

Desarrollo de capacidades físicas y atención a la diversidad desde la Educación Física

Development of physical abilities and attention to diversity from Physical Education

Desenvolvimento de habilidades físicas e atenção à diversidade a partir da Educação Física

MSc. Romario J. Morcillo-Valencia, <https://orci.org/0000-0002-8346-7559>

romario.morcillo.valencia@utelvt.edu.ec

Universidad Técnica Luis Vargas Torres Esmeraldas, Ecuador

Recibido: julio/2022

Aceptado: agosto/2022

Resumen

El objetivo de la investigación es elaborar un procedimiento metodológico para perfeccionar el desarrollo de capacidades físicas con un enfoque de atención a la diversidad desde el proceso enseñanza-aprendizaje de la Educación Física. El estado del arte de la temática rebeló autores que abordan lo relacionado a la diversidad en la práctica educativa en Educación Física. Sin embargo, aún existen fisuras que demandan una mayor profundización. Se detectaron escaso dominio sobre los presupuestos del diagnóstico; ausencia de una caracterización, pronóstico y proyección de estrategias para obtener el cambio físico esperado; deficiente exploración del desarrollo de capacidades físicas y falta de el control individual a la hora de la clase. Para el desarrollo de la investigación fueron empleados diversos métodos científicos, entre ellos el análisis-síntesis, sistémico estructural e inductivo-deductivo. La elaboración del procedimiento metodológico logró contribuir al perfeccionamiento del desarrollo de las capacidades físicas y a la formación integral de los estudiantes con un enfoque de atención a la diversidad en las clases de Educación Física de las carreras pedagógicas de la Universidad Técnica Luis Vargas Torres Esmeraldas, Ecuador, a través de la elaboración de procedimientos metodológicos específicos para profesores y estudiantes. La investigación adquiere relevancia al tratar un tema de impacto como es el tratamiento a la diversidad; en especial, por que ha sido estudiada en su relación con las capacidades físicas y con la Educación Física como mediadora entre ambas variables. El caso servirá como referente para otras universidades con contextos y características similares y que enfrenten la problemática.

Palabras clave: Proceso Enseñanza-Aprendizaje, Atención a la Diversidad, Capacidades Físicas, Educación Física, Universidad Técnica Luis Vargas Torres-Esmeraldas.

Abstract

The objective of the research is to develop a methodological procedure to improve the development of physical abilities with a focus on attention to diversity from the teaching-learning process of Physical Education. The state of the art of the theme revealed authors who address what is related to diversity in educational practice in Physical Education. However, there are still fissures that require further investigation. Little control over the

assumptions of the diagnosis was detected; absence of a characterization, prognosis and projection of strategies to obtain the expected physical change; deficient exploration of the development of physical capacities and lack of individual control at the time of the class. For the development of the research, various scientific methods were used, including analysis-synthesis, structural systemic and inductive-deductive. The elaboration of the methodological procedure was able to contribute to the improvement of the development of physical abilities and the comprehensive training of students with a focus on attention to diversity in Physical Education classes of the pedagogical careers of the Technical University Luis Vargas Torres Esmeraldas, Ecuador , through the development of specific methodological procedures for teachers and students. The research acquires relevance when dealing with an impact issue such as the treatment of diversity; especially, because it has been studied in its relationship with physical abilities and with Physical Education as a mediator between both variables. The case will serve as a reference for other universities with similar contexts and characteristics that face the problem.

Keywords: Teaching-Learning Process, Attention to Diversity, Physical Abilities, Physical Education, Luis Vargas Torres-Esmeraldas Technical University.

Resumo

O objetivo da pesquisa é desenvolver um procedimento metodológico para melhorar o desenvolvimento das habilidades físicas com foco na atenção à diversidade a partir do processo ensino-aprendizagem da Educação Física. O estado da arte do tema revelou autores que abordam o que está relacionado à diversidade na prática educativa em Educação Física. No entanto, ainda existem fissuras que requerem investigação adicional. Detectou-se pouco controle sobre os pressupostos do diagnóstico; ausência de caracterização, prognóstico e projeção de estratégias para obter a mudança física esperada; exploração deficiente do desenvolvimento das capacidades físicas e falta de controle individual no momento da aula. Para o desenvolvimento da pesquisa, foram utilizados diversos métodos científicos, incluindo análise-síntese, estrutural sistêmica e indutivo-dedutivo. A elaboração do procedimento metodológico foi capaz de contribuir para a melhoria do desenvolvimento das habilidades físicas e a formação integral dos alunos com foco na atenção à diversidade nas aulas de Educação Física das carreiras pedagógicas da Universidade Técnica Luis Vargas Torres Esmeraldas, Equador , por meio do desenvolvimento de procedimentos metodológicos específicos para professores e alunos. A pesquisa adquire relevância ao tratar de uma questão de impacto como o tratamento da diversidade; especialmente, porque tem sido estudada em sua relação com as habilidades físicas e com a Educação Física como mediadora entre ambas as variáveis. O caso servirá de referência para outras universidades com contextos e características semelhantes que enfrentam o problema.

Palavras-chave: Processo Ensino-Aprendizagem, Atenção à Diversidade, Habilidades Físicas, Educação Física, Universidade Técnica Luis Vargas Torres-Esmeraldas.

Introducción

El término diversidad no es un concepto nuevo ni es el último avance en educación. De hecho, es un fenómeno consustancial al problema de educar, que ha existido a lo largo de los tiempos. Por otro lado, se trata de un “concepto tan actual porque resulta inherente a la misma naturaleza de nuestra sociedad, la cual tiene en el pluralismo uno de sus aspectos más característicos y definitorios”. (Álvarez, 2019, p. 12).

En efecto, la diversidad en todos los órdenes, es considerada como algo propio de nuestro tiempo. Se halla presente en todas las actividades de la vida cotidiana y consecuentemente, también en el mundo de la educación (Martínez, 2020).

La educación contemporánea se enfrenta a grandes transformaciones en todos los niveles de enseñanza. Las asignaturas que se imparten “deben jugar un papel fundamental dentro del conjunto de influencias que participan en la formación de niños, adolescentes y jóvenes”. El propósito de obtener logros en el desarrollo del estudiantado “está siempre relacionado con la búsqueda de nuevos métodos y procedimientos para elevar la eficiencia del proceso de enseñanza-aprendizaje”. (Álvarez y Soler, 2016, p. 23).

La Educación Física representa una dimensión particular del proceso educativo que se manifiesta en función del momento histórico, la tradición y el contexto sociocultural en que se desarrolla, cuyo alcance no se reduce a una simple educación de lo físico. En la actualidad, ha alcanzado un gran desarrollo en el campo de las ciencias del movimiento del ser humano y en particular, en el de las ciencias pedagógicas; revelándose como un espacio para generar aprendizajes para la vida, atender a la diversidad educativa, formar valores y desarrollar la cooperación, la solidaridad, el colectivismo y las relaciones humanas (Mazorra, 2018).

El ejercicio físico se convierte en un medio, que a través del movimiento consigue en las personas un efecto educativo e integral.

Para López (2003) “las tareas esenciales de la Educación Física van dirigidas hacia el perfeccionamiento de la capacidad de rendimiento físico de nuestros jóvenes, hacia el fomento de su salud, así como influir en la formación de las cualidades de la personalidad”. Por consiguiente “la planificación, organización, ejecución y control del proceso de preparación física, se lleva a cabo de forma distinta en cada grupo clase”, lo cual da cuentas de una gran diversidad en la dirección de esta actividad. Téngase en consideración que generalmente “la preparación física comprende diferentes tipos de respuestas de los alumnos, a cuyas demandas debe adecuarse la actuación del profesional” (p. 16).

El problema de las capacidades físicas y su desarrollo ha sido motivo de gran preocupación y estudio de muchos científicos de diferentes países, entre ellos: Méndez y Del Pino (2019) y Manuelos (2019). El resultado de sus investigaciones ha permitido avanzar en este sentido, pero queda aún mucho por conocer. Los programas de cada asignatura también potencian el desarrollo de las capacidades físicas como elemento

esencial a tener en cuenta en el proceso docente educativo. Valora además, los conocimientos para que el estudiante pueda autoprepararse en uso de su control individual.

A los propósitos de la investigación se asume el concepto de que “las capacidades son particularidades individuales de la personalidad, por tanto, se percibe cómo una misma actividad la efectúan de manera distinta personas diferentes”. (Oroceno, 2018, p. 23).

Estas capacidades físicas son diagnosticadas a partir de la aplicación de las pruebas estatales de eficiencia física, que se concretan en el proceso pedagógico de la asignatura Educación Física al inicio y final de cada curso escolar, durante los dos primeros años. La disciplina dentro del plan de estudio de las carreras pedagógicas, es la principal vía para elevar el nivel de las capacidades físicas, formar hábitos de práctica de ejercicios físicos y alcanzar los conocimientos que puedan ser aplicados en la vida profesional.

A partir de la experiencia profesional y observaciones realizadas, se han podido constatar las insuficiencias siguientes:

- Escaso dominio de los profesores sobre los presupuestos del diagnóstico como proceso, no concibiéndolo como un transcurso continuo y sistemático.
- Ausencia de una caracterización y un pronóstico o predicción de cambios, así como de la proyección de acciones o estrategias para obtener el cambio físico esperado de sus estudiantes.
- Limitaciones que apuntan a la realización de la exploración del desarrollo de capacidades físicas de los estudiantes al inicio del curso, su clasificación y distribución por rangos grupales de rendimiento. Cuestión esta que impide el trabajo individualizado.
- El estudiante no posee el control individual, ni la dosificación en el momento de la clase, por lo que se le hace difícil al mismo, conocer si su estado físico avanza, se mantiene o ha retrocedido a lo largo del curso escolar.

Estas insuficiencias permiten declarar el siguiente problema científico: ¿cómo perfeccionar el desarrollo de las capacidades físicas de forma personalizada desde el proceso enseñanza aprendizaje de la clase de Educación Física? El objetivo de la investigación es: elaborar un procedimiento metodológico para perfeccionar el desarrollo de las capacidades físicas con un enfoque de atención a la diversidad desde el proceso enseñanza-aprendizaje de la Educación Física.

El aporte de la investigación radica en la conformación de un procedimiento metodológico para atender el problema de la diversidad de rendimiento físico que existe en los grupos clases de Educación Física. Se brinda una vía alternativa para optimizar el seguimiento al trabajo con las capacidades físicas y controlar la evolución de los estudiantes.

Muestra y metodología

Para el desarrollo de la investigación se escogió una población de 140 estudiantes pertenecientes al 1er y 2do año de la Universidad Técnica Luis Vargas Torres Esmeraldas, Ecuador. Con edades comprendidas entre 19 y 21 años, y 3 profesores de la carrera Pedagogía de la Actividad Física y Deportes, Facultad de la Pedagogía. La muestra representa el 21 % del total de profesores.

La muestra fue escogida de forma intencional. El desarrollo investigativo se llevó a cabo desde el mes de septiembre diciembre del 2020 hasta abril del 2021. De los profesores escogidos para esta investigación, dos poseen la categoría de master y uno de licenciado en Cultura Física. Por último, vale destacar que un profesor tiene 18 años de experiencia, otro 6 y el último 19 en el Nivel Superior.

Para el desarrollo de la investigación se emplearon los siguientes métodos científicos:

- **Análisis- síntesis:** en el proceso de fundamentación teórica en la consulta de las fuentes bibliográficas.
- **Sistémico estructural:** para la conformación de las acciones, que contribuyan a mejorar las relaciones interpersonales en el grupo.
- **Inductivo deductivo:** utilizado en todo el proceso de investigación, en particular en el proceso de evaluación de la propuesta por los especialistas consultados.
- Entre los **métodos empíricos** se emplearon la observación y la entrevista
- **Método matemático estadístico, cálculo porcentual:** se utilizó en el procesamiento de la información obtenida.

El criterio de selección de la muestra fue intencional por las siguientes razones:

- Por ser el área donde el investigador incide directamente en el cumplimiento de su docencia al ejercer las funciones de profesor.

- Los profesores escogidos para la investigación son los únicos que trabajan directamente con estas carreras escogidas.
- Todas las carreras seleccionadas reciben el mismo programa de Educación Física.

Resultados

El procedimiento metodológico se conforma por tres etapas en las que los recursos pedagógicos se interrelacionan. Estas etapas serán momentos del curso escolar donde los profesores con sus estudiantes tendrán que realizar diferentes tareas metodológicas donde el “qué hacer” y el “cómo”, se expresan en un accionar derivado de objetivos y procedimientos específicos para cada una.

Etapa 1. Diagnóstico de eficiencia física

Esta etapa previa da inicio a la fase de orientación general en el proceso enseñanza-aprendizaje y es realizada por los profesores como mediadores de sus estudiantes a través del diagnóstico pedagógico de eficiencia física. Estará dirigido a identificar y categorizar el rendimiento físico de los estudiantes; y a ejercer determinada influencia sobre él con el propósito de lograr su modificación ya sea desarrollándolo, consolidándolo o transformándolo.

La concepción procesal del diagnóstico pedagógico tiene tres fases esenciales:

1. Caracterizar el fenómeno objeto de investigación.
2. Pronosticar las tendencias de cambios.
3. Proyectar las acciones que conduzcan a su transformación.

Objetivos específicos

Diagnosticar el nivel de entrada de los estudiantes en el orden físico, para la posterior dosificación de las cargas individuales.

Valorar la variabilidad en los resultados diagnósticos de eficiencia física de los estudiantes objeto de investigación.

Familiarizar a los estudiantes con el instrumento de la tarjeta de seguimiento al diagnóstico, para su posterior uso luego de las pruebas iniciales de eficiencia física.

Proceder metodológico específico:

1- Planificación y organización del proceso

En la semana de familiarización del curso escolar perteneciente al mes de septiembre cada profesor tendrá un encuentro introductorio con sus grupos. Allí se explicarán los objetivos a vencer en la asignatura durante el semestre: Se harán explícitos los objetivos generales y específicos, los conocimientos esenciales, habilidades principales, los temas a vencer y los valores a los que la asignatura tributa.

Se dará explicación y orientación detallada de la elaboración y uso del instrumento de apoyo al procedimiento metodológico llamado “Ficha de seguimiento al diagnóstico”. Se explicarán los detalles y medidas de la misma, además de la cobertura de tiempo para realizarla y llevarla para su uso en la primera clase después de realizadas las pruebas de eficiencia física.

2- Aplicación del sistema diagnóstico

El profesor aplica a todos los grupos la batería completa de pruebas de eficiencia física instrumentada para el curso escolar; hace una exploración, recolección y procesamiento inicial de la información. Se desarrolla en las cuatro primeras clases y se considera como una actividad de control físico de la asignatura. Se aplica en una sola sesión de trabajo, excepto la resistencia, que se realiza en 6 horas después de aplicadas las otras pruebas.

El orden metodológico de su realización es el siguiente: peso, talla, flexibilidad, carrera de rapidez en 50 metros, plancha, abdominal, salto de longitud sin carrera de impulso y carrera de resistencia en 800 metros.

3- Formulación diagnóstica

Integración e interpretación de toda la información obtenida, la que permite llegar a conclusiones y establecer la proyección futura. Aquí el profesor determina los niveles por pruebas y de forma general de sus estudiantes, según los resultados en cada prueba y en atención a edad y sexo.

Esta etapa primera se hace coincidir con el primer diagnóstico psicopedagógico integral que se realiza en las carreras pedagógicas como está establecido; principalmente para primer año. Se aportan elementos desde el orden físico de los estudiantes, para la caracterización psicopedagógica que permita diseñar o rediseñar la estrategia de intervención de los años y carreras.

Etapas 2. Ejecución y sistematización

La concepción de la etapa se apoya en la conciencia y comprensión propia que deben tener los estudiantes de sus necesidades y potencialidades en el orden de sus capacidades físicas, analizando las acciones que permiten resolverlo con eficiencia. De esta manera podrán regular su propio desarrollo físico, descubrir sus fortalezas y debilidades, trazarse metas y corregir los errores tanto en las clases como fuera de ella, por medio de la solución de trabajos independientes orientados para su realización en horario extra clase.

Objetivos específicos

- Analizar causas y consecuencias de los problemas detectados en el orden físico y establecer la proyección futura, para el perfeccionamiento del desarrollo de las capacidades físicas a lo largo del curso escolar.
- Presentación en clase de forma sistemática (durante todo el curso escolar) del instrumento de la tarjeta “seguimiento al diagnóstico”, elaborado por los estudiantes, como vía de solución a los problemas detectados durante el diagnóstico inicial.

Proceder metodológico específico:

1- Socialización de los resultados del diagnóstico

Los profesores harán socializar los resultados del diagnóstico de eficiencia física con los estudiantes después de culminar las pruebas al efecto. Se valorarán con ellos las dificultades encontradas, las causas posibles de su surgimiento y las consecuencias de las mismas. Los estudiantes aportan sus criterios en este sentido y se hace conciencia de la importancia de desarrollar las capacidades físicas para su vida estudiantil, profesional y social.

2- Dosificación de las cargas físicas

Cada profesor dosificará la preparación física de sus grupos, según los resultados del diagnóstico y la cantidad de clases que debe impartir en ambos semestres del curso escolar; además de cumplir con los principios de regulación de las cargas físicas que sirven de base al procedimiento metodológico propuesto.

3- Seguimiento y control del rendimiento físico de los estudiantes

Interacción con el objeto de estudio a través de estrategias individualizadas para transformarlo. Necesidad de seguimiento y control. Aquí los profesores establecen por cada estudiante y en uso del instrumento de la ficha de control, las estrategias individualizada; con pronóstico de las tendencias de cambio y la concientización de la

necesidad del seguimiento y control. La “ejercitación controlada” en la tarjeta individual, según el por ciento de trabajo y la dosificación establecida por el profesor, se ejecutarán durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje de preparación física en ambos semestres del curso escolar.

La tarjeta por la parte de atrás debe consignar

Lengua Materna

Vocabulario técnico: rapidez, resistencia, fuerza, fuerza rápida, resistencia a la fuerza, fuerza máxima, rapidez de reacción, rapidez de traslación, resistencia aerobia, diagnóstico, capacidades físicas, velocidad, pulsometría, autocontrol, autopreparación, dosificación, cargas físicas, frecuencia cardíaca, pulso, flexibilidad, postura, frecuencia respiratoria.

Oralidad y escritura: Articular correctamente; Significado de las palabras; Pronunciación; Escritura legible; Tono de voz; Importancia para la vida

Ortografía: clasificar palabras en agudas, llanas y esdrújulas

Relación con otras asignaturas

Computación: Microsoft Excel, insertar tabla, No. de filas y No. de columnas, dónde habrá que auto-ajustar al contenido.

Matemática: cálculo de por cientos (establecer proporcionalidad y realizar cálculo aritmético: multiplicación y división)

Dibujo Técnico: Habilidades manuales. Confeccionar la Tarjeta con los datos que aparecen a continuación:

-Largo del rectángulo: 210 mm (21 cm)

-Ancho del rectángulo: 70 mm (7 cm)

-Ancho de las columnas: 15 mm (1.5 cm)

5- Orientación de actividades independientes

El profesor orientará la ejecución de actividades independientes y de autopreparación fuera de los turnos de clase, los cuales son controlados y evaluados sistemáticamente, para garantizar que los estudiantes en sus tiempos libres realicen una preparación física que les permita estar en adecuadas condiciones físicas para enfrentar con éxito la preparación física de la próxima clase. El estudiante tendrá la dosificación de sus cargas y su plan individual según el instrumento de la tarjeta.

6- Labor preventiva que debe implicar

- Concientizar en el estudiante la importancia del desarrollo de sus capacidades físicas.
- Importancia de la asistencia a clases con la presentación del instrumento de la tarjeta de seguimiento al diagnóstico para la sistematización del trabajo planificado.
- Relación de este desarrollo potencial con su posible evaluación al finalizar el proceso docente.
- Importancia del control individual y la posibilidad de planificar previamente el posible desarrollo físico.
- Interrelación de los valores morales (responsabilidad, disciplina, honestidad) para el logro de los objetivos propuestos.
- Enseñanza sobre la interpretación, utilización e importancia de la tarjeta de control en el proceso.
- Estricto cumplimiento de lo planificado (Sistema de clases).
- Control sistemático al hacer partícipe del mismo a los estudiantes.
- Trabajo con las capacidades físicas según lo indicado.
- Trabajo sistemático en la elevación de los indicadores de desarrollo:~ Motivación~Desarrollo Físico~Asistencia~Autocontrol~Comunicación~Auto-preparación~Conciencia de trabajo~Trabajo independiente.
- Establecimiento de forma sistemática e intencional de las relaciones interdisciplinarias correspondientes:
- Operaciones matemáticas
- Uso de la Lengua Materna
- Utilización de las TIC (tecnologías de la información y el conocimiento)

7- Indicaciones generales y específicas para el trabajo con las capacidades físicas mediante la utilización de la tarjeta de control individual

Rapidez (carreras de rapidez de traslación): se dosifica desde septiembre hasta mayo, con un incremento de la distancia a trabajar desde los 20m hasta los 50m. A partir de esta fecha se mantiene la ejercitación sobre la base de los 50m, pero con incentivo a que el ritmo de carrera y los resultados vayan en aumento. Durante la ejercitación a partir de los

20m, se busca que los estudiantes ejecuten el trabajo sobre la base de la coordinación y el ritmo adecuado para vencer la distancia en el menor tiempo posible.

Se recomienda trabajar con el procedimiento en ondas y garantizar la mayor cantidad de repeticiones posibles, según lo que se indica para esta capacidad física en la relación trabajo/descanso.

Resistencia (carreras de resistencia aerobia): de la misma manera que en la rapidez, se dosifica correr desde 400m hasta 800m desde septiembre hasta marzo y a partir de esta fecha mantener la carrera sobre los 800 m pero en busca de la mejoría en los resultados obtenidos. Durante la carrera se incentivará en los estudiantes la importancia de mantener el ritmo según la distancia y la coordinación de brazos y piernas para obtener mejores resultados. Se observará la progresión o regresión que tengan los estudiantes durante la ejercitación para tomar las medidas oportunas en el momento que corresponda.

Se recomienda dividir el grupo para la ejercitación de manera que el docente pueda controlar la ejecución e influir con su apoyo y maestría pedagógica a que el estudiante realice la actividad con la calidad requerida. Mientras un grupo ejecuta la carrera, a los otros estudiantes se les asigna la tarea de mantener las pulsaciones alcanzadas hasta el momento, con movimientos de marchas o desplazamientos en pequeños espacios controlados por un monitor que señale el profesor. Después de la ejecución de la carrera, los estudiantes alcanzarán la recuperación que corresponde y observarán entonces de forma organizada la ejecución de los demás grupos.

Fuerza de piernas (salto largo sin carrera de impulso): se dosifica en por cientos de trabajo, desde septiembre hasta abril. Comienza a partir del 70% de sus resultados en el diagnóstico; pasa por 80%, 85%, 90%, 95% y hasta 100%. A partir del mes de abril se busca que el estudiante supere los resultados obtenidos hasta ese momento.

Hay que tener en cuenta que en esta capacidad, mientras más grande es el resultado que tiene el estudiante, se hace más difícil aumentar en centímetros la distancia a lograr. Se trabaja teniéndose en cuenta que hay que insistir mucho en la mecánica de los movimientos durante la ejecución. Por esto se recomienda sobre todo para la ejercitación, dividir al grupo lo más posible según las condiciones materiales y de terreno, de manera que puedan repetir los movimientos de coordinación de brazos y piernas y la ejecución final, lo más posible; en busca de mejores resultados.

Al final siempre se trabajará en la ejecución del salto en busca de mantener lo logrado o superarlo y utilizar la técnica adecuada para cada ejecución. Si los estudiantes trabajan de

forma frontal todos a la vez, entonces hay que tener en cuenta lo establecido en la relación trabajo/descanso para esta capacidad.

Fuerza de brazos: la dosificación se realiza teniéndose como base el diagnóstico y en continuidad del 70%, 80%, 90% y 100%, desde septiembre a febrero. A partir de esta fecha, se buscan resultados superiores que los alcanzados hasta la misma.

En esta capacidad, el trabajo se hace más fácil teniéndose en cuenta que lo harán de forma frontal: cada uno desde su lugar en el terreno y de esta forma es más fácil para organizarlos y controlarlos durante la ejecución. Es fundamental además, tener en cuenta la mecánica de ejecución de forma constante; procurándose que con la repetición se mejore para la obtención de resultados superiores. Las repeticiones se realizan según lo establecido en la relación trabajo/descanso para esta capacidad.

Fuerza abdominal: la dosificación se realiza teniéndose como base el diagnóstico y a partir del 70%, continúa por el 80%, 90% y 100%, desde septiembre a abril. A partir de este mes se buscan mejores resultados que los conseguidos. En esta capacidad el trabajo se hace más fácil si lo hacen de forma frontal, cada uno desde su lugar en el terreno; de esta forma es más factible para organizarlos y controlarlos durante la ejecución.

Es fundamental además, tener en cuenta la mecánica de ejecución de forma constante. Se busca que con la repetición se mejore, para la obtención de resultados superiores. Las repeticiones se realizan según lo establecido en la relación trabajo/descanso para esta capacidad.

Nota: los controles periódicos establecidos para los meses de octubre, diciembre, febrero y abril tienen el objetivo de modelar el comportamiento del desarrollo de las capacidades físicas. Lo que permite en el momento que corresponda, hacer los ajustes pertinentes en la dosificación.

Etapas 3. Control y valoración

Esta etapa constituye un momento crucial del procedimiento metodológico que funciona como control general, colectivo e individual. A través del análisis de los resultados sistemáticos y finales en el desarrollo de las capacidades físicas de manera individual y grupal, se comprobará el cumplimiento del perfeccionamiento en el desarrollo de las capacidades físicas con un enfoque de atención a la diversidad

Objetivos específicos

- Que los profesores experimenten una nueva forma de tener controlados los resultados del desarrollo de las capacidades físicas de sus estudiantes en uso de las TIC.
- Realizar controles a cada capacidad física en cuatro momentos del curso escolar, para medir en qué medida los estudiantes avanzan, se mantienen o retroceden en sus rendimientos individuales por cada capacidad física.
- Lograr resultados físicos individuales superiores con relación a los obtenidos en el diagnóstico inicial de eficiencia física.
- Participación activa y masiva de los estudiantes en el Festival de capacidades físicas condicionales convocado en la Facultad de Educación Infantil.
- Lograr la satisfacción de los estudiantes por ser atendidos de forma individualizada en el desarrollo de sus capacidades físicas.

Proceder metodológico específico:

1- Control de las capacidades por meses

Ejecutar controles a cada capacidad física según la tarjeta de “seguimiento al diagnóstico”, en los meses de octubre y diciembre del primer semestre y en los meses de febrero y abril del segundo semestre.

Para realizar estos controles de rendimiento, los profesores escogen hasta tres clases como máximo para en la parte de la preparación física de las mismas, controlar las capacidades según la dosificación de la carga de su grupo. Siempre deben cumplirse con los principios de las capacidades que pueden ser trabajadas en una misma sección de clase.

Los resultados que arrojen los mismos, le ofrecen al profesor la posibilidad de medir en qué medida existen estudiantes que han avanzado, se han mantenido o retrocedido en sus resultados individuales. En los casos que sean negativos los resultados, los profesores tomarán las medidas necesarias para contrarrestar esa situación.

2- Valoración de los resultados en los grupos clases

Valorar con los estudiantes la calidad de los resultados de los controles en ambos semestres con estimulación y reconocimiento de los que cumplieron las metas para cada una de las etapas. También se hará una exhortación a los que tuvieron dificultades para que cumplan los compromisos.

Estos análisis deben propiciar la reflexión y permitir la unificación de criterios valorativos acerca del cumplimiento de las metas del grupo y de forma personal.

Las valoraciones críticas deben hacerse en sentido positivo para que se comprenda su intención motivadora, constructiva, modificadora y reestructuradora de la conducta hacia el desarrollo de las capacidades físicas (Ruiz, 2020).

Debe lograrse un clima de respeto, ayuda mutua, camaradería y propiciar una participación activa y consciente de los estudiantes.

3- Control físico de salida

Aplicar la batería de pruebas de eficiencia física como control físico de salida de la asignatura y medir con ella la condición física de los estudiantes en cada capacidad física luego del trabajo aplicado a lo largo de ambos semestres.

Discusión

Al valorar en los profesores la comparación de los resultados cuantitativos, obtenidos en cada una de las capacidades físicas del control de salida con el primero aplicado al inicio de curso para medir la existencia de estudiantes que avanzaron, se mantuvieron o retrocedieron en sus resultados individuales.

Posteriormente, los profesores realizaron un análisis individual con cada grupo clase que atiende sobre los resultados que lograron. Se elogia a los que se superaron con creces; así como a los que se superaron algo, pero lo lograron con aumento de sus rendimientos físicos, gracias al trabajo sistemático que mantuvieron en ambos semestres. Destaca la mejoría que tuvieron los estudiantes durante esta etapa en algunas capacidades que en el diagnóstico inicial se registraron sin nivel en ellas.

Con relación a los estudiantes que quedaron por debajo de sus expectativas en los resultados que alcanzaron en esta prueba final, los profesores debieron hacer reflexionen en los detalles que fallaron en esa prueba y a lo largo del curso, con el objetivo de su reconocimiento y mejoría en el futuro.

Los profesores reiterarán la importancia de que cada estudiante tenga registrada su dosificación individual en la tarjeta de “seguimiento al diagnóstico de eficiencia física”, lo cual permite que la mayoría alcance estadios superiores en sus rendimientos físicos. Este aporte eleva la mirada investigativa de Manuelos (2019) ya que gracias a ese autocontrol y autorregulación en todas las preparaciones físicas de las clases constituyen un elemento novedoso.

El docente de Educación Física debe partir de la base de que cada alumno es diferente de los demás, por lo que la individualización y la flexibilidad pedagógica, deberá ser una premisa. En este sentido la propuesta supera la mirada de Méndez y Del Pino (2019) ya que tiene presente los siguientes aspectos: Valorar el progreso de cada alumno de forma independiente. Fomentar aspectos lúdicos frente a competitivos. Presentar un amplio abanico de contenidos y actividades que conecte con los intereses del alumnado. Fomentar la relación entre los alumnos con diferentes agrupamientos.

Por encima de todo se busca incluir, en favor de las relaciones sociales a través de diferentes formas de agrupamientos y estilos, (la enseñanza recíproca, grupos reducidos). Se deriva de la investigación, la necesidad de proponer actividades cooperativas para el establecimiento de relaciones sociales e interpersonales.

Es conveniente destacar la contribución práctica en la conformación de un procedimiento metodológico para atender el problema de la diversidad de rendimiento físico que existe en los grupos clases de Educación Física, brindándose una vía alternativa para optimizar el seguimiento al trabajo con las capacidades físicas y controlar la evolución de los estudiantes (Martínez, 2019).

Conclusiones

1. Los resultados de la investigación demostraron las limitaciones que poseen los profesores respecto al control y sistematicidad que requiere el procedimiento organizativo de grupos de rendimiento a lo largo de un curso escolar; para desarrollar capacidades físicas y atender la diversidad de una manera efectiva.
2. La elaboración del procedimiento metodológico logró contribuir al perfeccionamiento del desarrollo de las capacidades físicas y a la formación integral de los estudiantes con un enfoque de atención a la diversidad en las clases de Educación Física de las carreras pedagógicas, a través de la elaboración de procedimientos metodológicos específicos para profesores y estudiantes.
3. La aplicación práctica de los instrumentos fue de gran aceptación por parte de los profesores y los estudiantes objeto de estudio. Se evidenció en sus valoraciones y en las de los especialistas consultados, la funcionalidad de los mismos para atender a la diversidad y lograr el control del desarrollo de las capacidades físicas.

Referencias bibliográficas

- Álvarez-Zayas, C. (2019) *La escuela en la vida. Didáctica*. Pueblo y Educación.
- Álvarez, L. y Soler, E. (2016). *La diversidad en la práctica educativa. Modelos de orientación y tutoría*. CCS.
- Méndez-Domingo M. y Del Pino-Fernández I. (2019). La atención a la diversidad en Educación Física. Propuesta de actuación docente. *EfDeportes*, 977. <https://www.efdeportes.com/efd97/diversid.htm>
- López-Rodríguez, A. (2003). *El proceso enseñanza aprendizaje en educación física. Hacia un enfoque integral físico educativo*. Ediciones INDER
- Manuelos-Adrián L. (2019). La atención a la diversidad en la educación física escolar [trabajo fin de grado grado]. <https://redined.mecd.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/194134/Manuel-TFG.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Martínez, E. (2019). *Pruebas de aptitud física* [1ra edición]. Paidotribo.
- Martínez, L. (2020). *Algunas reflexiones sobre Educación Física y Educación Física Escolar*. Universidad de ciencias de la Cultura Física.
- Mazorra, R. (2018). *Actividades Física y Salud*. Ciencia y Técnica.
- Oroceno, M. (2018). *Modelo de atención a la diversidad en la dinámica de la formación didáctica en la licenciatura de Cultura Física* [Tesis doctoral, Universidad de Oriente].
- Ruiz-Ruiz R. (2020). La atención a la diversidad en las clases de Educación Física. *Revista de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 2. <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd4933.pdf>

Conflicto de interés

No existen conflictos de interés