

I CONGRESO NACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO DE INVESTIGACION

TEMA: LA RELACION DE LOS ADOLESCENTES CON LAS PRACTICAS FÍSICO – DEPORTIVAS.



AUTOR: LICENCIADO; ALBERTO VERON (albervero@live.com.ar)

INSTITUCION: Instituto Superior de Formación Docente en Educación Física.
(crischeidegger@hotmail.com)

JURISDICCIÓN: FORMOSA – CAPITAL

EJE 3: Educación física, su enseñanza y aprendizaje en la Escuela Secundaria.

PROBLEMÁTICA: La Educación Física en el contexto institucional escolar y sus características.

INFORME FINAL

ABRIL - 2011

Índice

1. Título	3
2. Resumen	3
3. Palabras clave	3
4. Introducción	3
4.1 El tema: Justificación de su elección	4
4.2 El problema	4
4.3 Los objetivos	5
4.4 El objeto de estudio	5
4.5 Breve descripción del estado del arte	6
Relación de la educación física y los adolescentes	6
Consecuencias del sedentarismo en la aptitud física de los adolescentes	6
El sedentarismo en los adolescentes argentinos	7
Los adolescentes argentinos, con hábitos poco saludables	7
Deporte y educación	8
Actuación del profesorado	8
4.6 Metodología e instrumento utilizado	9
5 Desarrollo	9
Las prácticas deportivas	9
La clase de educación física	12
La propia actuación; la relación con el docente y los pares	12
Los contenidos de educación física	14
La evaluación en la clase de educación física	14
6. Conclusiones y propuesta	15
Conclusión	15
Propuesta	16
7. Bibliografía	17

1. Título del escrito.

La relación de los adolescentes con las prácticas físico – deportivas.

Un estudio sobre consideraciones que tienen los adolescentes sobre las clases de educación física.

2. Resumen

La presente investigación pone de manifiesto la indagación y el posterior análisis realizado desde el área de práctica de la enseñanza del Instituto Superior de Formación Docente en Educación Física de Formosa Capital, desde la cátedra Prácticas Profesionales II correspondiente a la educación secundaria llevada a cabo al inicio del ciclo lectivo 2011.

El estudio brinda datos relevantes relacionados con las opiniones y consideraciones que los adolescentes comprendidos entre los 12 y 14 años de edad, tienen respecto las actividades físicas y deportivas en general y sobre las clases de educación física que desarrollan en sus establecimientos educativos en particular.

La característica fundamental de la investigación es su carácter cualitativo en su diseño metodológico y en el análisis de los datos obtenidos en el trabajo de campo, recurriendo a la cuantificación de ciertas variables como base para su interpretación. El estudio se llevo a cabo en tres establecimientos de educación secundaria, abarcando a una muestra representativa, cuatrocientos sesenta alumnos, comprendido entre los 12 y 14 años.

A partir del análisis de los datos obtenidos se pudieron estudiar variables relacionadas con: *las preferencias en relación a las prácticas deportivas; ámbitos de realización; la influencia del contexto; condiciones de los lugares de practica; tiempo destinado a la clase; aspectos positivos y negativos de la clase de educación física; la relación con los docentes y con los pares; los aprendizajes en educación física; la evaluación en educación física.*

A partir de los resultados obtenidos se presentan algunas propuestas que podrían implementarse en el ámbito de realización del estudio, o bien en aquellos que puedan presentar características similares a las halladas en esta investigación.

3. Palabras clave

Los deportes - Lugares de practica – Clases de educación física – La relación con los docentes – La relación con los pares – Los contenidos en educación física – La evaluación en educación física.

4. Introducción

4.1 El tema: Justificación de su elección

La etapa adolescente se caracteriza por su carácter complejo y problemático, debido a los cambios que los involucrados experimentan desde los aspectos físicos, psíquicos y sociales.

La educación física, como parte integrante del sistema educativo, puede y debe contribuir a la formación integral de los púberes y adolescentes, encarando proyectos educativos contextualizados y apunte a atender a las posibilidades generales de los alumnos y que al mismo tiempo atiendan de manera directa a las diversidades contextuales de los mismos.

La formación docente debe asegurar que los futuros profesionales del área conozcan los rasgos que caracterizan a esta etapa, siendo capaces de identificar posibilidades y limitaciones mediante el abordaje teórico pero también mediante el vínculo directo con las diversas poblaciones de adolescentes que asisten a los establecimientos educativos en los cuales llevarán a cabo las prácticas pedagógicas como parte de su formación inicial.

Debido a la importancia que reviste el conocimiento de la etapa adolescente en su relación con las actividades físicas y deportivas es que nos hemos propuesto indagar sobre este aspecto, aprovechando el vínculo institucional que el instituto en educación física ha establecido con diversos establecimientos educativos de la capital en sus más de treinta años de existencia

4.2 El problema

La educación física, como disciplina pedagógica, forma parte del currículum en la educación secundaria, siendo su importancia reconocida por las legislaciones nacionales, provinciales, como así también ratificada en los diferentes acuerdos federales.

No obstante este formal reconocimiento, el espacio social que ocupa esta limitado por numerosos factores a saber: a) Escasa o nula disponibilidad de docentes, en algunos establecimientos educativos, para el desarrollo del área b) Escasa o nula disponibilidad de espacios físicos (infraestructura deportiva) c) Escases de materiales deportivos.

Sin lugar a dudas que el contexto de origen, como así también la situación socioeconómica de niños y adolescentes, contribuyen limitando o potenciando el acceso y el interés brindado a las actividades recreativas y deportivas.

En las escuelas secundarias, suelen acudir alumnos, que en su paso por los niveles previos, en casos extremos - que no son pocos - nunca han tenido educación física, en otros casos, solo cuentan con escasa experiencia en el área.

En otros casos, facilitados por la organización escolar y la localización geográfica, se pueden encontrar jóvenes con una rica y variada experiencia en la educación física.

Esta situación es motivo de permanente preocupación desde el ámbito de la formación docente, que da lugar a estudios focalizados en el marco de las Prácticas Pedagógicas. Intentando atender a esta cuestión, estudiada de manera diversa, la propuesta es profundizar focalizando el estudio, realizando una Investigación exploratoria a fin de indagar respecto a las perspectivas que tienen los adolescentes sobre las práctica de actividades físicas, recreativas y deportivas en general y más específicamente respecto a las clases de educación física en las que participan en sus respectivos establecimientos educativos.

La pregunta que se intento responder mediante este estudio es la siguiente:

¿Cuáles son las consideraciones que tienen acerca de las clases de educación física, los adolescentes, varones y mujeres de entre 12 y 14 años que concurren a las Escuelas Provinciales de Educación Secundaria N° 31, 35 y al Instituto Privado General San Martín, durante el ciclo lectivo 2011?

4.3 Los objetivos

Objetivos Generales

- ✓ Conocer la valoración que tienen los adolescentes sobre las clases de educación física.
- ✓ Obtener información relevante sobre la educación física en la educación secundaria, a fin de poder utilizar para la formación de futuros docentes del área y para encarar proyectos educativos que posibiliten potenciar y/o mejorar las variables identificadas

Objetivos específicos

- ✓ Identificar los factores favorables y poco favorables, que inciden en la apreciación que los adolescentes tienen sobre las clases de educación física.
- ✓ Conocer las preferencias que tienen los adolescentes sobre las actividades físicas y deportivas.
- ✓ Identificar los aspectos que limitan la participación de los jóvenes en las actividades físico-deportivas en el ámbito escolar.

4.4 El objeto de estudio: La relación de los adolescentes con las prácticas físico – deportivas.

4.5 Breve descripción del estado del arte.

En la búsqueda de antecedentes referidos a estudios sobre el tema objeto de la presente investigación se hallaron los siguientes:

Relación de la educación física y los adolescentes:

Estudios recientes ponen de manifiesto la estrecha relación y la influencia decisiva que la educación física puede ejercer en la etapa adolescente, tal es el caso la investigación realizada en UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE MADRID la cual llevo a cabo el estudio “La Educación Física, los estilos de vida y los adolescentes: cómo son, cómo se ven, qué saben y qué opinan”. Una de las conclusiones señala que el 50% de los niños mayores de 15 años sólo realiza actividad física en el colegio durante las dos horas semanales lectivas de la materia.

La consecuencia más visible de la baja frecuencia de práctica de actividad física es el incremento de los índices de grasa corporal. Alrededor de un 17% de la población comprendida entre los nueve y los 17 años acumula porcentajes de grasa corporal considerados “altos”.

Las consecuencias menos visibles, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, será el posible incremento a medio plazo de enfermedades asociadas al estilo de vida sedentario: obesidad, hipercolesterolemia, diabetes tipo II o cáncer de colon.

En el estudio también se refleja la importancia de mencionar otro tipo de consecuencias psicosociales derivadas de la falta de actividad física o de la vida sedentaria. Por ejemplo, uno de los ámbitos de estudio en los se ha trabajado son aspectos psicosociales que pueden intervenir también en la práctica o no de la actividad física como pueden ser el concepto de autoestima o la percepción de autoeficacia que tienen los propios adolescentes. La actividad física regular y sistemática produce beneficios en ambos conceptos y en definitiva en la salud social y mental de los jóvenes.

Consecuencias del sedentarismo en la aptitud física de los adolescentes

Cuando hay un bajo nivel de actividad física, entre los 13 y los 18 años se produce una caída de la capacidad de realizar ejercicios. Así lo revela un estudio español sobre 3000 adolescentes, llevado a cabo por el doctor Manuel Castillo Garzón, investigador del Departamento de Fisiología de la Universidad de Granada, España.

El estudio ha demostrado que el sedentarismo en ese período se traduce en más casos de obesidad y de trastornos del colesterol, factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares.

Respecto a la cantidad de actividad física que regularmente debe realizar el adolescente el estudio concluye que, aunque no existe una recomendación que valga para todos se puede decir que un mínimo sería una hora, tres veces por semana, de actividad aeróbica y de fuerza importante. Según el estudio, sólo entre el 50 y el 60% de los adolescentes españoles cumple con esa cuota de movimiento indispensable.

El sedentarismo en los adolescentes argentinos

Un estudio realizado por la Organización Mundial de la Salud entre 70 mil alumnos de todo el mundo reveló que la mayoría pasa al menos tres horas por día frente a la TV o la computadora, y no hace ejercicio.

Los adolescentes fueron encuestados entre el 2003 y el 2007. Los investigadores definieron una actividad física adecuada como al menos una hora de ejercicio fuera de la clase de gimnasia al menos cinco días por semana. El equipo halló que sólo un cuarto de los varones y un 15 por ciento de las mujeres hacían el ejercicio suficiente en base a esas definiciones. Un 25 por ciento de los niños y casi un 30 por ciento de las niñas eran sedentarias y no hacían la cantidad recomendada de actividad física.

Los adolescentes argentinos, con hábitos poco saludables

Lo confirma una encuesta nacional en escuelas. Consumen mucho alcohol y tabaco, tienen altos índices de sedentarismo y sobrepeso, y se cuidan poco en las relaciones sexuales. Dicen que estas pautas inciden en su expectativa de vida de adultos.

En noviembre de 2007, el Ministerio de Salud de la Nación implementó por primera vez en la Argentina la Encuesta Mundial de Salud Escolar(EMSE) cuyos datos están destinados a establecer prioridades, formular políticas y elaborar programas de salud. El sondeo se realizó en adolescentes de 13 a 16 años, alumnos de 1° a 3° año de educación media a nivel nacional, participaron aproximadamente 2000 alumnos de 50 escuelas.

Según la investigación, hay un alto consumo de bebidas alcohólicas y de tabaco, un porcentaje importante de sobrepeso y sedentarismo, y bajo uso de métodos anticonceptivos y preservativos.

Que los jóvenes sean físicamente activos puede estar influido por la disponibilidad de espacios o instalaciones para hacer ejercicio, por la climatología, o por las personas que hay alrededor y que actúan como agentes socializadores.

En definitiva, se ha detectado una relación positiva entre la actividad física de los agentes socializadores estudiados y el propio adolescente, lo que se puede interpretar como una influencia favorable en el desarrollo de hábitos saludables.

Más del 80% no cumple con las recomendaciones de actividad física (al menos 1 hora de ejercicio 5 días a la semana)

Deporte y educación:

La presencia del deporte en la educación física, ha ido afianzándose en las últimas décadas al adquirir mayor apoyo social, hasta el punto de llevar a confundirse ambos conceptos, afirma Devís Devís; 96.

Siguiendo el análisis del autor mencionado, se afirma que la enseñanza de los deportes se reduce a un conjunto de habilidades motrices orientadas a la adquisición de técnicas deportivas vinculadas al rendimiento motriz.

Esta situación resulta familiar para cualquier docente que reflexiona críticamente sobre sus prácticas, pero no siempre se intentan cambios al respecto, perpetuando dichas prácticas alejando la educación física de los alumnos y alumnas.

Actuación del profesorado:

Para analizar esta cuestión, nos apoyaremos en el trabajo de Grau y Prat, referido a las Actitudes, Valores y Normas en la Educación Física y el Deporte – 2003.

Las autoras destacan la enorme influencia que ejerce el profesor en la conformación de las actitudes, en general, de los alumnos y específicamente las relacionados con la adquisición de hábitos deportivos.

Una de las características que deben estar presentes en el profesor en educación física, de acuerdo a Pieron citado por Grau y Prat, es el entusiasmo, el cual se pone de manifiesto mediante indicadores concretos: reír y sonreír, estimulación con elogios y ánimos, participación con los alumnos, muestra de disfrute, demostraciones, gestos de apoyo y de aprobación, contacto físico con el alumno, desplazamientos y correcciones, espontaneidad.

4.6 Metodología e instrumento utilizado.

La investigación, con un marcado carácter exploratorio, se apoyo en una perspectiva cualitativa que posibilito estudiar a los sujetos en relación a sus contextos, considerando sus puntos de vista, interpretaciones y significados vinculados al tema en estudio.

Para recabar la información pertinente al estudio propuesto se utilizo una Encuesta, la cual contenía preguntas en su mayoría de carácter cerrado, pero incluyendo también preguntas abiertas a fin de posibilitar la ampliación de las reflexiones de los consultados. Procediéndose a la cuantificación para el posterior análisis cualitativo de las mismas.

Este instrumento, administrado en los tres establecimientos, posibilitara la comparación de los datos obtenidos en contextos diferentes, como así también la comparación entre edades y sexo de los consultados.

Por otra parte, se efectuaron observaciones generales del contexto institucional, fundamentalmente referido a la infraestructura deportiva disponible y su localización espacial en relación al establecimiento educativo, teniendo en cuenta las posibilidades de acceso a las mismas.

Se ha optado por no realizar observaciones de clases, ya que el objetivo del trabajo es explorar respecto a los puntos de vistas de los adolescentes sobre las clases de educación física y no realizar una interpretación del desarrollo de las mismas mediante el contraste con otros instrumentos de indagación. Esa tarea corresponderá a otros estudios que puedan encararse con objetivos similares.

Consecuentemente se trato de prestar atención a lo que los adolescentes tienen para decir respecto a las actividades físicas y deportivas en general y particularmente sobre las actividades físicas y deportivas desarrolladas en el marco del área de educación física.

5. Desarrollo

Mediante el análisis de los datos se identificaron y analizaron distintos factores que inciden sobre las practicas físico deportivas y concretamente sobre las clases de educación física, desde la perspectiva de los adolescentes sobre quienes Urbano y Yuni escriben; *“El comienzo de la adolescencia supone la utilización de un pensamiento abstracto a partir del cual el individuo empieza a reflexionar sobre sí mismo y a elaborar sus propias teorías y sistemas de creencias referidas a diferentes ámbitos de la vida”*.(Urbano y Yuni. 2001:85)

Las Prácticas deportivas

El 77% de los consultados manifiesta practicar deportes entre los que se destacan el fútbol 37 % (principalmente entre los varones) el voleibol 30 % (ambos sexo) y el basquetbol 13 % también para ambos sexo. Se mencionan en menor porcentaje la natación, el rugby, las artes marciales, el hockey, el handball y la danza. Este dato es muy relevante ya las diferentes disciplinas científicas involucradas en la salud y la actividad física concuerdan sobre la importancia del ejercicio y el deporte en la vida de niños, niñas y adolescentes, ya que proporcionan un medio importante para que tengan experiencias relacionadas con el éxito, lo que contribuye a mejorar su bienestar, su autoestima y sus percepciones sobre su imagen corporal y competencia. Respecto a lo anterior consideremos la siguiente cita: “La imagen corporal alude a la representación que cada sujeto tiene de sí mismo respecto de su corporeidad. Esa imagen corporal está constituida por elementos referidos a aspectos biológicos, psicológicos y al sentido social que se le asigna al cuerpo en su contexto socio cultural” (urbano-Yuni:2001:55)



Respecto a la frecuencia semanal el 29 % lo practica dos veces por semana, el 27 % tres veces, el 8 % cuatro veces y el 7 % cinco veces por semana. Si comparamos los resultados obtenidos en cada colegio nos encontramos con que en uno de ellos el porcentaje mayor se da en la frecuencia de tres veces por semana, mientras que los otros dos en dos veces, coincidiendo seguramente con las clases sistemáticas de educación física.

El Doctor Castillo Garzón investigador del Departamento de Fisiología de la Universidad de Granada, España concluye que aunque no existe una recomendación que valga para todos se puede decir que un mínimo sería una hora, tres veces por semana de actividad aeróbica y de fuerza importante. En este sentido el presente estudio no se aclara en detalle el tipo de actividad física, como tampoco la duración de las sesiones, pero si encontramos coincidencia respecto a la frecuencia semanal recomendada.

Si por el contrario comparamos con los datos encontrados con estudios encarados por la Organización Mundial de la Salud consistente en encuestas administradas a adolescentes entre el 2003 y 2007 a nivel mundial, en esa oportunidad los

investigadores definieron una actividad física adecuada como al menos una hora de ejercicio fuera de la clase de gimnasia al menos cinco días por semana, en este sentido el estudio demostraría que el grupo se encuentra lejos de dichas recomendaciones.

La misma encuesta administrada en la Argentina durante el año 2007, demuestra que más del 80 % no cumple con las recomendaciones de actividad física (al menos una hora de ejercicio 5 días a la semana).

Pero ante la consulta de donde practican los deportes, el 78 % responde que lo hace fuera del colegio (40% en clubes, 26 % en el propio barrio y el 12 % en otros lugares). Lo que hace pensar que al responder sobre si practicaban deportes y cuantas veces por semana se referían principalmente a las actividades extra clases. Al igual que en la comparación realizada sobre la frecuencia, respecto a los lugares en uno de los colegios, el 60 % practica deportes en clubes, mientras que los demás lo realiza en el propio barrio.

Estos datos contrastan con los hallados en la investigación realizada en Universidad Autónoma de Madrid sobre “La Educación Física, los estilos de vida y los adolescentes: cómo son, cómo se ven, qué saben y qué opinan”. Una de las conclusiones señala que el 50% de los niños mayores de 15 años sólo realiza actividad física en el colegio durante las dos horas semanales lectivas de la materia.

Analizada la variable distancia en la que se encuentra la escuela de los hogares de los alumnos, no existe marcadas diferencias en los porcentajes ya que el 51 % se encuentra cerca y el 49 % se encuentra lejos mayormente, y mínimamente muy lejos. A pesar de estos datos entre los aspectos negativos de la clase de educación física se considera el horario de inicio, tal vez por la dificultad que implica cumplir con los mismos.

Nos encontramos en esta instancia del análisis en la consideración del contexto y su influencia en la construcción de la personalidad adolescente; al referirse a este aspecto, Urbano y Yuni afirman que la influencia del contexto en el cual interactúa el adolescente juega un papel muy importante, ya que esta etapa constituye un periodo de transformaciones en donde el adolescente necesita de un ambiente que lo contenga y lo oriente, pues él se ve enfrentado a una importante tarea: el ser buscador de su identidad.

Siguiendo con el análisis, los mismos se fueron especificando en el instrumento administrado, apuntándose a indagar respecto a las clases de educación física y a las variables que inciden en la misma.

La clase de educación física

La primera variable estudiada se refiere a las condiciones del lugar en el cual se llevan a cabo las clases, el 84 % de los consultados la considera entre buena, muy buena y excelente, pero al ser consultados sobre los aspectos negativos aparece como uno de los factores mencionados en segunda posición el estado del lugar, refiriéndose a lo reducido del espacio, en algunos casos y a la falta de agua y a la escases de sombra en otros.

En otro caso uno de los colegios recientemente inaugurado, (a principio del ciclo 2011) el 100 % de los alumnos destaca como aspecto negativo las condiciones de los lugares que deben utilizar para las clases, ya que el nuevo edificio no cuenta con un espacio destinado a las clases de educación física.

Respecto a los materiales deportivos el 65 % lo considera suficiente en contraposición a los 26 % que opina que solo a veces lo es.

La propia actuación; la relación con el docente y los pares.

Consultados sobre la participación en clase el 74 % afirma que lo hace de manera activa siempre, mientras que el 22% solo a veces, el resto no opina al respecto. Esto se relaciona de manera directa con la opinión que tienen sobre la actuación docente en cuanto a facilitar o no la participación de los alumnos. Los mismos opinan (72%) que siempre tienen la posibilidad de una participación activa mientras que el 21 % opina que no.

“La personalidad del profesor influye en el contenido de la materia, la forma como la enseña, y probablemente también incide en la relación que tiene con la escuela, con el resto del profesorado, etc. Así mismo, la actitud del profesor hacia la materia influirá en las expectativas que se puedan crear sus alumnos y en la manera que ésta se integre en el centro escolar”. (Grau y Prat;2003;76)

Respecto a las razones que los llevan a participar activamente de la clase mencionan las siguientes: Me gusta la clase y el deporte -Es bueno para la salud – Compartir - Obligatorio

Las razones que les dificultarían la participación activa serían estas: Me cuesta el deporte - Falta ganas - Falta de estado físico.



A fin de profundizar el análisis respecto a la clase de educación física se consulto a los alumnos respecto a los aspectos positivos y negativo de las mismas, y estas fueron las respuestas que contaron con mayor referencia:

Aspectos positivos	Aspectos negativos
<ul style="list-style-type: none"> • Practicar deportes. • Clases divertidas. • Integrar equipos. • Hacer ejercicios(abdominales, flexiones de brazos, elongaciones, velocidad) • Buen trato de los profesores. • Aprender. 	<ul style="list-style-type: none"> • Horario de las clases (muy temprano) • Estado del lugar(espacio reducido, falta agua, escasa sombra) • Poco tiempo de clase. • Trabajos físicos. • No se practican algunos deportes. • Exponerse, lastimarse, pelearse

Y en este caso podemos notar cómo se reiteran algunos de los aspectos ya señalados como motivadores para la participación en las clases, así como las razones que dificultan la participación. La razón principal para participar de las clases son los deportes, al mismo tiempo practicar deportes se señala como el principal aspecto positivo. Respecto a la presencia del deporte en las clases de educación física Devís Devís escribe los siguiente; *“Sin embargo, la importancia que ha adquirido el deporte en la educación física y en la escuela no parece haber producido grandes mejoras y cambios en su enseñanza, al menos durante las tres últimas décadas”*(Devís Devís, 96, pag 20)

En este ultimo sentido, una vez consultados respecto a la relación con el docente también se indago sobre la relación con los compañeros de curso durante la clase, y en este aspecto se encuentra una total coincidencia entre los tres colegios estudiados, el 88% califica a la relación entre buena y excelente y un 10 % regular, el resto no opina.

Una de las características del proceso adolescente se asocia con el papel del grupo como espacio nuevo de referencia, que le permite al sujeto ensayar los aprendizajes sociales que va realizando. *“A través del grupo el adolescente se va integrando a sí mismo, va jugando diferentes aspectos de su personalidad*

individual y actuando diferentes roles. En el grupo el adolescente se siente seguro frente a las fluctuaciones que acontecen en su modo de ser...” (urbano – Yuni; 2001;104)

De acuerdo a lo expresado un elevado porcentaje participa activamente de las clases sistemáticas, pero no así en las actividades extra clases ya que el 49 % expresa que no participa en otras actividades organizada por el área mientras que el 43 % indica que si lo hace.

Las actividades extra clases, en las cuales los alumnos dicen participar, son las siguientes: Torneos - Jornadas recreativas - Trabajos prácticos (no especifican de que tipo) - Bicicleteada.

Los contenidos de educación física

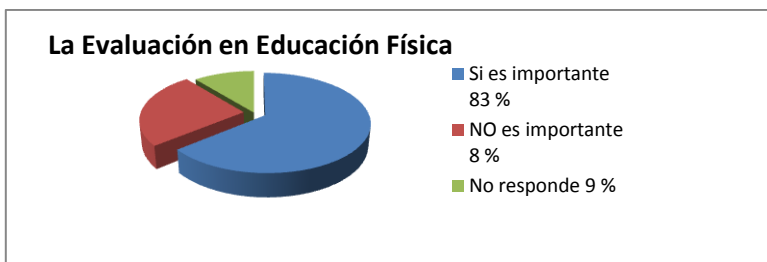
Al ser consultados sobre los contenidos, los alumnos han demostrado diferencias respecto a la interpretación del concepto, mientras que algunos han podido detallar los diversos contenidos tanto procedimentales, como conceptuales y actitudinales, en su mayoría solo hacen referencia a los deportes en general (futbol, voleibol etc.).

Los contenidos destacados por los alumnos, como aprendidos en las clases son los siguientes: **Voleibol - Ejercicios físicos – Handball – Futbol – Competencias - Compartir con los compañeros – Basquetbol – Reglamentos - Fundamentos deportivos – Juegos - Natación - Atletismo - Conocer el cuerpo.**

La evaluación en la clase de educación física

Se consulto además respecto a la importancia que la evaluación podría tener en el ámbito de la educación física. Como dato significativo, sumado a los porcentajes a favor que se han destacados en las otras variables, la evaluación cuenta con la adhesión del 83% de los consultados quienes opinan que la misma es importante por las siguientes razones: Para ver el rendimiento propio - Por la nota - Porque es una materia importante como las demás - Para mejorar.

Un 8 % considera que no es importante la evaluación, que no es necesaria, porque ellos demuestran el desempeño en la clase. El porcentaje faltante se abstuvo de opinar.



Los datos aportados por los adolescentes respecto a la importancia de la evaluación nos permiten reflexionar sobre lo siguiente. Los adolescentes progresivamente se enfrenta a los cambios que va experimentando intentando otorgar nuevos significados a si mismo, los autores consultados previamente Urbano y Yuni, consideran que los adolescentes comienzan a elaborar hipótesis respecto de sus características físicas, sus habilidades motoras, sus capacidades intelectuales y sus habilidades sociales, comparándose con otros adolescentes y con aquellos personajes que poseen cualidades anheladas por él.

6. Conclusiones y propuesta

Conclusión

Teniendo en consideración del análisis precedente se pueden establecer las siguientes conclusiones:

- Un elevado porcentaje de la población estudiada, tanto varones como mujeres, realiza prácticas deportivas fuera del ámbito escolar con una frecuencia de tres veces por semana , lo que denota cierta tendencia a un estilo de vida activo aunque los mismos se encuentren alejados de los parámetros establecidos por organismos internacionales.
- El contexto socio cultural en los cuales viven los adolescentes puede ejercer unos efectos favorables en cuanto al desarrollo de hábitos activos relacionados con las prácticas físico deportivos, ya que un gran porcentaje manifestó que practica deportes en clubes y/o organizaciones barriales.
- La distancia que media entre los lugares de residencia de los alumnos y los establecimientos educativos no parece ser un factor determinante ya que la mayoría vive cerca de los mismos. Y en los casos en los cuales a pesar de que un porcentaje importante vive lejos, concurre a los colegios caminando o en algún medio de movilidad.
- Respecto a las condiciones de los lugares se manifestaron cuestionamientos a los espacios (a los usos de los mismos), a la disponibilidad de agua y sombra. En un establecimiento educativo, de reciente inauguración la totalidad de los consultados opina negativamente respecto a las condiciones ya

que no se cuenta con un espacio destinados a las clases de educación física, y las mismas deben desarrollarse en espacios abiertos aledaños al colegio.

- Al parecer, la disponibilidad de materiales deportivos cumple con las expectativas de los adolescentes que consideran en su mayoría que los mismos son suficientes.

- Respecto a la propia actuación, el mayor porcentaje opina que participa activamente de las clases, facilitado por las actitudes de los docentes y por las posibilidades de integración grupal.

- Refiriéndose a la relación con los compañeros un muy elevado porcentaje la califica como positiva, aunque un número reducido de adolescentes encuentra a esta relación como conflictiva y las menciona como algunos de los aspectos negativos de la clase.

- Como aspectos positivos que encuentran en las clases de educación física, en los colegios consultados, y tanto varones como mujeres coinciden en destacar la práctica de deportes, las clases divertidas, la integración de equipos, las practicas de ejercicios físicos y el buen trato que les dispensan los docentes.

- Y como aspecto negativo aparecen los horarios de inicios de las clases, las condiciones del lugar. Además se menciona el escaso tiempo que en los colegios se destina a la clase de educación física, y el cuestionamiento a no practicar algunos deportes de su preferencia.

- Se pone de manifiesto que la participación de los alumnos en el área de educación física se lleva a cabo principalmente en las clases sistemáticas, no dándose la misma situación en las actividades extracurriculares, que al parecer se organizan en los colegios.

- Los adolescentes expresan en su mayoría que las clases de educación física les brinda un importante número de aprendizajes, aunque desde el punto de vista conceptual no pueden diferenciar los contenidos de las actividades habituales. Entre los contenidos más destacados se encuentran tanto procedimientos como actitudes las cuales son destacadas por los sujetos, compartir, colaborar etc.

- Por último en lo que respecto a la evaluación se da una mayoritaria adhesión a la misma destacándose la importancia que el área debe tener con respecto a las demás asignaturas, y como medio de expresión de las características propias de la etapa adolescente.

Propuesta

Es reconocida la importancia de la actividad física y deportiva en los adolescentes, reconocimiento que está plasmada en la legislación que organiza el sistema educativo, previendo la inclusión del área como asignatura obligatoria en el curriculum de la educación secundaria.

El estudio (con la necesaria contextualización del mismo) demuestra que existe una natural predisposición de nuestros adolescentes a realizar sistemáticamente prácticas deportivas fuera del ámbito escolar y a participar activamente de las clases de educación física.

El sistema formal, debería considerar y potenciar las prácticas que los adolescentes realizan en sus contextos barriales a fin de darles continuidad o de aprovechar los aprendizajes previos, permitiendo la utilización de los mismos y como medio de fortalecimiento de la autonomía, al posibilitar la propia expresión y activa participación. Además de programas estatales que apunten a la atención de las necesidades deportivas de los adolescentes.

La labor docente, apuntalada por la motivación que generan las prácticas de actividades físicas y deportivas, podría potenciar su accionar (reconocido por los jóvenes como positiva!) para explorar y desarrollar las diferentes pretensiones de los alumnos.

De la consulta se desprende que el tiempo destinado a las clases en los establecimientos es considerado insuficiente por los jóvenes, lo cual explicaría en parte la tendencia a realizar prácticas extraescolares.

A partir de estudios llevados a cabo por Organización Mundial de la Salud, el cual demuestra que la mayoría de los jóvenes de entre 15 y 18 tiene hábitos sedentarios y que dicha situación es factor de riesgo para la aparición de múltiples enfermedades el Parlamento Europeo ha aconsejado a sus países miembros que se eleve el número de horas reales dedicadas a las clases de Educación Física, alcanzando un mínimo de tres horas semanales y avanzando de manera progresiva hacia las cinco horas semanales que deberían practicar actividad física la población en edad escolar para beneficiarse de sus efectos saludables y prevenir las enfermedades asociadas al sedentarismo.

En nuestro ámbito se podría llevar a la práctica decisiones similares a fin de brindar a nuestros jóvenes el espacio propicio para explorar y desarrollar sus potencialidades.

El solo incremento del tiempo de práctica no será suficiente si no se asegura la disponibilidad de infraestructura en condiciones adecuadas, pensadas y diseñadas para los usos que desde el área de educación física se les pueda brindar.

7. Bibliografía.

- Claudio Urbano – José Yuni. **Psicología y cultura de los adolescentes**. Edit. Mi Facu. Catamarca 2001
- Prat Grau, Maria y Prat Susana Soler. **Actitudes, valores y normas en la educación física y el deporte- reflexiones y propuestas didácticas**. Edit. INDE. Barcelona 2003.

- Arnold, PJ: **Educación Física, movimiento y curriculum**. Madrid, Morata, 1991 (1997)
- Briones. **El proceso de la investigación. MIMEO. UNaF. Formosa 1999.**
- Hamersley y Atkinson. El proceso de análisis en “Etnografía: Métodos de Investigación”. **Barcelona 1994.**
- Von Wright Georg Henrik. **Explicación y comprensión. MIMEO. UNaF. Formosa 2001.**
- Yuni, José. **Pautas para la elaboración de proyectos de investigación. MIMEO. UNaF. Formosa 2001.**
- Juan Luis Hernández y Roberto Velázquez (coordz). **La educación física, los estilos de vida y los adolescentes: cómo son, cómo se ven, qué saben y qué opinan.** Edit. GRAÓ, de IRIF, S.L. (books.google.com/books?isbn=8478275215. **Consultado el 10/4/11**)
- Análisis y valoración de la condición física, características antropométricas y estado nutricional (bioquímico, metabólico e inmunológico) de los adolescentes españoles (12 a 17 años). Estudio transversal multicéntrico de 1750 adolescentes. Investigador responsable: Doctor Manuel Castillo Garzón. investigador del Departamento de Fisiología de la Universidad de Granada, España. Sitio Web. http://secretariageneral.ugr.es/pages/memorias/academica/20072008/docencia_investigacion/departamentos/fisiologia consultado 11/4/11.