MSc Dayse Machado
Vicerrectora Académica

MSc. Miriam Rodríguez
Secretaria General

CONSEJO EDITORIAL DE LA UNIVERSIDAD DEPORTIVA DEL SUR

Coordinador General del Consejo Editorial
Ph.D Pedro Javier Ruiz Aular

Coordinador de Consejos de Áreas
MSc. Luis Miguel Díaz

Coordinadora Operativa
TSU. Verónica Ramírez

Consejo Asesor
Dra. Ana de Gagarozo
Upel Barquisimeto
República Bolivariana de Venezuela

Dra. Crisálida Villegas
Upel –Maracay
República Bolivariana de Venezuela

MSc. Susana Quintero
Universidad Experimental de los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora
República Bolivariana de Venezuela

Lcda. Rosa Amelia Herrera
Universidad Deportiva del Sur
República Bolivariana de Venezuela

Dr. Vladimir Dutov
Universidad Internacional de Innovación
Federación de Rusia

Dr.C Alexander Druzhinin
Universidad Federal del Sur
Federación de Rusia

Consejo de diseño y diagramación
TSU. Jorge Pulido Funes
TSU. Eduardo Alexander Guevara Olivero

Secretaría Técnica:
Lcda. Rosa Amelia Herrera

Director de Canje
Lcdo. Marcos Alexander Macías García

CONTENIDO

EDITORIAL.....	07
Msc. Luis Miguel Díaz Coordinador de Deportes de la UDS.	
LA FORMACIÓN AMBIENTAL EN LA UNIVERSIDAD DEPORTIVA DEL SUR DESDE LA RECREACIÓN.....	09
MSc. Yarith Coromoto Navarro Escalona, Dr.C. Odalis Ruano, Dr.C. Desiderio A. Sosa Loy, Dr. C. José Luis Santana	
LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO CIENCIA.....	15
MSc.Elsy Moreno	
LA ETICIDAD DEL DOCENTE UNIVERSITARIO: UN CONSTRUCTO TEÓRICO PARA LA CONVIVENCIA.....	21
Pilar C. Guerra Q.	
JUEGOS FÍSICO- RECREATIVOS PARA ESTIMULAR LAS HABILIDADES DE CORRER, SALTAR Y LANZAR EN NIÑOS (AS) DE 5 A 6 AÑOS DE LA COMUNIDAD CONAIMA DEL ESTADO, COJEDES.....	31
Duglas David Días Chacón, Annette Núñez González	
EL BLOG PARA LA DIVULGACIÓN Y PRODUCCIÓN CIENTÍFICA ACADÉMICA DEL DOCENTE INVESTIGADOR DE LA UDS.....	39
MSc. Dalui Monasterio, Coautor: MSc. Luis Díaz	
BATERÍA DE EJERCICIOS FÍSICOS TERAPÉUTICOS PARA DISMINUIR EL ESTRÉS LABORAL DEL PERSONAL ADMINISTRATIVO DE LA UNIVERSIDAD DEPORTIVA DEL SUR.....	45
Iván Ramón Montoya, Sergio Arquímedes Milán Olivera, Miriela Montesino Mascareño	
DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN DEL PROCESO DE ATENCIÓN A LAS EMBARAZADAS DE LA COMUNIDAD “MANUEL MANRIQUE”, SAN CARLOS, COJEDES.....	53
Lcda. Adilia Blanco, Coautor: MSc. Reinerio J. Fonseca Castillo	
NORMAS PARA LA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS EN LA REVISTA CIENTIFICA DIMENSIÓN DEPORTIVA.....	60
INDICE ACUMULADO.....	64,70

EDITORIAL

La Revista Científica “Dimensión Deportiva” (ISSN: 244-8292) Indizada en LATINDEX; Folio: 2229 de la Universidad Deportiva del Sur (Cojedes Venezuela) que nace en el 2011, es una publicación arbitrada, de frecuencia semestral, especializada en las ciencias del deporte, actividad física y gerencia deportiva. La creación de esta revista científica, surge de las inquietudes intelectuales y profesionales del colectivo docente de esta joven casa de estudios, es por ello, que en el desempeño de la labor docente e investigativa, comprometidos con nuestras responsabilidades, e ilusionados con los proyectos de esta universidad, proponemos un espacio de difusión científica institucional en el que se divulguen los resultados de investigaciones que viabilice una plataforma de debate nacional e internacional sobre esta temática, al mismo tiempo que establezca como proyecto futuro canales de apertura hacia el exterior.

Es propicio destacar que la Universidad Deportiva del Sur en sus 10 años tiene una revista de acceso abierto lo que significa que todo el contenido es de libre acceso y sin ningún coste para el usuario/a o para su institución. Los usuarios pueden leer, descargar, copiar, distribuir, imprimir, buscar o enlazar con los textos completos de los artículos de esta revista sin pedir permiso previo del editor o el autor. Actualmente, la hemeroteca digital consta de más de 69 artículos. Asimismo, se pretende ampliar la accesibilidad de la revista aprovechando las herramientas proporcionadas por las nuevas tecnologías. La revista publica una media de 18 artículos al año, se han publicado 10 números en digital desde el hace 5 años. Esta publicación periódica ahora Indizada en ha venido creciendo al ritmo de la universidad, y como ella también ha sido parte del proceso de transformación permanente de la Universidad Deportiva del Sur.

Tienes propósitos como certificar, comunicar y divulgar la producción científica de los ámbitos de la Actividad Física y de las Ciencias del Deporte y, de esta manera, contribuir a la legitimación académica y social de nuestra área curricular: Actividad Física y Salud, Entrenamiento Deportivo Gerencia Tecnológica como materia nuclear en el diseño curricular de pre y posgrado de la educación universitaria.

Reflejar el papel del deporte, como desarrollo social y símbolo cultural de nuestra época, como elemento dinamizador del cambio social y como instrumento de formación para todos los segmentos de la población. En otro orden de ideas va a potenciar los trabajos interdisciplinarios de las humanidades y las ciencias sociales en torno al deporte y a la actividad física.

La revista va a contribuir a la investigación e innovación de todas aquellas áreas de estudio que nutren la preparación física y el rendimiento deportivo: biomecánica, cinesiología y tecnología del ejercicio físico, fisiología del esfuerzo, métodos de entrenamiento, nutrición del deporte, reeducación funcional de las lesiones, etc.

Finalmente la revista “Dimensión Deportiva” solo acepta estudios originales procedentes de una investigación que aporten novedades significativas en un campo específico, estudios que confirmen teorías importantes vigentes, trabajos con procesos metodológicos innovadores o artículos de revisión rigurosos. También se aceptan artículos de experiencias pedagógicas, de opinión o de debate sobre un tema de interés y/o polémica a juicio del Consejo Editorial. Es un honor sentir especial satisfacción por la labor realizada hasta ahora en la divulgación científica, lo que nos compromete aún más en esta ardua y delicada tarea de llevar el conocimiento como parte de la proyección científica.

Msc. Luis Miguel Díaz
Coordinador de Deportes de la UDS.

LA FORMACIÓN AMBIENTAL EN LA UNIVERSIDAD DEPORTIVA DEL SUR DESDE LA RECREACIÓN

RESUMEN

Autores:

MSc. Yarith Coromoto Navarro Escalona

Dr.C. Odalis Ruano

Dr.C. Desiderio A. Sosa Loy

Dr. C. José Luis Santana

Actualmente existe preocupación mundial por la conservación del ambiente y el papel que le corresponde a la educación ambiental en las instituciones educativas y más concretamente a la universidad, dada la función social que cumple en formar profesionales comprometidos que respondan a las exigencias del desarrollo sustentable como nuevo paradigma del desarrollo y para transitar hacia él se requieren cambios en los valores, las actitudes, los comportamientos, con el fin de que sean consonantes con la nueva visión sobre el desarrollo económico y social desde la perspectiva ecológica. Al respecto, la Universidad Deportiva del Sur a través de su hacer educativo puede contribuir a la formación ambiental de su colectivo estudiantil desde la recreación, no obstante en ella se observa escasa realización de actividades recreativas que propenda a la formación ambiental.

Palabras claves: formación ambiental universitaria, recreación.

Recibido: 12 de enero de 2015

Aceptado: 19 de marzo de 2015

ABSTRACT

Currently there is global concern for environmental conservation and the proper role of environmental education in educational institutions and more particularly to university, given the social function of forming committed professionals that meet the requirements of sustainable development as new development paradigm and to move towards it requires changes in values, attitudes, behaviors, so that they are consonant with the new vision of economic and social development from an ecological perspective. In this regard, the University Sport South through their education do can contribute to the environmental education of its student body from recreation, though her poor performance of recreational activities that will lead to environmental training is observed.

Keywords: university environmental education, recreation,

INTRODUCCIÓN

Hoy día las universidades son un importante motor de progreso y bienestar para la sociedad, por tanto, los escenarios actuales obligan a que fortalezcan sus funciones sustanciales como lo son: la docencia, investigación y extensión universitaria como parte importante de las soluciones a los diferentes problemas que las afectan, entre ellos, el de su insostenibilidad. En este sentido Tilbury (2008) citado en Barañaño (2012), afirma que “cada vez son más las instituciones de educación universitaria que se preocupan por desarrollar procesos educativos para contribuir a una economía más verde y a un futuro más sostenible” (p.30).

Es evidente que la misión universal de las universidades es ser el espacio para que las ideas y el conocimiento florezcan de manera libre y generen aportes al progreso de la humanidad con equidad, en armonía con la naturaleza y de manera sostenible, es decir, las universidades a través de su hacer educativo pueden contribuir al desarrollo sostenible y a mejorar las perspectivas de equidad y paz en el mundo a través de experiencias de aprendizajes que faciliten la sabiduría para el progreso social y humano, todo esto fundamentado en los valores más altos del género humano como son la creatividad, la tolerancia, la

justicia, el respeto y la sensibilidad.

Un planteamiento interesante al respecto es el que realiza Novo, M. (2009), cuando expresa que es necesario que la educación, como instrumento de socialización y de actitud crítica, adopte respuestas válidas para los retos que tiene planteada la humanidad. Siendo uno de esos retos, quizás el más relevante en este momento de globalización, el de reorientar formas de vida responsables, moderadas y sencillas, para romper con el círculo vicioso de la acumulación económica de unos pocos a costa de la pobreza del resto de la humanidad y de la destrucción del ambiente.

Es evidente que la problemática ambiental mundial se deriva de estilos de desarrollo dominantes de las poblaciones, es así como Leff, E. 2004, considera que “la cuestión ambiental es una problemática de carácter eminentemente social” (p.19). En este sentido, para resolver la degradación que no solo es ambiental sino social; amenazada por la pobreza, desnutrición, marginación social y degradación de la calidad de vida de los seres humanos se requiere la interiorización de valores ambientales en la ética individual, en los derechos humanos y en el marco jurídico legal de ciudadanos y ciudadanas.

Autores como Caride (2000); Gabaldón y Rodríguez (2002); Gabaldón (2006), asumen que no se darán los cambios de paradigma si no se combate la pobreza, y el desarrollo sustentable no tendrá cabida en las políticas, proyectos educativos y ambientales, hasta tanto no se comprometan a los actores sociales de las comunidades locales.

En tal sentido, el objetivo que orienta este ensayo es reflexionar acerca del rol que ha venido desempeñando la educación ambiental y la recreación física partiendo de la relación de interdependencia que las caracteriza.

CONTEXTUALIZACIÓN DEL PROBLEMA

La Universidad Deportiva del Sur (UDS), por ser una institución pertinente y legítima debe asumir el desafío de renovarse a sí misma y participar en la solución de los problemas ambientales, demostrando excelencia en el día a día, además de ser capaz de construir alternativas que posibiliten la creación de espacios relacionales que permitan un cambio de actitud de las personas hacia su entorno, cambio que debe caracterizarse por el

respeto y el amor, pues la supervivencia de los seres humanos está amenazada y exige nuevas relaciones basadas en la reciprocidad.

En la actualidad, se manifiesta una preocupación por la conservación del ambiente y el papel que le corresponde a la educación ambiental en las instituciones educativas y más concretamente a la universidad, dada la función social que cumple en formar profesionales comprometidos que respondan a las exigencias del desarrollo sustentable como nuevo paradigma del desarrollo y para transitar hacia él se requieren cambios en los valores, las actitudes, los comportamientos, con el fin de que sean consonantes con la nueva visión sobre el desarrollo económico y social desde la perspectiva ecológica. (Gabaldón, 2006, p.16).

Por tanto, las universidades deben jugar un papel mucho más activo en el proceso de transición hacia las sociedades sustentables, en razón del peso que poseen en la formación profesional, la investigación científica y la difusión de la cultura en las sociedades contemporáneas. La Universidad Deportiva del Sur a través de su hacer educativo puede contribuir a la formación ambiental de su colectivo estudiantil desde la recreación, no obstante en ella se observa escasa realización de actividades recreativas que propenda a la formación ambiental.

La recreación es de trascendental importancia para el desarrollo humano porque corresponde a la naturaleza misma del hombre, ser inteligente que necesita de la libertad y del cambio para llevar una vida satisfactoria que le permita recrearse continuamente para poder responder mejor a las exigencias del trabajo y disfrutar mejor de la vida familiar y comunitaria en sociedad.

La formación ambiental desde la recreación en la actualidad es un importante campo de investigación, desde esta perspectiva, en los trabajos realizados por Rico (2005) y León, S. (2006), citado por Fernández, (2011), se aprecia la preocupación por los impactos que la recreación genera en el ambiente y, a su vez, cómo el ejercicio consciente de una recreación pensada y responsable puede contribuir a la formación ambiental en los individuos que la realizan. Al respecto, la autora manifiesta que la recreación como fenómeno socio cultural puede fomentar la integración de los actores sociales en favor de la conservación del ambiente de la comunidad de aprendizaje.

En el diagnóstico realizado, se pudo comprobar que: hay insuficiente formación ambiental en los actores sociales de la comunidad de aprendizaje de la Universidad Deportiva del Sur que tienda a configurar desde la recreación una cultura ecológica que transforme las actitudes frente a su entorno y hacia una mejor comprensión y solución de los problemas socio – ambientales. Es de destacar que en la institución no se cuenta con programa, estrategia o metodología para la formación ambiental desde la recreación. No obstante, a partir del semestre 2015-II se incorporó la unidad curricular de Educación Ambiental en el Programa de Formación de Actividad Física y Salud en condición de electiva la cual está por evaluarse debido a que es la primera vez que se imparte.

Por otra parte, las actividades recreativas que se realizan en la Universidad Deportiva del Sur no tienen un enfoque educativo que promueva el cambio y superación permanente de los actores en la comunidad de aprendizaje, ya que no se intenciona la formación de valores, existen carencias de ofertas recreativas que respondan a los intereses, gustos y preferencias de la comunidad de aprendizaje y hay limitada planificación de actividades recreativas que fomenten el cuidado del ambiente.

Es necesario destacar que, dichas insuficiencias no contribuyen a la formación integral de los futuros profesionales en la Universidad Deportiva del Sur, debido a que la recreación debe considerarse como una necesidad del ser humano y su satisfacción no es sólo deber del Estado, sino también un medio fundamental para el desarrollo integral de la persona y de la sociedad.

Se ha referido hasta el momento la importancia y necesidad de la implementación de la formación ambiental en la comunidad de aprendizaje de la UDS y la autora considera pertinente señalar que la recreación le brinda la oportunidad a los individuos, de emplear su tiempo libre en ocupaciones espontáneas u organizadas, que le permiten volver al mundo vital de la naturaleza y lo incorporan al mundo creador de la cultura, que sirven a su integración comunitaria, de ahí la importancia de la presente investigación.

Ante esta realidad se plantea la siguiente interrogante:

¿Cómo contribuir a la formación ambiental mediante la recreación en los estudiantes de la co-

munidad de aprendizaje de la UDS?

Con el objetivo de Elaborar una estrategia para la formación ambiental desde la recreación en la comunidad de aprendizaje de la Universidad Deportiva del Sur.

Entre los **objetivos** específicos se encuentran:

- Determinación de los referentes teóricos y metodológicos que sustentan la formación ambiental y la recreación.
- Caracterización del estado actual del problema.
- Fundamentación de las potencialidades de la recreación en la formación ambiental a través de una estrategia.
- Elaboración de una estrategia que contribuya a la formación ambiental en la comunidad de aprendizaje de la Universidad Deportiva del Sur.
- Valoración de la pertinencia de la estrategia a través del criterio de experto.

La investigación consta de introducción, fundamentos teóricos y conceptuales de la recreación, elementos fundamentales de la Recreación y su vinculación en la formación ambiental, formación ambiental en el proceso de la recreación y proceso metodológico.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Muchas han sido las experiencias investigativas relacionadas con la educación, formación y concienciación ambiental en países como España, Cuba y Venezuela, entre las que se encuentran Jiménez, (2007), Acebal, M. (2010), Montoya, J. (2010), Agoglia, O. (2010), Fernández, I. (2011) y Rodríguez, F. (2011), estos autores dirigieron sus investigaciones a la formación de ciudadanos y ciudadanas concienciados en la problemática ambiental actual, encontrando que es necesario insistir en la necesidad de adquirir una conciencia ambiental que abarque las dimensiones afectivas, activas y cognitivas.

Entre los puntos coincidentes de los autores antes citados, se destaca que la educación ambiental está centrada en la necesidad de educar en los procesos económicos y sociales del desarrollo, entendiendo que el actual modelo de desarrollo no soluciona los grandes problemas sociales como la pobreza, desigualdad e injusticias entre otros agravados por la falta de valores ambientales. Por tanto, la educación ambiental en el ámbito educativo formal y más aún en el sector universitario constituye una importante estrategia

para fomentar en las comunidades de aprendizaje la sensibilización ambiental en el desarrollo sostenible e igualitario para garantizar la supervivencia de la especie humana.

En relación a esto Pineda, C. (2010), expresa en su trabajo referido a la transformación del ser desde el hacer: una propuesta para el docente universitario del siglo XXI, la necesidad de una educación renovada y liberadora que propicie verdaderos cambios sociales en los seres humanos, donde valores como el respeto, la solidaridad, la tolerancia y la armonía emerjan producto de un relacionar donde se visibilicen las múltiples potencialidades del ser, expresa además que para ello se requiere de docentes comprometidos que propicien experiencias significativas de aprendizajes, lo que a su juicio convierte a la educación en un proceso de transformación en la convivencia.

FORMACIÓN AMBIENTAL

Uno de los objetivos del Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA), consiste en apoyar los programas educativos en el ambiente. Al respecto, la EA se mueve en el ámbito escolar y extraescolar, su finalidad es proporcionar en todos los niveles, edad y género, unas bases de información y toma de conciencia que desemboquen en conductas adecuadas al ambiente.

En virtud de lo antes planteado, Novo (2012), plantea que “la formación ambiental es comprendida en el ámbito del PNUMA, como una educación ambiental especializada en cuanto que se dirige a un grupo restringido de profesionales, altos funcionarios, planificadores y gestores que tienen participación en espacios para la toma de decisiones”. (p.44).

La autora de esta investigación considera que dadas las características que presenta la comunidad de aprendizaje de la Universidad Deportiva del Sur, resulta un terreno favorable para Propiciar la reflexividad entre los actores sociales, a través de un proceso dialógico que posibiliten su configuración como seres sensibilizados y respetuosos consigo mismo, con sus semejantes y con el ambiente que les rodea, entendiendo que la formación es impartir capacitación en los individuos para una actuación social que incida sobre el colectivo humano que interactúan en ese entorno, esta formación no solo va desde el desarrollo de

procesos motivacionales sino también procesos de toma de decisiones.

LA RECREACIÓN EN LA FORMACIÓN AMBIENTAL

En los últimos tiempos se ha hecho cada vez más evidente la necesidad de realizar actividades recreativas para mejorar la calidad de vida. Se han encontrado escasas investigaciones que propongan la educación ambiental y las potencialidades de la recreación como vía para el mejoramiento de la calidad de vida comunitaria que contribuya al desarrollo integral del ser.

En tal sentido, para Pérez, A. (2003), la recreación es el conjunto actividades de contenido físico - deportivo, turístico o terapéutico, a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual.

Es así como la recreación se da normalmente a través de la generación de espacios en los que los individuos pueden participar libremente de acuerdo a sus intereses y preferencias. La noción básica de una situación de recreación es la de permitir a cada uno encontrar lo que más placer le genera, pudiendo por tanto sentir comodidad. La recreación se diferencia de otras situaciones de relajación tales como el dormir o descansar ya que implica siempre una participación más o menos activa de la persona en las actividades a desarrollar.

Un aspecto importante la recreación dado que su objetivo: es la satisfacción de las necesidades de movimiento del hombre para lograr como resultado de esta influencia salud y alegría. Uno de sus principios es cumplir una función educativa y auto educadora, a la vez que su práctica coadyuva al trabajo y a la vida social, por cuanto es un terreno apropiado para concretar acciones de la educación ambiental como una estrategia indispensable para alcanzar los cambios culturales y sociales necesarios para el logro de la conservación del ambiente y el mejoramiento de la calidad de vida de la población.

La educación ambiental contempla tres (3) modalidades que son formal, no formal e informal, en tal sentido se considera que a través de la educación ambiental informal por ser un proceso educativo espontáneo, que resulta de la interacción del individuo con su entorno puede desarro-

llarse la recreación por cuanto reúne una serie de características como: ocupación voluntaria, descanso, diversión, recreo, formación, participación social, desarrollo de la capacidad creadora y recuperación. La EA no presenta barreras de edad, ni de sistema educativo, por lo que, en cualquier momento el individuo es capaz de orientar de forma positiva sus impresiones y valores respecto al ambiente.

DEL PROCESO DE INVESTIGACIÓN

En cualquier proceso de investigación se debe tener presente la intencionalidad que permite razonar en torno a factores de orden epistemológico, ontológico y metodológico para su desarrollo.

Para modelar realidades en el campo de las ciencias de la vida y de las ciencias humanas, se requiere de conceptos interrelacionados capaces de ofrecer explicaciones globales y unificadas. En virtud de ello, el propósito de la presente Propiciar la reflexividad entre los actores sociales de las comunidades de aprendizaje, a través de un proceso dialógico que posibiliten su configuración como seres sensibilizados y respetuosos consigo mismo, con sus semejantes y con el ambiente que les rodea, partiendo de que a través de la educación ambiental se puede generar conductas responsables en los seres humanos.

SUJETOS INVOLUCRADOS EN LA INVESTIGACIÓN

En esta investigación se denomina comunidad de aprendizaje a los actores universitarios (estudiantes, docentes, personal empleado y obrero) involucrados en el estudio, de igual forma, no puede obviarse las comunidades aledañas al campus universitario.

PARADIGMA DE INVESTIGACIÓN

La investigación se aborda desde la metodología cualitativa la cual para Martínez (ob. cit.)... "estudia un todo integrado que forma o constituye primordialmente una unidad de análisis y que hace que algo sea lo que es: una persona, una entidad étnica, social, o un producto determinado" (p.66). Desde este punto de vista la investigación cualitativa se centra en identificar la naturaleza profunda de las realidades y su estructura dinámica.

El paradigma en la cual se circunscribe es el socio-crítico, teniendo como método, la Investigación Acción Participativa. Por su parte Sandín, citado por Soto (2012), “sostiene que en el paradigma socio-crítico, ontológicamente la realidad es compartida, histórica, construida, dinámica y divergente; que los hechos están impregnados de valores e ideologías y las relaciones de poder determinan los comportamientos de aceptación de patrones de dominación”. (p.22).

Es importante destacar, que el paradigma socio-crítico se centra en el análisis y la crítica de la realidad para que se produzcan los cambios si son necesarios. Se apoya 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 y pretende la autonomía racional y liberadora del ser humano. Esto se consigue mediante la capacitación de los sujetos para la participación y transformación social.

Para Habermas (1982) citado por Martínez (2004), la ciencia social crítica busca hacer a los seres humanos más conscientes de sus propias realidades, más críticos de sus posibilidades y alternativas, más confiados en su potencial creador e innovador, más activos en la transformación de sus propias vidas, en una palabra, más autorrealizados como tales; sin embargo, es consciente de su función y, por tanto, trata al mismo tiempo de respetar su libertad y de ayudarlos pero no sustituirlos en sus decisiones, para que sean ellos los forjadores de su propio destino.

La realidad que se pretende abordar conduce a seleccionar como método la Investigación Acción Participativa, la cual se caracteriza por un conjunto de normas y procedimientos metodológicos que se utilizan para obtener conocimientos sobre una determinada realidad colectivamente, que se sistematizan y tiene utilidad social, es una actividad integral, que combina la investigación social, el trabajo educativo y la acción. (De Miguel, A. citado por Soto et al).

CONSIDERACIONES FINALES

La estrategia tiene como objetivo la formación ambiental en la comunidad de aprendizaje de la Universidad Deportiva del Sur, lo que permitirá solucionar un problema poco abordado hasta el momento, ya que posibilita que

de forma sistemática se aprovechen las potencialidades sociales y educativas de la recreación como vector de socialización e integración de los individuos.

BIBLIOGRAFÍA

Agoglia, 2010. La crisis ambiental como proceso: un análisis reflexivo sobre su emergencia, desarrollo y profundización desde la perspectiva de la teoría crítica. Universidad de Girona. Tesis Doctoral.

Caride, J. 2006. Educación ambiental. Barcelona: Ariel.

Declaración de la conferencia de las Naciones Unidas sobre el medio ambiente humano. 1972. Estocolmo, Suecia.

Febres-Cordero, M. 2010. Formación universitaria en el área ambiental. Universidad Católica Andrés Bello. Caracas Venezuela.

Fernández, I. 2011. La recreación universitaria en la carrera de cultura física en la formación de actitudes ambientales en áreas protegidas. Cuba. UCCF Manuel Fajardo. Tesis Doctoral.

Habermas. 1982. Conocimiento e Interés. Madrid, editorial Taurus.

Guevara, E. 2003. El hombre y su ambiente. Universidad de Carabobo. Venezuela.

Venezuela. 2007. Ley Orgánica del Ambiente.

Leff, E. 2004. La Formación Ambiental. Mexico.

Montoya, M. 2010. Plan de educación ambiental para el desarrollo sostenible de los colegios de la institución la Salle.España. Tesis Doctoral

Novo Villaverde, María. (1996). La educación Ambiental formal y no formal: dos sistemas complementarios. Revista Iberoamericana de Educación. España: Editorial Trillas.

Novo, M. (2012). La educación ambiental. Bases éticas, conceptuales y metodológicas. España. Editorial Universitas.

Pineda, C. (2010). La transformación del ser desde el hacer: una propuesta pedagógica para el docente del siglo XXI. Tesis Doctoral.

Rodríguez, F. (2011). Educación ambiental para la acción ciudadana. España. Tesis Doctoral.

Soto. C. (2012). La participación de los actores sociales de la escuela Técnica Robinsoniana Zamorana “San Carlos”. Tesis de Maestría.

LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO CIENCIA

RESUMEN

La educación física como ciencia ha sido un tema controversial por autores cuyas connotaciones pertenecen a los distintos paradigmas investigativos (positivista, postmodernista y sociocrítico). En atención a ello, surge el interés de la autora del actual ensayo en presentar su postura al respecto, aplicando para ello una investigación documental, utilizando métodos teóricos como el análisis – síntesis, análisis de documentos junto al histórico lógico. Alcanzando como premisa, que desde el punto de vista positivista la Educación Física no logra ser ciencia por la carencia de un objeto de estudio propio, la adjudicación de los términos que emplea a otras ciencias y su marcada unión a la pedagogía; específicamente por ser considerada como ciencia madre que aborda la educación en todos sus sentidos. Por otra parte, desde la visión postmoderna y sociocrítica, la misma adquiere un grado de científicidad debido a los numerosos aportes generados por el uso de los diferentes enfoques metodológicos propios de estos paradigmas direccionados a describir e interpretar hallazgos; siendo dichos aportes o resultados, reconocidos por la comunidad científica identificada con estas ideas posmodernistas.

Autor:

MSC.ELSY MORENO

Correo electrónico: genelsysm@gmail.com

Universidad Deportiva del Sur,
San Carlos. Venezuela.

Recibido: 14 de enero de 2015

Aceptado: 19 de marzo de 2015

Descriptores: Educación Física y Ciencia.

PHYSICAL EDUCATION AS A SCIENCE

ABSTRACT

Physical education as a science has been a controversial topic for authors whose connotations belong to different research paradigms (positivist and postmodernist sociocritic). Synthesis and review of documents by the logical historical - In view of this, the interest of the author of the current trial to present their position, applying a documentary research, using theoretical methods and analysis arises. Reaching the premise that from the positivist view Physical Education science fails to be the lack of an object of study, the award of the terms used to other sciences and its strong binding pedagogy; specifically mother be considered science education that addresses all your senses. Moreover, since the postmodern vision and sociocrítica, Physical Education acquires a degree of scientific nature because of the numerous contributions generated by the use of different methodological approaches to own these paradigms, such being recognized by the scientific community outcomes identified with these ideas.

Descriptors: Physical Education and Science.

INTRODUCCIÓN

Definir actualmente la educación física, abarcando la mayor parte de sus elementos característico, resulta algo difícil de realizar; motivado a la variedad de conceptos y diversidad de enfoques por las que atraviesa aun en la actualidad; sin embargo la extensión general compartida por diversos autores como López (2013) es que la misma trata de manera general “el desarrollo y la formación de una dimensión básica del ser humano como lo es el cuerpo y su motricidad” (p.56); ampliación que no se puede desenlazar de otros aspectos de su desarrollo como son la evolución e involución.

Aunque la actividad física ha estado presente desde tiempos ancestrales en todas las civilizaciones como forma de jugada competitivas o simplemente preparatorias, y con un carácter religioso, militar, artístico, higiénico o deportivo; está según Diem, (1983) “ha alcanzado su desarrollo y concepción como idea educativa a partir de la civili-

zación griega” (p.24); vinculándose desde luego con las ciencias de la educación.

En los últimos años, la educación física ha sufrido sustanciales transformaciones, en medio de un contexto de muchas incertidumbres y cuestionamientos sobre su carácter científico, específicamente lo relacionado con su objeto de estudio y el método de investigación, generando por tiempo prolongado un debate inagotado sobre la llamada búsqueda de una entidad científica de la Educación Física.

Dentro de esta emergente discusión, algunas tendencias afianzan su negación por la ausencia de una exclusiva definición de la Educación Física, demostrando desde ya la inexistencia de un cuerpo de conocimiento propio y consistente del área. En contraposición, existen otras actitudes, que parte del reconocimiento de los modernos medios de investigación existentes, métodos evolutivos que dan paso a una Educación Física con proceso abierto y de ascenso hacia su construcción teórica.

En miras de dar a conocer la postura de la autora ante la polémica ¿Es la Educación Física ciencia o no?, se realiza el siguiente artículo como resultado de una investigación documental, atendiendo como interrogante principal la ya señalada; que posteriormente se convirtió en el objetivo general de esta producción escrita.

DESARROLLO

Se ha hablado de educación corporal, cultura física, educación de la motricidad, educación del movimiento, educación por el movimiento, psicokinetica, psicomotricidad, y demás apelativos para hacer referencia a la Educación Física; lo que ha generado según Schmitz (1964) citado por Zamora (2009) “inexactitud e inseguridad terminológica”. No obstante, aun prevalece esta última designación en diversos países del mundo, tal es el caso de México, España, Colombia, Argentina y Venezuela, entre otros; encontrándose inmersa en los diseños curriculares que rigen la educación de los ciudadanos, formando parte de las áreas de aprendizajes a cursar un estudiante en cualquier nivel y modalidad educativa.

La obligatoriedad de la Educación Física, se le atribuye al derecho universal que posee todo ser humano al deporte y la recreación, aspectos que junto a la aptitud física conforman sus subáreas y

que además lo asocian directamente al hecho pedagógico. En atención a lo expuesto Lagardera, (2010) manifiesta:

La educación física como quehacer pedagógico se ocupa de la optimización del ser humano en su totalidad, no de mejorar sus movimientos o de estimular sus facultades motrices, lo que sería mero adiestramiento; no de optimizar aquello que configura el cuerpo, esto sería mero entrenamiento o salón de belleza. Ella va dirigida al ser humano en su totalidad, por tanto no puede concebirse de forma parcelada. (p. 22)

En consonancia a lo puntualizado, se alude que la Educación Física, debe ser organizada y planificada hacia las características particulares de los educandos unida a sus necesidades específicas e intereses, motivado a que pretende con ellos construir un estilo de vida saludable beneficioso para el propio ser humano y por ende la sociedad donde este se desenvuelve.

La particularidad antes descrita, sitúa a la Educación Física entre las ciencias de la educación conformando una disciplina con atributos distintivos, unos procedimientos propios así como una especificidad en su acción educativa, utilizando símbolos, recursos didácticos, procedimientos y medios pertenecientes a otras disciplinas.; ubicándose entre sus funciones el ayudar a desarrollar cualidades básicas en el hombre como unidad bio-psico-social, favoreciendo su salud, determinando sus posibilidades para actividades corporales y deportivas; mejorando con ello su calidad de vida.

Atendiendo a lo expuesto, es preciso señalar las ideas de Escudero (2012), quien enuncia:

La educación física, tributa considerablemente al desarrollo integral del hombre para la vida”; debido a que se ocupa del mejoramiento total del ser humano, no sólo relacionado con su capacidad de movimiento o lo que tenga relación con su cuerpo, sino de sus capacidades como ser viviente y como ser cultural. (p. 22)

Lo plasmado muestra a la Educación Física focalizada en el ser y en su capacidad de aprender mediante experiencias ajustadas a su entorno, tal como lo sostienen las tendencias pedagógicas contemporáneas. En tanto, como disciplina enmarcada en la pedagogía ofrece la posibilidad de que el estudiante conviva con su propia realidad, bajo una efusión constante de emociones y sen-

saciones que estimulan su capacidad adaptativa, proyectiva e introyectiva, lo cual supone una vía original para dotarlos de aprendizajes significativos y con ello, consolidar los fines y objetivos tanto del área de aprendizaje como de la educación en general.

Por lo mencionado, emerge la disyuntiva entre diversas acepciones que dificultan ver la Educación Física como ciencia con un producto resultante denominado conocimiento científico, sobre todo si es visualizada desde el enfoque positivista, donde se considera las contribuciones brindadas por Galileo como lo es su sistema para investigar los fenómenos naturales junto a las causas que los generan, además del método de investigación científica; ambos vinculados con el avance de la ciencia y tecnología actual.

Por consiguiente, ver desde este espectral a la Educación Física como ciencia es una falacia. Al respecto, Bunge (1985) plantea: “la educación física es una práctica educativa centrada en el acto formativo del educando”. (p.78); postura que sustenta el pensamiento de Seybol, (1976), quien expone: “La educación física es una disciplina humana que nunca podrá aspirar al rigor de ciencia exacta”. (p.97)

Lo descrito, aleja a la Educación Física de ser considerada ciencia, aunado a que no se ocupa del estudio específico de un objeto; por el contrario, toma conceptos de distintas ciencias para elaborar su marco de aplicación. De esta manera, es más acertado considerarla como una disciplina o práctica, al igual que la medicina, y no una ciencia, como la biología, física, química, entre otras que son independientes de la pedagogía.

Para Smith (2009),

El estudio de la educación física como ciencia ha generado interesantes debates epistemológicos, esto en función de la diversidad del movimiento humano y las variadas perspectivas surgidas de su estudio, pues parece complicado intentar conciliar todas las perspectivas emergentes bajo una concepción unitaria de estudio. (p.12).

La inexistencia de un fenómeno que se constituya como el objeto de estudio de la Educación Física como ciencia y que a partir de él se logre estructurar sus métodos y planteamientos, es lo que impide su científicidad, condición necesaria para afirmar que cumple con las prescripciones

de validez que la conduzca a formar parte del conocimiento científico. Designación compartida por Gómez, (2010) quien manifiesta: “Si la educación física es ciencia, cuál es su objeto de estudio y la elaboración teórica existente producto de su aporte” (p.43).

Otro elemento del cual hay que hacer alusión por ser constitutivo de las ciencias, es su cuerpo teórico organizado y estructurado por un lenguaje científico; motivado a que las ciencias requieren explicar y comunicar de manera clara y precisa tanto sus problemas como los logros, sin infringir en ambigüedades terminológicas que obstaculicen la comunicación crítica entre la comunidad científica, por ello es que las ciencias crean arbitrariamente un lenguaje específico de su objeto de conocimiento, que aunque se base en el lenguaje de sentido común, rompe con él. Lo descrito deja ver que las ciencias usan un lenguaje regulado por normas que determinan el uso de su terminología dentro de ciertos marcos de referencia; lo que comúnmente se denomina lenguaje científico, marcadamente diferenciado del vulgar.

En tal sentido, se aprecia como la Educación Física como ciencia carece de términos propios alcanzados producto de su científicidad, derivándose la mayoría de los términos que utiliza, de otras ciencias. Al respecto Cagigal, (1997) afirma: “Seguimos dependiendo de un lenguaje de sentido común, que tantas veces se nos torna ambiguo y otras veces nos lleva a acuerdos, más por su uso práctico cotidiano, que por un esfuerzo de clasificación teórico – explícito” (p.91).

Además, es preciso reflejar la idea presentada por Gruppe, (1987) “un objeto no genera ciencia sino es a través de su forma de estudiarlo y exponerlo, de ahí la importancia del métodos científicos” (p.76). Es decir, el tener definido el objeto o sustancia propia de estudio, no convierte automáticamente en ciencia a una disciplina, ya que son los procesos y los métodos científicos que le asignan ese estatus al aspirar la precisión, fiabilidad, orden y coherencia.

En tanto, la dudosidad del estatuto científico de la Educación Física como ciencia, no implica que dentro de su campo no pueda investigarse, sin embargo se hace empleando métodos y conceptos de las ciencias biológicas, exactas y sociales, alejándola de su autonomía científica. De allí, que solo será ciencia cuando surja una idea unitaria y

general de la naturaleza de la propia ciencia, de su ámbito, de sus métodos, y cuando estas aportaciones sean reconocidas como científicas.

El referido proceso, solo se realiza desde las ciencias madres; lo que alinea desde ya a concluir que una ciencia se consolida en la medida que alcanza su propio rango, lo afirma o lo eleva gracias a una reflexión sobre sí misma, desde el punto de vista de la teoría científica, siendo capaz de mostrar datos suficientemente científicos.

Ahora bien, en contraposición a lo mencionado, se puede decir que hoy día existe una ruptura de los postulados establecidos por los pioneros del hacer conocimiento, debido a la conexión indisoluble de la ciencia y la sociedad, implicando a su vez los efectos que en esta relación impactan los hechos culturales que la transforman por su dinamismo, condicionándola a nunca ser acabada, sino siempre en el camino de la búsqueda de respuestas que la misma sociedad exige; aspecto que da luz a una Educación Física como ciencia.

Bajo la mencionada perspectiva, la ciencia no solo es un sistema de conceptos, proposiciones, teorías, hipótesis; sino también, una forma específica de la actividad social dirigida a la producción, la distribución y aplicación de los conocimientos acerca de las leyes objetivas de la naturaleza y la sociedad. En tanto, pasa a ser una institución social, conformada por un sistema de organizaciones científicas cuya estructura y desarrollo se encuentran estrechamente vinculados con la economía, la política, los fenómenos culturales, con las necesidades y las posibilidades de la sociedad.

En este sentido, la Educación Física como ciencia tiene más cabida, sobre todo al atender lo postulado por Calvo (2012): “La ciencia avanza porque los métodos que utiliza para explicar los fenómenos y las teorías mejoran con el tiempo logrando ser cada vez más precisa y reveladora ajustada al contexto”. (p.123). Es decir, el avance científico es acumulativo en el sentido de que el conocimiento previsto del mundo se incrementa en proporción a la evolución sociedad y los instrumentos que en cierta medida se descubren.

La Educación Física no esta exenta de esos avances que la sociedad ha llevado a cabo, pues si se da un vistazo al pasado, se representa la misma con fines de preparar al ser humano para adaptarse y confrontar los peligros de un am-

biente hostil, de manera que pudiera subsistir. En otro momento, se utilizó para desarrollar aptitudes físicas y destrezas motoras específicas que ayudaban al individuo a actuar eficazmente durante actividades bélicas; luego se empleó como medio de entrenamiento para participar en competencias atléticas, hasta llegar a obtener la percepción de forma de desarrollo de la cultura física y expresar la belleza del cuerpo.

Lo antes expuesto, deja ver a la Educación Física como la suma de una serie de acontecimientos que ocurrieron en épocas transitadas relacionados a eventos sociales, educativos, económicos, religiosos y militares que se han dado en la humanidad, donde la ciencia – tecnología, de cierta manera han influido. Al respecto Tocqueville (2013), afirma que “la educación física ha cambiado a través de todos los tiempos dependiendo de las diferentes concepciones antropológicas propias de cada época histórica” (p.81).

Es por ello, que tanto el paradigma postmoderista como el socio crítico, le ratifican a la Educación Física su sentido de ciencia, permitiéndole estudiar cualquier elemento vinculado a ella desde diferentes ópticas, siendo el conocimiento alcanzado subjetivo, mayormente con visión específica, siendo propio y válido de esta nueva sociedad del conocimiento, que evoluciona constantemente a un ritmo acelerado exigiendo la necesidad de adaptar los modelos y paradigmas a los nuevos requerimientos sociales.

En torno a esto, varios países del mundo están convencido de que la Educación Física es ciencia, y partiendo de esta premisa han cambiado su denominación a Ciencia del Movimiento Humano y del Deporte en Australia, Ciencia del Ejercicio Físico y del Deporte en Reino Unido, Ciencia de la Actividad Física y del Deporte en España, entre otros; considerándose como ciencia situada mayoritariamente dentro de las Ciencias de la Educación, según Popper, (1983); Ortega Gómez, (1989); Cecchini, (1996) y Parlebas, (1997).

Dado su carácter específico, podría asumir una cierta independencia del resto de las ciencias, ubicando su interés en la relación físico – educativa. Asimismo, como aquella integrante de las Ciencias del Movimiento del Ser Humano, cuya atención se inclina hacia el estudio de la motricidad humana en pro de un acorde desarrollo para su mejor provecho y salud.

El establecimiento de la científicidad de la Educación Física, surge en relación a lo mencionado por Parlebas, (1987), quien le instituyó como objeto de estudio la conducta motriz; pero justamente para ubicarla como disciplina pedagógica y no como ciencia autónoma, posición compartida por Pedraz, (1988), al manifestar que “su objeto de estudio son aquellos fenómenos que siendo identificables por sus variables educativas, pertenecen al ámbito de la actividad motriz, y el método a emplear puede proceder con arreglo al método científico” (p.89).

De igual manera, Cagigal (1979) y Diem (1983) le asignaron a la Educación Física como ciencia un objeto de estudio, siendo este el movimiento humano, no referido como el significado social del juego motor, sino como la conducta motriz de la persona y al hecho educativo que lleva implícito, apreciándose la motricidad como inteligencia motora que no se detiene, cuyo fin no es condicionalmente el establecimiento de leyes, teorías o principios, sino como propone Núñez, (2013), desde “una visión que integra las diversas dimensiones del trabajo científico” (p.37).

Desde esta mirada, la Educación Física como ciencia ha mostrado avance en cuanto a diversos aspectos desarrolladores se refiere, siendo estos: la estructuración de los ejercicios y movimientos, medios de enseñanza, equipamientos, elementos científicos - tecnológicos como son las teorías, modelos, metodologías, procesos y demás.

CONCLUSIONES

A manera de colofón, se puede reseñar que la ciencia junto a la tecnología han avanzado vertiginosamente para la evolución del mundo, contribuyendo en ello la Educación Física, aun con su estrecha vinculación con la pedagogía, ciencia que estudia la educación como fenómeno complejo; es decir, la educación del hombre en el marco de unas condiciones histórico - sociales específicas que la determinan y que a su vez le permiten incidir con posibilidad de transformación sobre estas mismas condiciones determinantes.

En fin, luego de un exhaustivo análisis – síntesis de numerosos documentos bibliográficos, se puede concluir que la Educación Física sobre la óptica del paradigma positivista no es ciencia, al contrario reafirma su carácter pedagógico. En tanto, desde una visión postmoderna, adquiere un

carácter de científicidad reconocido por la comunidad científica que realzan sus aportes y resultados alcanzados por medio de los diferentes enfoques investigativos que integran este paradigma.

BIBLIOGRAFÍA

Bunge, M. (1985). **Technology as applied science**. Technology and Culture.

Cagigal, J. M. (1979). Cultura intelectual y cultura física. Editorial Kapelusz, Buenos Aires.

Cagigal, J. M. (1997). **La educación física, ¿ciencia?** Citius, Altius, Fortius.

Calvo, D. (2012). **Modelos teóricos y representación del conocimiento**. Tesis doctoral. Universidad Complutense de Madrid. España.

Cecchini, J. (1996). **Epistemología de la Educación Física**. Ediciones Rialp. Madrid – España.

Diem, C. (1983). **Sportwissenschaft als Pädagogik, en “Die Leibeserziehung”**. Autor referido por Ommo Gruppe en su obra “Teoría pedagógica de la Educación Física”.

Escudero, D. (2012). **La Educación Física y su influencia en la formación integral del hombre para la vida**. Revista digital efdeportes. Año 14 - Nº 13. Buenos Aires- Argentina. <http://www.efdeportes.com/>

Gómez, E. (2010). **La educación física y su dimensión científica**. //En: Apunts, Educació Física I Esports. Barcelona – España.

Gruppe, O. (1987). **Teoría Pedagógica de la Educación Física**. Madrid: Instituto Nacional de Educación Física (INEF). Madrid – España.

Lagardera, F. (2010). **Diccionario Paidotribo de la Actividad Física y el Deporte**. Barcelona, España, 2000.

López, A (2013): **¿Es la educación física, ciencia?** Lecturas: EF y Deportes [Revista en línea]. <http://www.efdeportes.com/efd62/ciencia.htm>.

Núñez, J. (2013). **La ciencia y la tecnología como procesos sociales**. Editorial “Felix Valera”. La Habana - Cuba.

Parlebas, P. (1987). **Perspectivas para una Educación Física Moderna**. Málaga: UNISPORT.

Parlebas P. (1997) **“Educación Física Moderna y la Ciencia de la Acción Motriz”**, ponencia presentada en el XIII Congreso Panamericano de Educación Física, Colombia.

Popper, K. (1983). **La lógica de las ciencias sociales**. México: Grijalbo.

Seybol, A. (1976). **Principios Didácticos en la Educación Física**. Editorial Kapelusz, Argentina.

Tocqueville, J. (2013). **Teoría de la Educación Física**. Colombia: Editorial Kinesis.

Zamora, J. (2009). **Epistemología de la Educación Física**. 1º edición. Dirección General de Educación Física, del Ministerio de Educación de Guatemala.

LA ETICIDAD DEL DOCENTE UNIVERSITARIO: UN CONSTRUCTO TEÓRICO PARA LA CONVIVENCIA

RESUMEN

El docente universitario destaca el carácter relacional de sus actuaciones en una dinámica cotidiana precisada por el cumplimiento de la norma que legitiman y comparten los actores organizacionales. Ejecutar la acción advierte la presencialidad de sujetos de Eticidad que le dan sentido a la convivencia y a la redignificación de la condición humana a partir de los vínculos que se establecen en los ambientes de aprendizaje y la práctica educativa. De este andamiaje emergió el estudio orientado a generar constructos teóricos que fundamenten la Eticidad del docente Universitario. En este orden, la investigación se sustentó en la concepción de Eticidad de Hegel (1821) y en una postura Ontoepistémica basada en la fenomenología como enfoque y método (Husserl) a fin de indagar en el mundo subjetivo de los seis actores del estudio de la UNELLEZ San Carlos y de esta manera asociarlo a las vivencias y experiencias reflejadas en las descripciones protocolares que se obtuvieron en las entrevistas en profundidad. Como resultado emergieron los siguientes constructos teóricos: Eticidad Dialógica, Eticidad Normativa, Eticidad Axiológica, Eticidad Contextual y Eticidad Proxémica. Su incidencia viabiliza un docente universitario capaz de elegir y reconsiderar conductas, actitudes que potencien la noción de Eticidad al transversalizar los actos humanos y renovar su continuidad cohesiva y consistente para alcanzar una equitativa convivencia. La noción de Eticidad se recupera en la acción, trasciende la reflexión filosófica e intenta transversalizar los actos humanos de los docentes universitarios, se renova en la continuidad de la concienciación, se revitaliza en la cohesión y consistencia de las acciones deliberadas.

Autor:

PILAR C. GUERRA Q.

Correo electrónico: Torredebabel68@yahoo.es

UNELLEZ COJEDES

Recibido: 25 de febrero de 2015

Aceptado: 06 de abril de 2015

Palabras claves: Eticidad, Docente, Universidad, Convivencial.,

ETHICAL LIFE OF THE UNIVERSITY: A THEORETICAL CONSTRUCT FOR COEXISTENCE

ABSTRACT

The university teacher highlights the relational nature of their actions on a daily dynamics specified by the fulfillment of the legitimate rule and organizational actors share. Run warns action presentuality Ethnicity of subjects that give meaning to the coexistence and redignificación of the human condition from the links established in the learning environments and educational practice. This scaffolding emerged aimed at generating theoretical constructs to substantiate the ethical teaching of university study. In this respect, the investigation was based on the conception of morality of Hegel (1821) and in a Ontoepistémica position based on phenomenology as an approach and method (Husserl) to inquire into the subjective world of six actors studio UNELLEZ San Carlos and thus associate with the experiences and experiences reflected in the protocol descriptions were obtained in interviews. As a result the following theoretical constructs emerged: Ethnicity Dialogic, Ethnicity Regulations, Ethnicity Axiological, Ethnicity Contextual and Ethnicity Proxemics. Its incidence viable a university teacher able to choose and reconsider behaviors, attitudes that promote the notion transversalizar Ethnicity to human actions and renew its cohesive and consistent continuity to achieve an equitable coexistence. The notion of Ethnicity is recovered in the action, beyond philosophical reflection and try transversalizar human acts of university teachers, is renewed in the continuity of awareness, it revitalizes the cohesion and consistency of deliberate actions.

INTRODUCCIÓN

El docente universitario intenta explicar y dar sentido a sus actuaciones a través de los significados que le asigna a las experiencias y vivencias que le permiten reafirmarse y auto reconocerse frente a sus semejantes. Las motivaciones, aspiraciones y realizaciones anteceden a la observación y cuestionamiento que el otro hace de él cuando coexisten en los ambientes de aprendizaje, allí se revelan actos humanos voluntarios y comportamientos normados, ya sean como parte

de su universo valoral provisto en el hogar, el mediado por la universidad a través de la cultura organizacional o el regulado por la comunidad societal de la que forma parte.

Fernández (2003, p. 46), señala que “el docente es un agente de primer orden en el proceso de socialización en el tejido social. Los valores, actitudes y otras pautas de conducta que exhibe constituyen un marco de referencia normativo para las personas en formación”. En el caso de la universidad, moldear la personalidad moral de los estudiantes tiene cabida cuando se potencian las expectativas de desarrollo personal, se estimula la innovación, la creatividad, se democratiza la participación y discusión crítica reflexiva, se promueven individuos vinculados con su entorno, al mismo tiempo, se propugna la capacidad de convivir con el otro en un marco de respeto al pensamiento y a la circulación libre de las ideas. Más allá de esa mixtura el docente universitario tiene la posibilidad de humanizar al hombre como ser social, coautor de una convivencia colectiva armónica, conocedor de sus derechos ciudadanos y de su ejercicio responsable, promotor de una conciencia crítica transformadora, derivada de los acuerdos y desacuerdos necesarios para retomar y propiciar el diálogo las veces que se amerite, parafraseando a Gadamer (1993, p. 139). Por consiguiente, el docente universitario tiene obligaciones individuales, grupales e institucionales. En palabras de Manjón (2001, p. 123)

No se trata de que el docente tenga que ser un predicador moral, sino que en el desarrollo de su labor docente, el saber ser y el saber hacer son cuestiones que se implican de tal manera que no puede existir una sin la otra, por lo tanto, la tarea del docente, trasciende del puro quehacer intelectual para llegar a toda la manifestación humana, individual y social.

En términos de la eticidad, la elección voluntaria, no impositiva, del ser social está en la determinación de preferir un obrar que se activa en el reconocimiento de los otros. “Se aproxima en su diversidad y pluralidad” al sentido de comunidad (Gadamer, 1993, p. 139); por ello, la conducta social provista de calificativos morales (bueno, malo, moral, inmoral) es indicativa de lo que el hombre hace y lo que quiere hacer. El sujeto de eticidad no condiciona sus actos, concientiza su pertenencia normada. En este punto, la eticidad

involucra la proyección y transformación del hombre en sociedad, lo reencuentra con su condición ético moral de ser interpelado. El docente sujeto de eticidad aporta a la transformación social su práctica educativa, visibiliza y expone su credibilidad al dar cuenta de sus actos, transita modelajes axiológicos (valores: paz, amor y antivalores: guerra, odio), que se espera exhiba de manera coherente.

Sostiene Cortina (1996, P. 98) que “los valores son necesarios para hacer habitable el mundo, para ponerlo en condiciones”, “imprescindibles para una sociedad plural y democrática” (p. 120). Considera cinco valores mínimos que deben darse en una sociedad para que ésta no descienda a niveles inhumanos: la libertad, la igualdad, la solidaridad, la responsabilidad, el respeto y el diálogo, los cuales anidan fuentes de moralidad del acto humano (el objeto, el fin y las circunstancias) García (2006, p. 53). Estos valores mínimos pertenecen a la plenitud de lo humano. En lo que al docente se refiere, son necesarios en la práctica educativa y su ejecutoria en el quehacer relacional cotidiano para que eleve la condición humana. En función de lo antes expuesto se plantearon los siguientes propósitos:

Propósito General:

- Generar un cuerpo teórico sobre la Eticidad del docente que oriente su construcción tipológica desde el ámbito de su acción educativa

Propósitos Particulares

- Analizar fenomenológicamente el sentido de la Eticidad que tienen los docentes de la Universidad Nacional Experimental de los Llanos Ezequiel Zamora (UNELLEZ) San Carlos
- Caracterizar los referentes tipológicos de las interpretaciones que develan la Eticidad los sujetos universitarios
- Develar el constructo teórico de la Eticidad como fenómeno social y educativo para su construcción tipológica.

APROXIMACIÓN AL CONSTRUCTO ETICIDAD

La realización de la vida ética de la sociedad como direccionamiento colectivo admite la superación de la conciencia individual del grupo que comparte valores identificables, pre-

feribles, fundamentados en la voluntad de aceptar el cumplimiento de las normas no como una ordenanza, sumisión o coerción, sino porque es debido. En esta dinámica relacional el desenvolvimiento del hombre en comunidad hace de la convivencia un ejercicio armónico, vivible. Se trata del reconocimiento del otro sin convenimientos ni rupturas en las cadenas asociativas, emocionales y valorativas, pues, cada sujeto emprende acciones individuales con repercusiones colectivas, no en solitario. Si bien, el individuo comparte una comunidad humana, la capacidad de comunicarse facilita la interacción y el intercambio de símbolos producto de la socialización sin renunciar a la ilusión de realizar su vida “dentro de los límites estrechos de la finitud” Michel (2005, p. 23).

La determinación de sí mismo impulsa la participación discrecional en la construcción de pertenencia ciudadana, entendiendo la posición de mostrarse conforme a sus pares en un escenario que puede llegar a superar la indiferencia y el espíritu forastero al acatar los horizontes normativos deseables como vía a vencer sus propias contradicciones y concepciones. Es la convivencia humana posibilitada en la eticidad, en el desarrollo civilizatorio, en la búsqueda valoral capaz de reflejar el rostro humano del prójimo en correspondencia con una sociedad que admite lo plural y diverso coexistiendo en paralelo.

En el estado de la eticidad descrito por Hegel el carácter universal de las instituciones sociales se convierte en particular con las conciencias individuales que no es más que la conciencia colectiva objetivándose en la materialización de las acciones que logran exceder las barreras de lo sujeta para convertirse en comunal a partir de las decisiones y peculiaridades.

Para Hegel las ideas y las reflexiones de los seres humanos no deben estar ajenas a la realidad como tampoco el mundo de los objetos al margen de su ejecutoria, puesto que es la abstracción objetivándose en el sentido común y las relaciones derivadas de los juicios son resultantes de un razonamiento capaz de diferenciar lo aparente con su esencia. Hegel plantea el Sistema de la Eticidad (1802-1803) como una superación al pensamiento de Kant en el intento de mostrar el desarrollo del individuo hacia la totalidad ética o ética absoluta, es decir la integración e interac-

ción en la vida social, desde su particularidad a lo universal, sin perder su identidad personal; pues, el individuo es reconocido por sus diferencias en una comunidad societal visible, viable e interesada en la realización de sus sujetos al crear los mecanismos regulatorios dados por sabidos para alcanzar una vida buena. En este punto, la eticidad no puede ser concebida desde la individualidad, aunque ello pueda sugerir la pérdida de la identidad, todo lo opuesto ocurre, por cuanto, las características individuales hacen único a un sujeto, sólo que en la eticidad el sujeto socializa, evoluciona en la vida comunitaria, el ser y el deber ser se disuelven en el transitar de la vida humana, la brújula moral orienta el camino valoral a transitar. El hilo conductor recurre a la ética de la acción, a la realización de valores mediante la noción de Eticidad que Hegel (1966), define como:

Idea de la libertad que la persona humana tiene en su autoconciencia su saber y su querer y en sus actos su realidad, así como en el ser ético la intención de dichos actos; es el concepto de la libertad que se ha convertido en mundo existente y en naturaleza de la autoconciencia como proceso de desarrollo de la conciencia. P. 145

La eticidad pone de manifiesto la condición humana que recrea su especificidad en la asunción personal de normas, regulaciones y valoraciones establecidas previamente para distinguir roles sociales en un contexto tomador de decisiones y amparado por la libre elección y el libre albedrío. Esa libertad es una propiedad de la voluntad humana por lo cual hay un acto de obediencia a la certeza moral y al bien común.

En sus Escritos sobre moralidad y eticidad (1998), Habermas dice que Hegel entendió la historia como la esfera en que la moralidad y la eticidad se median una a otra, concibe que “la eticidad de una forma de vida se acredita en procesos de formación y tipos de relación que hacen que el individuo cobre conciencia de sus deberes y de la motivación para actuar de conformidad con ellos” (p. 76). A decir del individuo cuyos supuestos normativos orientan su acción, los cuales provistos de contenidos dan sentido a su vida ética en una pretendida universalidad, pues se revelan en la distancia proxémica producto del entramado valoral que le permiten actuar como sujeto moral en el contexto de las experiencias.

EL MÉTODO FENOMENOLÓGICO APLICADO AL ESTUDIO

Al elegir el método fenomenológico para desarrollar la investigación se constata su pertinencia en el estudio de las estructuras psíquicas de los sujetos a fin de develar la Eticidad del docente universitario de la UNELLEZ que oriente una construcción teórica desde su ámbito educativo, lo que al mismo tiempo, posibilita situarse en una actitud reflexiva frente a la propia vida personal y académica, pues ambas logran imbricarse mediante las vivencias y experiencias que dan lugar a historias contadas en el interaccionar cotidiano desde la matización de valores, costumbres, creencias. Para el ordenamiento de la información se emplearon las etapas citadas por Yegres Mago (2013):

Etapas Previa

En esta etapa se describe la realidad situacional de los actores del estudio, el contexto de su convivencia, por ello, tenemos que la investigación se desarrolló en la Universidad Nacional Experimental de los Llanos Ezequiel Zamora, específicamente, en el Vicerrectorado de Infraestructura y Procesos Industriales, localizada en San Carlos, capital del estado Cojedes. Es considerada la principal casa de estudios universitarios de la región con una data de creación de 40 años (1975). Cuenta con Vicerrectorados y Extensiones Municipalizadas en los estados Apure, Barinas y Portuguesa, además de formar profesionales en la zona andina, es decir, Mérida, Táchira y Trujillo.

Sus objetivos fundacionales obedecieron inicialmente al impulso agrícola y agroindustrial de los llanos occidentales, luego, en el año 2002 se redefine la vocación y orientación de la universidad a fin de insertarla en los programas y proyectos del Estado a través de un viraje en su filosofía y una mirada socioproductiva para adaptarla a la corriente de pensamiento prevalente, vale decir, corresponderse a los objetivos del gobierno bolivariano con una clara posición político ideológica que seguir. Este escenario reconfigura el papel del docente universitario en cuanto a las nuevas responsabilidades en la búsqueda formativa, investigativa, extensionista, tendiente a involucrar los procesos de aprendizajes y la producción de conocimientos con las realidades cercanas.

Etapas Descriptiva

Constituye el segundo momento de la reducción

fenomenológica. En su contexto natural se describe el fenómeno con un esfuerzo de la investigadora en no emitir juicios valorativos ni posturas anticipadas a fin de reflejar la realidad vivida por cada sujeto de estudio en su medio vital cotidiano.

Primer Paso

Cumplir con la etapa descriptiva conllevó el interés principal en considerar la entrevista en profundidad como la técnica más idónea para aclarar términos, acercarse a los actores del estudio, observar sus gestos, indagar en esas construcciones mentales que le posibilitan experimentar, exteriorizar determinadas actuaciones frente a una realidad antecedida por la concurrencia de sus propios actos humanos, producto de las relaciones que establece con quienes le rodean y con su visión particular de la realidad. Cómo operan sus pensamientos, valoraciones, significaciones acerca de la vida y del acto de dar clases, formar, orientar, guiar, admirar, preferir, identificarse.

Se realizaron dos encuentros con los seis (6) actores sociales del estudio conformado por docentes de la Universidad Nacional Experimental de los Llanos Ezequiel Zamora, Vicerrectorado de Infraestructura y Procesos Industriales, localizado en San Carlos estado Cojedes. De los seis actores, tres son del sexo femenino y tres del sexo masculino. La selección se hizo de acuerdo a los años de servicios ininterrumpidos y la dedicación exclusiva, es decir, docentes de planta o personal ordinario con más de 15 años en la universidad, quienes se supone tenían cimentada la cultura organizacional, los patrones mentales y los juicios valorativos acerca de la práctica educativa.

En el contexto de un primer encuentro, se planificaron aspectos relacionados al lugar, fecha y hora de la aplicación del instrumento, se adelantó la información referida a los objetivos de la investigación y la intención de indagar las interpretaciones que tienen del constructo Eticidad los actores. La duración no fue una limitante por cuanto el desarrollo de las entrevistas brindó nuevos hallazgos y situaciones a partir de la realidad vivida por los actores y las significaciones que le otorgan. En un segundo encuentro, día de la entrevista, se creó una atmósfera de empatía que favoreció el surgimiento de reflexiones y autocríticas acerca del ejercicio docente y hasta del desempeño como persona. Consideran algunos aspectos de su conducta como fortalezas (ins-

pirar respeto) y otros que deben corregir porque les ocasiona vergüenza (sentir atracción física), es decir, identifican debilidades en su personalidad que pueden llegar a afectar sus relaciones interpersonales. No obstante, los actores se saben poseedores de un sólido autoconcepto y autorregulación que les facilita mimetizar sus emociones al momento de emitir juicios de valor sobre el comportamiento, las actitudes, las motivaciones, las frustraciones.

Segundo Paso

La entrevista en profundidad constituyó un acercamiento no sólo físico sino emocional por cuanto posibilitó explorar las vivencias alcanzadas a través de las experiencias, unas ameritaban recordarse, otras olvidarse, significativas o castadoras; una confluencia de sentimientos albergados en la psiquis humana, en su intelecto, en su voluntad que lograron ser comunicables a propósito de un clima de confianza, respeto, sinceración promovido por la investigadora. Los docentes confrontaron lo que cotidianamente realizan en su práctica educativa, en el desenvolvimiento, en las relaciones que surgen y resurgen, porque se detuvieron a repensar la sucesión de actos que dan paso a motivaciones capaces de influir en la toma de decisiones. El repaso trajo un caudal de significaciones conferidas a todo lo que hacen, piensan y dicen, una especie de descubrimiento y redescubrimiento comprensivo de sí mismos.

La oportunidad del reencuentro promovido desde los ambientes de aprendizaje constituye para los docentes universitarios una reafirmación de sus valores y principios, debido a que el comportamiento manifiesto posibilita develar la eticidad mediante actos coherentes y cohesivos, en donde el otro no sólo es visto distanciadamente por un juego de roles o un receptor pasivo, sino que se reconoce como un individuo que aporta su historia, vivencias hasta lograr una construcción colectiva y humanizadora. Se intenta una ruptura, pero se fijan las reglas. Los docentes son personas humanas temerosas, expuestas a situaciones que generan expectación, vivencias que entretejen momentos de gratificaciones o controversias y que entablan una hilvanada relación con la idea preconcebida del fracaso o de no sentirse lo suficientemente bueno.

El miedo subyace en su interior puede afectar

sus relaciones, por lo que somete a una balanza las estimaciones que esperan hagan los individuos acerca del carisma, la vocación, el esfuerzo por captar y mantener el interés, la aprobación, formar parte de un grupo, sentirse excluido, una especie de fuerza inconsciente que lo invita a superarlo en cada encuentro hasta ganar la confianza en sí mismo y en los demás. Lo anterior allana el camino para el ejercicio del poder desde el dominio del conocimiento, pues el docente puede emplearlo, por un lado, como mecanismo persuasivo a fin de imponer autoridad y al mismo tiempo, controlar un grupo disperso, conflictivo no interesado en participar, con acentuada deserción; en caso contrario, este ejercitar llega a representar la relación jerárquica en los ambientes de aprendizaje, la redefinición de roles y comparaciones, se convierte en modelo a seguir, puede ser aplicado con fines integradores, colaborativos, promotores de la corresponsabilidad, la visibilización del otro para advertir su presencialidad y oralidad.

Tercer Paso

La elaboración de la descripción protocolar a partir de cómo conciben la eticidad los docentes universitarios dio como resultados tres aspectos desde la perspectiva: a) La Eticidad del Docente Humanizador, b) La Eticidad del Docente Conciliador y c) La Eticidad del Docente Convivencial. De allí se lograron 30 descripciones correspondientes a cada uno de los tres aspectos antes señalados, lo cual totalizan 270 descriptores protocolares.

Etapas Estructurales

En la tercera etapa del método fenomenológico se estudian las descripciones obtenidas en los tres aspectos antes señalados, es decir, las 270 descripciones protocolares para extraer los temas centrales.

Primer Paso

Está relacionado a la lectura o repaso de los protocolos descritos en las entrevistas aplicadas a los seis actores del estudio a fin de delimitar el tema central en cada una de ellas. Su propósito es revivir aquello que contaron, vivieron y sintieron los actores y que pudieron expresarlo verbalmente con el empleo de palabras capaces de reflejar sus sentimientos, percepciones, deseos, alegrías, miedos, anhelos, temores. Para tales efectos se leyeron las 270 descripciones protoco-

lares según el aspecto tratado.

Segundo Paso

De acuerdo a la similitud en las descripciones protocolares delineadas en la etapa anterior, se determinaron las unidades temáticas naturales. Los actores sociales del estudio consideran que la Eticidad entrelaza y transversaliza sus pensamientos y actuaciones, es constitutiva de su dinámica relacional al identificar rasgos visibles de emociones, vivencias, experiencias, las cuales no son expresadas fácilmente para no exponer su lado vulnerable, pero llega a ser comunicable en la medida que comparte, socializa, se muestra dispuesto a reconocer sus temores, enfrentarlos, ser más humano. La investigadora asume un nivel elevado de abstracción para generar una narrativa teórica relevante al estudio.

Tercer Paso

En este paso se relacionaron las unidades temáticas con las categorías que emergieron de las entrevistas hasta lograr una reducción fenomenológica de los temas centrales o esenciales con miras a minimizar las redundancias. Este paso simplifica los procesos al determinarse el tema central prevalente, agrupadas según sus semejanzas a fin de evitar repeticiones. Según Martínez (2009), se alterna continuamente lo que dicen los sujetos con sus respectivos significados. Se logró obtener 13 temas esenciales:

Cuarto Paso

Una vez obtenidos los 13 temas centrales se agruparon por similitud en concordancia con el guión de las entrevistas aplicadas a los sujetos de estudio, logrando conseguir las respectivas correspondencias entre los temas esenciales para llegar a las categorías fenomenológicas esenciales sintetizadas. Para Leal (2003, p 58) en este momento constitutivo trascendental se efectúa una reducción eidética, “se pasa a una nueva esfera eidética: los objetos son ahora- esencias individuales sintetizadas”.

Quinto Paso

Consiste en la integración de todos los temas centrales en una estructura descriptiva. Todas las estructuras particulares se unifican en una estructura general, global que incluya las categorías identificadas en los protocolos, pues “se trata de una descripción completa del fenómeno que se quiere investigar”, como lo es la Eticidad del docente universitario. Al citar a Leal en esta paso,

lo relaciona con el momento fenomenológico metafísico de la conciencia que busca la comprensión de lo abordado en la investigación, como un todo (una estructura global). La reducción fenomenológica es trascendental, se pasa a una universalidad esencial. En este orden, se agrupan las 5 categorías fenomenológicas esenciales-sintetizadas, por aspectos y luego se reagrupan por la similitud, logrando con ello 5 categorías fenomenológicas esenciales-universales.

Etapas de discusión de los resultados

Los resultados obtenidos mediante la aplicación del método fenomenológico permitieron abordar las concepciones que tienen los docentes universitarios acerca de la Eticidad y su contribución para una mejor convivencia humana dentro de los ambientes de aprendizaje. Se obtuvieron dos concepciones del sentido de la Eticidad por parte de los docentes. Una con incidencia en el ámbito personal, particular y otra en el ámbito colectivo, global. Por un lado, la visión particular permite a los actores exhibir una Eticidad como evidencia de la correlación de actuaciones con la imagen pública que ostentan, es decir, se espera individuos con una base valoral capaz de mantener la coherencia y cohesión de su conducta. Esta visión a lo interno confronta los miedos o temores revelados ante lo desconocido y el consecuente cuestionamiento así mismo por no lograr superar situaciones en donde se desenvuelven comportamientos rechazados en la biota académica. En cuanto, al ámbito colectivo o global, el docente concibe a la Eticidad con momentos capaces de generar cambios favorables a la convivencia, la universalidad de valores que llegan a transversalizar los actos humanos. Esta configuración de las relaciones interpersonales alcanza grados de madurez en tanto expresa contenidos de conciencia compartidos, pues no admite actos aislados, ocurrientes, ni en solitario, ni se acciona de manera impositiva, debido a que es preferencia, decisión y elección, resultante de un acto no contemplativo sino introspectivo que eleva la conciencia moral.

Por tanto, la Eticidad diferencia la voluntad e intención mediante un contexto que habilita a actuar de determinada manera y no de otra. La eticidad se revela en lo convivencial de la norma dada por sabida y capaz de regular procedimientos, en su logicidad para definir el carácter. En el entorno organizacional los docentes sujetos de

eticidad perciben su accionar como actores culturales formalizados a través de reglamentos, políticas, manuales de cargos, escalafones, convenios que actúan a modo de direccionamiento en un tejido situacional oportuno para sobresalir con valores rectores de la acción al constituir un andamiaje identificable, perceptible, diferenciable.

Los docentes consienten la universidad como una organización que les permite desarrollar competencias, habilidades comunicativas, convertirse en modelo de identificación, pues es en comunidad en donde la eticidad se manifiesta y los sujetos realizadores de eticidad conciben los espacios públicos como escenarios propicios para fomentar el interés por el otro. En esta tarea el docente universitario asume multiplicidad de roles surgidos de la dinámica relacional cotidiana, la cual muestra signos de evidente debilidad en la cultura organizacional al no transmitir un sentido de unidad e integración entre los miembros de la organización y las aspiraciones de generar compromiso tangible no logran unificar los criterios de transformación y cambio ante la comunidad societal.

APROXIMACIÓN FENOMENOLÓGICA DE LA ETICIDAD DEL DOCENTE UNIVERSITARIO COMO CONSTRUCTO TEÓRICO PARA LA CONVIVENCIA

La eticidad del docente universitario de la Universidad Nacional Experimental de los Llanos Ezequiel Zamora, UNELLEZ, Vice Rectorado de Infraestructura y Procesos Industriales, admite la coexistencia en los ambientes de aprendizaje con modelos relacionales fundamentados en esquemas explicativos a partir de las tradiciones, costumbres, narrativas, hábitos. Se redefine su perfil orientado y ejercitado para develarse en su práctica educativa y convivencial a partir de la relación establecida entre los constructos que emergieron en el estudio, a saber entre ellos:

Constructo Teórico: Eticidad Dialógica

Panikkar (2010) sostiene que lo dialógico o imparativo pretende estar permanentemente abierta en un esfuerzo de aprender constantemente de los otros y sus diferentes culturas, permitiendo que

nuestras visiones sean fecundadas por las de ellos. Se trata de un sistema de pensamiento “dispuesto a aprender de cualquier rincón filosófico del mundo”. La eticidad dialógica diseña estrategias de acción para obtener respuestas, reacciones e intervenciones que viabilizan la conexión sinérgica entre los actores organizacionales, más allá de una visión idealizada de interacción recíproca y voluntariamente desarrollada. Pretende promover condiciones que propicien, en un primer momento, el entendimiento y la aceptación de la prevalencia de valores como el respeto a la opinión ajena desde su temporalidad y espacialidad; en un segundo momento, que el contenido del discurso contemple elementos constructivos en donde emerjan acuerdos y desacuerdos, y, en un tercer momento, considerar la discusión, la crítica, la contradicción y los puntos de vistas opuestos como factores coadyuvantes en el diálogo equitativo, respetuoso, tolerante, integrador, conciliador que revalida la vida comunitaria y societal al sentirse parte de algo capaz de integrarlo valorativamente.

Constructo Teórico: Eticidad Normativa

La normatividad de la vida en la esfera individual o societal supone preferencias, aspiraciones e intenciones en juego en donde se posibilita un acatamiento voluntario, desinteresado, acomodaticio, desafiante, irreverente, contradictorio, sumiso, impuesto. Los premios, sanciones y castigos, definidos y resultantes del pensamiento convertido en acción, conllevan el reconocimiento de la norma, su obligatoria acatación, pues los deberes y las prohibiciones no están eximidos, lo valioso se preserva y el orden se garantiza.

En la Eticidad la norma convierte los actos humanos en postulados capaces de confrontar criterios y opiniones en una especie de consenso colectivo, pues al materializarse en lo comunitario se identifican los actores involucrados en la dinámica relacional, hay una conciencia moral señalando la naturaleza de las acciones y se entablan los roles dentro de un marco jerárquico valorativo. Cada actor social emprende un viraje de sus propias concepciones y posturas al verse reflejado en la comunidad, se identifica aun partiendo de su particularidad hacia la generalidad, el recorrido simbólico pretende sumar predictivamente comportamientos a favor de la convivencia por lo que la Eticidad devela una

personalidad moral edificada.

Constructo Teórico: Eticidad Contextual

La Eticidad contextual identifica, arraiga, deja constancia de la pertinencia y pertenencia a algo integrador valorativamente, ya sea tangible o intangible. Supera el intercambio de significaciones e interpretaciones que revelan modos de comportarse en circunstancias que admiten el cuestionamiento, en eventos cuya ajena mirada es capaz de incomodar cuando emplea argumentaciones o se acompaña de lo gestual, no lingüístico. Por tanto, la eticidad contextual define espacios simbólicos vinculantes, se hace visible a través de la intención, interés y preferencia por determinadas acciones, se concreta en las diferencias contextuales.

En este contexto operativo, el docente presume del control de sus actos porque se sabe observado, sin embargo, la esfera individual es superada por sus apreciaciones, convicciones y presiones sociales. Lo comunitario se contextualiza en un proceso recurrente, aprehensible, intelectual, dada las acciones que sirven de marco diferenciador de lo particular y generalizable al prevalecer e imponerse cuando surge acuerdo. La eticidad materializada en lo colectivo, puesto que no es solitaria, alcanza grados de compatibilidad, negociación y capacidad de transformar lo circundante.

Constructo Teórico: Eticidad Axiológica

La eticidad axiológica se sustenta en valores identificables, reconocibles, independientes de jerarquías, pues la naturaleza humana los exige para habitar el mundo y posibilitar su convivencialidad, mancomunidad. El docente tiene la certitud de posibilitar tales realizaciones en una cultura definida y sustentada en valores organizacionales que actúan como guiatra, bitácora de acciones, debido al grado de formalidad y a la pretensión de esperar su acatamiento voluntario. Los implícitos compartidos cotidianamente, entran en consideración con la afluencia de sujetos organizacionales que resguardan su singularidad y peculiar modo de concebirse así mismo. En concordancia con ello, la universidad da paso a la concurrencia de un pluralismo axiológico subyacente que delimita participaciones y que puede resultar advertida su apreciada diversidad toda vez que logra identificarse y recompensar los estándares reivindicativos. Para la eticidad axiológica

los sujetos de eticidad se revisten de ciudadanos del mundo a fin de emprender cambios en la relación y percepción del hombre con su semejante, con su entorno, emergen como ciudadanos interesados en las historias de vidas del otro, se comprometen con causas nobles que dignifiquen la condición humana. La eticidad axiológica, por tanto, se exterioriza sostenidamente en valores que alcanzan niveles de satisfacción personal y protagonizan la convivencia, la coexistencia.

Constructo Teórico: Eticidad Proxémica

En la eticidad proxémica el sujeto marca territorios simbólicos en donde se desenvuelve, toma decisiones, piensa, surgen ideas, expresa sus temores, ejecuta acciones e interactúa mediante los sentidos, no en la distancia, la soledad y la inapetencia sino en la inmediatez porque al recuperar la mirada del otro, hay un reflejo de sí mismo. En este orden, se posibilita la interacción basada en historias comunes, experiencias similares, patrones culturales con raigambre que habilitan significaciones capaces de trascender las barreras idiosincráticas, las amuralladas etiquetas sociales, pues en la emisión de contenidos intencionales, clarificadores con altos niveles de comprensibilidad, hay entendimiento, aceptación, involucramiento, inclusión y democratización del espacio público.

El docente puede emplear de manera consciente y voluntaria la proximidad para imponer y dejar constar la figura de autoridad que ostenta, el lugar jerárquico ocupado, la influencia política ejercida en los grupos de poder; desencadenando el distanciamiento con personas que no le son desconocidas ya que comparte e interactúa en la cotidianidad académica. Contrariamente se presenta cuando el docente universitario utiliza la cercanía para generar vínculos, confiabilidad, respeto, reconocimiento, afianzar la cultura organizacional y originar rendimiento, productividad, cooperación, corresponsabilidad, pertinencia. Entendiendo este último como un sujeto de eticidad proxémica debidamente dispuesto a entablar conexiones simbólicas con sus semejantes a través de la oportunidad del encuentro.

REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS

Cabello, A. (2003) Pretensiones éticas de Hegel y Habermas. Apuntes filosóficos Universidad de Carabobo. N° 33, pp. 151-164. Carabobo-Venezuela.

Cortina A. (1996) *Ética aplicada y democracia radical*, Tecnos, Madrid.

Internacional sobre la Educación para el siglo XXI. Ediciones UNESCO. México. Pp 98-120-223.

Fernández, R. (2003) Competencias profesionales del docente en la sociedad del siglo XXI. Perfil del Docente en el siglo XXI. Documento en línea. Consultado: Junio 10, 2013]. Disponible en: <http://www.uclm.es/profesorado/Ricardo/Cursos/CompetenciaProfesionales.pdf> Pp 46.

Gadamer, H. (1993). *Verdad y Método I*. Salamanca, España. Editorial Sígueme. Pp 139.

García, L. (2006). *Ética y Filosofía Moral*. Editorial Trillas. 2da edición, México. Pp 21-23.

Habermas, J. (1998). Escritos sobre moralidad y eticidad. *Pensamiento contemporáneo* 17. Ediciones Paidós. I.C.E. Universidad Autónoma de Barcelona **Hegel G.** (1966). *Fenomenología del espíritu*. México D.F. Fondo de Cultura Económica. Pp 145.

Leal, N. (2003) El método fenomenológico: principios momentos y reducciones.

Ponencia presentada en las Jornadas de Promoción a la Investigación Científica, Humanística y Tecnológica. Caracas.

Manjón, J. (2001). Algunas funciones del profesorado universitario en el siglo XXI.

Consideraciones éticas. Universidad de Sevilla. *Revista Fuentes-2*. Documento en línea. Consultado: julio, 30, 2014. Disponible en: <http://www.revistafuentes.org/pdf/files/44.pdf>

Martínez, M. (2009). *Comportamiento humano. Nuevos métodos de investigación*. Editorial Trillas. Pp 167.

Michel, J. (2005). *Ética: Un horizonte en quiebre*. Editorial Universitaria Buenos Aires. 2ª edición, Pp 23.

Panikkar, R. (2010). *El hombre y su obra - Re-*

pertorio de Ensayistas y Filósofos.

Documento en línea. Consultado, el 13, septiemb
bre, 2014. Disponible
en: [http://www.ensayistas.org/filosofos/spain/pa-
nikkar/introd.htm](http://www.ensayistas.org/filosofos/spain/pa-
nikkar/introd.htm)

UNELLEZ. Visión, Misión y Objetivos Institu-
cionales. Documento en Línea.

Disponible en: [http://www.unellez.edu.ve/por-
tal/index.php/universidad/informacion-
general/mision-vision](http://www.unellez.edu.ve/por-
tal/index.php/universidad/informacion-
general/mision-vision) Consultado: agosto, 24,
2012

Vásquez, E. (2008). Los puntos fundamentales
de Hegel. Editorial Alfa. 1era edición. Caracas.
Venezuela. Pp 124.

Yegres, A. (2013). La investigación educativa
aplicada al ámbito de las Ciencias Sociales.

JUEGOS FÍSICO- RECREATIVOS PARA ESTIMULAR LAS HABILIDADES DE CORRER, SALTAR Y LANZAR EN NIÑOS (AS) DE 5 A 6 AÑOS DE LA COMUNIDAD CONAIMA DEL ESTADO, COJEDES

RESUMEN

Autores:

Duglas David Días Chacón

Annette Núñez González

Universidad de Ciencias de la Cultura Física
y del Deporte. Cuba: La Habana.

Correo electrónico:

annettenunezgonzalez@gmail.com

Recibido: 25 de febrero de 2015

Aceptado: 06 de abril de 2015

El efecto de la actividad física desde las primeras edades hay que verlo como un agente transformador en los niños, ya que a través del movimiento el mismo va desarrollando habilidades sociales, emocionales y cognitivas. El movimiento constituye una educación integral en la vida del niño y puede a través de su efecto de salud mental lograr el aumento de las capacidades de los mismos por aprender. El pobre desarrollo de habilidades motrices básicas en niños/as de 5-6 años de la comunidad Conaima en San Carlos, estado Cojedes, conllevó a proponer 10 juegos físico-recreativos para estimular el correr, saltar y lanzar. Su pertinencia fue confirmada por un grupo de especialistas por reflejar un tema de gran importancia, clasificados en pequeños, logrando una mayor motivación e interés en los niños/as por estas actividades favoreciendo la participación activa de los mismos.

Nos apoyamos en diferentes técnicas y métodos de investigación. Entre los métodos teóricos utilizamos el Análisis-Documental, Histórico-Lógico y Análisis y Síntesis; como empíricos asumimos la Técnica de Entrevista y la Observación así como el Análisis Porcentual como Técnica Estadísticos. Estos nos permitieron procesar toda la información y darle cumplimiento al objetivo general.

PALABRAS CLAVES: juegos, físico-recreativos; habilidades matrices básicas.

ABSTRACT

The effect of physical activity from the earliest ages to be seen as a transforming agent in children, because through movement it is developing social, emotional and cognitive skills. The movement is an integral education in a child's life and can through its effect on mental health achieve enhanced capabilities to learn them. The poor development of motor skills in children / as 5-6 years of Conaima community in San Carlos, Cojedes, led to nominate 10 physical leisure games to encourage running, jumping and throwing. Its relevance was confirmed by a group of experts to reflect an issue of great importance, ranked small, achieving greater motivation and interest in children / as these activities promote the active participation of the same.

We rely on various techniques and research methods. Among the theoretical methods used-Documentary Analysis, Logical and Historical Analysis and Synthesis; we assume as empirical Technique Interview and Observation and the Percentage Technical Analysis and Statistics. These allow us to process all the information and give effect to the overall objective.

KEYWORDS: games, physical recreation; matrices basic skills.

INTRODUCCIÓN

En Venezuela el Gobierno Bolivariano implementa programas en las comunidades con el objetivo de elevar los niveles de salud y calidad de vida de la población, así como la promoción de la práctica de ejercicios físicos, el empleo del tiempo libre y la recreación sana de niños, jóvenes y adultos. Es importante mencionar que estas actividades pueden practicarse en los barrios, en la calle, en el patio de la casa, en los cerros, en el pequeño espacio comunitario.

En este sentido la recreación supone para los niños/as un espacio y un tiempo para la acción, con clases alegres, dinámicas y creativas donde el niño lograra aumentar su motricidad mejorando las habilidades motrices básicas.

En tal sentido los promotores deportivos deben estar preparados para establecer una estrecha comunicación tanto con los niños y niñas como con los padres para enfrentar las exigencias y el reto que tiene ante sí en su rol de guiar y dirigir la en-

señanza, de ser un innovador por excelencia y naturaleza, tener conocimientos actualizados para emprender un liderazgo desde un perfil comprensivo humanista y dinámico acerca de las necesidades e intereses del niño/a.

En observaciones realizadas a las actividades físicas recreativas aplicadas por el promotor en la comunidad Conaima con niños de 5 a 6 años, se halló en los practicantes falta de coordinación de los brazos y piernas al correr, lanzar la pelota y saltar; también se comprobó que los juegos seleccionados no eran los más adecuados para estimular estas habilidades motrices básicas. En virtud de estas observaciones se propuso un conjunto de juegos físico-recreativos para estimular las habilidades de correr, saltar y lanzar en niños de 5-6 años de la comunidad Conaima en San Carlos, estado Cojedes.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

El juego, como actividad rectora y fundamental en la etapa infantil contribuye a la formación integral de los niños y niñas ya que es un potenciador de la zona de desarrollo próximo porque el niño siempre está por delante de su educación actual, lo cual los prepara para acciones futuras, además de influir en su desarrollo bio- psico-social.

Los juegos recreativos, representan un conjunto de acciones utilizadas para la diversión y su finalidad principal consiste en lograr disfrute de quienes lo ejecuten; es una actividad eminentemente lúdica, divertida, capaz de transmitir emociones, alegría, salud, estímulos, el deseo de ganar, permitiendo la relación con otros niños/as por eso se convierte en una actividad vital e indispensable para su desarrollo. La reglamentación es mínima y lo importante no es realizar bien la técnica o ganar sino la diversión, lo cual genera placer.

Muchos han sido los estudios realizados en torno al juego, sin embargo, no existe una definición precisa que pueda abarcar todo lo que representa el juego, sobre todo en la vida de los niños. El juego posee un variado complejo y rico contenido lo que imposibilita ofrecer una completa concepción de su naturaleza teniendo en cuenta la influencia que ejercen.

Partamos del criterio que nos ofrece Johan Huizinga (1972) pensador que desarrollo y escribió

una de las teorías más completas y serias acerca del juego, él señala que el juego es una: “Actividad u ocupación voluntaria que se realiza dentro de ciertos límites establecidos de espacio y tiempo, atendiendo a reglas libremente aceptadas, pero incondicionalmente seguidas, que tiene su objetivo en si misma y se acompaña de un sentimiento de tensión y alegría”

En los niños el juego es un elemento importante, primordial, en el se exteriorizan sentimientos como el placer, la satisfacción al realizar algo deseado lo que posibilita el intercambio del niño con objetos, con el medio y consigo mismo, pues mediante el juego se desbordan energías según expresa A.V Zaporozhets. (1947).

El juego adquiere un valor incalculable sobre todo para los niños, pues es un encanto maravilloso que invita a todos a ejecutarlo, mediante su práctica los niños adquieren, desarrollan y perfeccionan habilidades motrices, ellos adornan y enriquecen la vida de los niños, con él son más felices, comprenden y se adaptan mejor a la realidad que los rodea.

Terry Orlick (1990) califica el juego como él “el reino mágico de los niños” y señala “jugar es un medio ideal para un aprendizaje social positivo porque es natural activo y muy motivador para la mayor parte de los niños.

A que niño no le agrada jugar, para ellos el juego es una acción sagrada que sin saberlo los forma para la vida, debido a que son muchos los rasgos que lo caracterizan y lo hacen especial, sobre lo que Johan Huisinga (1968) describe: ...“La característica principal del juego es que es libre, es libertad”, señalando, además, que se presenta como una actividad de recreo, de diversión determinada por un límite de tiempo, lo que posibilita que al mismo tiempo cree orden y sea orden. Huisinga manifiesta también que: “El juego oprime, libera, arrebat, electriza y hechiza “.

Es algo increíble lo que experimenta el niño al jugar, con el juego él describe el mundo y mediante él se introduce en su entorno social pues según Verdu Medina (1987): “aprender a jugar es aprender a vivir”

Vsevolodsri-Gerngross por otro lado según refiere Elkonin plantean que el juego es una: “Actividad practica social variada que consiste en la reproducción activa de cualquier fenómeno de la vida, parcial o total fuera de su situación practica

real. La significación social del juego en las etapas tempranas del desarrollo del hombre, reside en su papel colectivista”

Según B. Russel (1970) el juego es una actividad generadora de placer que no se realiza con una finalidad exterior a ella si no por sí misma.

Al jugar, el niño exterioriza sus alegrías, miedos, angustias y es el juego el que le ofrece la posibilidad de elaborar, por ejemplo, los celos hacia un hermanito en el juego con un osito, al que a veces besa y a veces pega. El juego le aporta una larga serie de experiencias que responden a las necesidades específicas de las etapas del desarrollo.

A través del juego el niño, adolescentes, jóvenes y adultos expresan todo su mundo interno: lo que le pasa, lo que sienten, lo que piensan, es mediante él donde desarrollan lo cognitivo, emocional y psicológico.

El juego es una forma particularmente poderosa de actividad que tiene la vida social y la actividad constructiva del hombre, así como su aprendizaje.

Zapata, O. (1999) considera al respecto, “basta recordar que la actividad vital de los niños es el juego, para comprender que bien orientados están los aprendizajes escolares por medio de juego motores, se lograrán aprendizajes significativos, afectivos que permitirán desarrollar los factores cognoscitivos, afectivos y sociales”.

Atendiendo a los aspectos antes expuestos existen varias clasificaciones de los juegos, pero se asume en esta investigación la reflejada en el texto básico de la asignatura Teoría y Práctica de los Juegos por la M. Sc. Watson, H. y colectivo de autores (2005):

a) la forma de participar: individual y colectivos.

b) Por la ubicación: exteriores e interiores.

c) Por la intensidad del movimiento: alta, media y baja.

d) Por sus características: pequeños, deportivos, tradicionales, recreativos y pre-deportivos.

Pasos metodológicos para describir los juegos:

a) Nombre: nombre del juego a desarrollar. Debe estar relacionado con el contenido del juego.

b) Objetivo: debe ser claro y preciso, están encaminado a trabajar Habilidades motrices básicas, capacidades físicas, habilidades deportivas y actividades recreativas.

c) Materiales: todos los implementos a utilizar en el juego, sólo se deben utilizar los necesarios.

d) Participantes: se tiene en cuenta cantidad, edad y el grado con el cual se va a trabajar.

e) Organización: se incluye todo lo concerniente a la distribución, selección apropiada de los guías del grupo.

f) Diagrama: es la representación gráfica de todo lo que sucede en el juego, debe ser lo más explícita y precisa posible.

g) Desarrollo: es la explicación del juego, esta debe ser comprensible, conjuntamente con la descripción que debe ser atractiva y dramatizada.

h) Reglas: se va a explicar todos los aspectos que los alumnos deben tener en cuenta para que el juego se desarrolle con éxito.

i) Variante: Después que se ha desarrollado el juego, el profesor puede realizar variantes y junto con éstas la introducción de nuevas reglas. La variante en que utilizando la misma organización, se pueden cambiar los desplazamientos, aumentar la complejidad, etc. siempre cumpliendo con el objetivo trazado.

j) Clasificación: se debe tener en cuenta todos los aspectos de la clasificación con son: forma de participar, complejidad, características, ubicación y la actividad desarrollada.

Indicaciones metodológicas para el trabajo de los juegos.

a) La explicación del juego debe realizarse de forma clara, tratando de acompañarla con una demostración.

b) Para que los juegos contribuyan al desarrollo de las habilidades motrices se debe propiciar la repetición y perfeccionamiento de los mismos.

c) Se tendrá en cuenta la aplicación de variantes tanto por parte del profesor como sugerencias por parte de los estudiantes.

d) Velar porque se cumplan las reglas del juego de forma adecuada.

e) Intervenir lo menos posible después de iniciado el juego, solo cuando sea necesario.

f) Propiciar un ambiente alegre y favorable, aún y cuando hayan equipos perdedores. Analice con ellos de ser posible la causa del fracaso y motive para realizarlo nuevamente.

g) Al formar los equipos se deben variar los integrantes, con vista a fomentar la solidaridad, el compañerismo, etc.

h) Los juegos pueden ser utilizados en cualquier

parte de la clase en dependencia de los objetivos de éstas y la actividad principal a desarrollar.

i) Cambiar de juego o de actividad tan pronto aparezcan señales de desmotivación.

j) Emplee medios adecuados en el caso que lo requiera que no ofrezcan peligro.

k) De no contar con los medios que se requiere para el juego, pueden ser sustituidos por otros que cumplan la misma función.

l) Seleccione el juego adecuado en correspondencia con el contenido que se esté trabajando.

m) Tenga en cuenta que existen juegos que pueden ser utilizados para trabajar varios contenidos de los declarados.

n) Al seleccionar el juego tenga en cuenta las posibilidades de los participantes.

o) Para controlar el juego, ubíquese de manera que le permita observar la ejecución del mismo.

p) Influya en los rasgos de la personalidad del alumno a través del proceso volitivo tales como el valor, perseverancia, toma de decisiones, entre otros, sobre la base del contenido motriz.

q) Emplee adecuadamente las formaciones, de manera que garantice el tiempo real de trabajo.

r) Tenga en cuenta como variar la carga en el juego.

A través de las actividades físico-recreativas los niños y niñas corren, saltan y lanzan, entre otras habilidades motoras básicas, de forma espontánea, muy vinculadas al desarrollo de las capacidades coordinativas y la flexibilidad.

El correr es una ampliación natural de la habilidad física de andar; de hecho se diferencia de la marcha por la llamada "fase aérea". Esta habilidad aparece a temprana edad, después de caminar sin ayuda.

Saltar es una habilidad motora en la que el cuerpo se suspende en el aire debido al impulso de una o ambas pierna y cae sobre uno o ambos pies. El salto requiere complicadas modificaciones de la marcha y carrera, entrando en acción factores como la fuerza, equilibrio y coordinación.

La acción de lanzar como una habilidad fundamental que debe ser educada desde las primeras edades, por cuanto desde el punto de vista funcional, la velocidad, la distancia y la precisión son aspectos esenciales a tener en cuenta.

En la medida en que los niños y las niñas van dominando estas habilidades, unido al desarrollo

de las capacidades coordinativas, van combinándolas lo que significa que ya están en condiciones de ir incrementado la complejidad de esas acciones las cuales contribuirán, no sólo al desarrollo de otras capacidades coordinativa, sino también a la percepción de sí mismo y la del entorno.

METODOLOGÍA

Para seleccionar los juegos se tuvo en cuenta los gustos y preferencias de los niños. Se escogieron de forma intencional 10 infantes (7 niños y 3 niñas), a cada uno se les entrego una planilla donde aparecían diferentes tipos de juegos para que marcaran cuales eran los de su preferencia.

Tomando en cuenta las preferencias de los niños y niñas se estructuró y organizó el conjunto de juegos físico-recreativo. A continuación se relacionan estos juegos.

Juego 1

NOMBRE: “BARQUITO VELERO”

OBJETIVOS: Correr dispersos por toda el área.

MATERIALES: 20 remos, 5 rojos, 5 blancos, 5 verdes y 5 azules, que serán confeccionados con pomos plásticos y tubos de desodorantes, uno para cada niño, cuatro cajas de distintos colores identificadas con una figura geométricas que representan los puertos.

ORGANIZACIÓN: Los niños estarán parados dispersos por toda el área, con un remo en sus manos de diferentes formas y colores.

En los extremos del terreno se colocarán cajas que representaran los cuatros puertos. La maestra ubicada en el centro de uno de los extremos.

DESARROLLO: Se le explicará a los niños que el área será el mar imaginariamente donde iríamos a navegar. A la señal del promotor los niños comenzarán a correr por toda el área hasta que ella pronuncie:” vamos a navegar por el mar y formarán botes de cuatro niños-as según el color de su remo “ Remando, remando va mi barquito”. Al escuchar, el barco se hunde, los participantes corren al puerto de igual color que sus remos. Cuando todos están en el puerto salen a navegar formando botes por la forma de los remos(los que tendrán en sus extremos una figura de distinta forma), continua el juego con diferente criterio de selección (tamaño).

REGLAS: - Los primeros niños-as que lleguen al puerto se le otorga un punto a su equipo.

- Gana otro punto su llegan al puerto de acuerdo

a la orden de la maestra.

- Gana el equipo que más puntos obtengan.

VARIANTE: - Posición inicial sentados.

- Formación de botes con diferente cantidad de niños.

Juego 2

NOMBRE: “EL PARQUE DE RECREOS.

OBJETIVOS: Correr bordeando obstáculos.

MATERIALES: Cajas, objetos.

ORGANIZACIÓN: Por todo el terreno estarán colocadas las cajas, en su interior objetos. Los niños caminan dispersos, la maestra estará en uno de sus extremos.

DESARROLLO: Se les explicará a los niños que el área es un parque de diversiones, donde vamos a jugar y divertirnos mucho. Los niños corren bordeando obstáculos, al escuchar, formen parejas, al formarlas corren hasta donde están las cajas y seleccionan los objetos que le diga la maestra (pelotas, bolos, suizas, aros). Continúan corriendo en parejas bordeando obstáculos. A la señal de la maestra corren hasta las cajas, depositan los objetos (pelotas) y seleccionan el nuevo objeto que le diga la maestra y continúan corriendo por todo el parque.

REGLAS:

- Correr bordeando los obstáculos y formar parejas.

- Las parejas ganan un punto si buscan todos los objetos que se les ordenan.

- Ganan las parejas que más puntos acumulen.

VARIANTES: Juguetes.

Juego 3

NOMBRE: “LEVANTANDO EL PAPALOTE”

OBJETIVOS: Correr por el área libremente y en parejas.

MATERIALES: Papalotes, tarjetas y dados.

ORGANIZACION: Los niños dispersos por el área. En uno de los extremos del área se pintan dos círculos (azul y rojo) de 50cm de diámetro y cada uno tendrá en su interior tarjetas con diferentes cantidades de elementos.

DESARROLLO: Los niños corren dispersos por toda el área empujando papalotes rojos u azules, a la orden de la maestra corren hasta el círculo que corresponda al color de su papalote, seleccionan las tarjetas de acuerdo la cantidad que tenga el dado mostrado por la maestra (tres, cuatro, cinco). Regresan corriendo en parejas hasta el otro extremo del área. Los niños-as que tienen las

tarjetas corren a colocarlas en los círculos y regresan a buscar su pareja para continuar jugando de acuerdo a la cantidad que indique el dado.

REGLAS:

- Deben regresar al otro extremo del área en parejas.

- Se le otorga un punto al equipo que termine primero de seleccionar la tarjeta.

- Gana el equipo que más puntos (fichas) acumule.

VARIANTE: - Utilización de varios colores en los papalote

Juego 4

NOMBRE: "JUGUETEEMOS CON LOS SONIDOS QUE FORMAN LAS PALABRAS".

OBJETIVOS: Saltar hacia diferentes direcciones con desplazamientos.

MATERIALES: Tarjetas y tizas.

ORGANIZACION: En el centro del área va a estar marcado un círculo grande con un metro de diámetro, tarjetas ilustradas ubicadas por todo el borde interior del círculo, los niños dispersos por el área. En un extremo del área estarán las líneas dibujadas para formar las hileras.

DESARROLLO: Los niños(as) saltar pasando obstáculos, al escuchar la canción "A la rueda a jugar", corren a formar una ronda alrededor del círculo y cuando pare la música los niños tendrán delante una tarjeta dirán qué es, y el lugar que ocupan las vocales que están en esa palabra. Al concluir todos los niños(as), vuelven a saltar pasando obstáculos, al escuchar la canción "Tu sabes hacer la hilera" corren a formar hileras. Al cambiar la canción de hileras a ruedas formarán el círculo y continuarán la misma actividad diciendo las consonantes y el lugar que ocupan en la palabra.

REGLAS:

- Los niños que logren identificar el lugar que ocupa el sonido en la palabra acumulan una ficha.

- Deben saltar pasando obstáculos.

- Ganan los niños que más fichas acumulen.

VARIANTE: Cambiar las tarjetas por juguetes.

Juego 5

NOMBRE: "SALTANDO Y DESCRIBIENDO".

OBJETIVOS: Saltar con una y dos piernas.

MATERIALES: Cordel y tarjetas.

ORGANIZACION: Los niños dispersos por el área, forman un círculo en el centro de este, se

ubica la maestra. En los extremos láminas ilustradas.

DESARROLLO: Se le explicará a los niños que el área es el campo y que ellos son los conejos que están buscando frutas y vegetales para alimentarse, a la señal de la maestra forman un círculo, la maestra se sitúa en el centro con un cordel que tiene atado en su extremo un saquito con arena. La maestra hace girar el cordel por el piso, al pasarlo por cada niño, este deberá saltar con una y dos piernas para no ser tocado. El niño que es tocado sale del círculo, escoge una lámina ilustrada (vegetales y frutas) y la describe.

REGLA:

- Salta solo cuando el cordel pasa por cada niño.

- Describir de forma sencilla.

- Ganan los niños que más puntos acumulen.

VARIANTE: - Sustituir las láminas por objetos.

Juego 6

NOMBRE: "BRINCANDO VOY JUGANDO".

OBJETIVO: Saltar con dos piernas al frente.

MATERIALES: Bolos, pelotas y tizas.

ORGANIZACIÓN: En el terreno estarán dibujadas dos hileras de cuatro círculos a una distancia de 10 cm uno del otro. En el interior del primer círculo de cada hilera (pelotas) y en el otro bolos. Los niños formarán una hilera delante del círculo que tienen las pelotas y otra hilera delante del círculo que tiene los bolos, la maestra en uno de sus extremos.

DESARROLLO: Los niños saltan por el área, a la señal de la maestra forman dos hileras de igual cantidad de niños, frente a los círculos que tienen las pelotas y los bolos. Los primeros niños de cada equipo, a la señal de la maestra saltan al primer círculo tomando una pelota o bolo y continúan saltando de un círculo a otro. El niño que salta corre a ocupar su lugar al final de la hilera. Cuando todos los niños de la hilera hayan saltado, corren a colocar los bolos y pelotas donde está ubicada la maestra, de forma tal que cada bolo le corresponda una pelota. Al concluir corren a formar las hileras (la maestra quitará dos pelotas y pondrá dos bolos más). Los niños continúan saltando de uno en uno por los círculos y buscarán un bolo o pelota donde quedaron ordenadas, que colocarán en el primer círculo de cada hilera, quedando formadas las hileras de diferentes cantidades de niños. Al concluir hacen corresponder las pelotas con los bolos (hay más bolos que pelotas),

y continúan jugando.

REGLAS:

- Esperar su turno para saltar.
- Realizar la correspondencia pelota-bolo.
- Gana el grupo que primero lo realice.

VARIANTE: Juguetes.

Juego 7

NOMBRE: "JUGUEMOS CON LOS AROS".

OBJETIVOS: Lanzar hacia diferentes direcciones.

MATERIALES: Aros de diferentes tamaños (grandes y pequeños) y colores, cinco azules, cinco verdes, cinco amarillos y cinco rojos (hechos de cartón).

ORGANIZACIÓN: Los niños dispersos por el área lanzando los aros hacia diferentes direcciones. En los extremos del área estarán dibujadas líneas rectas de diferentes colores donde los niños se agruparán. La maestra se coloca en una de los extremos del área.

DESARROLLO: Los niños estarán jugando con los aros por toda el área, lanzándolos hacia diferentes direcciones, a la señal de la maestra se agrupan de acuerdo al color de sus aros en las líneas correspondientes a su color. Dejan los aros en las líneas y corren a buscar un aro de diferente color al que tenían y lo lanzan hacia diferentes direcciones. A la señal de la maestra se agrupan en la línea de igual color de sus aros, en los extremos de las líneas colocan los aros de igual tamaño. Cuando terminan de ordenar corren a buscar un aro de diferente color al que tenían y lo lanzan hacia diferentes direcciones; a la señal de la maestra se agrupan en la línea de igual color que sus aros y continúan jugando.

REGLAS:

- Se le otorga un punto a cada equipo que termine primero.
- Gana otro punto el equipo que coloque los aros de acuerdo a su tamaño.
- Gana el equipo que más puntos acumule.

VARIANTE: Pelotas, bastones.

Juego 8

NOMBRE: "DESCUBRE TU CUENTO".

OBJETIVO: Lanzar y atrapar la pelota.

MATERIALES: Dos pelotas, láminas, tizas.

ORGANIZACIÓN: Los niños se dividen en dos equipos y se colocan en hileras. En el terreno se marcarán dos líneas, una de partida y otra de llegada a una distancia de cuatro metros. Detrás

de la línea de llegada se marcará un círculo con láminas de cuentos en su interior. Un niño detrás del círculo.

DESARROLLO: A una señal de la maestra los niños que están en el círculo lanzarán rodando la pelota al primer niño de cada hilera. Estos la atrapan y correrán al círculo, escogen una lámina y tienen que mostrarla a los demás niños y decir lo que ven pero cambiándolo según la orden de la maestra ejemplo: si en la lámina se representa una pelota roja, la maestra dice ¿cómo diríamos si fueran muchas?, si es un perro amarillo, ¿cómo diríamos si es una perra? y lanza la pelota a su hilera. Los niños que estaban en el círculo correrán a ocupar los últimos lugares en sus hileras. Los niños de las hileras irán avanzando hacia la línea de partida, según les llegue el turno de jugar.

REGLAS:

- El lanzamiento se debe hacer desde el círculo.
- Los niños deben esperar su turno para atrapar la pelota.
- Gana un punto si establece concordancia sustantivo-adjetivo.
- Gana el equipo que primero termine y mejor lo realice.

VARIANTES: Títeres.

JUEGO 9

NOMBRE: "LINDOS PECESITOS".

OBJETIVO: Lanzar hacia un objetivo.

MATERIALES: Veinte pelotas de cuatro blancas, azules, verdes y rojas, aros, peces de diferente color y tamaño, dos cajas de cartón.

Organización: Los niños juegan con las pelotas dispersos por toda el área, forman hileras de igual cantidad de niños (en las líneas dibujadas), cuando la maestra lo ordene. En los extremos del área los aros con un metro de diámetro con los peces en el interior de los aros, a uno de sus lados una línea recta dibujada. La maestra se coloca en los extremos del área.

DESARROLLO: Se les explicará a los niños que vamos a jugar con los peces que están en las peceras. Los niños juegan con las pelotas, dispersos por toda el área. A la señal de la maestra forman cinco hileras de igual cantidad de niños, el primer niño de cada hilera lanza la pelota hacia la cesta (cajas) y separa los peces de igual color que están en la pecera (aros), regresa corriendo al final de la hilera. Continúan lanzando las pelotas de uno en uno hacia la cesta (cajas) para separar

los peces de igual forma, tamaño. El último niño de cada hilera lanzan las pelotas de la cesta hacia toda el área y los niños corren a buscar la pelota de diferente color a la que tenían y continúan jugando.

REGLAS:

- Esperar su turno para lanzar.
- Colocarse al final de la hilera, después de lanzar.
- Se le otorgará un punto al equipo que forme la hilera primero.
- Ganan otro punto si separan los peces según la orden dada.
- Gana el equipo que más puntos acumule.

VARIANTE: Flores.

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.

En la valoración de los juegos físico-recreativos participaron 5 especialistas, todos licenciados en Educación Inicial.

En torno a la pregunta nivel de aplicabilidad en la práctica comunitaria del conjunto de juegos físicos-recreativos todos respondieron que son posibles y con la utilización de muy pocos recursos materiales. Relacionado con la necesidad de su introducción dijeron que si ya que favorece el trabajo comunitario, sirve de guía orientadora a los promotores y contribuyen a estimular las habilidades motoras. Respecto a la novedad de la propuesta todos refirieron que se evidencia en la promoción de juegos originales.

CONCLUSIONES

En el análisis de los fundamentos teóricos-metodológicos se pudo constatar la importancia que tiene el juego para el desarrollo motor desde las primeras edades del niño mejorando aspectos como su nivel psíquico, físico e intelectual.

En el diagnóstico de los gustos y preferencias de los niños estaban identificadas las habilidades de correr, lanzar y saltar

El conjunto de juegos propuesto tiene como particularidad la correcta descripción de los componentes didácticos que los identifican

Con el criterio ofrecido por los especialistas quedó confirmada la pertinencia del conjunto de juegos físico-recreativos para estimular las habilidades de correr, lanzar y saltar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alfaro Torres, Rolando. (2003). **Juegos cuba-**

nos. Edit. Pueblo y Educación

Calás Rodríguez, Juan Luis. (2002). **Propuesta alternativa de juegos para la enseñanza primaria en el municipio Bayamo de la provincia Granma.**

Camacho Arcela, O. V. (2014). **Juegos recreativos para mejorar las habilidades motrices básicas de caminar y correr en los niños de Educación Inicial de la comunidad de San Ramón.** Tesis de maestría en Actividad Física en la Comunidad. UCCFD. Manuel Fajardo: La Habana, Cuba.

González C. (1999). **La investigación de la motricidad del niño de 1 a 6 años** ISCF: La Habana, Cuba.

Huisinga, J. (1972). **Las características principales del juego que es libre.**

Klein, M. (1929). **La personificación en el juego de los niños.** Buenos Aires, Hormé, s. a.

Leif, J. y L. Brunelle. (1978). **La verdadera naturaleza del juego.** Buenos Aires.

Ortega, E. y Blázquez, D. (1984). **La actividad motriz en el niño de 3 a 6 años.** Editorial CINCEL.

Sánchez Rueda, Margarita. (1977). **Los 100 juegos del plan de la calle.** Ed. Orbe

Vigotsky, L. S. (1966). **El papel del juego en el desarrollo del niño en el desarrollo de los procesos psicológicos superiores.** Grijalbo: Barcelona.

Watson Brown, H. y otros. (2008). **Teoría y Práctica de los Juegos.** Edit. Deportes.

EL BLOG PARA LA DIVULGACIÓN Y PRODUCCIÓN CIENTÍFICA ACADÉMICA DEL DOCENTE INVESTIGADOR DE LA UDS

RESUMEN

Autor:

MSC. DALUI MONASTERIO

Correo electrónico: daluimp@gmail.com

Universidad Deportiva del Sur

COAUTOR:

MSc. Luis Díaz

Correo electrónico: luisdiaz@uideporte.edu.ve

Universidad Deportiva del Sur

Recibido: 25 de mayo de 2015

Aceptado: 15 de junio de 2015

El uso del blog o bitácora representa una herramienta educativa innovadora y versátil, ya que además de su sencillez, comodidad y facilidad de uso, les permite a los estudiantes aprender a buscar, obtener, procesar y comunicar información para transformarla en conocimiento. La divulgación y promoción de producciones científicas y académicas a través de estos recursos tecnológicos facilita el proceso de enseñanza y refuerza el conocimiento en nuestros estudiantes, generando espacios virtuales para experimentar colaboración, construcción, intercambio, socialización, aprendizaje, cooperación, diversión, autonomía, entre otras. El presente trabajo de investigación tiene como objetivo general Evaluar el Blog para la Divulgación y Producción Científica Académica del Docente Investigador de la Universidad Deportiva del Sur (UDS), como una alternativa de difusión e intercambio de saberes en un espacio virtual que permite la socialización académica de los docentes de esta casa de estudio, generando conocimientos colectivos mediados por las TIC. La investigación es de tipo Campo, con un diseño No experimental, Nivel Evaluativa, bajo una modalidad de proyecto especial. La población objeto de estudio está conformada por 40 docentes, bajo un paradigma cuantitativo, el diagnóstico se realizó a través de un cuestionario bajo la visión politómica de 45 ítems tipo Likert, cuya confiabilidad fue de 0.98 según el Alfa de Cronbach. Esta valoración permitió evidenciar como el diseño de un espacio interactivo genera inteligencia colectiva y social, a través de la construcción e hibridación de saberes a través del aprovechamiento de las herramientas Web.

Palabras claves: Blog, producciones científicas, investigación, inteligencia colectiva, espacio interactivo.

THE BLOG FOR DISCLOSURE AND PRODUCTION SCIENTIFIC RESEARCHER ACADEMIC TEACHER OF UDS

ABSTRACT

Use the blog or weblog is an innovative and versatile educational tool, as well as its simplicity, convenience and ease of use, it allows students to learn how to search, obtain, process and communicate information to transform it into knowledge. The dissemination and promotion of scientific and academic productions through these technological resources facilitates the learning process and reinforces the knowledge in our students, creating virtual spaces for collaboration experience, construction, exchange, socialization, learning, cooperation, fun, independence, among other. The present research is to assess the overall objective for Blog Outreach and Academic Research Scientific production Teaching of University Sports South (UDS), as an alternative dissemination and exchange of knowledge in a virtual space that allows the academic socialization teachers of this house of study, generating collective knowledge mid ICT. The research is of type field, with a non-experimental design, evaluative level, under a special project mode. The study population is made up of 40 teachers, under a quantitative paradigm, the diagnosis was conducted through a questionnaire under the vision polytomic 45 Likert items, whose reliability was 0.98 according to Cronbach's alpha. This assessment allowed evidence as design an interactive and collective social intelligence generated through the construction and hybridization of knowledge through the use of Web tools.

Keywords: Blog, scientific, research, collective intelligence, interactive space.

INTRODUCCIÓN

El trabajo parte desde la manifestación de los docentes de la Universidad Deportiva del Sur, ya que se ha podido detectar que no ha sido suficiente el reiterado encuentro a pesar de los esfuerzos que hasta ahora han podido propiciar el departamento encargado de la gestión educativa de la UDS. Para lograr una articulación en el tra-

bajo coordinado y sistemático en la revisión y actualización de las asignaturas, así como las estrategias basadas en el desempeño del estudiante, es necesario valorar este señalamiento que nos lleva a delimitar una serie de elementos problemáticos caracterizado de la manera siguiente: 1) escaso espacios donde se generen encuentros que propicien el desarrollo cognoscitivo del estudiante y el hábito de superación permanente. 2) bajo intercambio de recursos didácticos entre los docentes y estudiantes, 3) contradicciones en los horarios de cada docente para el intercambio de ideas entre colegas, 4) la necesidad de espacios destinados a la discusión académica e investigativa para construcción de saberes propiciando la repetición de los contenidos programáticos.

Por todo lo expuesto anteriormente, la presente investigación ha permitido poner en práctica un espacio virtual interactivo dentro de la RedUDS implementada desde el 2014, para promover la inteligencia colectiva, colaborativas y participativa entre los docentes, que hacen vida académica dentro de la UDS. Los planteamientos anteriores conducen a ubicar el siguiente problema específico: ¿Cuáles son los resultados en la práctica que se está llevando a cabo en la aplicación del Blog del Docente Investigador de la UDS?

Objetivo General:

Evaluar el Blog para la divulgación y producción científica académica del docente investigador de la UDS.

Objetivo Específicos:

- Diagnosticar como los docentes socializan saberes en espacios virtuales innovadores y organizados.
- Determinar los elementos de la estructura adecuada para un blog como estrategia de comunicación entre los estudiantes y el docente investigador.
- Diseñar un espacio virtual para el desarrollo, organización y administración de los Blog de los docentes investigadores.
- Implementar el uso del blog como herramienta comunicacional entre los docentes investigadores y los estudiantes de la UDS.
- Valorar el uso del blog del docente investigador como herramienta comunicacional y promotora de la investigación en la UDS

BASES TEÓRICAS

Aprendizaje colaborativo

Este aprendizaje es definido como “un modelo basado en la idea de que el conocimiento puede crearse a través de la interacción y la colaboración de individuos. Está motivado por la necesidad de información y la responsabilidad de los agentes involucrados para ayudarse mutuamente” (Echols, 2001, cit. por Villar, 2011). El aprendizaje colaborativo representa una teoría y un conjunto de estrategias metodológicas que surgen del nuevo enfoque de la educación, donde el trabajo cooperativo en grupo es un componente esencial en las actividades de enseñanza-aprendizaje. Más que una técnica, el aprendizaje colaborativo es considerado una filosofía de interacción y una forma de trabajo que implica, tanto el desarrollo de conocimientos y habilidades individuales como el desarrollo de una actitud positiva de interdependencia y respeto a las contribuciones.

Aprendizaje Cooperativo:

El Aprendizaje Cooperativo es una estrategia que promueve la participación colaborativa entre los estudiantes. El propósito de esta estrategia es conseguir que los estudiantes se ayuden mutuamente para alcanzar sus objetivos. Además, les provee para buscar apoyo cuando las cosas no resultan como se espera.

Un nuevo tipo de educación requiere el trabajo sistemático y continuado de capacidades dialógicas, con el fin de poner en marcha mecanismos de cooperación y articulación social. El desarrollo de nuevas formas de asociación y organización social, el perfeccionamiento y la vitalidad de nuestras actuales instituciones, e incluso el vislumbamiento y la aparición de otras nuevas, requieren por nuestra parte de actitudes más igualitarias, más universalistas y más abiertas al respeto de las singularidades de las diferentes culturas sin ningún tipo de discriminación.

La Web 2.0

El término Web 2.0 surge en 2004, atribuyéndose la expresión a O'Reilly y Dale Dougherty, es la transición de las páginas tradicionales a las aplicaciones web orientadas a los usuarios. En la literatura se pueden encontrar diferentes definiciones para la web 2.0, pero es importante resaltar lo que considera su creador, el cual señala en su blog <http://oreilly.com/blogs/> que la Web 2.0 es sobre las personas, él considera que el principal

punto para el éxito de las aplicaciones de la web 2.0 está en aprovechar la inteligencia colectiva de los usuarios. En vinculación con lo antes señalado, Castaño y otros (2008), expresa:

La Web 2.0 es un concepto, no es un producto. Es una nueva forma de utilizar Internet, más personal, más participativa, más colaborativa... es una actitud, es una revolución social que busca una arquitectura de la participación a través de aplicaciones y servicios abiertos... con posibilidad de utilizar los contenidos en contextos nuevos y significativos. (p.34)

Tomando esta idea la autora considera que la Web 2.0 tiene un aspecto resaltante donde impera lo personal, es decir, la actitud que el usuario tiene frente al internet y el uso que éste puede darle, generando conocimiento, donde la plataforma se convierte en un espacio de lectura y escritura, que a su vez permite la creación de las comunidades virtuales y redes sociales donde comparte información y datos para generar conocimientos colectivos.

Castaño y otros (2008, p.179), señalan como las características más relevantes de la Web 2.0:

- Todas las personas pueden ser autores y pueden publicar: la red de lectura y escritura, herramientas sencillas y potentes blogs, wikis, fotos, videos, podcasts.

- Gestión de contenidos: crear y compartir conocimientos, microcontenidos, utilización de metadatos, sindicación, etiquetado.

- La Web es la plataforma de trabajo, es el escenario donde convergen los usuarios, los servicios, los medios y las herramientas; un escenario donde se interactúa con los contenidos, donde la clave es participar, conversar e interactuar.

- Aligerar la programación y composición, se basa en un reempaquetado de tecnologías ya existentes, es usar el software en la Red como un servicio.

- Aprovecha la inteligencia colectiva, en donde se constituye y se actualiza constantemente gracias a las aportaciones de la comunidad.

- Todos son autores y pueden publicar, incluyendo todos los medios para crear contenidos en cualquiera de sus formatos (fotos, videos, presentaciones, podcasts, etc).

La autora de la presente investigación, considera que es necesario un cambio de actitud ante la posibilidad de incorporar nuevas herramientas

a la labor docente e institucionalizar herramientas en la plataforma virtual para construir espacios interactivos que permitan resguardar y publicar los contenidos digitales diseñados por los docentes a favor del proceso de enseñanza aprendizaje.

Herramientas Web 2.0 y su uso en educación

Mcgee y Díaz (2007, p.32), presentan una clasificación de estas herramientas, donde se puede ver su volumen y la diversidad de funciones que alcanzan, en la siguiente tabla 1:

Tabla 1:
Herramientas Web 2.0

TIPO	FUNCION	HERRAMIENTA
De comunicación	Para compartir ideas y comunicación	- Blogs - Audioblogs - Videoblogs - Mensajes Instantáneos - Podcast - Webcams
De colaboración	Para trabajar con otras personas, por un objetivo específico de trabajo compartido	- De edición de escritura. - Comunidades virtuales de prácticas. - Wikis
De documentación	Para recolectar o presentar evidencia de experiencia producciones, líneas de pensamiento en el tiempo, etc.	- Blog - Video blog - Portafolios electrónicos
De creación	Para crear algo nuevo que pueda ser visto y/o usado por otros.	- Aplicaciones web híbridas. - Comunidades virtuales de prácticas. - Mundos virtuales de aprendizaje.
De interacción	Para intercambio de información, ideas, recursos, materiales	- Objetos de aprendizajes - Marcadores sociales - Comunidades virtuales - Mundos virtuales de aprendizaje

Fuente: Mcgee y Díaz (2007)

La Web se ha convertido en una plataforma para que estudiantes y docentes puedan compartir lo que aprenden, donde pueden hacer conexiones y aprender colaborativamente con los facilitadores y expertos. Corresponde entonces preguntar qué cambios se deben hacer en los sistemas educativos ahora que los estudiantes tienen y practican una gama de habilidades totalmente nuevas y diferentes a las de las generaciones anteriores.

METODOLOGÍA

La investigación es de tipo Campo, con un diseño No experimental, Nivel Evaluativa, bajo una modalidad de proyecto especial. La población objeto de estudio está conformada por 40 docentes, bajo un paradigma cuantitativo, el diagnóstico se realizó a través de un cuestionario bajo la visión politómica de 45 ítems tipo Likert, cuya confiabilidad fue de 0.98 según el Alfa de Cronbach. Esta valoración permitió evidenciar como el diseño del blog genera inteligencia co-

lectiva y social, a través de la construcción e hibridación de saberes a través del aprovechamiento de las herramientas Web y la necesidad de mejorar aspectos en el proceso y la administración de estos blog.

Fases	Actividad	Fecha	estatus
I	diagnostico	Febrero 2013	realizado
II	Determinación de elementos y elaboración de propuesta para la construcción del Blog	septiembre 2013	realizado
III	Capacitación del personal en manejo de la herramienta Wordpress	Febrero 2014	Continuo y permanente
IV	Socialización de Blog	Junio 2014	realizado
V	Evaluación de los blog actuales	Enero 2015	realizado

BLOG DEL DOCENTE INVESTIGADOR EN LA UDS

Esta espacio virtual nace como parte del proyecto macro de la Red docente de la UDS (figura 1), es un enlace que permite acceder a un blog que contiene información organizada de los Blog de los docentes de la universidad. En este sitio, se explica y se presenta detallada mernte la finalidad de estos recursos y como hacer uso de ellos.

Es un enlace que permite ingresar a todos los blog de los docentes de la institución, esta herramienta enlazará con Wordpress, la cual es la herramienta web mas apropiada para el diseño de blog, y que a su vez servirá para que los docentes diseñen sus propios blog educativos de cada una de las unidades curriculares que imparten o área de conocimiento de su interés.

En este espacio se ofrece un curso de capacitación de 60 horas académicas (24 horas presenciales prácticas y 36 horas a distancia, a través de la plataforma moodle de la UDS.

Figura 1. Red docente de la UDS



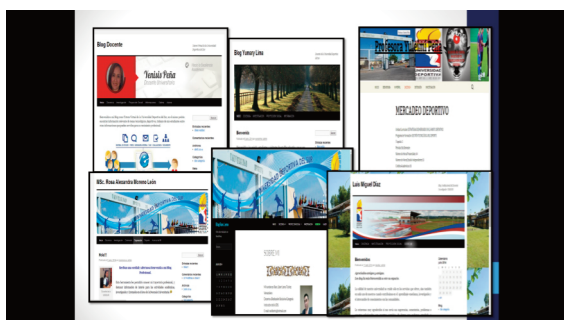
Fuente: Monasterio (2013)

Figura 2. Blog Red Docente UDS



Fuente: Monasterio (2013)

Figura 3. Blog de los docentes de la UDS



Fuente: Monasterio (2014)

CONTENIDO DEL CURSO DE FORMACION

Objetivo General:

Formar profesionales capaces de usar adecuada y creativamente el recurso multimedia del blog o bitacora, como herramienta educativa innovadora, promoviendo el aprendizaje colaborativo, la participación interactiva y nuevas formas de enseñanza - aprendizaje.

Objetivo Específicos:

- Definir la utilidad y justificación del blog, evaluando su necesidad y pertinencia educativa.
- Conocer en profundidad la herramienta, sus posibilidades y limitaciones, tanto técnicas como pedagógicas y sociales.
- Planificar didáctica e integralmente la incorporación del blog dentro de la práctica docente, considerando el blog como un medio de aprendizaje.
- Experimentar con nuevas estrategias didácticas (cooperación, proyectos) y de evaluación (rúbricas, portafolios de evidencias).
- Propiciar el debate intelectual a través del blog como forma de intercambio de conocimientos y

de adquisición del hábito de la crítica constructiva.

- Dedicar tiempo para la publicación de nuevas entradas, la interacción con los estudiantes y la evaluación del proceso.
- Planificar la instrucción y evaluación de edu-blog, apoyado en las teorías y propósitos de la educación a distancia y el aprendizaje colaborativo.
- Diseñar y administrar Blog educativos
- Generar espacios de reflexión sobre los procesos de aprendizaje y resultados de las evaluaciones.

PLAN DE ESTUDIOS - FUNDAMENTOS CURRICULARES:

MODULO I – Uso de los Blogs en el proceso de aprendizaje	MODULO II – Creación de un blog Docente UDESUR
Unidad 1. El Blog Educativo (EduBlog). 1.1 El Blog, características e importancia educativa 1.2 Tipos y ventajas del Blog 1.3 Diferencias entre Web y Blog Unidad 2. Aplicaciones Educativas del Blog 2.1 El Blog como recurso de enseñanza - aprendizaje 2.2 Blog docente, utilidad didáctica, su planificación 2.3 Estructura para diseñar un blog del docente en la UDESUR	Unidad 1. Estrategias y técnicas para la creación y el Diseño de un blog 1.1 Crear, actualizar y elegir una plantilla para el blog 1.2 Elaboración de tareas básicas: Añadir enlaces, crear menús y añadir artículos 1.3 Sugencias para diseñar un blog exitoso Unidad 2. Recursos multimedia para un blog educativo 2.1 Insertar imágenes y crear un hipervínculo 2.2 Insertar Audio (Reproductor Audio Player) 2.3 Insertar Videos (Youtube) 2.4 Insertar presentaciones (Slideshare) Unidad 3 3.1 Presentación del Blog Docente UDESUR por cada participante

RESULTADOS OBTENIDOS

1. Elaboración de 40 blog de los docentes actualmente
2. Realización del curso taller para la construcción de esos blog
3. Capacitación del personal docente en el uso de la herramienta wordpres
4. Promoción de las líneas de investigación y proyectos educativos.
5. Organización de la información de forma personalizada y digital
6. Fácil acceso a información
7. Interés por el uso de recursos tecnológicos como apoyo al proceso de enseñanza.

RESULTADOS ESPERADOS

- Consolidar que todos los docentes de la institución diseñen su blog para la divulgación de conocimiento y promoción de las líneas de investigación, además de usarlo como herramienta pedagógica de apoyo a sus clases tanto presenciales como a distancia.

CONCLUSIONES

- Facilitar cursos complementarios para la capa-

citación y actualización del personal docente en el manejo de recursos tecnológicos que enriquezcan el blog ya existente.

- Creación de una organización que permite el buen funcionamiento, la planificación y la administración efectiva de estos blog.

- Generar compromiso por parte de los Docentes en cuanto a la divulgación científica y recursos abiertos en estos blog.

- Motivar a los docentes en el uso de esta herramienta tecnológica promocionando CONCURSOS INTERNOS de los Blog, bajo criterios rigurosos que generen productos de alta calidad.

Para finalizar, es importante destacar que el uso del blog o bitácora representa una herramienta educativa innovadora y versátil, ya que además de su sencillez, comodidad y facilidad de uso, les permite a los estudiantes aprender a buscar, obtener, procesar y comunicar información para transformarla en conocimiento.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Cabero, J (2009). Educación Web 2.0. ¿Marca, moda o nueva visión de la educación? Caracas, Venezuela.

Castaño, C. y otros (2008). Prácticas educativas en entornos web 2.0. España. Síntesis (pp. 17, 34, 179)

Castaño, C. y otros. 2008. Prácticas educativas en entornos web 2.0. España. Síntesis (pp. 17, 34, 179)

Clark, I. (2007). ¿Sociedad del conocimiento? ANC-UTPBA. Disponible en: http://www.parquechasweb.com.ar/parquechas/notas/Nota_sociedad_del_conocimiento270607.htm [Consulta: 2012, mayo 15]

De Haro, J. (2008). Las redes sociales en la educación. [Documento en línea]. Disponible: <http://jjdeharo.blogspot.com/2008/11/la-redes-sociales-en-educacin.html> [Consulta: 2012, febrero 04]

Mcgee, P. y Díaz, V. 2007. Wikis and Podcast and Blogs ah, My!. Disponible en: <https://net.educationcause.edu/ir/library/pdf/ERM0751.pdf>

O` Reilly, T. 2005. What is web 2.0. Design Patterns and Business Models for the next generation of Software. Disponible en: http://www.im.ethz.ch/education/HS08/OReilly_What_is_Web2_0.pdf.

BATERÍA DE EJERCICIOS FÍSICOS TERAPÉUTICOS PARA DISMINUIR EL ESTRÉS LABORAL DEL PERSONAL ADMINISTRATIVO DE LA UNIVERSIDAD DEPORTIVA DEL SUR

RESUMEN

La insuficiente utilización de medios terapéuticos para disminuir el estrés laboral del personal administrativo de la Universidad Deportiva del Sur, conllevó a proponer una batería de ejercicios físicos terapéuticos con este fin. Se realizó un estudio transversal, descriptivo, de campo, no experimental, de naturaleza cualitativa-cuantitativa donde se emplearon varios métodos de investigación de naturaleza teórica, empírica y estadística descriptiva. La evaluación de la batería propuesta se realizó a través del criterio de especialistas los cuales confirmaron en sus respuestas la pertinencia del producto científico obtenido.

Autores:

IVÁN RAMÓN MONTOYA

Correo electrónico: rivanechy14@hotmail.com
Universidad Deportiva del Sur

SERGIO ARQUÍMEDES MILÁN OLIVERA
Universidad de Ciencias de la Cultura Física
y del Deporte. La Habana, Cuba.

Correo electrónico: sergiomilanolivera@gmail.com

MIRIELA MONTESINO MASCAREÑO
Hospital Psiquiátrico Eduardo Bernabé Ordaz
Ducunje, La Habana, Cuba.

PALABRAS CLAVES: estrés laboral, ejercicios físicos terapéuticos

Recibido: 25 de mayo de 2015

Aceptado: 15 de junio de 2015

ABSTRACT

Insufficient use of therapeutic means to reduce work stress the administrative staff of the University Sports South, ultimately led to propose a battery of therapeutic exercise for this purpose. One, not experimental, qualitative-quantitative nature where several research methods theoretical and empirical nature descriptive statistics were used, descriptive, transversal field study was conducted. The assessment battery proposal was made by the criterion of specialists who confirmed in their answers the relevance of scientific product obtained.

KEYWORDS: work stress, therapeutic exercise

INTRODUCCIÓN

Con el de cursar del tiempo y el desarrollo de la ciencia y la técnica, la vida se ha vuelto más acelerada. El hombre en la actualidad, se encuentra en una gran encrucijada, debido a que todos estos adelantos producen un mayor número de estrés. Esta afirmación se puede apreciar a través de los problemas de la sociedad moderna como son: la superpoblación de las ciudades, la escasez de alimentos, las desigualdades sociales, las guerras, y la crisis económica mundial. En la actualidad el estrés constituye unas de las enfermedades que se manifiesta con mayor frecuencia dentro de la sociedad. Venezuela no está exenta de los problemas acuciantes de la era moderna y por consiguiente también se ve afectada por este flagelo.

Que una persona sufra de estrés implica que el mismo puede ser excesivo, al igual que el esfuerzo que necesita realizar el organismo para sobreponerse al nivel de resistencia que posee para el mismo. El estrés siempre provocará síntomas que se interpretan como que el organismo está liberando toda esa tensión acumulada y que cuando es mantenida por mucho tiempo comienza a manifestarse con los síntomas que la caracterizan.

En la búsqueda de investigaciones relacionadas con el estrés en el contexto deportivo se encontró que Silva, J.M. (1990) realiza un análisis comparativo del síndrome de estrés en el entrenamiento y las competiciones atléticas; Navarro, J. L. y otros (1995) estudian los estados de ansiedad pre-cognitiva y conductas de autocontrol en jugadores

de Fútbol; y Noce, F. y Martín, D (2002) realizan un análisis de causas que desencadenan estrés psíquico en pasadores brasileiros de Voleibol de alto nivel.

En el contexto profesional, las investigaciones son más limitadas, no obstante, se halló que Salvador, A. y otros (1995) determinan algunos trastornos psicofisiológicos asociados al estrés laboral; Zaldívar, D. (2002) aporta algunas técnicas psicológicas para el afrontamiento y reducción del estrés por parte de los directivos y Fonseca Marante, Y. (2008) establece algunas formas de expresión en el ámbito laboral.

Contrariamente a lo que se ha expresado, el investigador halla que la mayoría de los estudios realizados son descriptivos y algunos aportan técnicas para afrontar y reducir el estrés laboral con técnicas de naturaleza psicológica. Por estas razones, se realizó la valoración de las acciones profilácticas-terapéuticas que se realizan en la Universidad Deportiva del Sur ante la presencia de una gran cantidad de trabajadores con síntomas de estrés laboral, como lo confirman los siguientes reportes de la administración:

- Bajo rendimiento laboral.
- Un alto índice de reposos por dolores físicos.
- Ausencias.
- Alto índice de rotación de personal.
- Deficiencias en las relaciones interpersonales.
- Clima de inconformidad en los puestos de trabajo.

Ante la situación planteada, se realizó una conversación con los directivos administrativos y se pudo conocer que se realizan actividades recreativas espontáneas y esporádicas que no están identificadas con las causas que originan los problemas que acusan los trabajadores.

Todo lo anterior, es reflejo de la contradicción entre un proceso de atención terapéutica inexistente y la necesidad de disminuir el estrés laboral en los trabajadores administrativos de la Universidad Deportiva del Sur, Cojedes, Venezuela.

La causa que provoca esta contradicción está identificada en la siguiente situación problemática: La insuficiente utilización de medios terapéuticos para disminuir el estrés laboral del personal administrativo de la Universidad Deportiva del Sur, Cojedes, Venezuela.

La situación problemática señalada conduce a plantear el problema científico de esta investiga-

ción: ¿Con qué medios terapéuticos podremos disminuir el estrés laboral del personal administrativo de la Universidad Deportiva del Sur, Cojedes, Venezuela?

Para darle solución al problema científico señalado se propuso el siguiente objetivo: Proponer una batería de ejercicios físicos terapéuticos para disminuir el estrés laboral en el personal administrativo de la Universidad Deportiva del Sur.

DESARROLLO

El concepto de estrés se remonta a la década de 1930, cuando un joven austriaco de 20 años de edad, estudiante de segundo año de la carrera de medicina en La Universidad de Praga, Hans Selye, observó que todos los enfermos a quienes estudiaba, indistintamente de la enfermedad propia, presentaban síntomas comunes y generales como cansancio, pérdida del apetito, baja de peso, astenia, etc.

Existen ciertos factores desencadenantes del estrés laboral, entre ellos tenemos:

- Factores estresores individuales: Estos factores van a depender propiamente del individuo, constituyen elementos que pueden tornarse estresantes en dependencia del tipo de tarea que se realice, entre ellos están: los rasgos de la personalidad, habilidades personales y el interés por la tarea fundamentalmente.

- Factores estresores organizacionales: Son aquellos factores que se encuentran en el lugar de trabajo y que son generadores de algún grado de estrés en el individuo ya que es aquí donde la persona pasa la mayor parte de su tiempo, entre ellos se encuentran: sobrecarga de trabajo, clima organizacional, trabajo por horas, actividad laboral monótona.

- Factores estresores extra-organizacionales: Son aquellos factores productores del estrés que pueden ser estímulos físicos y que encuentran en el ambiente de la organización que no tienen que ver directamente con el logro de los objetivos de la tarea pero que sí influyen en el resultado de esta como son: la iluminación, temperatura y la distribución del contexto laboral.

Uno de los medios más efectivos para combatir el estrés son los ejercicios físicos terapéuticos, ya que interviene en forma de cuatro mecanismos básicos: de acción tonificante, de acción trófica, de formación de las compensaciones y de norma-

lización de las funciones.

La acción tonificante de los ejercicios físicos es la más universal. Las emociones positivas durante la ejecución de los ejercicios físicos intensifican su efecto tonificante. Los ejercicios estáticos de respiración, los ejercicios de relajamiento muscular y los ejercicios ejecutados lentamente disminuyen el estado de tensión general y sirven para intensificar los procesos de inhibición.

La acción trófica de los ejercicios físicos se manifiesta en la estimulación del metabolismo del sistema nervioso central y reestructuración del estado funcional de los centros vegetativos que mejoran el trofismo de los órganos internos y del aparato locomotor cuya regulación se alteró con el estrés.

La acción terapéutica de los ejercicios físicos se manifiesta en la formación de las compensaciones, lo que constituye una ley biológica. Durante el estado de estrés se produce la alteración de las funciones de los órganos y sistemas lo cual trae como consecuencia, la variación de la regulación de estas. Ante los trastornos o alteraciones de la función de dichos órganos, la aplicación de los ejercicios físicos, crea nuevos reflejos motoro-visceral que perfeccionan la compensación y hacen posible la ejecución del trabajo muscular en mejores condiciones.

La acción de normalización de los ejercicios físicos se manifiesta en la contribución en la eliminación de los desarreglos del arco motor reflejo, por ejemplo, cuando se alteran los movimientos como consecuencia de estímulos estresores, los movimientos pasivos, los ejercicios ideomotores y los ejercicios activos, generan impulsos que favorecen la excitación y mejoran el trofismo de los distintos eslabones del sistema nervioso, lo cual contribuye a la liquidación de los reflejos condicionados mórbidos.

La participación en actividades físicas y deportes, puede provocar emociones negativas como miedo, agresión, ira, y así mismo, puede proporcionar al participante las herramientas para hacerle frente, aprendiendo a controlar sus emociones. Por otra parte el ejercicio también va a hacer que notemos cambios a nivel psicológico. Cabría destacar en este aspecto los siguientes:

Disminución de las sensaciones de estrés y ansiedad, disminución de la sensación de fatiga., aumento de la sensación de energía o fuerza,

aumento de la autoestima al superar el reto que supone la realización de una actividad física prolongada en el tiempo y sensación de una mayor aceptación por los demás.

METODOLOGÍA

El tipo de estudio llevado a cabo fue transversal, descriptivo, de campo, no experimental, de naturaleza cualitativa-cuantitativa. En la selección de los sujetos investigados se tuvo en cuenta que en la Universidad Deportiva del Sur (UDS) laboran 191 trabajadores que se desempeñan como administrativos, de ellos 48 sujetos presentan síntomas de estrés como lo confirman los reportes de la administración.

A estos sujetos, se les aplicó primeramente una entrevista para verificar los síntomas de estrés; luego el cuestionario SSS de Seppo Aro, para establecer los síntomas más comunes presentes en el estrés; y por último el test de IDARE para determinar el estado de ansiedad como rasgo o peculiar.

RESULTADOS GENERALES

La entrevista:

En lo relacionado con los reposos de acuerdo a lo verificado con recursos humanos, el 91% refirió padecer enfermedades pero de estas solo el 87,5% están vinculadas o de alguna medida tienen algo que ver con la aparición del estrés. Entre los síntomas más recurrentes planteados por ellos están: dolores de cabeza y falta de energía o depresión (100%). El nerviosismo o ansiedad lo experimentan el 97,5% de la muestra que es un síntoma recurrente es la fatiga que puede llegar en la mayoría de los casos al cansancio extremo, debido a los requerimientos de la actividad laboral que desarrollan y el resto plantea que se sienten agotados física y mentalmente (95%). El 67,5% expresa que ingiere medicamentos para dormir.

Aunque un grupo mayoritario de trabajadores expresara anteriormente que padecían enfermedades, un 87,5% de personas se consideraron saludables alegando que el ser saludables no era el padecer uno u otro tipo de enfermedad sino llevar de forma coherente y seria el tratamiento que debían realizar y reconocer ante todo que “Ya se tiene esa limitación”. Aseguran que “todos padecemos de algo” pero eso no deben hacernos renunciar de nuestros proyectos en la vida laboral

y social. Pero reconocen que es muy importante estar saludable y sentirse saludable para poder trabajar.

El 100% de los trabajadores objeto de estudio manifiesta su disposición a realizar ejercicios y las actividades propuestas para la mejoría de sus padecimientos en relación con el estrés laboral.

Un 100% plantea que se siente comprometido con la tarea que realizan por los años de trabajo en la Universidad Deportiva del Sur. El 87,5% manifestó que cuando están frente a alguna situación desagradable muchas veces no encuentra formas para enfrentarla y se dejan llevar por el enojo que les ha causado. Y que en la mayoría de las ocasiones las llevan al contexto familiar.

Cuestionario SSS de Seppo Aro.

En la aplicación de este instrumento se obtuvo que el 50 % de los sujetos padecen de acidez o ardor en el estómago; el 27,08% de pérdida del apetito, el 20,83 % sienten deseos de vomitar o vómito; el 29,16 % sufren de dolores abdominales; el 20,85 % experimentan diarreas u orinan frecuentemente; el 56,25 % sienten dificultades para quedarse dormido o se despiertan frecuentemente durante la noche; el 37,5 % tienen pesadillas; el 35,41% poseen disminución del deseo sexual; el 79,16 % sufren de palpitaciones en el corazón; el 10,41 % padecen de mareos; el 62,5 % notan temblores o sudoración en las manos; el 50 % advierten tener sudoración excesiva sin haber realizado sin haber realizado esfuerzo físico; el 27,08 % indican tener falta de aire si haber realizado esfuerzo físico, el 81,25 % perciben estar nerviosos o ansiosos; el 72,91 % advierten ser personas de fácil irritabilidad o enfurecimiento y el 100% considera que se sienten deprimidas y que a menudo les duele la cabeza.

Test de IDARE.

Los resultados obtenidos con esta prueba confirmaron que el 85 % de la muestra estudiada respondieron que generalmente se encuentran con un estrés alto y el 95 % se siente, en el momento de la prueba, con un estrés alto y el 37,5 con un estrés medio.

Los resultados adversos obtenidos con la entrevista, el cuestionario SSS de Seppo Aro y el test de IDARE demostraron que estábamos en presencia de un serio problema de salud lo cual atenta contra la calidad de vida y el rendimiento laboral

de los sujetos investigados.

Para darle solución a este serio problema se propone la siguiente batería de ejercicios físico-terapéuticos para la disminución del estrés laboral en el personal administrativo que labora en la universidad deportiva del sur Cojedes, Venezuela.

Algunos de los principios a tener en cuenta para aplicar la batería.

- Individualización: La terapia por el ejercicio físico debe adaptarse a las características de cada persona.

- Adaptación: Para que mejore la condición física es necesario aplicar de forma sucesiva una serie de estímulos (la carga de entrenamiento, caracterizada por el volumen y la intensidad de la actividad realizada) que produzcan una adaptación del metabolismo y de los diferentes aparatos y sistemas del cuerpo humano.

- Adecuación del estímulo: El estímulo debe ser adecuado al nivel de condición física actual. Esfuerzos muy débiles no producen efectos y si son excesivos pueden ser perjudiciales.

- Progresión: El nivel de esfuerzo o estímulo debe incrementarse progresivamente, de forma lenta y constante, a medida que mejora la condición física. Es recomendable que el incremento sea en un principio en el volumen o cantidad y posteriormente en la intensidad de la actividad realizada.

Estructura de la batería de ejercicios físico-terapéuticos.

OBJETIVO: Disminuir los síntomas de estrés laboral del personal administrativo que labora en la Universidad Deportiva del Sur, Cojedes Venezuela, a través de un complejo de actividades físicas terapéuticas

Actividad. Ejercicios respiratorios.

Objetivo: Movilizar energía en el organismo ya sea con carácter sedativo o activador.

Acciones

- Lo primero que debe hacerse es lograr las fases de la respiración completa, desde el abdomen hasta la porción superior del pecho.

- La respiración abdominal se orienta con facilidad pidiéndole a los sujetos que inflen el estómago. El aire debe incrementar visiblemente su volumen, luego sobre la mitad del tórax y a continuación, con una ligera elevación de los hombros, se llenarán completamente los pulmones.

- El efecto sedativo se obtiene expirando lenta-

mente tras una inspiración profunda. Esta se debe repetir de 3 a 5 minutos. El ejercicio puede acompañarse emitiendo un sonido con la expiración y buscando que con el mismo vibre al máximo la cabeza.

- El efecto energizante se obtiene mediante expiraciones rápidas tras la inspiración profunda, repetida de 3 a 5 minutos.

Actividad: Algunos de los ejercicios de concentración.

Objetivos: Aprender a concentrarse de modo que los sujetos se abandonen al extremo de no percatarse ni siquiera de que existen.

Acciones:

- Los ejercicios de concentración deben realizarse logrando previamente un estado de relajación, por cuanto ello permite ya disminuir el nivel de las posibles interferencias para entregarnos al objeto de la atención.

- En estado de relajación y acostado, concentrar la atención sobre la respiración, intentando no influirla en lo absoluto, simplemente observarla. Atender también el paso del aire por la nariz y la faringe.

- Acostado en estado de relajación, decir mentalmente «uno» en el momento de comenzar la inspiración y «dos» en el momento de comenzar la expiración. Lo importante es que la cifra no sea pensada antes o después de que estos procesos comiencen sino en su mismo inicio.

- Sentado, en posición de sastre, y relajado mediante el uso de la respiración sedativa. Mirar un objeto cualquiera durante la inspiración. Durante la expiración cerrar los ojos y borrar la imagen de la mente.

- Sentado y relajado contemplar fijamente un objeto durante varios minutos. Dejar ir la mente hacia algún otro objeto cuando esto se produzca y, suavemente, volver la atención hacia el objeto.

- Estos dos últimos ejercicios facilitan la producción de sensaciones de calor, que se van transfiriendo progresivamente a todo el brazo primero y luego al cuerpo. La sensación de tibieza corporal permite profundizar el estado de relajación.

- Debe tenerse en cuenta que el dominio pleno de la atención puede ser un factor importante para su utilización posterior en imágenes movilizadoras del sujeto y como recurso de control emocional.

nal: fijar la atención en experiencias vividas que le produzcan intensas emociones.

- El abandono es contrario a la voluntad de concentración. Se trata de mantener un interés pasivo. Como en muchas otras cuestiones, la voluntad, en este caso, impide la concentración.

Actividad: Ejercicios de movilidad articular.

Objetivo: Lograr el máximo grado de movimiento.

Acciones:

Cabeza.

- Inspirar en posición frontal y espirar durante la flexión de la cabeza hacia cada lado

- Inspirar en posición frontal y espirar durante la rotación de la cabeza hacia cada lado.

Hombros.

- Realizar un movimiento circular con los codos. Repetir en sentido contrario. Inspirar al subir los codos y espirar al bajarlos.

- Inspirar al elevar los hombros y espirar al bajarlos.

Muñecas.

- Entrelazar los dedos y describir un movimiento circular desde la muñeca, hacia arriba y hacia fuera.

Columna.

- Realizar el movimiento lateral de forma suave y relajada colocando la mano en la cadera a fin de no forzar el movimiento.

Cadera.

- Describir movimientos circulares con las caderas (circunducción) a ritmo lento y relajado. Repetir en sentido contrario.

Rodilla.

- Parado flexionar y extender las rodillas.

Tobillo.

- Con la punta del pie apoyada en el suelo describir movimientos circulares con el tobillo. Repetir en sentido contrario.

Actividad: Ejercicios de estiramientos.

Objetivos: Desarrollar la flexibilidad.

Acciones:

- De pie o sentado, girar la cabeza hacia el lado derecho y presionar suavemente con la mano derecha. Mantener la posición 5-10 segundos y cambiar de lado. Estiramos la musculatura rotadora del cuello

- De pie o sentado, inclinar la cabeza hacia el lado derecho y presionar suavemente con la mano derecha. Mantener la posición 5-10 segundos y

cambiar de lado. Estiramos la musculatura lateral del cuello.

- De pie o sentado presionar con la mano derecha el codo izquierdo, cruzando por delante del pecho, hacia el hombro derecho. Mantener la posición 10-20 segundos y cambiar de brazo. Estira deltoides y trapecio.

- De pie o sentado presionar con la mano derecha el codo izquierdo llevándolo por detrás de la cabeza. Mantener la posición 10-20 segundos Cambiar de brazo. Estira tríceps y deltoides

- De pie o sentado con los dedos entrelazados por detrás del cuerpo elevar los hombros. Mantener la posición 10- 20 segundos. Estiramos pectorales.

- Con la mano izquierda apoyada dar un paso hacia delante Mantener la posición 10-20 segundos y cambiar. Estiramos pectorales.

- Con los dedos entrelazados y las palmas hacia arriba extender los codos. Mantener la posición 10-20 segundos. Estiramos la musculatura de la parte superior de la espalda.

- Con una mano en la cadera derecha inclinar el tronco hacia ese mismo lado. Mantener la posición

- 10-20 segundos y cambiar. Estiramos la musculatura lateral de la espalda.

- De pie o sentado, con las manos sobre la nuca, girar lentamente y mantener la posición. La cadera debe permanecer fija. Mantener la posición 10-20 segundos y cambiar. Estiramos entre otras, la musculatura dorsal.

- Con la espalda paralela al suelo y la cabeza alineada, flexionar la columna desde el coxis hacia la cabeza. Mantener 5-10 segundos y volver a la posición inicial Estiramos la musculatura extensora de la columna sobre todo a nivel lumbar.

- Flexionar la pierna izquierda sobre la valla con la pierna derecha extendida. Mantener la posición 10-20". Cambiar Estiramos fundamentalmente la parte frontal de la cadera (psoas iliaco) de la atrasada.

- Flexionar la pierna izquierda y extender la pierna derecha apoyando la rodilla en el suelo. Mantener la posición 10-20" y cambiar Estiramos fundamentalmente la parte frontal de la cadera (psoas iliaco) de la pierna atrasada.

- Cruzar la pierna derecha flexionada por encima de la izquierda y apoyar la planta en el suelo. Con el codo izquierdo presionamos la rodilla mientras

giramós el cuello hacia la derecha. Mantener la posición 10- 20" y cambiar de lado. Se estiran entre otros la musculatura lateral del cuello, y la abductora de la cadera (tensor de la fascia lata y glúteo).

- Flexionar el tronco sobre la pierna extendida en la valla. Es importante mantener la columna lo más recta posible y el cuello alineado. El pie de la pierna derecha debe mantenerse paralelo a la otra pierna Mantener 10-20 seg. y cambiar. Se estiran los isquiotibiales.

- Con la pierna derecha flexionada, inclinar el tronco sobre la pierna izquierda extendida y apoyada en el talón. Las manos se colocan por encima de la rodilla, procurando que la columna se mantenga recta. Mantener 10-20 seg. y cambiar Se estiran los isquiotibiales.

- Igual que el ejercicio anterior con la rodilla sobre el suelo. Se estiran los isquiotibiales.

- Flexionar la pierna derecha llevando el empeine hacia la nalga. Mantener 10-20 seg. y cambiar Se estiran los cuádriceps.

Actividad: Ejercicios de marcha y carreras.

Objetivo: Mejorar la capacidad cardiovascular.

Acciones:

- Andar a paso rápido durante unos 20 o 30 minutos.

- Correr 10 minutos.

Actividad: Ejercicios contra la rigidez.

Objetivo: Disminuir la tensión muscular en algunas partes del cuerpo.

Acciones:

- Para destensar la nuca: inclinar la cabeza hacia adelante y atrás, después hacia un hombro y al otro. Después haz giros con tu cabeza poco a poco. Dedícale 5 minutos.

- Para tus hombros: sube y baja los hombros durante un minuto. Después, intenta hacer círculos con ellos, rotándolos. Por último, mantén los hombros subidos unos 30 segundos, para después, dejar que descanses. Si combinas este ejercicio

con los de la nuca te irá muy bien.

- Para tus brazos: Levanta los brazos sobre tu cabeza, con las manos entrelazadas, muy fácil, estíralos bien y mantenlos en alto unos 20 segundos, después descansa. Ahora, da vueltas con tu brazo derecho, como si fuera un molino de viento. No muy fuerte. Descansa, y haz lo mismo con el izquierdo.

Actividad: Ejercicios de fuerza.

Objetivos: Aumentar la masa muscular y potencia.

Acciones:

- Al inspirar llevar las piernas flexionadas hasta formar un ángulo recto, al espirar volver a la posición inicial. Mantener en todo momento la columna apoyada en el suelo. Es un ejercicio suave y se pueden realizar muchas repeticiones.

- Al inspirar extender simultáneamente la pierna derecha y el brazo izquierdo. Mantener la posición unos instantes y al espirar volver a la posición inicial

- Al inspirar levantar los hombros y las escápulas alrededor de 30° manteniendo brevemente la contracción. Al espirar recuperar la posición. Las manos actúan a modo de almohada para el cuello, para ello es fundamental no entrelazar los dedos. Durante la flexión, los codos mantienen la distancia para garantizar que las manos no tiran de la cabeza.

- Al inspirar elevar la pelvis y al espirar descenderla. También podemos realizarlo colocando las manos debajo de los glúteos.

- Desde la posición inicial al inspirar dar un paso lateral amplio y descender flexionando la rodilla. Al espirar recuperar la posición inicial.

- Al inspirar llevar la pierna hacia arriba con la rodilla flexionada (extensión de cadera) hasta que el muslo se quede paralelo al suelo. Mantener la posición brevemente. Al espirar volver a la posición inicial. Finalizar la serie prevista y cambiar de pierna.

Distribución de las actividades.

ACTIVIDAD	SEMANA	FRECUENCIA	TIEMPO	DOSIFICACIÓN
Ejercicios respiratorios	I, II, III, IV	3	5	8-10 Rep. dos veces cada uno
Ejercicios de movilidad	I, II, III, IV	3	5-10	8-10 Rep. dos veces cada uno
Ejercicios de estiramientos	I, II, III, IV		5-10	8-10 Rep. dos veces cada uno
Ejercicios de marcha y carreras	II, III	3	15-30	Marcha 2-3 Km
Carreras 1-2 Km				
Ejercicios contra la rigidez	I, II, II, IV	1	5-10	8-10 Rep. dos veces cada uno
Ejercicios de fuerza	II, III	2	5-10	10-12 R 2 series (40-60% F. Máx)

Ejemplos para la combinación de los ejercicios.

Así por ejemplo si la actividad elegida es de marcha el orden puede ser el siguiente:

1º Ejercicios de movilidad de todas las articulaciones.

2º Ejercicios contra la rigidez.

3º Andar a un ritmo aproximado de 1 km x 15 minutos

4º Estiramientos básicos.

5º Ejercicios respiratorios y de concentración
Si vamos a realizar una sesión de fuerza.

1º Ejercicios de movilidad de todas las articulaciones

2º. Ejercicios contra la rigidez.

3º. Ejercicios de fuerza.

4º Estirar los grupos musculares que vamos a fortalecer. Al finalizar cada ejercicio estiramos el grupo muscular implicado.

5º Ejercicios respiratorios y de concentración.

3. Lazarus, R.S y Salkaam, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona. Ediciones Roca.

4. Lazarus, R. S. (2000). Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud. Barcelona. Ediciones Roca.

5. Navarro, J. L. y otros. (1995). Ansiedad pre-cognitiva y conductas de autocontrol en jugadores de Fútbol.

6. Noce, F. y Martín, D. (2002). Análisis del estrés psíquico en colocadoras brasileñas de voleibol de alto nivel. Documento digital

7. Popov, S.N. (1988) La Cultura Física Terapéutica. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

Selye, H. (1966). Estado actual de las investigaciones del stress. Endocrinología psicosomática. España: Edit. Morata.

CONCLUSIONES

Los fundamentos teóricos metodológicos del tratamiento terapéutico del estrés laboral lo constituyen las actividades terapéuticas de tipo aeróbicas, sustentadas en los principios del entrenamiento deportivo y las indicaciones de la Cultura Física Terapéutica.

El diagnóstico para determinar la presencia y las causas de estrés laboral del personal administrativo arrojó en los sujetos investigados un gran porcentaje de síntomas característicos del estrés laboral como consecuencia de un insuficiente tratamiento terapéutico por limitaciones teóricas y metodológicas de los profesionales de la actividad física y salud.

La batería diseñada asume una estructura donde se combinan los ejercicios físicos terapéuticos y distribuidos por semanas, frecuencia, tiempo y dosificación de las cargas.

BIBLIOGRAFÍA

1. Álvarez González, Miguel A. (1998). Stress, un enfoque integral. Edit. Científico-Técnica. La Habana.

2. Fonseca, Y. (2008). El estrés psicológico y sus principales formas de expresión en el ámbito laboral. Disponible en: www.eumed.net/libros-gratis/2010a/643/

DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN DEL PROCESO DE ATENCIÓN A LAS EMBARAZADAS DE LA COMUNIDAD “MANUEL MANRIQUE”, SAN CARLOS, COJEDES

RESUMEN

La atención del embarazo se encuentra inmersa en la evolución histórica de los conceptos epidemiológicos, de los conocimientos médicos existentes y de la tecnología médica disponible. El conocer la evolución de las etapas recorridas, sus aciertos y errores permitirá reorientar la atención óptima de la madre y del niño, con el propósito de disminuir su mortalidad. Por lo que se insiste en la necesidad de comprender a los servicios de salud como parte de un proceso socio-histórico que señala las direcciones a tomar en el cuidado del control prenatal y se hagan propuestas de cambio en políticas de salud: en las cuales se aborden criterios de atención prenatal con la participación de toda la sociedad. El objetivo investigación es, diagnosticar el estado actual del proceso de atención a las embarazadas de la comunidad “Manuel Manrique La muestra es de 20 embarazadas sanas y/o bajo riesgo comprendidas entre 15 y 40 años. Los métodos empleados fueron la encuesta y la revisión documental, que permiten concluir la necesidad de atención integral a la embarazada. La mayoría de las embarazadas de la comunidad “Manuel Manrique” que participan en la investigación, desconoce cómo prepararse físicamente para este momento, la carpeta metodológica de la misión barrio adentro contempla la orientación del trabajo con la embarazada pero el cómo y qué hacer para mejorar la condición física y preparar a la embarazada para que afronte el embarazo, parto y puerperio, no se describe en su metodología.

Palabras claves: diagnóstico, atención a embarazadas

Autores:

LCDA. ADILIA BLANCO

Correo electrónico: blancoadilia@gmail.com

COAUTOR:

MSC. REINERIO J. FONSECA CASTILLO

Correo electrónico: reinerio@inder.cu

Recibido: 25 de mayo de 2015

Aceptado: 15 de junio de 2015

ABSTRACT:

The pregnancy care is immersed in the historical evolution of epidemiological concepts of existing medical knowledge and medical technology available. Knowing the evolution of stages traveled, their successes and failures allow redirecting the optimal care of the mother and child, with the aim of reducing mortality. As stresses the need to understand health services as part of a socio-historical process that shows the directions to take care of prenatal and proposed changes are made in health policy: in which criteria addressing prenatal care participation of the whole society. The research objective is to diagnose the current state of the process of care for pregnant women in the community, "Manuel Manrique The sample DE20 healthy pregnant and / or low risk between 15 and 40 years. The methods used were the survey and literature review, which allow us to conclude the need for comprehensive care for pregnant most pregnant of "Manuel Manrique" community engaged in research, physically know how to prepare for this moment, the folder methodological mission in the neighborhood provides guidance work with pregnant but how and what to do to improve fitness and prepare for the pregnant that addresses pregnancy, childbirth and postpartum, is not described in its methodology.

Keywords: diagnosis, care to pregnant

INTRODUCCIÓN

La atención del embarazo se encuentra inmersa en la evolución histórica de los conceptos epidemiológicos, de los conocimientos médicos existentes y de la tecnología médica disponible. El conocer la evolución de las etapas recorridas, sus aciertos y errores permitirá reorientar la atención óptima de la madre y del niño, con el propósito de disminuir su mortalidad. Por lo que se insiste en la necesidad de comprender a los servicios de salud como parte de un proceso socio histórico que señala las direcciones a tomar en el cuidado del control prenatal y se hagan propuestas de cambio en políticas de salud: en las cuales debemos abordar criterios de atención prenatal con la participación familiar y en especial la participación del padre.

Muchas de las manifestaciones de las adapta-

ciones fisiológicas normales del embarazo se reconocen con facilidad permitiendo el diagnóstico de éste en el que la mujer se acomoda fisiológicamente al crecimiento, maduración y función del útero y el producto de la concepción.

A lo largo de la historia, las mujeres han recibido todo tipo de consejos sobre cómo llevar mejor el proceso del embarazo y el parto. Estas recomendaciones han procedido de profesionales de diversa índole, patriarcas religiosos, filósofos, médicos, etc.

Una buena parte de estos consejos se han centrado en el tipo, duración e intensidad de la actividad física desarrollada durante la gestación. "Son bien conocidos los efectos beneficiosos que el ejercicio físico tiene sobre la salud en general, aunque no se cuenta con la misma información cuando se refiere a un proceso de tan notable importancia como el embarazo" (Barakat, 2006).

De acuerdo con ello, la situación del embarazo posiblemente sea la que mayor cantidad de modificaciones de diversa índole provoca en el ser humano; "estos cambios cobran una superlativa importancia debido a que de su normal desarrollo no sólo depende el bienestar de la gestante, sino también el armónico curso del embarazo y, algo aún más trascendental, la salud fetal" (Carreras, Guiralt, Del Pozo y Sostoa, 1995).

En Venezuela existe una situación compleja al aumentar la cantidad de mujeres que quedan en estado de gestación antes de cumplir los 19 años de edad, según un reportaje publicado por El Nacional. La disminución de centros que impartan orientación sexual y la falta de un proyecto de vida son factores que han contribuido, esencialmente, a que esté ocurriendo este fenómeno. (Caracas, 12 de julio. Noticias24)

En este sentido, Venezuela lidera las estadísticas en mortalidad materna y embarazo adolescente. Médicos pediatras que laboran en varios hospitales de Caracas coinciden en que madres adolescentes y sin control prenatal generalmente traen al mundo niños prematuros y con alto riesgo de morir durante el primer mes de vida. La situación alerta sobre las fallas en la atención integral a las embarazadas y problemas en la red de atención primaria.

Durante el embarazo se debe promover la actividad física controlada que permita que la mujer embarazada se le facilite el proceso del parto. De

esta forma, capacitar con la experiencia misma de la embarazada y utilizar como vías la actividad física y el trabajo comunitario, para la promoción de una acción didáctica dirigida al desarrollo corporativo, fomentando la salud integral de la mujer embarazada, a través de técnicas y métodos novedosos para la transmisión del conocimiento, en cuanto a la utilización del ejercicio físico como medio profiláctico

En la República Bolivariana de Venezuela, la misión Niño Jesús es esa respuesta revolucionaria ideada por el Presidente Chávez con un programa inclusivo que redundará en atención médica integral para todas las parturientas que acudan al Sistema Público Nacional de Salud, como parte del reimpulso de Barrio Adentro a través del Ministerio del Poder Popular para la Salud y Protección Social, para el fortalecimiento del sector salud en el país.

La Misión Niño Jesús, se encargará de garantizar que toda mujer embarazada tenga un parto digno, en condiciones adecuadas. También la misión va a incluir la construcción de "Casas de Abrigo Maternal", que además cuenta con un manual de metodología y reglamento en todo el territorio nacional, para brindar atención preparto a las mujeres en proceso de gestación

El objetivo general de la misión es mejorar la atención a la mujer embarazada y a los recién nacidos, trabajo que incluye la participación de los consejos comunales. Denominada por el Presidente Chávez de "sagrada", consta de 15 objetivos fundamentales para el desarrollo y cumplimiento de esta labor. El primero de estos 15 objetivos tiene una relación estrecha con la presente investigación, pues se propone: Incrementar la educación para la salud materno-infantil, con participación comunitaria, para lo que se precisa inicialmente de un diagnóstico.

En el caso particular de la comunidad "Manuel Manrique", de San Carlos, estado Cojedes, existen numerosas embarazadas que no tienen la debida atención a pesar de la existencia de la Misión Niño Jesús, por lo que se hace necesario comprobar la situación de las mismas para posteriormente establecer una alternativa factible que contribuya a mejorar su condición física y psíquica. Para lo cual se plantean los siguientes **objetivos:**

1. Analizar los fundamentos teóricos metodoló-

gicos que sustentan la necesidad de mejorar la condición física de la embarazada.

2. Diagnosticar el estado actual del proceso de atención a las embarazadas de la comunidad "Manuel Manrique".

FUNDAMENTACIÓN

Principales modificaciones del organismo materno durante la gestación, parto y puerperio.

El embarazo no se considera una enfermedad, sin embargo se deben tener presente las modificaciones que sufre el cuerpo de la mujer, estas a la vez, resultan totalmente fisiológicas para su estado. No obstante, ocasionan diversas molestias y trastornos que pueden constituir un problema para la embarazada. Es por ello que mantener una adecuada condición física permitirá a las gestantes afrontar con menos dificultades el embarazo, parto y puerperio.

Modificaciones del sistema osteomioarticular.

Uno de los problemas más comunes, y que más trastornos acarrea durante la gestación, lo constituye la pérdida del alineamiento postural correcto. A medida que progresa el embarazo y con el consiguiente aumento del tamaño del útero, el centro de gravedad del cuerpo se desplaza hacia delante, hacia el hueso púbico. El útero pasa a ser un órgano abdominal sobre la semana 16 de la gestación aproximadamente, comenzando a estirar los músculos de la pared del abdomen, los cuales disminuyen su tono. Al mismo tiempo, los músculos de la parte inferior de la espalda deben trabajar más intensamente para brindar el sostén necesario, acentuando la lordosis lumbar, con el respectivo acortamiento e hipertonía de este grupo muscular. Todo esto provoca una disminución de la estabilidad y alteraciones del equilibrio, además de las molestias y dolores percibidos por la madre, sobre todo en el último trimestre del embarazo; y es la causa más directa de la "marcha de pato" (mayor base de sustentación y paso más corto) característica en esta etapa.

Las articulaciones de la pelvis, y como resultado del aumento de la liberación de estrógenos y relaxina, sufren una relajación de sus ligamentos y músculos, lo que provoca la distensión del cartílago articular, un aumento del líquido sino-

vial, y aumento de la movilidad. Esto dificulta todavía más la deambulaci3n, torn3ndola incluso dolorosa, principalmente manifiesto en los embarazos m3ltiples.

Para compensar la lordosis lumbar, la gestante aumenta la flexi3n anterior de la columna cervical, adem3s de acentuar la aducci3n de las esc3pulas; esto puede llevarla a padecer el s3ndrome de la mano de la embarazada (sensaci3n de hormigueo, adormecimiento, calambres y debilidad motora del miembro superior). Durante el tercer trimestre, tambi3n es frecuente que la gestante padezca cierta reducci3n de la movilidad de los tobillos y las mu1ecas, como consecuencia de la retenci3n de l3quidos y edemas manifiestos en esta etapa. Los arcos plantares tienden a descender y provocan tarsalgia, fundamentalmente si la embarazada permanece mucho tiempo de pie. Durante el segundo y tercer trimestres, son comunes los calambres dolorosos en las piernas, en especial de noche o mientras duerme. Los problemas de circulaci3n sangu3nea o presi3n en los nervios de la columna tambi3n pueden producir dolores similares a los calambres en las piernas.

Condici3n f3sica. Valoraci3n conceptual por varios autores.

El estilo de vida actual hace que no dependamos del todo de nuestras habilidades f3sicas b3sicas para subsistir. Los avances tecnol3gicos y cient3ficos han hecho que se reduzcan los esfuerzos que hac3amos en diversas actividades de la vida cotidiana, vi3ndose relegada la condici3n f3sica, elemento este vital para mantener un estado de salud acorde con las actividades que realizamos.

Garc3a Manso (1996), defini3 la condici3n f3sica como: es la traducci3n espa1ola del concepto ingl3s *physical fitness*, que hace referencia a la capacidad o potencial f3sico de una persona y en la literatura especializada lo podemos encontrar como la expresi3n m3s utilizada para la definici3n de la capacidad de movimiento del ser humano. No obstante y atendiendo al significado e interpretaci3n del lenguaje, contin3a el autor, varios t3rminos conceptualizados en la actualidad como: aptitud f3sica, forma f3sica, eficiencia f3sica, etc. se pueden emplear indiferentemente; sin embargo, tributan a una misma realidad (31).

Autores como Mazorra (1988), Hettinger (1993), Legido, Segovia y Ballesteros (1996),

Garc3a Manso (1996), Hern3ndez Gonz3lez (2005), coinciden en que la condici3n f3sica es la capacidad del organismo para afrontar tareas f3sicas con la m3xima eficacia, rendimiento y garantiza los 3xitos en el estudio y el trabajo. Concuerdan adem3s, que el 3xito depende del estado de cualidades f3sicas como: resistencia aer3bica, fuerza, amplitud articular, etc, que garantizan buenos niveles de salud y la resistencia contra enfermedades, reducen el cansancio producido por el trabajo y permiten disfrutar mejor del tiempo libre. (31; 37; 38; 46; 57; 65; 70)

Para Saavedra (2004), la condici3n f3sica orientada hacia la salud es la expresi3n de un conjunto de cualidades f3sicas basadas en aptitudes o variables fisiol3gicas, que permite b3sicamente realizar esfuerzos sin alterar significativamente a los grandes sistemas del organismo, sin3nimo de poseer una buena capacidad aer3bica, una adecuada composici3n corporal, flexibilidad y una 3ptima capacidad de contracci3n muscular. (5)

Wilmore, J y Costill, David. (2000), plantean que promover una buena condici3n f3sica reduce dr3sticamente el 3ndice de mortalidad, en su defecto se presenta como un factor de riesgo importante de enfermedades cardiovasculares que pueden afectar sensiblemente la salud del ser humano. (94)

Relacionando la condici3n f3sica con la salud, seg3n **Pate (1983)**, los componentes de la misma en este sentido, est3n relacionados a un buen estado de salud, con la calidad de vida y que previenen trastornos como obesidad, lumbago, trastornos articulares, dislipidemia, enfermedades cardiovasculares, etc. e incluye: la resistencia aerobia, la composici3n corporal, la fuerza muscular y la flexibilidad. Otras como la agilidad, el equilibrio, la velocidad para este autor son m3s afines con la habilidad atl3tica (69).

Coincidimos con el criterio de los autores antes mencionados en que estas ser3an las variables m3s importantes a considerar en el desarrollo de la condici3n f3sica orientada hacia la salud, por lo que un plan de ejercicios f3sicos, seg3n las exigencias anteriormente planteadas, debe estar orientado en esa direcci3n para garantizar un nivel de condici3n f3sica que permita compensar los efectos de las actividades cotidianas y a su

vez afrontar sucesos inesperados.

Valoración de los componentes de la condición física orientada hacia la salud.

Según R. Mazorra (1986), la valoración de la condición física es compleja, ya que no existen todavía indicadores ideales de la misma que determinen el nivel de salud óptimo necesario que se debe alcanzar, aunque podemos hoy en día hacer recomendaciones para realizar ejercicios físicos apoyadas en sólidas bases científicas, sobre todo respecto al efecto protector contra las enfermedades cardiovasculares y metabólicas, disminuyendo sus factores de riesgo; un mejoramiento adicional de la condición física no tiene efectos negativos sobre la salud. Su valoración requiere la atención de especialistas. (55)

Capacidad de trabajo físico y consumo de oxígeno máximo.

También plantea Mazorra (1986), que la capacidad de trabajo físico supone las posibilidades reales del organismo para enfrentar determinadas actividades y efectos del medio circundante. Conocerla es indispensable para la evaluación objetiva del nivel de entrenamiento del individuo que practica algún tipo de ejercicio físico o se dispone a hacerlo. Su determinación se relaciona con la implementación de pruebas funcionales que requieren de la aplicación de cargas físicas y su valoración se basa en los resultados de diferentes indicadores que se registran después de aplicada determinada carga física, generalmente en el período de recuperación posterior al esfuerzo, por ejemplo, mediante el análisis de la recuperación de la frecuencia cardíaca (pulso), o de la presión arterial. (55)

En la actualidad autores como, R. Mazorra (1986), Wilmore, J. y Costill, D. (2000), R. Hernández (2005), entre otros, coinciden y están de acuerdo en que la capacidad de trabajo físico equivale al consumo de oxígeno máximo (VO₂ máx), criterio que comparte la autora, siendo el parámetro más utilizado y práctico en la evaluación de la resistencia cardiorrespiratoria. Así mismo están de acuerdo en que este parámetro fisiológico aumenta sustancialmente en respuesta al entrenamiento de resistencia ya que puede suministrarse y consumirse más oxígeno que en un estado no entrenado. (37; 55; 94)

Las pruebas de laboratorio permiten medir la ventilación pulmonar, la absorción de oxígeno y

la concentración de lactato, pero desde el punto de vista práctico muy pocos entrenadores e investigadores tienen acceso a tales laboratorios, especialmente en los países en vías de desarrollo, por lo que se pueden usar pruebas de terreno que también aportan datos importantes para hacer una valoración de la capacidad aeróbica de una persona.

Alcanzar la estabilización en el consumo de oxígeno, según Pollock, ML y Wilmore, J (1990), dicta la intensidad del esfuerzo o ritmo que podamos sostener durante las sesiones de ejercicios físicos y permite ejecutar ejercicios de resistencia con un nivel de esfuerzo mayor o a un ritmo más rápido, mejorando el potencial de rendimiento y capacidad de trabajo. Agregan estos autores, que sujetos que no han tenido un entrenamiento sistemático han experimentado incrementos medios del VO₂ máx entre el 15-20% o más después de un programa de entrenamiento de seis meses (72).

El entrenamiento de la resistencia produce beneficios al organismo en un plazo relativamente corto, entre ellos tenemos: disminución de la masa grasa, aumento del metabolismo, disminución de la frecuencia cardíaca en reposo, incremento del consumo de ácidos grasos libres, incremento en sangre de los niveles de HDL colesterol, mejora la eficiencia cardíaca y disminuye la presión arterial, aumento del consumo máximo de oxígeno, aumenta el riesgo sanguíneo, mejora la respuesta hormonal durante el ejercicio y en reposo, etc. (94)

Para autores como Guyton y Hall. (1987), Wilmore, J. y Costill, D. Shephard, RJ y Astrand, O (2000), también en respuesta a la mayor demanda de esfuerzo, el peso y el volumen de corazón aumentan, así como el grosor de la pared del ventrículo izquierdo, que realiza el trabajo más fuerte. Esta hipertrofia, reconocida como una adaptación normal al entrenamiento de resistencia, permite mayor entrada de sangre gracias a la capacidad de estiramiento que sus paredes adquieren e incrementa el potencial de fuerza de contracciones del músculo cardíaco expulsando mayor cantidad de sangre en cada contracción. (35; 86; 94)

La fuerza muscular

La fuerza muscular también constituye uno de los indicadores de un buen estado de salud y de

un cierto grado de desarrollo físico global contribuyendo a desarrollar la confianza en las propias posibilidades del hombre, además de ser útil en la vida diaria, conjuntamente con la función cardiorrespiratoria. El aumento de uno de estos componentes por lo general genera mejoras en el otro. La combinación de niveles razonables de estas variables en sesiones de ejercicios físicos reportan beneficios importantes para los practicantes que se traducen en bienestar general. (79)

La fuerza, según **I. Román (2004)**, ha sido estudiada desde diferentes puntos de vista teniendo en cuenta la forma en que se realiza, argumentando que para ello es necesario que se produzcan una o varias contracciones musculares, que por demás no se presentan de un solo tipo. Para este autor esta capacidad depende de diversos factores internos y externos propios del individuo y no se manifiesta de forma absoluta e independiente, siempre va a estar acompañada de otra o varias capacidades físicas. (79)

Varios autores, **Cuervo Pérez y González Pita (1990)** y **Zatsiorsky, V (1966) citado por I. Román (2004)**, definen la fuerza del hombre como la capacidad para vencer resistencias externas o contrarrestarlas a costa de esfuerzos musculares. (19; 79)

Estos planteamientos refuerzan la hipótesis de que la fuerza se puede trabajar a cualquier edad, aunque no se trabaja de la misma forma ya que existen diferencias marcadas con respecto al desarrollo que va alcanzando la persona con el tiempo. En las manifestaciones de esta capacidad, criterio que comparte este autor con Román (2004), también influye la actividad y profesión que realiza el individuo, los avances en este sentido dependen del grado de desarrollo de determinados grupos musculares. Mientras mejores y mayores sean los resultados como regla debe ser mayor el nivel de fuerza absoluta y relativa.

La flexibilidad.

El mejoramiento de la fuerza muscular es directamente proporcional con el panorama general del desarrollo físico de la persona (79) y a su vez garantiza otra cualidad básica como lo es la flexibilidad, por las posibilidades reales que adquiere un músculo fortalecido de manifestarse durante la realización de un movimiento determinado.

Con frecuencia, el individuo que se ejercita con

el objetivo de mejorar la condición física le resta importancia al entrenamiento de la flexibilidad. El motivo que justifica este error, según el criterio del autor, se le atribuye a que su entrenamiento no causa un efecto de mejoría directa en ninguno de los sistemas orgánicos que sí se benefician y mucho, con el trabajo de otras capacidades físicas. Sin embargo el mejoramiento de la misma posibilita el pleno desarrollo del potencial físico de rendimiento por la influencia que ejerce sobre el resto de las capacidades. Se basa en las posibilidades de movilización de las articulaciones y en las propiedades elásticas de los músculos.

Comparte la autora criterios con Viel (1994) citando a Kabat (s.f.), Ilisastigui M y Ameller S (2006), quienes refieren que la movilidad articular es la capacidad de movimiento que permite la estructura morfológica de una articulación para desplazar un segmento o parte del cuerpo dentro de un arco de recorrido lo más amplio posible, manteniendo la integridad de las estructuras anatómicas implicadas. Es una característica de las articulaciones y se refiere a la amplitud de los movimientos que pueden generarse en cada una de ellas; todas tienen límites naturales de movimientos.

De esta forma se puede establecer una relación entre los términos elasticidad y movilidad articular para definir que una buena flexibilidad se logra cuando las estructuras anatómicas y morfológicas de la articulación permiten cierto grado de libertad de movimiento para desplazar un segmento del cuerpo dentro de un arco de recorrido lo más amplio posible manteniendo la integridad de las estructuras anatómicas implicadas, siempre y cuando los grupos musculares involucrados puedan elongarse hasta alcanzar el límite articular sin que por ello sufran daños estructurales.

Según Ilisastigui M y Ameller S (2006), el entrenamiento de la flexibilidad puede estructurarse como un contenido más dentro de la sesión de ejercicios y sus objetivos están orientados a incrementar de los niveles de movilidad, facilitar la realización eficaz de la actividad física y a acelerar los procesos de recuperación y rehabilitación física.

Particular importancia revierte para nuestro trabajo con las embarazadas, las capacidades coordinativas básicas o generales, específicamente,

la regulación del movimiento y el acoplamiento.

DESARROLLO:

Metodología empleada:

Para el desarrollo de la investigación se realiza un estudio no experimental, de corte descriptivo de naturaleza cualitativa.

Muestra: Está compuesta por 20 embarazadas sanas y/o bajo riesgo, cuya edad oscila entre los 15 y 40 años, con un promedio de 25,2 años, de la planilla de datos personales que les fue llenada a cada una, se obtuvo la siguiente caracterización:

Nivel de escolaridad	6 ^{to} 3	9 ^{no} 2	Bachiller 4	Tec-Med 6	Universitario 5
Ocupación	Estudiante 4	Vinculada 10	Desvinculada 6		
Actividad física antes del embarazo	Si 3	No 17			
Incluidas	Sanas 7	Bajo riesgo 13			

Para dar respuesta a los objetivos planteados se utilizan diferentes métodos y técnicas de investigación, como el método analítico-sintético, la inducción-deducción, el método histórico-lógico, el enfoque sistémico, del nivel teórico y del empírico: la revisión documental y la encuesta. Esta última con el objetivo de indagar sobre que ellas conocían del embarazo, parto, puerperio, lactancia materna y estimulación del bebé en el primer año de vida. Para ello se estableció la siguiente clasificación de la preparación con respecto a sus conocimientos sobre estos temas.

Muy preparada: _____ quien respondiera a 10 preguntas.
Preparada: _____ quien respondiera de 6 a 9 preguntas.
Poco preparada: _____ quien respondiera de 4 a 5 preguntas.
No preparada: _____ quien respondiera a 3 preguntas.

RESULTADOS DE LA REVISIÓN DOCUMENTAL.

Se pudo constatar a través de este método, que la misión Barrio Adentro Deportivo (BAD) para el trabajo comunitario tiene diseñada una carpeta metodológica, y dentro de sus direcciones de trabajo se encuentra la atención a las embarazadas y está orientado el trabajo con ellas, pero el cómo y qué hacer para mejorar la condición física y preparar a la embarazada para que afronte el embarazo, parto y puerperio, no se describe su

metodología, de ahí la necesidad de buscar vías para su aplicación, lo que implica ante todo diagnosticar de forma coherente y científicamente argumentada la situación descrita.

Análisis de la encuesta a las embarazadas

De su aplicación se obtuvieron los siguientes resultados:

En la primera pregunta el 60 % de las embarazadas conocen los cambios que ocurren en su organismo durante el embarazo y el 40% dijo que no, algunos de los cambios que mencionaron fueron: crecimiento de las mamas, manchas en la piel, pérdida de la figura, inflamación de manos y pies, verrugas en el cuello, aumento del peso. Como se aprecia los cambios a los que se refieren están enfocados principalmente a lo externo sin embargo desconocen los que se producen internamente.

La segunda pregunta dirigida al conocimiento del crecimiento y desarrollo de su bebé por trimestre en el útero, el 75% no conoce como es el desarrollo y crecimiento de su bebé y el 25% respondió que sí. Sobre los períodos del parto el 100% desconoce los nombres de sus períodos. En cuanto a si sabe cómo ayudarse ella y al bebé en cada período del parto, el 75% no sabe y el 25% refirió que se ayudarían relajándose y colocándose en posiciones que alivien el dolor y les permita relajarse y respirar. En la pregunta No.5 referida a que es puerperio y que cambios ocurren durante el mismo el 100% respondió que no conocen que es, ni los cambios que se producen.

Sobre la lactancia materna tema que aborda la pregunta No.6, el 60% desconoce los beneficios que le aporta a ella y a su bebé y el 40% si conoce refiriendo que para el bebé tiene un mejor desarrollo y crecimiento, lo protege contra las enfermedades, y para la madre que mantiene o baja el peso corporal, se aprecia que los beneficios que conocen son para el bebé en su mayoría. La pregunta No. 7 relacionada con las posiciones para lactar, el 60% respondió que si conoce las posiciones, aunque la de sandía o balón de fútbol y de pie o caminando el 40% no las conoce.

Sobre los trastornos más frecuentes que aparecen durante la lactancia materna exclusiva, el 100% solo marcó la opción de dolor y grietas en los pezones, el resto de las opciones no fueron elegidas. La pregunta No.9 el 100% conoce

como cuidar a su bebé durante el primer año de vida. Dentro de los cuidados mencionados estuvieron: no acostar a bebé boca arriba, no dejar a su alcance objetos o sustancias químicas dañinas, no dejarlos solos en la casa.

Con relación a la estimulación del bebé en el primer año de vida (pregunta No.10), el 100% no conoce que debe hacer para estimularlo. En la pregunta No.11, el 100% dijo que si, pues así obtienen los conocimientos necesarios que permitan tener un embarazo saludable y con el mínimo de molestias, así como saber lactar al bebé y estimularlo en su primer año de vida.

Después de realizado el análisis por preguntas, se evaluó la preparación de las embarazadas de la siguiente manera:

- No preparadas: 11 de ellas, representando un 55%
- Poco preparadas: seis de ellas, para un 30%
- Preparada: 3 embarazadas, para un 15%
- Muy preparada: Ninguna.

Estos resultados demuestran la falta de conocimientos que poseen las embarazadas de la comunidad “Manuel Manrique”, para afrontar el embarazo, parto, puerperio y primer año de vida del bebé, desconocimiento que trae consigo que ellas enfrenten dificultades para lograr un embarazo feliz y sin complicaciones, así como los momentos que le seguirán después de tener su hijo en brazos y su posterior desarrollo psicomotor.

CONCLUSIONES

1. La revisión bibliográfica realizada sustenta la necesidad de atención integral a la embarazada y así comprender a los servicios de salud como parte de un proceso socio histórico que señala las direcciones a tomar en el cuidado del control prenatal y se hagan propuestas de cambio en políticas de salud: en las cuales deben abordarse criterios de atención prenatal con la participación social, familiar y en especial la participación del padre
2. El estado actual del proceso de atención a las embarazadas de la comunidad “Manuel Manrique”, arrojó que existe la orientación del trabajo con la embarazada pero el cómo y qué hacer para mejorar la condición física y preparar a la embarazada para que afronte el embarazo, parto y puerperio, no se describe en su metodología.
3. La mayoría de las embarazadas de la comu-

nidad “Manuel Manrique” que participan en la investigación, desconoce cómo prepararse físicamente para este momento y la totalidad de las embarazadas estudiadas estima necesario, asistir a actividades dirigidas a su preparación para el feliz afrontamiento del parto.

BIBLIOGRAFÍA:

- Barakat, (2006). Influencia del trabajo aeróbico programado en el desarrollo de la gestación: Parámetros materno-fetales. Madrid España
- Carreras, Guiralt, Del Pozo y Sostoa, (1995). Tratado Materno Infantil. Volumen III. Editorial Globalta. España
- Colectivo de autores. (2003). Maternidad y Paternidad responsables: una metodología para la acción integral. MINSAP República de Cuba.
- Fernández, Nieves, Y. (2007). Prevención de las necesidades educativas especiales (NEE). Fundamentos teóricos básicos de la atención prenatal y temprana. C. Habana, Cuba, Editorial Deportes.

NORMAS PARA LA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS

EN LA REVISTA CIENTÍFICA DIMENSIÓN DEPORTIVA

CAPÍTULO I

1. La revista científica "Dimensión Deportiva" de la Universidad Deportiva del Sur, publica resúmenes de trabajos de investigación, trabajos de ascenso, artículos científicos y literarios, debidamente arbitrados por especialistas según el área de conocimiento. El Consejo Editorial se reserva el derecho de sugerir modificaciones a los trabajos aceptados para ser publicados. Los artículos deben presentar claridad en el planteamiento, desarrollo de las ideas y un uso adecuado del idioma español.

2. Podrán presentar trabajos para su publicación, el personal académico y estudiantes de cuarto y quinto nivel de la Universidad Deportiva del Sur y de otras instituciones universitarias y centros científicos nacionales o internacionales, cuyos trabajos sean presentados ante el Consejo Editorial.

3. Los trabajos deben ser inéditos, no deben haber sido publicados anteriormente por ningún medio impreso, ni electrónico (CD room, internet).

4. El autor debe entregar tres (3) versiones: una versión original del trabajo la cual debe incluir los siguientes datos: nombres y apellidos del autor, cédula de identidad, nombre de la institución, número telefónico de oficina y habitación y correo electrónico. Las dos (2) copias en físico restantes serán anónimas. Así mismo, debe incluir una versión electrónico (CD) en formato WORD, El trabajo a publicar debe seguir las siguientes pautas: tener una extensión máxima de 15 cuartillas (incluyendo resumen y referencias bibliográficas), papel tamaño carta, espacio uno y medio, fuente Times New Roman tamaño 12.

5. Con la entrega del artículo el autor deberá adjuntar una comunicación donde acepte las condiciones de publicación de la Universidad Deportiva del Sur.

6. El trabajo debe estar acompañado además del

resumen en español, de un resumen en idioma inglés (abstract), con una extensión no mayor de 250 y 300 palabras y de tres a cinco palabras clave en español e inglés.

7. El autor debe entregar una reseña curricular que no exceda las 50 palabras.

8. Los trabajos bajo la figura de trabajo de ascenso, trabajo especial de grado, trabajo de grado y tesis doctoral deben presentar acta veredicto que haga referencia a la publicación.

9. El trabajo a publicar debe contener: título del trabajo, nombre del autor (a) autores (as), datos de afiliación académica, resumen en español, abstract, palabras clave, introducción, fundamentos teóricos, metodología, análisis y discusión de resultados, conclusiones y referencias bibliográficas.

10. Se debe entregar una carta declaratoria con la que se afirme que el trabajo es inédito y que no ha sido propuesto para su publicación a otro medio de divulgación impreso o electrónico.

11. Los colaboradores de la Revista Científica "Dimensión Deportiva" se comprometen a respetar los lapsos de entrega de originales y devolución de los textos corregidos, así como el alcance y contenido de las normas antes expuestas.

CAPÍTULO II

PROCESO DE ARBITRAJE

12. Una vez que los artículos son revisados por el Consejo Editorial y el trabajo cumple con las normas establecidas por la revista, se les notificará a los autores del resultado del proceso de arbitraje.

13. El cuerpo de árbitros estará constituido por investigadores activos de reconocido prestigio y credibilidad en la temática que versara cada artículo de la revista. Siendo sus funciones: evaluar integralmente el artículo científico sometido a su consideración, bajo la modalidad conocida "a

dobles comillas”, donde los autores no saben quiénes son los árbitros y viceversa. Presentar el resultado de su evaluación en un tiempo máximo de veinte (20) días hábiles, formulado por escrito, de conformidad al formato diseñado para tal fin, los juicios que correspondan a:

Publicable sin modificaciones: Cuando, según el criterio de los árbitros asignados, el contenido, estilo, redacción, citas y referencias, evidencian relevancia del trabajo y un adecuado manejo por parte del autor, como corresponde a los criterios de excelencia editorial establecidos; es decir, el trabajo está Aceptado.

Incorporar modificaciones: Cuando a pesar de abordar un tema de actualidad e interés para la revista y evidenciar adecuado manejo de contenidos por parte del autor, se encuentren en el texto deficiencias superables en la redacción y estilo, las cuales deben ser incorporadas en el plazo de tiempo establecido.

No publicable: Cuando según el juicio de los árbitros del texto no se refiera a un tema de interés de la publicación, o evidencie serias carencias en el manejo de contenidos por parte del autor, así como también en la redacción y estilos establecidos para optar a la publicación en una revista arbitrada. Es decir, que no cumple con las normas exigidas en el baremo de evaluación.

14. El arbitraje se basará tanto en la forma como en el contenido de los trabajos. Los criterios de evaluación a considerar serán los siguientes: pertinencia o aportes del artículo; nivel de elaboración teórica y metodológica; claridad, cohesión, sintaxis, ortografía en la redacción; adecuación y pertinencia de la bibliografía; presentación de las citas bibliográficas; Relación de citas en el texto con indicadas en referencias; adecuación del título con el contenido; organización (introducción, desarrollo y conclusiones); presentación de gráficos y tablas (si las hubiere); claridad de objetivos y posición del autor.

CAPITULO III DE LA PRESENTACIÓN, REDACCIÓN Y ESTILO

15. Las citas textuales con menos de cuarenta (40) palabras deben ir incorporadas como parte del párrafo, dentro del texto de la

redacción entre dobles comillas, se acompaña con el primer apellido y la inicial del primer nombre del autor de la fuente, el año de la publicación y el número de la página de donde se toma la información. Ejemplo: Montenegro, V. (2003).

16. Las citas textuales con más de 40 palabras se ubican en un párrafo aparte, un (1) espacio interlineado, con sangría de cinco espacios en ambos extremos (derecho e izquierdo) sin comillas.

17. Para citar las fuentes de información textual se empleará el apellido del autor, año de publicación y página, todo va entre paréntesis. Si los datos de la fuente se colocan después de transcribir la cita, solamente va entre paréntesis los datos de año y página. Ejemplo: (Lerma 2001, p.20) o Lerma (200, p.20).

18. Si el autor de la bibliografía que se cita o se comenta es una institución, en la primera oportunidad se escribe el nombre completo de la institución y posteriormente se utilizan sus siglas. Ejemplo: Universidad Deportiva del Sur (2010); en las siguientes oportunidades se escribe: UDS (2010).

19. Al referir dos o más documentos publicados durante el mismo año por el mismo autor, la cita se diferenciará con un literal en minúscula. Ejemplo: Arias (2004a), Arias (2004b), de igual manera, se deben identificar en la lista de referencias.

20. Cuando el documento que se cita posea dos o más autores, en la primera oportunidad se colocan todos los apellidos, y en las sucesivas se empleará: y otros. Ejemplo: Hernández, Fernández y Baptista (1998) y luego: Hernández y otros (1998).

21. Los cuadros se identificarán con un número correlativo ascendente y un título ubicado en la parte superior. La primera letra del nombre del cuadro se escribe en mayúscula y las otras en minúscula. Para la elaboración de los cuadros se utilizará el formato básico 1, color de línea negro y con los encabezados de columnas escritos con la primera letra en mayúscula. En la parte

inferior se colocará los datos de identificación de la fuente.

22. Las figuras se identificarán con un número correlativo ascendente, un título y datos de la fuente en la parte inferior.

23. Cuando sea necesario enumerar varios elementos dentro de un párrafo se utilizarán literales con un paréntesis.

24. Cuando sea necesario enumerar varios elementos fuera de un párrafo se utilizarán numerales con un punto.

25. La redacción de los trabajos debe ajustarse a los parámetros del discurso científico.

CAPITULO III DE LAS REFERENCIAS

En el caso de libros las referencias se elaborarán de acuerdo a los ejemplos que a continuación se presentan:

LIBROS

Con un autor:

Arias, F. (2006). **El Proyecto de Investigación**. (5ª.ed.). Caracas, Venezuela: Editorial Episteme.

Con dos autores:

Terry, G. y Franklin, S. (2001). **Principios de Administración**. México.

Con más de dos autores:

Selltiz, C; Wrightsman, L. y Cook, S. (2000). **Métodos de Investigación en las Ciencias Sociales**. (9ª ed.). Madrid: Rialp.

Autor institucional:

Universidad Nacional Abierta. (1984). **Técnicas de Documentación e Investigación I**. (6ª ed.). Caracas: Autor.

ARTÍCULOS

En revista especializada

Ruíz, P. (2008). Diseño de un modelo teórico de consultoría gerencial para una empresa universitaria a distancia

Universidad Nacional Abierta, XXII, 97-114.

Borges M. y Navarro, Y. (2010). La gestión judicial de los Juzgados de los Municipios del estado Cojedes y la satisfacción ciudadana como un mecanismo de control social en la Administración de Justicia. *Revista Memorialia*, (7), 25-30. Venezuela.

Artículos en periódicos:

Caballero, M. (1997, Agosto 10). Cambios en la mentalidad venezolana. *El Universal*, p. 1-4.

PONENCIAS:

Presentadas en eventos

Navarro, Y. (2010, Junio). Estrategia para la reinserción social de adolescentes con conductas delictivas del Inam Cojedes a través de las Actividades Físicas Recreativas. Ponencia presentada en la IV Conferencia Internacional de Actividad Física, tiempo libre y recreación. Villa Clara. Cuba 2010. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". La Habana, Cuba.

Publicadas en revistas o memorias de eventos

Guerrero, B. (2009). Historia de vida como herramienta metodológica en el modelo de evaluación para la certificación de las competencias profesionales del guía de turismo. Memoria de las XVIII Jornadas Técnicas de Investigación y II de Postgrado. Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales "Ezequiel Zamora". San Carlos, Cojedes.

TRABAJOS ACADÉMICOS

Trabajos de Grados y tesis doctorales

Ruíz, P. (2009). Institucionalización de los procesos de regionalización en economías de Rusia y Venezuela: diferencias y similitudes en sus concepciones, formas y modelos. Tesis doctoral no publicada. Universidad Estatal del Belgorod. Rusia.

Marín, J. (2010). Estrategia terapéutica para niños obesos de 7 a 12 años de edad en la escuela Carlos Vilorio Estado Cojedes. Trabajo de grado de maestría no publicado. Universidad Deportiva del Sur. Cojedes.

Trabajos de ascenso

Sabino, C. (1981). La Tecnocracia como clase. Trabajo de ascenso no publicado. Universidad Central de Venezuela. Caracas.

Documentos legales

Ley Orgánica de Protección del Niño, Niña y Adolescentes. (2007). Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela, 38828 (Extraordinaria), Diciembre 10, 2007.

En la ciudad de San Carlos, a los 19 días del mes de octubre de 2011

INDICE ACUMULADO
REVISTA CIENTÍFICA “DIMENSIÓN
DEPORTIVA”

Una contribución al conocimiento científico en el ámbito deportivo

NÚMERO 1 – 2011

Editorial.

Pedro Javier Ruíz Aular

Estrategia funcional para mejorar el mantenimiento de los espacios destinados a la práctica de la actividad físico-deportiva de la Universidad Iberoamericana del Deporte.

David J. Sequera I.

Estrategia terapéutica para niños con obesidad de 7 a 12 años de edad.

Jesús M. Marín C.

Estructura organizacional para la Coordinación de Proyección Deportiva en la Universidad Iberoamericana del Deporte.

Luis M. Díaz

Estrategia para la reinserción social de los adolescentes con conductas delictivas desde una perspectiva físico-recreativa.

Yarith C. Navarro E.

Ensayo: El deporte como instrumento catalizador para lograr la paz.

Pedro J. Ruíz A.

NÚMERO 2 – 2011

Editorial

Yarith C. Navarro E.

Consideraciones sobre la contribución del entrenador deportivo a la preparación psicológica.

Mercedes de Armas P.

La inteligencia emocional en el deporte.

Yumary J. Lima R.

Recomendaciones para el trabajo en el proceso de la investigación histórica: sus manifestaciones en el campo de la cultura física y el deporte.

Roberto A. Pérez C.

Virgen Castro G.

Adulto mayor: plenitud y satisfacción.
Karim Y. Morales J.

Simón Rodríguez y la educación venezolana.
Miriam J. Rodríguez Q.

NÚMERO 3 – 2012
Editorial
Ph.D Pedro Javier Ruiz Aular

El deporte desde una visión transcompleja.
Crisálida Villegas

Sistema de ejercicios para mujeres embarazadas a partir de su etapa de gestación en la comunidad La Herrereña del Municipio Ezequiel Zamora, estado Cojedes, Venezuela.
Rubén O. Matute L.

Corrección de las desviaciones de la columna vertebral (lordosis) a través de la aplicación del masaje shiatsu y técnicas posturales en los pacientes del Centro de Diagnostico Integral Aeropuerto, municipio San Carlos, estado Cojedes.
Daniel A. Zambrano M.

Análisis de la dinámica de aceleración para determinar la distancia óptima a utilizar en la prueba de velocidad para jugadores de beisbol.
Carlos A. Conde

Plan estratégico de atención especializada dirigido a los clubes polideportivos escolares del sector rural en el municipio Cruz Paredes, estado Barinas.
Elsy Moreno

Estudio del clima docente universitario en estudiantes de 8vo. Semestre del Programa Municipalizado de Actividad Física y Salud de la Misión Sucre en ocho estados de la República Bolivariana de Venezuela, 2012.
Miguel R. Vázquez M.

Sistema de gestión ambiental para mejorar las condiciones ambientales del Gimnasio de Gimnasia de la Villa Deportiva de San Carlos, estado Cojedes.
Geovanny Marchán E.
Yuleimi Peña R.

Modelo de captación de talentos en lucha olímpica femenina dirigido a profesores de educación física.
José A. Gerardo

NÚMERO 4 – 2012

EDITORIAL
Ph.D Pedro Ruíz

El ajedrez, puente mediador para desarrollar
la inteligencia y el valor social
Janitza Ramirez

Influencia del hidromasaje janzu en la rehabilitación de la
escoliosis de primer grado en niños de 12 y 13 años de edad que asisten al área terapéutica
del Camilo Cienfuegos en el
municipio Plaza de la Revolución.
Domingo Román Vega

Estrategia de evaluación del aprendizaje en la asignatura de análisis de datos para los profe-
sionales de cultura física.
Susana Minoú Blanco

Folleto instructivo metodológico para la profilaxis de las
lesiones de manos de los boxeadores
Noemí c. Roig

Aplicación de la terapia shiatsu-do (hokonokata) para disminuir la tensión muscular
del adulto joven con retraso mental, asociado a unahemiparesia espástica. Del telb “Año
Bicentenario Natalicio del Libertador” en San Carlos - estado Cojedes
Amada Jackeline Castro

Relación entre la composición corporal y la fuerza máxima
isométrica de agarre con la potencia muscular de los brazos
en luchadores cadetes del estado Barinas.
Padilla José

Empowerment como herramienta para la optimización del
proceso gerencial en la asociación de atletismo del estadio agustin tovar
Vásquez Ramona

El Poder Educativo de la Internet
Dalui Monasterio

Experiencia de estudios interactivos a distancia
de la Universidad Deportiva del Sur
Ameira Peña

El deporte, una fuerza impulsora para nuestra sociedad a través del judo
Jesus Marin

Normas para la publicación de trabajos en la revista científica dimensión deportiva

Indice Acumulado

NÚMERO 5 – 2013

EDITORIAL

Alberto M. Phillys Roberts

Sistema de información de control de rendimiento deportivo para la dirección técnica
de fundela en los juegos deportivos nacionales

Alí Neomar Evies Barco

Factores y tendencias que caracterizan los sistemas de entrenamiento
y el nivel de desarrollo del deporte mundial

Jorge Ramírez Torrealba

Plan estratégico para la adecuación de los espacios deportivos a disposición
de los estudiantes de la modalidad de educación especial

María Poleo y Sánchez Leyda

Programa de capacitación para la optimización de la gerencia
deportiva dirigido a los comité de recreación y deportes de los consejos comunales

Vásquez Ramona

Educación postural: vía a la profilaxis de niños y niñas

Mayda Losada Robaina

Enfoque neurocientífico aplicado al deporte

Ph.D Pedro Javier Ruiz Aular

Normas para la publicación de trabajos en la revista científica
dimensión deportiva

Indice Acumulado

NÚMERO 6 – 2013

EDITORIAL

Ph.D Pedro Javier Ruiz Aular

EL MODELO EDUCATIVO A DISTANCIA CON EL USO DE LAS TICS:
SUS RETOS EN EL CONTEXTO VENEZOLANO

Edgar Augusto Villanueva León.

PROGRAMA DE EJERCICIOS FÍSICOS TERAPÉUTICOS PARA EL TRATAMIENTO DEL
ASMA BRONQUIAL EN NIÑOS DE 6-9 AÑOS, CONCURRENTES AL MÓDULO
ASISTENCIAL FUNDA CERRITO, EN SAN CARLOS, ESTADO COJEDES
Mercedes de Armas Paredes y Romina Leyba Riva

LA CALIDAD DE VIDA Y LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA
DE LAS ESTUDIANTES UNIVERSITARIAS
Andrés Díaz Llus

CARACTERÍSTICAS ANTROPOMÉTRICAS DE ATLETAS DE SEXO FEMENINO
DE BALONCESTO, FÚTBOL Y VOLEIBOL
Sandra Vesga

VALORACIÓN DE LA POTENCIA AERÓBICA POR MEDIO DE TEST PROGRESIVOS
E INCREMENTALES EN PATINADORAS DE CARRERAS CATEGORÍA CADETES
DEL ESTADO BARINAS
Lozada, Jesús L., Padilla, José R., Torres, Yudelis, Paredes, William

LA COMUNICACIÓN Y EL LENGUAJE EN EL TRABAJO COMUNITARIO
Nohelis Humg Chacon

CLIMA MOTIVACIONAL EN EL DEPORTE
Pedro Javier Ruiz Aular

TEST PARA EL DIAGNÓSTICO DE LA RESISTENCIA ESPECÍFICA A LOS ESFUERZOS
INTERMITENTES EN LUCHADORES DEL ESTILO LIBRE DE ALTA COMPETENCIA
DEL ESTADO CARABOBO
Jose Alejandro Gerardo

ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y LÚDICA PARA EL BIENESTAR COLECTIVO
Maria Ceyla Bastidas

CONCEPCIÓN DE LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE: METAS Y MOTIVACIÓN
AL LOGRO
Vladimir Dutov, Pedro Ruiz, Yumary Lima

NORMAS PARA LA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS EN LA REVISTA CIENTIFICA
DIMENSIÓN DEPORTIVA

INDICE ACUMULADO

NÚMERO 7 – 2014

EDITORIAL

Msc. Dayse Machado Palacios. Vicerrectora Académica de la UDS

LA GESTIÓN ESTRATÉGICA Y LA FORMACIÓN DE COMPETENCIAS
PROFESIONALES DE LOS DOCENTES UNIVERSITARIOS
MSc. Lorena del V. Angarita R.

METODOLOGÍA PARA LA PREPARACIÓN TÉCNICA EN LA FASE DE DESPEGUE
DE LOS SALTADORES DE LONGITUD DEL ESTADO COJEDES EN LAS CATEGORÍAS
JUVENIL Y ADULTO

Lcda. Iraida Coromoto Reyes Camacho

UN ENFOQUE EN LA CONSTRUCCIÓN DE LA ORGANIZACIÓN DEL PROCESO
DE LA SELECCIÓN DEL TALENTO DEPORTIVO EN EL TAEKWONDO COJEDES

MSc. Raphael Francisco Castilla Elles, Dr. C. Andrés Briñones Fernández

EDUCACIÓN AMBIENTAL Y LA RECREACIÓN FÍSICA: UNA VÍA PARA
EL MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA COMUNITARIA.

Soc. Yarith C. Navarro E, Soc. Mariela A. Raymundo

MODELO PARA LA FORMACIÓN DE LAS COMPETENCIAS INVESTIGATIVAS
DE LOS PROFESIONALES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO DE LA UNIVERSIDAD
DEPORTIVA DEL SUR

Ph.D Pedro Javier Ruiz Aular

SISTEMA DE EJERCICIOS PARA FAVORECER EL DESEMPEÑO TÁCTICO OFENSIVO
EN BALONCESTISTAS UNIVERSITARIOS MASCULINOS DE LA MISIÓN SUCRE
DEL ESTADO COJEDES

Dr. C. Jorge pensado Delgado, Lic. Oreste Carlos Figueredo Sánchez

NORMAS PARA LA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS EN LA REVISTA CIENTIFICA
DIMENSIÓN DEPORTIVA.

INDICE ACUMULAD

NÚMERO 8 – 2014

EDITORIAL

Msc. Dayse Machado Palacios. Vicerrectora Académica de la UDS

PROGRAMA DE EJERCICIOS FÍSICOS TERAPÉUTICO PARA EL TRATAMIENTO
DE LA ARTROSIS LUMBAR EN EL ADULTO MAYOR

Lic. Pedro González Pompa

LOS DOCENTES DE EDUCACION FISICA DE LAS ESCUELAS BOLIVARIANAS
ANTE LA DETECCION DE TALENTOS DEPORTIVOS

MSc. Elsy Moreno

EL LÍDER RECREATIVO UN GENERADOR DE LA EDUCACIÓN
PARA LA RECREACIÓN COMUNITARIA
Alirio José Abreu Suarez.

SISTEMA DE INICIACIÓN DEPORTIVA EN LA DE LA LUCHA
OLÍMPICA EN VENEZUELA
MSc. Rubén Oscar Matute Lópe, Dr. C Tit., Lic. Jorge Castañeda López,
Dr. C Tit., Lic. Carlos Emilio Terry Rdríguez,
Dr. C Tit., Lic. Marcia Julia Salt Gómez

LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS COMO DIRECCIÓN DETERMINANTE
EN LA PEPARACION LAS ATLETAS DEL 3ER. NIVEL DE GIMNASIA RÍTMICA
DE TINAQUILLO, EDO. COJEDES
Lcda. Milgleidis Núñez Rodríguez

COMPETENCIAS INVESTIGATIVAS EN ESTUDIANTES
Y ENTRENADORES
Ph.D Pedro Javier Ruiz Aular

PROCESO METODOLÓGICO DE LAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN
PARA ELEVAR EL NIVEL CIENTÍFICO EN LA UNIVERSIDAD
DEPORTIVA DEL SUR
MSc. Luis Miguel Díaz, MSc. Dayse Machado, Ph.D. Pedro Ruiz

MODELO TEÓRICO DE UN SISTEMA CARCELARIO INTEGRAL QUE PERMITA
LA INCORPORACIÓN PRODUCTIVA DE LOS PRIVADOS DE LIBERTAD
A LA SOCIEDAD: CASO RETEN GENERAL DEL INSTITUTO AUTÓNOMO
DE POLICÍA DEL ESTADO COJEDES
Malave Mirla

NORMAS PARA LA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS EN LA REVISTA
CIENTIFICA DIMENSIÓN DEPORTIVA

INDICE ACUMULADO

DIMENSIÓN DEPORTIVA



**UNIVERSIDAD
DEPORTIVA
DEL SUR**

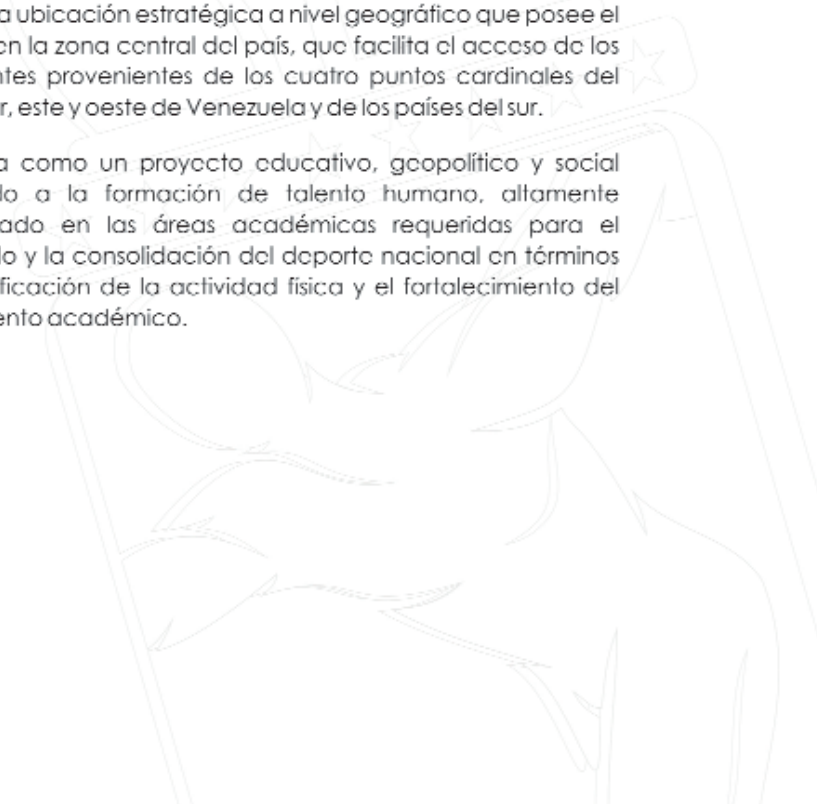
RESEÑA HISTÓRICA

La Universidad Deportiva del Sur, fue creada por decreto presidencial N° 4244, en el año 2006.

Fue inaugurada el 9 de febrero del mismo año, en la ciudad de San Carlos, capital del Estado Cojedes - Venezuela.

El proyecto nace, con la idea de aprovechar el potencial de las Instalaciones Deportivas de los "Juegos Nacionales Cojedes 2003" y la ubicación estratégica a nivel geográfico que posee el estado en la zona central del país, que facilita el acceso de los estudiantes provenientes de los cuatro puntos cardinales del norte, sur, este y oeste de Venezuela y de los países del sur.

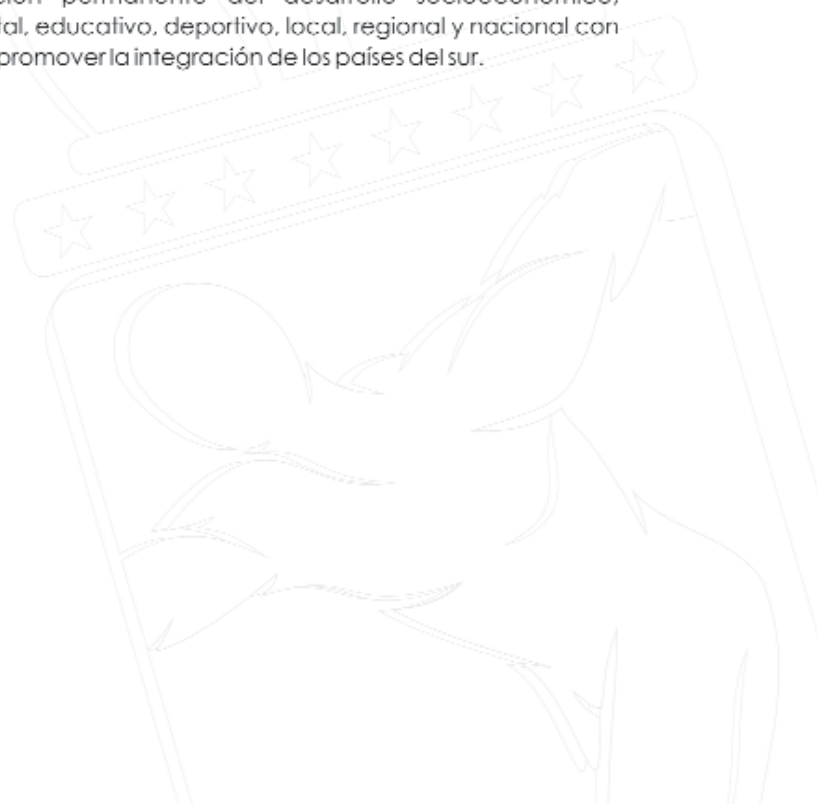
Se divisa como un proyecto educativo, geopolítico y social orientado a la formación de talento humano, altamente capacitado en las áreas académicas requeridas para el desarrollo y la consolidación del deporte nacional en términos de masificación de la actividad física y el fortalecimiento del rendimiento académico.





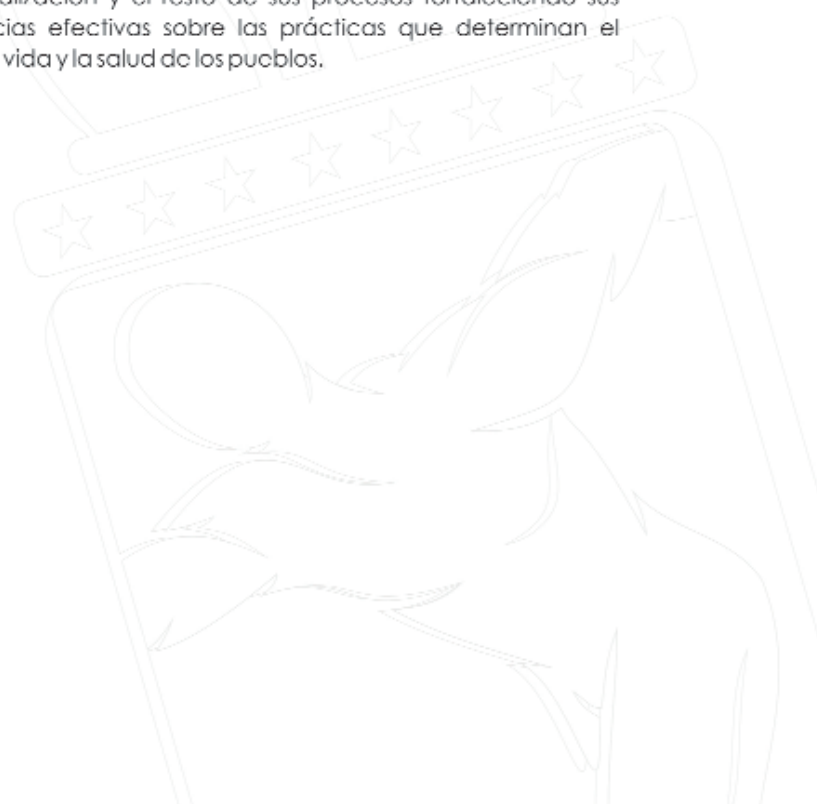
MISIÓN

La Universidad Deportiva del Sur, se compromete con un proyecto educativo, cultural y social que implica la divulgación, generación y sistematización del conocimiento y la apertura a experiencias inéditas en los ámbitos de formación, investigación y proyección social en los niveles de pregrado y posgrado en los campos científico, tecnológico, social y humanístico, asociados a la actividad física, el deporte y sus áreas afines para lograr la vinculación permanente del desarrollo socioeconómico, ambiental, educativo, deportivo, local, regional y nacional con el fin de promover la integración de los países del sur.



VISIÓN

Ser una Institución de Educación Superior líder en la formación humanista, integral, permanente y de calidad del talento humano con vocación hacia la actividad física, el deporte y sus áreas afines en el ámbito nacional e internacional, asumiendo el compromiso del estado, lo público y lo social en correspondencia con la aplicación de las TIC'S para el desarrollo de sus planes, programas y proyectos, la municipalización y el resto de sus procesos fortaleciendo sus incidencias efectivas sobre las prácticas que determinan el estilo de vida y la salud de los pueblos.





VALORES CORPORATIVOS

TRANSPARENCIA: y la honestidad son los principios rectores en el actuar de nuestra institución. Estos obligan, sin excepción, a todos los miembros de la organización.

ESPÍRITU DE EQUIPO: la institución cuenta con un equipo exitoso, que valora el aporte brindado por cada miembro, además de trabajar de forma global y comprometida para alcanzar las metas en común.

EXCELENCIA: Comprende la lucha continua para el mejoramiento del rendimiento, con el fin de cumplir los compromisos adquiridos.

DIVERSIDAD E INTEGRACIÓN MULTICULTURAL: la UDS es una institución multicultural y reconocemos la diversidad como clave de éxito.

APRENDIZAJE ORGANIZACIONAL: la capacidad de aprender y desarrollarse como personas, profesionales e institución es la clave del alto desempeño.



IMAGEN CORPORATIVA

Es la imagen generalmente aceptada de lo que una organización "significa", es decir la fusión del isotipo y el logotipo, para crear la imagen gráfica que representa a la institución. Es conocida también como "Isologo" o "Isologotipo".

El isologo en términos generales es concebido como una forma rectangular con disposición vertical que expresa la sensación de bienestar y equilibrio.

Se aplican los conceptos de superposición y sustracción de formas, en el isotipo, como también se desarrollan los principios de color saturado que denota atracción en el diseño por la pureza de los tonos y el de contraste cromático con el fin de excitar y atraer la atención del público con un aspecto más dinámico.

Se emplearon elementos característicos del pabellón tricolor con la finalidad de enaltecer la identidad nacional, así como también se emplearon símbolos de la antigua cultura griega, cuna del deporte.

El isotipo se ubica en la parte superior y el logotipo conforma la base del isologo, lo que da como resultado una imagen agradable e identificativa que representa el espíritu deportivo y la identidad académica de la universidad deportiva del sur.



**UNIVERSIDAD
DEPORTIVA
DEL SUR**

Programas de Formación de Pregrado

Perfil de Ingreso

Modalidad Presencial

El aspirante a ingresar a la Universidad Deportiva del Sur debe considerar los siguientes aspectos para cursar exitosamente el programa de formación que seleccione:

Aspectos Generales:

- Poseer el hábito de la práctica de actividades físicas, deportivas y /o recreativas.
- Tener habilidades de razonamiento verbal, exactitud y rapidez en respuestas a situaciones características del trabajo en equipo.
- Poseer capacidad de atención, concentración, ingenio e iniciativa.
- Manejar de forma competente los procesadores de texto y herramientas básicas de computación.
- Ser proactivo, participativo y crítico, con inclinaciones hacia la práctica deportiva y deseos de desarrollar la oferta de la misma con espíritu de servicio.
- Conocer la realidad social, poseer sensibilidad y demostrar capacidad de integración a la misma.
- Poseer inclinación hacia la investigación.

Programa de Formación:

Licenciatura en Actividad Física y Salud

Forma profesionales con capacidades, habilidades, destrezas, actitudes y valores para planificar, organizar, ejecutar y evaluar actividades físico-deportivas y recreativas para personas en los diferentes momentos de su vida.

Contribuirá con la educación integral y dará respuestas a las necesidades de prevención y acceso a la salud en su dimensión biopsicosocial, como lo define la Organización Mundial de la Salud (OMS) a través de actividades físico-deportivas, recreativas de tiempo libre y ocio activo, deporte para todos, actividades en la naturaleza, con niños, niñas, adolescentes, adultos, adultos mayores y las personas con discapacidad. De igual forma, abarca la utilización del ejercicio físico como profilaxis y tratamiento terapéutico con fines de rehabilitación física y reeducación motriz para toda la población.

Aspectos específicos de Ingreso:

- Poseer interés y disposición para la planificación, promoción y desarrollo de actividades físicas, deportivas y recreativas en el ámbito social y comunitario.
- Tener interés por una vida sana y la formación integral del individuo.
- Poseer dominio de las destrezas deportivas básicas.
- Tener interés en la investigación y conocimiento de teorías y metodologías aplicadas a la actividad física y salud.

Programa de Formación:

Licenciatura en Entrenamiento Deportivo

Forma profesionales con capacidades, habilidades, destrezas, actitudes y valores para planificar, organizar, ejecutar, evaluar y controlar el entrenamiento deportivo en una

disciplina para personas en los diferentes momentos de su vida. Contribuirá en el desarrollo del deporte en todas sus manifestaciones educativo, masivo y selectivo con un énfasis especial en la selección, detección y orientación de talentos, el entrenamiento deportivo de iniciación, desarrollo, promoción, perfeccionamiento y el alto rendimiento propiamente dicho del deporte aficionado y profesional, esenciales para la planificación, supervisión y control del entrenamiento deportivo con niños, niñas, adolescentes, adultos, adultos mayores y personas con discapacidad, para dar respuesta a necesidades del deporte en el ámbito de las concepciones filosóficas y políticas desarrolladas en los contextos socio-históricos y culturales de Iberoamérica y el Caribe utilizando los principios del entrenamiento deportivo sobre la base moderna y conceptual de las ciencias aplicadas al deporte.

Disciplinas Deportivas ofertadas en el Ingreso Presencial 2012 II:

- Béisbol, Softbol, Baloncesto, Esgrima, Voleibol, Karate-Do, Ciclismo, Tenis de Mesa, Ajedrez y Patinaje

Aspectos específicos de Ingreso:

- Tener interés y disposición de involucrarse en los procesos de planificación, promoción y desarrollo del entrenamiento deportivo.
- Poseer dominio de los elementos técnicos y tácticos básicos de uno o varios deportes, que garanticen el progreso y desenvolvimiento en el programa.
- Poseer inclinación hacia la investigación y conocimiento de teorías, metodologías y tecnologías aplicadas al entrenamiento deportivo.

Programa de Formación:

Licenciatura en Gestión Tecnológica del Deporte

Forma profesionales con capacidades, habilidades, destrezas, actitudes y valores para planificar, organizar, ejecutar y controlar la gestión del deporte aplicando las tecnologías de información y comunicación. Contribuirá a la formación de un gerente de procesos de la actividad física, deportiva y recreativa a través de la aplicación de las tecnologías de información y comunicación a la gestión económico-administrativa, personal, producción, uso y mantenimiento de la infraestructura, oferta de las instalaciones, promoción, mercadeo y control de los procesos de planificación, organización, desarrollo y evaluación propios de su gestión.

Aspectos específicos de Ingreso:

- Poseer interés en conocer el funcionamiento del deporte en el área gerencial, técnica administrativa y de sistemas, así como los aspectos legales que fundamentan la gerencia deportiva.
- Tener interés y disposición para involucrarse en los procesos de dirección de organizaciones, entidades e infraestructura en el ámbito deportivo.
- Poseer inclinación al conocimiento y aplicación de las tecnologías y nuevas tendencias en el ámbito deportivo.

DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO

POSGRADOS EN PROCESOS DE ACREDITACIÓN ANTE EL CONSEJO NACIONAL CONSULTIVO DE POSTGRADO

- ESPECIALIZACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICA PARA POBLACIONES ESPECIALES
- ESPECIALIZACIÓN EN METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
- MAESTRÍA EN GERENCIA DEL DEPORTE

POSGRADOS QUE SE IMPARTEN EN EL MARCO DE LOS CONVENIOS DE COOPERACIÓN ENTRE LA UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE "MANUEL FAJARDO" DE LA REPÚBLICA DE CUBA Y LA UNIVERSIDAD DEPORTIVA DEL SUR

- MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COMUNIDAD
- MAESTRÍA EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
- MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA TERAPÉUTICA
- DOCTORADO EN CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA



Impreso por Ediciones de la Universidad Deportiva del Sur

SE IMPRIMEN 600 EJEMPLARES



**UNIVERSIDAD
DEPORTIVA
DEL SUR**

