

2022
Esmeraldas - Ecuador

in 3 liteeditorial
...nosotros lo editamos!



EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA FORMACIÓN EN SALUD DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Fausto Iván Guapi Guamán
Romario Javier Morcillo Valencia
Elizabeth del Rocío Falcones Barbosa
Juan Enrique Chila Velasquez

**EDUCACIÓN FÍSICA
PARA LA FORMACIÓN
EN SALUD DE LOS
ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS**

Sello Editorial



Publicado en:

<https://inblueditorial.com>

Teléfonos: 062015939 / 0986391700 /
0967646017

Mail: inblueedit@gmail.com

Esmeraldas - Ecuador

Título del libro:

Educación Física para la formación
en salud de los estudiantes
universitarios

Libro Digital

Primera Edición, julio/ 2022

Editores

PhD. Alejandro Romero León

PhD. Nayade Caridad Reyes Palau

Revisión pares evaluadores:

Dr. C. Fernando Emilio Valladares
Fuente

Dr. C. Sadiel Alberto Ruiz Reyes

Diseño y Maquetación

Lenin Wladimir Tapia Ortiz

Ilustraciones y fotografías

Archivo del autor y sitios web
debidamente referidos

ISBN: 978-9942-42-611-6



10.56168/ibl.ed.167873

© 2022 inblueditorial.

© Licencia de Creative Commons.

Reconocimiento 4.0 Internacional

Autores:

Fausto Iván Guapi Guamán

<https://orcid.org/0000-0003-2594-3892>

fi.ggdeporte14@gmail.com

Romario Javier Morcillo Valencia

<https://orcid.org/0000-0002-8346-7559>

romario.morcillo.valencia@utelvt.edu.ec

Elizabeth del Rocío Facones Barbosa

<https://orcid.org/0000-0003-0072-3340>

Juan Enrique Chila Velasquez

<https://orcid.org/0000-0002-1665-8603>



Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito del autor. Los conceptos que se expresan en la obra son exclusivos de los autores.

Esta obra cumple con el requisito de evaluación por dos pares de expertos, bajo el sello editorial inBlue Editorial (ISBN y Doi)

PREFACIO

La Educación Física como asignatura es comprendida como un área del saber que se identifica como la pedagogía, cuyo objeto de estudio está encaminado integrar conocimientos de diferentes ciencias. Todo ello permite descubrir las bases filosóficas, pedagógicas, biológicas y organizativas del proceso de enseñanza aprendizaje. Para Vera (2020), “la importancia de la salud es un hecho que no entiende de edades”, si bien, “es durante la infancia y adolescencia cuando hay que instaurar una serie de hábitos que permitan mantener un estilo de vida saludable a lo largo de toda la vida”. (p. 23)

La Educación Física es una asignatura de gran importancia, ya que los conocimientos teóricos y prácticos que aporta, dan al egresado herramientas para garantizar una mejor calidad de vida. Posibilita la incidencia de las esferas social-afectiva, cognitiva y motriz en la práctica.

Como disciplina la Educación Física tributa a las estrategias de las universidades del Ecuador, los programas de promoción de salud y prevención de salud, a la vez que constituye una de las vías fundamentales para desarrollar un ser humano capaz de cuidar la salud personal y colectiva.

La OMS define salud como “el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”, “es un derecho humano fundamental y el logro del grado más alto posible de salud es un objetivo social sumamente importante en todo el mundo” (OMS. Atención Primaria en salud. Informe de la Conferencia Internacional sobre atención primaria. Alma Alta. Ginebra, 1978). Este carácter integrador de la salud, como la unión de lo físico, psíquico y social es una máxima que debemos tener siempre presente en nuestra labor docente, más aún dentro de un área, como es la Educación Física, donde tradicionalmente se le ha dado mayor importancia a las cualidades físicas del alumno.

Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud define la Educación para la Salud (a partir de ahora EPS) como “el proceso educativo dirigido a dotar a las personas y a la comunidad de la capacidad de aumentar su control sobre los factores que tienen influencia sobre su salud”. Tenemos que ofrecer a nuestros alumnos todas las experiencias y recursos necesarios para que tengan la capacidad de mejorar su salud de forma autónoma. La EPS debe de encaminar sus esfuerzos no solo a la etapa educativa en la que se encuentra el alumno, sino a las siguientes, estamos sentando las bases de un proceso que durará toda la vida.

Cada aspecto a tratar en la EPS junto a programas y proyectos educativos, constituyen las pautas a seguir en los sistemas educativos. Estos programas están basados en ideas de las organizaciones que defienden sus aportes para la calidad de la educación, tales como la

Organización Mundial de la Salud (OMS), la Organización Panamericana de la Salud, (OPS), el Fondo de Población para las Naciones Unidas (UNFPA).

La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, aprobada en septiembre de 2019 por la Asamblea General de las Naciones Unidas, se aborda sobre la necesidad de garantizar una educación inclusiva y equitativa de calidad y promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos. Hace el llamado dentro de sus objetivos a proponer una educación con todos y para todos, que permita a educandos y educadores apropiarse de conocimientos necesarios para la vida, destacándose la educación para la salud.

Se han consultado diversas investigaciones tales como los aportados por Chillón (2015); Marracino (2016); Espinosa, García y Lorenzo (2018); Uguet, (2019), Romero (2020), Ruiz (2021), los cuales se han centrado la atención en temáticas relacionadas con la importancia que tiene la actividad física en la salud de los individuos. Sus propuestas se dirigen a la atención de patologías, resulta muy limitada la referencia del como contribuir a la adquisición de cultura en función de modificar comportamientos no sanos, para evitar enfermedades. Para los autores de la obra son necesarias nuevas investigaciones dirigidas hacia la preparación de un proceso docente de Educación Física en la Educación Superior, que garantice estudiantes mejor preparados, que puedan alcanzar estilos de vida saludables y enfrentar otras tareas en su desempeño futuro.

La Educación Física es un elemento fundamental que favorece la salud y la calidad de vida de sus practicantes. Posee potencialidades para lograr una enseñanza basada en acciones dirigidas a adquirir conocimientos, hábitos y habilidades sociales y personales que capaciten y faciliten estilos de vida saludables con la ayuda del docente.

La obtención de buenos hábitos y estilos de vida, debe ser una de las finalidades primordiales en la labor del docente de esta asignatura. La prevención de enfermedades y adquisición de comportamientos sanos, entendidos por aquellos que “permiten mejorar el estado de salud, dentro de los cuales se encuentra además de la educación, todas aquellas influencias socioculturales y políticas, que en determinado momento juegan papel importante en las condiciones de vida” (Delgado y Tercedor, 2020, p. 45).

La Educación Física exige desarrollar contenidos de salud de los diferentes planes y programas de estudio de las carreras universitarias, diseñados sobre la base de ejes temáticos como:

- la higiene personal y colectiva
- la educación sexual
- la educación nutricional e higiene de los alimentos
- la educación antitabáquica, antialcohólica y antidroga
- la prevención de accidentes y la educación vial
- la medicina tradicional y natural
- la comunicación y convivencia,

Estos se insertan de forma flexible en los programas de las diferentes asignaturas y a través de la práctica profesional. Para ello se debe concretar un grupo de acciones desde la asignatura en la formación de los estudiantes universitarios, como parte de su educación para la salud, que constituyan un punto de partida para la conformación de una cultura en salud, entendiéndose esta por: "el estado físico, psíquico y social que necesitan los individuos que se involucran en el proceso pedagógico y abarca la influencia de la EPS en la formación y desarrollo del educando" (Torres, 2019 pág. 22) que se hace posible si se trabaja como propósito en los objetivos educativos de las clases.

Según el criterio de (Carvajal 2020, pág. 48) "educar en y para la salud significa también educar multilateralmente, lo que reconoce desarrollar conocimientos, hábitos, habilidades, ambientes saludables y actitudes favorables hacia la salud, es desarrollar la educación para lograr estilos de vida saludables".

Preservar la salud desde la Educación Física en la educación superior, cumple el propósito de hacer de la institución un lugar saludable, que asegure el desarrollo de conocimientos, hábitos y habilidades convertidos en comportamientos sanos, responsables para alargar la vida útil y productiva de las personas. Esto permitirá a los estudiantes ejercer una acción transformadora sobre su estilo de vida y tomar conciencia de su importancia para garantizar su salud.

Es por ello que los profesores de Educación Física deben hacer conciencia a los estudiantes de que estos conocimientos constituyen

medios para promover y fortalecer su salud, así como identificar aquellas conductas que la pueden afectar. Los docentes de Educación Física reconocen la importancia de educar para la salud al estudiante universitario, sin embargo, se percibe muy bajo tratamiento de acciones en el proceso de enseñanza aprendizaje para el logro de este fin. Ellos deben estar preparados para contribuir a educar para la salud a través de diversas actividades concebidas desde las clases.

Las demandas actuales de las instituciones universitarias en coherencia con los retos ambientales, el riesgo epidemiológico y los efectos nocivos de diversos males de la contemporaneidad, resumen la imperiosa necesidad de educar para la salud a los estudiantes.

ÍNDICE

PREFACIO	3
CAPÍTULO 1	11
FUNDAMENTOS TEÓRICOS DEL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LA EDUCACIÓN FÍSICA	11
FUNDAMENTOS TEÓRICOS DE LA EPS DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA.....	16
EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA EDUCACIÓN EN SALUD DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS	19
CAPÍTULO 2	29
LA EPS DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA	29
CONJUNTO GNOSEOLÓGICO	30
CONJUNTO DIDÁCTICO.....	38
CONJUNTO FORMATIVO	43
CAPÍTULO 3	58
VALORACIÓN DE LA PERTINENCIA Y LA FUNCIONALIDAD DE LA PROPUESTA DIRIGIDA A LA EPS DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA	58
RESULTADOS DE LA VALORACIÓN MEDIANTE EL CRITERIO DE EXPERTOS	59
VALORACIÓN DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS EN LA IMPLEMENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA MEDIANTE UN PRE- EXPERIMENTO	65
CONCLUSIONES.....	72
REFERENCIAS.....	74
ANEXOS.....	80

CAPÍTULO 1

**FUNDAMENTOS TEÓRICOS DEL
PROCESO DE ENSEÑANZA
APRENDIZAJE DE LA EDUCACIÓN
FÍSICA**

Las bases teóricas que se presentan constituyen los referentes para el desarrollo de esta investigación, los que se han organizado a partir de una lógica que comprende el sistema categorial considerado y que comprende como categorías las siguientes:

- proceso de enseñanza-aprendizaje
- educación física y
- educación para la salud

Según Odiseo (2019) la **enseñanza** es valorada como “una organización de la actividad cognoscitiva del alumno que se realiza bajo la dirección del maestro educador”. Ha sido considerada además como “un proceso interactivo en el que participan profesor y alumno, así como el contexto en el que los intercambios se producen”. No solo “el profesor es protagonista de la enseñanza, sino que el profesor, alumno y contexto participan activamente en ello” (p.11).

Por su parte, el **aprendizaje** se considera como “la asimilación, reproducción y aplicación del conocimiento”, que “expresa la actividad del alumno, así como un proceso de comunicación, con carácter individual, intencional, interactivo y motivacional – afectivo” (p.12).

El aprendizaje que el estudiante debe adquirir sobre la EPS debe ser significativo para él, estar relacionado con conocimientos, experiencias y vivencias adquiridas, permitiendo formularle problemas y cuestiones de interés. Debe entrar en confrontación experimental con problemas prácticos relevantes, participar en el proceso de aprendizaje y transferir lo que aprendió para otras situaciones de la vida. Este aprendizaje también necesita estar basado en una buena

relación entre los elementos que participan del proceso: estudiante, profesor y compañeros de aula.

Es fundamental que el profesor de Educación Física comprenda ese proceso, entendiendo su papel como facilitador del aprendizaje de sus estudiantes, es decir, que no esté preocupado solo en enseñar, sino en ayudar al estudiante a aprender.

Como se desprende del análisis por separado de estas dos categorías, se puede concluir que tanto la enseñanza como el aprendizaje ocurren dialécticamente y transcurren como un solo proceso: **Proceso Enseñanza – Aprendizaje (PEA)**.

Según otros autores “la enseñanza existe para el aprendizaje; sin la presencia de la misma, el aprendizaje no se logra en los niveles necesarios, a través de esta, el aprendizaje se estimula”, (Perdomo y Armas, *et al.* 2019). De esta forma ambos integrantes de un mismo proceso, de enseñanza-aprendizaje, mantienen, de forma individual sus particularidades, “al tiempo que conforman una unidad entre la función orientadora del profesor de cómo enseñarlos a educarse para la salud y la actividad del estudiante de aprender esos contenidos” (p.34).

Sobre el proceso de enseñanza aprendizaje hay también múltiples definiciones, las cuales merecen una mirada por ser aspecto esencial del problema que se investiga, algunas de las cuales se citan a continuación:

- “El proceso pedagógico universitario posee características esenciales, pero se distingue por ser mucho más sistemático,

planificado, dirigido y específico; por cuanto, la interrelación profesor-estudiante deviene en un accionar didáctico mucho más directo, cuyo único fin es el desarrollo integral de la personalidad de los educandos” (González, Recarey y Addine, 2017)

- “Es una actividad humana intencional compleja en la cual sus principales actores: docentes y alumnos, deben tener en cuenta una gran cantidad de variables. Para su puesta en práctica debe planificarse previendo tanto las interacciones que puedan producirse, como sus consecuencias”. (Moreno, 2020).
- “Es el conjunto de actividades que desarrollan maestros y alumnos, en los que se establece una comunicación, permitiendo una interacción de los sujetos, encaminado a la educación de la personalidad de los mismos en correspondencia con los objetivos propuestos”. (Carvajal y Elejalde, 2020, p. 23)
- “Movimiento de la actividad cognoscitiva de los alumnos bajo la dirección del maestro hacia el dominio de los conocimientos, hábitos y habilidades y su aplicación en la práctica”. (Valle, 2020, p. 12).

Desde la visión de los autores, estos investigadores coinciden que el proceso de enseñanza aprendizaje es la comunicación que se produce entre el docente de Educación Física y los estudiantes universitarios, dirigido al aprendizaje de la EPS en relación con la asunción de estilos de vida saludables.

Por las particularidades de esta investigación es importante citar las características o rasgos del proceso de enseñanza – aprendizaje planteados por Odiseo (2019):

- Carácter bilateral: unidad de la enseñanza y el aprendizaje, de la actividad del maestro y la del alumno.
- Carácter intencional: todas las acciones del proceso obedecen a intenciones y objetivos preestablecidos, por tanto, son planificadas.
- Carácter regulado (legal): el proceso está sometido a principios didácticos y leyes pedagógicas, que constituyen el objeto de estudio de estas ciencias.
- Carácter multifacético: en el proceso intervienen múltiples factores psicológicos, pedagógicos, económicos, histórico culturales, sociales, higiénicos, etc., que lo hacen particularmente rico y complejo.
- Carácter dialéctico: sujeto a contradicciones, que se resuelven durante el desarrollo del proceso y aseguran el desarrollo personal.

Estos rasgos se deben apreciar como aspectos importantes en la formación integral de los estudiantes en sentido general, donde destaca el rol del proceso de enseñanza aprendizaje. A partir de las categorías antes señaladas se puede comprender que la Educación Física, constituye el proceso pedagógico que se realiza en las universidades, encaminado al desarrollo de las capacidades de rendimientos físicos del estudiante. Según las tendencias actuales de la Educación Física, esta contribuye a través de las actividades que en

ella se desarrollan, a la integridad que se busca en las nuevas generaciones.

En el ámbito educativo la Educación Física es considerada como un fenómeno pedagógico que implica la existencia de un proceso de enseñanza-aprendizaje, en el cual se deben realizar actividades orientadas a construir y reconstruir conocimientos dirigidos a prevenir enfermedades, a que participen y valoren opiniones y actitudes sobre un buen estilo de vida, a interactuar entre sí, a compartir experiencias, a mostrarles cómo deben actuar y lo apliquen en función de modificar malos hábitos.

El proceso de enseñanza aprendizaje de Educación Física para la EPS es un proceso unitario por su carácter en el cual todos los estudiantes deben alcanzar objetivos en salud que se propongan, aprender el contenido trazado de educación para la salud y deben ser todos entes activos en la enseñanza de cómo prevenir enfermedades a través de la actividad física. El principio de este proceso está en el aprender a aprender.

Su resultado no es la cantidad de contenidos que se deben trabajar, sino la calidad del conocimiento que le permitirá alcanzar un gran resultado en salud, y para ello este proceso de enseñanza deberá promover el proceso natural de aprendizaje, facilitarlo e incrementarlo.

Fundamentos teóricos de la EPS desde la Educación Física

Algunos investigadores como Rodríguez (2019); Delgado (2019); Arbos (2020); Sánchez (2021) dirigen sus investigaciones a lo relacionado con la Educación Física y sus beneficios a la salud, con

temáticas de sobrepeso, droga, sedentarismo, a lo que le dan tratamiento desde los ejercicios físicos, lo que da una visión de las potencialidades de la asignatura para trabajar los contenidos de la EPS dentro del proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física en función de lograr trabajar y prevenir enfermedades en los estudiantes.

“La EPS es el proceso de educación permanente basado en los informes y acciones dirigidas a adquirir conocimientos, hábitos saludables y habilidades que nos capaciten y faciliten cambios de conducta negativas y el fortalecimiento de otras en el proceso de fomentar estilos de vida más saludables”. Programa Director de Promoción y Educación para la Salud (p 21).

Se asume el planteamiento realizado por Álvarez, (2015) quien considera que la EPS “es enseñanza que pretende conducir al individuo y a la colectividad, a un proceso de cambio de actitud y de conducta, para la aplicación de medios que les permitan la conservación y mejoramiento de su salud” (p.4). Es además, una acción que tiende a responsabilizarlos, tanto de su propia salud como la del grupo social al que pertenecen.

Entre las investigaciones relacionadas con la salud en el ámbito educativo, se pueden mencionar las de Romero, (2020) y Ruiz (2021), los cuales elaboran modelos de actuaciones saludables para los estudiantes en formación, de manera que les permitan poner en práctica esos conocimientos en la labor que se desempeñen. Sin

embargo, no abordan sobre la preparación del docente para poner en práctica esos contenidos.

Carvajal (2020) por su parte, considera la salud como recurso para la vida cotidiana. Enfatiza en la necesidad de lograr en la sociedad estados de salud adecuados en el mejoramiento del nivel de vida. En este sentido las universidades, deben propiciar el escenario adecuado para incidir en la educación en y para la salud, al dotar a sus estudiantes y profesores de hábitos y conductas saludables que favorezcan el desarrollo integral de su personalidad a través de diversas asignaturas del currículo.

La EPS busca incorporar una cultura en función de responsabilizar a los estudiantes en lo personal, mediante la incorporación de conocimientos, actitudes y hábitos saludables. Además, permite tomar decisiones que faciliten el cuidado de la salud de los demás, e integrarla con la Educación Física en el medio educativo, para favorecer el crecimiento armónico de su personalidad, desarrollando un proceso formativo y socio-cultural.

Se reconocen tres tendencias internacionales en el tratamiento curricular de la EPS de las que citamos según Carvajal y Torres (2019): “Como asignatura o disciplina del currículo, como contenido transversal y combinación de ambas tendencias, como es el caso de Ecuador donde se sistematizan los contenidos en unidades curriculares, además de que son tratados como ejes transversales para todo el proceso pedagógico” (p.45). Ellas constituyen punto de partida para el desarrollo del proceso educativo.

Estas temáticas deben ser reconocidas por los estudiantes universitarios, de manera que les sea posible adquirir los conocimientos de EPS siendo capaces de tener hábitos de higiene personal y colectiva y demostrar en todo momento una agradable apariencia personal, ejercer una acción transformadora sobre el cuidado del medio ambiente y tomar conciencia de su importancia para la preservación de su salud, tener una actitud responsable ante la sexualidad, practicar ejercicios físicos y tener conciencia de que constituyen medios para fortalecer su salud, así como conocer su importancia, a través de los contenidos inculcados por los docentes. Citamos uno de los conceptos relacionados con la EPS desde la Educación Física que permite reafirmar las ideas expuestas anteriormente. Para Elejalde, *et al.* (2021) se trata de una “actividad educativa diseñada para ampliar el conocimiento de la población en relación con la salud y desarrollar la comprensión y las habilidades personales que la promuevan”.

Educación Física para la educación en salud de estudiantes universitarios

La Educación Física es la encargada de proporcionar al estudiante conocimientos y habilidades necesarias sobre la educación para la salud, instruirlo acerca de los signos y síntomas que afectan a las personas, además les da las herramientas para aplicar los conocimientos que permitan la solución, mejoría o prevención de las posibles enfermedades o afecciones del estado de salud y le va a

permitir también brindar las recomendaciones para reducir los riesgos de los comportamientos no saludables.

Se requiere entonces de un ámbito educativo que responda a estas necesidades, donde la forma de enseñar y aprender debe estar encaminada a preparar a los profesores y estudiantes de forma multilateral para que puedan desenvolverse en el medio educativo. Hay que enseñarlos desde el mismo proceso de Educación Física a pensar por sí mismos buscando formas de autocuidado, a desarrollarles mentes flexibles, ser capaces de encontrar diferentes alternativas que eviten la aparición de enfermedades, a poseer inquietudes investigativas sobre los efectos dañinos del consumo inadecuado y a ser autodidactas.

La Educación Física propicia las condiciones favorables para el desarrollo integral de las cualidades éticas y morales de la personalidad del estudiante. Mediante su práctica se fortalece la salud, la capacidad de adquirir habilidades sociales e intelectual, así como la disciplina para alcanzar comportamientos que permitan prevenir enfermedades. Es por ello que la Educación Física debe tener entre sus objetivos fundamentales el desarrollo de la prevención de enfermedades de los estudiantes.

La Educación Física tiene la intención de ofrecer una base para en la práctica de actividad física, desarrollar y fomentar la salud además de bienestar a los estudiantes, para dar un espacio para el ocio y la convivencia social y ayudar a ampliar su cultura en salud, de manera

que puedan reconocer los estilos de vida no saludables que puedan adoptar en el futuro.

La educación superior, se revela como un espacio ideal para generar aprendizajes perdurables para la vida, formar valores sociales, actitudes y desarrollar habilidades en función del cuidado de la salud de los estudiantes.

Es el profesor de Educación Física quien debe tener en cuenta llevar a efecto un proceso de Enseñanza- Aprendizaje en correspondencia con la clase contemporánea, la cual tiene entre sus exigencias la aplicación de conocimientos, hábitos y habilidades adquiridos en la solución de problemas desarrollados en las clases, desarrollo de las capacidades creadoras de los estudiantes y la educación de la salud de los mismos.

Esta asignatura ofrece a los estudiantes potencialidades para adquirir hábitos saludables permitiéndole además alcanzar conocimientos para la salud. Hablar de salud es ir a la búsqueda sistemática de alternativas para potenciar el desarrollo, fortalecer las ganancias físicas, psíquicas y sociales, así como satisfacer las necesidades individuales y colectivas, permitiendo dar solución a los problemas que afectan la calidad de vida.

La Educación Física, debe renovarse cada día para que sus contenidos de educación para la salud, abarquen vivencias, experiencias, necesidades, motivos e intereses; convierta al estudiante en sujeto activo en el desarrollo de su personalidad con la adquisición de

una cultura para reconocer los hábitos saludables que potencien su calidad de vida.

Para Devis (2014) la Educación Física se percibe dentro de la escuela como el similar a la educación para la salud, pero encaminada hacia todo lo que tiene que ver con las relaciones entre la actividad física y la salud en el ámbito escolar. De esta forma este autor resalta el valor de la salud en la actividad física, aunque deja a libre pensar que la EPS es actividad física.

La Educación Física “ejerce una influencia en los estudiantes para crear acciones hacia la práctica sistemática de ejercicios físicos a favor de alcanzar estilos de vida activos y saludables” (Ruiz, 2020, p. 45). Sin embargo, desde la práctica se constatan carencias que manifiestan la necesidad de continuar profundizando y perfeccionando el tema por las potencialidades que tiene la Educación Física vista no sólo para el ejercicio físico, sino también en la influencia que ejerce en el ámbito afectivo, educativo, cognoscitivo y en la socialización de los estudiantes dirigidos a la salud.

Desde los postulados de Ruiz (2020) los objetivos esenciales de la Educación Física van dirigidos fundamentalmente hacia el perfeccionamiento de la capacidad de rendimiento físico de nuestros jóvenes, hacia el fomento de su salud. De igual forma Moreira (2016) aborda la importancia de crear conciencia en los estudiantes, de lo importante que es la práctica deportiva en la salud de las personas, en el mejoramiento de la calidad de vida, como también para buscar y

formar talentos deportivos que representen a la provincia, ciudad y país.

De la misma forma López (2016) valora los propósitos de la enseñanza se dirigen a “la formación de hábitos, habilidades y capacidades físicas sobre la base de la realización de diferentes actividades y ejercicios, lo más segura y correctamente posible, relacionados con los distintos factores de salud” (p. 12).

Partiendo de estos dos últimos planteamientos, se puede deducir que no se puede desligar la Educación Física con la salud, que es la asignatura que, por su naturaleza práctica educativa, brinda las posibilidades de prevenir enfermedades y educarse para la salud al estudiante universitario, cuando es concebida con ese propósito, que es el que nos concierne.

La Educación Física es fundamental para el desarrollo físico, psicológico y social de los estudiantes, además desempeña un papel importante en el fortalecimiento de la cultura en salud de los estudiantes, ya que les brinda la opción de reconocer con el ejercicio, la posibilidad de mantenerse físicamente activos, alcanzar hábitos y habilidades saludables, hacerse más resistentes y saludables, con un alto sentido del autocuidado de la salud.

Uno de los principales propósitos de la Educación Física es lograr en quienes la practican hábitos de cuidado y la adquisición de un estilo de vida saludable, formas de vivir con o sin enfermedad, pero saludable dentro de los parámetros permitidos, (...) Ruiz, (2018) como

componentes importantes de mediación para educar para la salud a los estudiantes.

Es importante reconocer dentro de los aspectos fundamentales de los estilos de vida sanos, organizar la vida, de manera que se pueda fomentar la salud de modo permanente al lograr una adecuada proporción entre la actividad física y mental, cultura física y deporte, alimentación sana, actitud responsable ante la protección del medio ambiente, actitud de rechazo a los hábitos dañinos para la salud. (Hernández y Aguilar, 2016, p. 23).

En la universidad, se pretende que todos los estudiantes tengan cuidados consigo mismo y hacia los demás, adquieran la capacidad de tomar decisiones de controlar su vida propia y asegurar que la sociedad ofrezca a todos la posibilidad de gozar de un buen estado de salud, lo cual se logra desde la Educación Física. Se impone aquí la necesidad de analizar los fundamentos teóricos respecto a las categorías salud y educación para la salud.

El carácter eminentemente práctico de la disciplina Educación Física exige un mayor empleo de clases prácticas en las que además sea transmitida la fundamentación científica de la actividad que se realiza, lo cual merece una mirada, teniendo en cuenta que el carácter educativo de la asignatura reconoce un tratamiento teórico el cual resultaría necesario impartir durante la parte práctica de las clases visualizando q la tendencia se dirige hacia ese fin.

En este sentido se concuerda con lo expresado por López, (2016): “una enseñanza exclusivamente orientada hacia el cuerpo, es tan

incompleta como una educación que se ocupe tan solo de las actividades mentales”. De manera que para esta autora una enseñanza aprendizaje de la Educación Física dirigida únicamente al tratamiento hacia la condición física es tan antigua como una enseñanza que no se preocupe por los problemas de salud.

La EPS también es vista como “una actividad educativa diseñada para ampliar el conocimiento de la población en relación con la salud y desarrollar la comprensión y las habilidades personales que promuevan la salud. (Carvajal y Torres, 2019).

Partiendo de este concepto se debe tener en cuenta algunas consideraciones que el docente de Educación Física debe manejar en función de ampliar la cultura en salud de sus estudiantes, entre ellas capacitarlos para participar activa y responsablemente en la creación y gestión de la salud, así como conocer y apreciar los comportamientos no saludables a los que se enfrenta.

Los objetivos generales de la Educación Física en el proceso de EPS deben ir encaminados a la modificación de comportamientos no sanos en los aspectos como la prevención de enfermedades, el fomento y protección de la salud individual y colectiva, favorecer el desarrollo de hábitos, acercar al estudiante y comunidad educativa a las soluciones científicas que se van imponiendo al quehacer cotidiano. Los profesionales de la Educación Física desde su labor en el proceso de enseñanza aprendizaje, deben desarrollar la EPS mediante métodos educativos que permitan transformar los modos de comportamientos y controlar las conductas de riesgo en sus

estudiantes. Es necesario fortalecerla ya que la misma contribuye a preparar a los estudiantes en cuanto a conocimientos, hábitos y acciones a seguir desde el ámbito estudiantil, que le permitan evitar consecuencias negativas para su vida.

En la Educación Física con acciones de EPS debe predominar el fomentar estilos de vida sanos, mejorar la salud de los estudiantes, puede desde el punto de vista preventivo, capacitarlos para evitar problemas de salud mediante el propio control de las situaciones de riesgo, o bien, evitando sus posibles consecuencias. Para ello, es necesario modificar formas de pensar desde la propia Educación Física para alcanzar mejoras en la salud de la población estudiantil. La EPS busca que dicha población desee estar sana, sepa y haga lo que pueda, individual y colectivamente, para mantener la salud.

La Educación Física debe darles a los estudiantes la libertad para encontrar los modos, procederes y vías para resolver las tareas cognoscitivas que se presentan desde los contenidos de educación para la salud, que ponderan la capacidad de actuar por sí mismos desde la interacción con las diferentes situaciones en las que se encuentren.

Algunos autores entienden la Educación Física con la EPS con enfoque integral como un proceso de generación de aprendizajes, no solo para el autocuidado individual, sino para la construcción colectiva de la salud en la cual participan los estudiantes. De ahí que la Educación Física debe contribuir en el desarrollo de todas las potencialidades de los estudiantes en las dimensiones psicológica,

biológica y social de forma tal que logre una integración armónica en sí mismo. Además de asegurar el desarrollo de habilidades para la convivencia en grupo, fortaleciendo los espacios y oportunidades para el diálogo, convenir y tomar decisiones como forma de vida saludable desde lo emocional, desarrollando la conciencia de que se es parte de un entorno vital con el cual es necesario interactuar en una forma constructiva y respetuosa.

La enseñanza – aprendizaje de la Educación Física, dirigida a la EPS, debe ser capaz de promover la reflexión y el análisis de los comportamientos en los estudiantes y su vinculación con los factores medio ambientales, socioculturales, físicos y psíquicos que intervienen, además incrementar conocimientos, actitudes y prácticas para desarrollar o reforzar comportamientos saludables, desarrollar valores, actitudes, recursos y habilidades personales básicas para el auto cuidado, la competencia personal y social, e incrementar la autoestima individual y del medio social.

Por ello la Educación Física encaminada a la EPS, más que un fin en sí mismo, debe convertirse en el medio para lograr un tratamiento más efectivo con un impacto educativo integral.

El proceso de enseñanza-aprendizaje de Educación Física en la educación superior debe concebirse en función de la formación de los estudiantes como futuros profesionales. Desde la clase, estos han de prepararse para que sean capaces de identificar aquellos problemas relacionados con su carrera y proponer soluciones a los mismos. Este proceder permite dirigir la docencia universitaria con un enfoque

profesional. Didriksson (2019), en función del desarrollo de modos de actuación en el estudiante.

Para lograr esto se requiere que desde la planificación de las clases de Educación Física se observen actividades investigativas desarrolladas por los estudiantes. Estas clases van a permitir el empleo de variados métodos de investigación que contribuyen al desarrollo de su independencia en la búsqueda del conocimiento, dando paso a la autonomía, aspectos esenciales a lograr como parte de su formación y de la educación de su personalidad. (Castellanos *et al.* 2022).

El proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física en la educación superior tiene varias formas organizativas y cada una tiene su importancia para el desarrollo de los saberes. La clase constituye una de las formas fundamentales de organización de dicho proceso y es entendida como uno de los contextos donde tienen interacción el docente y los estudiantes, y de estos entre sí, con el objetivo de cumplir con los objetivos trazados, posibilita la formación integral de los estudiantes.

El proceso de enseñanza-aprendizaje de dicha asignatura se realiza, con toda su amplitud, en cualquier sistema educativo. Sin embargo, en la educación superior se requiere que esta clase evidencie la creatividad del docente para motivar a los estudiantes para el cuidado de su salud, y de esta forma amplíen sus conocimientos, con una participación activa para el establecimiento de sus nexos con la futura profesión.

CAPÍTULO 2

LA EPS DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Conjunto gnoseológico

El conjunto gnoseológico se define como las relaciones entre los elementos relativos al contenido de la EPS desde la enseñanza de la Educación Física a los estudiantes universitarios. En su interior, manifiesta relaciones que se observan en el proceso de enseñanza aprendizaje de la Educación Física vinculados con la educación para la salud, mediante un proceso de análisis, explicación y comparación en los aspectos que coexisten para el mantenimiento de la salud y la experiencia acerca de cómo alcanzar una cultura en la misma, con la finalidad de lograr un estilo de vida saludable.

Este lleva implícito en los contenidos de la clase, acciones que se deben insertar en los mismos para alcanzar el logro de comportamientos saludable. En este conjunto, se exponen los componentes que les son necesarios a los estudiantes para entender el contenido de la Educación Física en general. (Fig. 1)

Competencias Básicas relacionadas con la EPS	
Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.	El conocimiento del propio cuerpo, práctica y valoración de la actividad física como elemento indispensable para preservar la salud. Es una competencia clave para que los alumnos/as adquieran hábitos

	saludables y mejoren su condición física.
Competencia social y ciudadana.	Las actividades físicas y en especial las que se realizan colectivamente son un medio eficaz para facilitar la relación, la integración y el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación y la solidaridad. Por lo tanto, contribuir de forma directa a la salud social y psicológica del alumno/a.
Competencia Cultural y artística.	Por medio de la expresión de sentimientos e ideas, el alumno /a adquiere una serie de capacidades que le permiten mantener un equilibrio psicofísico.
Autonomía e iniciativa personal.	Emplazar al alumnado a tomar decisiones con progresiva autonomía en situaciones en las que debe manifestar autosuperación, perseverancia y actitud positiva.

Aprender a aprender	Mediante el conocimiento de sí mismo y de las propias posibilidades y carencias, respetando las diferencias.
Competencia sobre el tratamiento de la información y la competencia digital.	Valoración crítica de los mensajes y estereotipos referidos al cuerpo, como medio de prevención de conductas o trastornos alimentarios.
Competencia lingüística	A través del conocimiento de la terminología propia del área, en relación al cuerpo, la alimentación, higiene y ejercicio físico.

Fig. 1 Competencias Básicas relacionadas con la EPS

El mismo parte del proceso de enseñanza aprendizaje que se lleva a cabo en la asignatura Educación Física el que comprende tres aspectos fundamentales: las habilidades y capacidades, la formación de valores en los estudiantes, así como la comprensión de la actividad física que se llevará a cabo en la clase.

Las habilidades y capacidades físicas son fundamentales pues, se manifiestan en la capacidad del individuo para realizar con éxito operaciones de tipo práctico. Es decir, son aquellas que forman parte de los esquemas y condiciones motoras de los estudiantes, en este caso al estar encaminadas hacia la educación para la salud, le van a permitir alcanzar una conducta física y saludable adecuada. La

aplicación de la actividad física vinculada con conocimientos teóricos de EPS va a permitir al docente guiar al estudiante para obtener la capacidad de poner en acción el potencial de aprendizajes adquiridos para resolver situaciones cotidianas.

La transmisión de habilidades y capacidades a los estudiantes con la inserción de un amplio repertorio de temáticas de educación para la salud, repercutirá posteriormente, de forma positiva, en identificar las acciones que debe realizar como ayuda al mejoramiento de la salud, las cuales se propone van dirigidas a la educación sexual, la educación antidroga, la educación postural y los factores de riesgo para evitar enfermedades.

El trabajo en este componente conducirá al docente a proponer a través de actividades de tipo prácticas, acciones que permitan a los estudiantes ejercitar en diferentes momentos, los contenidos teóricos de educación para la salud. Tendrá en cuenta proponer un nivel de conocimiento teórico práctico del estudiante pues, la práctica debe desarrollarse en paralelo y con ayuda de la preparación teórica.

El desarrollo de habilidades y capacidades físicas se encaminaba a proporcionarle agilidad en sus movimientos, así como alcanzar formas superiores de rendimiento deportivo que se expresan en rapidez para trasladarse, fuerza en los movimientos para desplazarse, fortalecer y aumentar el tono muscular, para colaborar con las diferentes actividades formativas del proceso de enseñanza aprendizaje.

En este caso se propone a modo de motivación adaptada a las necesidades e intereses de los estudiantes, utilizar contenidos como

los perjuicios de los hábitos nocivos, de la actitud responsable ante la sexualidad y de la importancia de tener un comportamiento saludable, a través del intercambio de forma teórica de la importancia y beneficios que le aportan estos conocimientos para lograr emprender mejor su vida.

A partir de la determinación de los contenidos teóricos de EPS que pueden ser tratados en la docencia desde este componente, se establecen los objetivos de este subsistema, (fig. 2) donde existe una relación de coordinación directa entre ambos, debido a que permite reflejar el cómo se pueden insertar desde la formación de valores los mismos.

Objetivos
Utiliza de forma autónoma normas básicas de higiene y cuidado corporal
Utilizar con corrección los materiales en educación física
Conocer la importancia del calentamiento
Reconocer y valorar las medidas de seguridad y prevención de accidentes en la práctica de actividad física
Representa tareas cotidianas incidiendo en una correcta higiene postural

Utilizar la votación democrática y la asamblea para resolver conflictos
Conocer en qué consiste una dieta equilibrada y su influencia en la práctica de actividad física e intelectual
Relacionar la práctica de actividad física con la salud
Respetar las diferencias y sensibilizar ante las discapacidades

Fig. 2 Objetivos

La transmisión valores sociales y ético morales van a permitir al estudiante estar en condiciones de cumplir con las tareas que la sociedad le señale desde el punto de vista social. Dentro del proceso de la Educación Física el docente debe ser capaz de incidir en lograr un estudiante motivado por fortalecer su salud, su capacidad de trabajo físico e intelectual, su voluntad y disciplina para alcanzar objetivos propuestos y superar las dificultades mediante contenidos dirigidos a este fin. Está muy relacionado con la voluntad del individuo de transformar su conocimiento y modo de actuación respecto a su salud. Se necesita, además, para transmitir estos valores de la comunicación armónica durante la acción práctico-educativa y el ofrecimiento de bases orientadoras de la acción para estimular el deseo de aprendizaje y transformación. Los contenidos de EPS serán estructurados de manera coherente y planificadas.

Las secuencias de actividades propuestas en clase se repetirán, pues en Educación Física el ejercicio no es el objetivo, sino cómo se ponen en práctica las habilidades para educar en salud y ello se logra siempre que sea el objetivo para el cual se diseña el proceso de enseñanza aprendizaje. De ello se deriva el tercer componente que es un mediador del proceso, pues posee relaciones de retroalimentación con el resto de las estructuras.

Este componente se denomina comprensión de la actividad física vinculada con la educación para la salud. El mismo tiene la función de conducir a la Educación Física, hacia la necesidad de aprendizaje de acciones de educación para la salud con la valoración de su beneficio con la actividad física. El docente no debe conformarse con una enseñanza desde lo físico obviando las emociones y otros aspectos mencionados con anterioridad, es importante que desarrolle habilidades comunicativas, o sea, la capacidad de ofrecer mensajes y lograr con ello promover la reflexión hacia la importancia que poseen los contenidos de la educación en salud para la actividad física.

En esa comprensión de la actividad física relacionada con los contenidos de educación para la salud, lo importante resulta la toma de consciencia pues, mientras el estudiante universitario concientiza los conocimientos saludables que el docente le quiere inculcar, se desarrollará su autoconocimiento en función de eliminar malos hábitos y posturas incorrectas que afecten su bienestar en la sociedad. El docente debe ser capaz durante su desempeño, de analizar y comprender las actitudes, criterios y reacciones de sus

estudiantes, además de poner de manifiesto, el pensamiento analítico e imaginación creadora en la tarea que propone.

Sobre la base de las relaciones estructurales de este subsistema surge la necesidad de concreción, para lo cual se requiere como componente integrador la significación de la actividad física para su adecuado estado de salud, que posee una relación de subordinación con las restantes estructuras del subsistema. Expresa la dinámica del proceso y guarda una relación de complementación entre sus componentes habilidades y capacidades físicas, valores sociales y éticos morales, así como la comprensión de la actividad física vinculados con la educación para la salud, debido a que permite retroalimentarse de las estructuras anteriores.

Esta interrelación favorece que los estudiantes reflexionen sobre el carácter educativo de la EPS en la Educación Física. Es decir que las relaciones entre estos elementos deben conducir al docente hacia la ayuda a los estudiantes para llegar a reflexiones que les permitan apreciar la utilidad de la Educación Física para su educación en salud. En la dinámica de las relaciones de la primera dimensión surge la necesidad de potenciar desde los componentes no personales del proceso de enseñanza de la Educación Física y los contenidos Fig. 3 de EPS.

Contenidos
• Gusto por el cuidado del cuerpo de manera responsable. • Adquisición de hábitos posturales y alimentarios saludables relacionados con la actividad física y el trabajo intelectual.

- Consolidación de hábitos de higiene corporal.
- Relación de la actividad física con la salud y el bienestar.
- Reconocimiento de los beneficios de la actividad física en la salud.
- Mejora de forma genérica de la condición física orientada a la salud.
- Reconocimiento de la importancia de la práctica habitual del ejercicio en relación a la salud.
- Seguridad en la propia práctica de la actividad física. Calentamiento, dosificación del esfuerzo y relajación.
- Valoración de las medidas básicas de seguridad y de prevención de accidentes en la práctica de la actividad física, con relación al entorno.
- Uso correcto y respetuoso de materiales y espacios.
- Concienciación y valoración del esfuerzo para lograr una mayor autoestima y autonomía.

Fig. 3 Contenidos

Conjunto didáctico

En el segundo conjunto, todos los componentes del proceso de enseñanza aprendizaje tienen su implicación. Este componente es importante, pues ilustra como los docentes deben tener en cuenta en los objetivos de la EPS: habilidades y capacidades físicas, valores sociales y éticos morales, así como la comprensión de la actividad física vinculados con la educación para la salud.

En principio, la EPS debe estar comprendida en los objetivos de la clase de Educación Física. El docente desarrolla en ella actividades teóricas y prácticas que permitan su cumplimiento. Esto significa su planificación y realización de forma directa. Esos objetivos deben

considerar las pretensiones sociales más importantes, los niveles de desarrollo alcanzados por los estudiantes, revelados en el diagnóstico y las habilidades que debe adquirir en función de su EPS.

Mediante los objetivos en la tarea práctica se favorecerá el trabajo del contenido teórico, a través de razonamientos sobre la actividad concreta, realizados por explicaciones que pueden ir acompañadas de medios didácticos. Se deben elaborar teniendo en cuenta aspectos de la práctica en los que se le dé salida a los contenidos de EPS y se trabajan en función de abordarla educación sexual, la educación antidroga, la educación postural y los factores de riesgo.

Teniendo en cuenta lo hasta aquí analizado, el segundo componente de este subsistema es los contenidos. Si desde los contenidos prevalecía una intención dirigida a la preparación físico deportiva, ahora su dirección será hacia lo físico educativo relacionado con la salud. La utilización del contenido de EPS en la docencia, brindará conocimientos sobre el cambio que ejerce su aprendizaje del tema tratado.

Se debe recibir una influencia de los factores de riesgo y conductas saludables desde la clase, logrando vivenciar como la Educación Física brinda esa capacidad de conocimiento y beneficios no solo a nivel de lo físico, sino de integración, relación y respeto entre los estudiantes.

El contenido, con temáticas de EPS, se concreta en la apropiación de hechos, conceptos y la elevación de la capacidad funcional. Los hechos, como acontecimientos de la vida, están asociados a la

realización de actividades en su relación con la salud modelada desde la clase de Educación Física, en función de la formación, en dependencia de las necesidades del estudiante, se manifiestan en la práctica con acciones y experiencias personales.

Por la naturaleza de la EPS, son importantes los métodos y medios utilizados por el docente, de forma que los estudiantes aprecien con naturalidad los aspectos relacionados con esta temática que se presenten.

De la combinación de ambos: los objetivos y los contenidos en función de la EPS emerge el tercer componente, la evaluación, la cual debe estar presente la temática abordada. El docente no evaluará solamente aspectos relacionados con lo físico-deportivo, también incluirá cuestiones abordadas en clases sobre la EPS como es la educación sexual, la educación antidroga, la educación postural y los factores de riesgo para evitar enfermedades.

Otro de los aspectos a tener en cuenta es la orientación desde la actividad física con contenidos de EPS lo cual tienen un carácter espontáneo desde una visión psicológica, en tanto responde a una actuación orientada a ciertos fines.

Del papel que juegue el docente de Educación Física como organizador y conductor del proceso, ayudando al estudiante a aprender, valiéndose de acciones variadas para lograr su objetivo, favoreciendo la realización de actuaciones conscientes, dependerán los logros alcanzados. Propuestas creativas y novedosas en la forma de transmitir la enseñanza de contenidos

de educación para la salud, ejercen influencia en los estudiantes. De manera que, desde la orientación de la actividad física el estudiante universitario tendrá la posibilidad de analizar, interpretar y comprender todo lo que lo rodea y afecta a su salud por medio de las representaciones que posee y recibe.

El establecimiento de nexos y relaciones entre estos componentes, mediante la clasificación de los contenidos de EPS contribuye a lograr una base reflexiva de la actividad física, consciente y favorecedora de las habilidades saludables y sus formas de emplearlas.

La base reflexiva de la actividad física, permite la comprensión de la importancia de la actividad física para la salud humana. La misma propicia que el docente pueda reflexionar en función de los contenidos de EPS que se deben impartir en el proceso. En este caso, el docente conducirá al estudiante a experimentar modificaciones necesarias en su aprendizaje, lo que le permite la realización de la actividad libre y comprometida en función de la salud.

Este proceder de conjunto con el componente gnoseológico, contribuye a la interactividad de los estudiantes, al reconocimiento de la valía de esta modalidad, al análisis, la reflexión, y valoración de la utilidad del contenido, favoreciéndose la aprehensión de la actividad física para la prevención de enfermedades y logrando con ello una implicación afectiva, en tanto la explicación de las acciones de EPS y sus beneficios será el modo en que el estudiante pueda apreciar la pertinencia de esta temática.

A través de la Educación Física se debe proporcionar la lógica del proceso de educación para la salud. Transmitir contenidos en el ámbito didáctico, es también favorecer al desarrollo de actividades habituales, aprovechando al máximo las posibilidades de la enseñanza.

Los recursos didácticos del docente influirán en el arsenal del estudiante para lograr que este sea capaz de reconocer cuáles son los comportamientos y actitudes desde la asignatura, que le van a aportar a sus conocimientos para reconocer cuales son las conductas saludables que debe emplear en su medio social.

Resulta importante además el conocer y valorar de los factores de riesgo, la importancia de educarse en salud, así como las acciones existentes para alcanzar estilos de vida saludables. Les permitirá la comprensión de la utilidad de la Educación Física y este conocimiento posibilita la prevención de enfermedades, la cual asegura las condiciones necesarias para el logro de un fin.

El enriquecimiento del estudiante a partir de todo un potencial de ejecución que lo entrene para que aprenda a aprender, se constituye un aprendizaje significativo. Este aprendizaje debe configurarse a partir de valoraciones intelectuales que aseguren un conocimiento efectivo en estrecha relación con el estado reflexivo como unidad psíquica, esto permite al docente conducir a los estudiantes apropiarse de conocimientos, habilidades y nuevos modos de actuación.

Desde la enseñanza de la Educación Física se deben ofrecer elementos para resolver las situaciones de riesgo, además de trasladar al contexto personal, un modo de vida favorable a la salud.

Se trata de una actividad educativa diseñada para ampliar el conocimiento de la población estudiantil en relación con la salud y desarrollar la comprensión y las habilidades personales que promuevan la salud. Este componente se convierte en un importante instrumento para el cambio. Su contenido incluye informaciones que demuestren, las posibilidades organizativas de diversas formas de actuación desde el proceso de enseñanza aprendizaje.

Las interacciones que se producen entre los componentes de este subsistema, hacen que cualquier alteración que suceda en una, provoque influencias en las demás, evidenciándose su carácter sistémico. Los subsistemas analizados en correspondencia con las relaciones estructurales y funcionales establecidas en estos, necesitan de concreción, lo cual propicia el tercer y último subsistema, el formativo. Es el que dinamiza el sistema pues permite la concreción de todos los procesos desarrollados, de ahí su mayor grado de jerarquía en el sistema modelado.

Conjunto formativo

El subsistema formativo, expresa las modificaciones en la preparación y modos de actuación del docente, para significar la relación vital de la actividad física en la educación para la salud. La implicación reflexiva hacia la cual el docente conduce al estudiante en la búsqueda del conocimiento mediante el reconocimiento de habilidades, el desarrollo de hábitos y la elaboración de situaciones, es otra de las variantes a emplear; de modo que, una vez comprendidos los beneficios de la asignatura para la educación en salud, se puedan combinar y plantear

nuevas alternativas que en su sistematización favorezcan cambios en las conductas negativas.

El funcionamiento de este subsistema dependerá de su instrumentación, implica el estar determinado por la orientación respecto al contexto de actuación y por la puesta en práctica del conjunto de acciones requerido para ejecutar la actuación.

El primer componente de este subsistema es la promoción de contenidos de educación para la salud. Está dirigida a la formación para el autocuidado y la interacción individual con el entorno educativo a partir de la orientación del profesor. De ahí que los contenidos se dirijan a:

- Desarrollar la independencia en la búsqueda del conocimiento en los estudiantes universitarios como vía para alcanzar conocimientos de salud y estilo de vida saludable.
- Preparar a los estudiantes universitarios para su manifestación en comportamientos saludables y la cultura por la actividad física.

La promoción de comportamientos saludables en la Educación Física ha de encaminarse al desarrollo de conocimientos de manera que se logre alcanzar esos comportamientos saludables, desde los conocimientos obtenidos. Esto se logra mediante la educación como proceso continuo comenzado desde las primeras clases y se continúa en las sucesivas reforzando los conocimientos ya adquiridos. No se trata sólo de brindar información sobre temas de salud, sino de formar al docente con la capacidad de desarrollar hábitos y habilidades

saludables que aseguren un estudiante universitario con un comportamiento responsable en el ámbito de la salud personal y colectiva. Implica promover comportamientos saludables en ellos, la conciencia de sí mismo y su conocimiento de las habilidades necesarias; las que se manifiestan en forma de autocuidado.

La promoción de comportamientos saludables en la enseñanza de la Educación Física a los estudiantes universitarios deviene en impacto pues mejora sus conocimientos y actitudes. Es un aspecto esencial para la modificación de los modos de actuación no sanos, porque el aprendizaje de acciones saludables aporta un nivel de confianza y aceptación propia. Es por ello que se propone que el estudiante universitario reciba una educación que en toda su dimensión social, la cual está llamada a cumplir una función formativa, a partir del proceso de socialización.

Lo esbozado anteriormente permite plantear el segundo componente de este subsistema la sistematización de experiencias individuales y sociales, a partir de la reformulación de los contenidos hacia la educación en salud requiere un carácter educativo más que físico. Esa sistematización es definida como aquella interpretación crítica de una o varias experiencias que a partir de su ordenamiento y reconstrucción descubre o explícita la lógica del proceso vivido y los factores que han intervenido en dicho proceso.

Su dinámica se revela en el estímulo volitivo de la personalidad y los cambios que ocurren al desarrollar desde la enseñanza de la

Educación Física, contenidos de educación para la salud, esto otorga trascendencia a la enseñanza de la Educación Física.

La repercusión que tiene la sistematización de acciones individuales y sociales de los docentes en los estudiantes, desde la combinación armónica de acciones de educación para la salud, deviene elemento esencial para tener calidad de vida. El logro de un cambio en el conocimiento por parte de los docentes hacia los estudiantes a través de la influencia positiva y transformadora en la enseñanza de la Educación Física sobre la EPS contribuyen a lograr estilos de vida saludables y constituye un impacto personal y social.

La relación de coordinación directa que guarda este componente con el que le antecede permite una mayor proyección. Al partir de las características del proceso modelado, es fundamental que los docentes tengan en cuenta la EPS desde su preparación para lograr la transformación requerida y cumplir con el fin para el que fue diseñado éste.

La sistematización de experiencias individuales y sociales hacia los estudiantes universitarios, es una expresión de la riqueza cultural obtenida a través de la enseñanza – aprendizaje de la Educación Física, generadora de valores para lograr influir en los modos de actuación sanos. El beneficio reside en lograr desde la formación de los docentes en los estudiantes universitarios hábitos y habilidades para educarse en salud.

De lo explicado anteriormente se deriva el tercer componente, la preparación del profesor hacia la educación para la salud, que tiene la

función de revelar la incidencia del docente como exponente de un nuevo contenido educativo que permita al estudiante apropiarse de conductas adecuadas para un mejor estilo de vida las relaciones entre los recursos humanos, materiales e instituciones fundamentales de la comunidad y los pobladores en general. Se establece relaciones de retroalimentación con el resto de los componentes que integran el subsistema.

Por otra parte la preparación del profesor de Educación Física es fundamental por la importancia del tema de EPS de los estudiantes universitarios, es por ello que deben valerse de toda la preparación pertinente para, desde el contenido, influir hacia una enseñanza de la Educación Física dirigida a la salud como son higiene personal y colectiva, la educación sexual, la educación antidroga, así como la educación postural, desde fundamentos científicos para la exposición de estos contenidos.

De esta manera, el profesor de Educación Física debe cuestionarse sobre:

- ¿Qué contenidos se aprenden desde su clase?
- ¿Cómo se aprenden?
- ¿Se centra la enseñanza sólo en los ejercicios físicos como contenido a tratar?

La concepción metodológica que se asuma por el docente, debe sustentarse en una correcta planificación, suficientemente flexible para permitir la adaptación a las necesidades y motivaciones de los estudiantes; que considere las aportaciones grupales y los

conocimientos precedentes, ayude a encontrar sentido a lo que se está haciendo y resulte interesante su realización. El docente debe aprovechar las potencialidades de la clase en todos sus momentos, para promover canales adecuados de comunicación e incrementar progresivamente la independencia de autoconocimiento de los estudiantes.

Como resultado de esa preparación, deben desarrollarse comportamientos saludables en los estudiantes, lo que reconoce que las acciones de EPS que se propongan de manera planificada en la clase del profesor de Educación Física, no la perciban como sobrecarga, sino como parte indispensable del proceso de enseñanza aprendizaje que realiza. Desde el papel orientador del docente se logrará un comportamiento sano creando el autocuidado de los estudiantes, lo que elevará a planos superiores la enseñanza de la Educación Física

La socialización práctica de la actividad física por su parte, expresa la intención de la Educación Física a desarrollarse como un proceso docente con impacto saludable entre sus componentes, habilidades, conocimientos y procedimientos. Dentro del proceso de enseñanza aprendizaje el estudiante debe apreciar la posibilidad de hacer las valoraciones necesarias para poner en práctica sus habilidades con independencia, desde los procedimientos aprendidos con la actividad física en dirección a educarse para la salud y demostrar su importancia desde lo instructivo, educativo y la práctica.

El docente de Educación Física debe socializar y precisar no sólo la actividad física, sino lo que el estudiante debe ser capaz de aprender con la misma. Con el dominio de las habilidades saludables alcanzadas, irá conformando su pensamiento, su educación intelectual y el conocimiento de la educación en salud. Los contenidos no deben estar elaborados solamente desde lo físico, sino que deben concebirse de manera articulada y derivarse de las necesidades personales

La propuesta de EPS desde la Educación Física universitaria que se presenta, se dirige al logro de un proceso de enseñanza – aprendizaje donde se potencia, además del alcance de una conducta saludable, el logro de un estilo de vida saludable en los estudiantes.

Se revela la necesidad de apropiarse de habilidades en torno al entendimiento de una educación para la salud, desde los conocimientos precedentes. Para la realización de esta aspiración es necesario el perfeccionamiento de la preparación de los docentes de Educación Física, como encargados de transferir el contenido de la enseñanza. Su incidencia frente a los estudiantes marca momentos importantes de transmisión, adquisición, asimilación y creación de conductas saludables.

Desde la propuesta, la enseñanza de la Educación Física establece una relación de interacción y ayuda mutua; el estudiante debe alcanzar ciertas metas y objetivos y el profesor se compromete a ayudarlo a lograrlas aportando sus experiencias y conduciéndolo hacia donde él necesita llegar. De esta manera, la propuesta convierte al estudiante universitario en sujeto protagónico de su propio desarrollo, implicando

un cambio en el rol que ha tenido tradicionalmente la enseñanza de la Educación Física.

Desarrolla el compromiso y la responsabilidad del docente en la formación de los estudiantes para dotarlos de esos conocimientos a través de la actividad física. Las relaciones que se establecen desde los subsistemas otorgan una nueva mirada a la enseñanza de la Educación Física desarrollada a través de contenidos, obteniendo como finalidad la Modificación en los modos de adquisición de habilidades saludables con de Educación Física.

El desarrollo de habilidades saludables debe asociarse a la higiene personal y colectiva, la educación sexual, nutricional e higiene de los alimentos, la educación antidroga, la prevención de accidentes y educación vial, así la educación postural. Hay que destacar la interrelación existente entre la orientación para la salud realizada por el profesor de Educación Física y el desarrollo de conductas saludables por los estudiantes.

Los subsistemas constituyen un sistema íntegro que se interrelacionan haciendo posible un proceso verdaderamente desarrollador de enseñanza, en el cual los profesores de Educación Física comprometen a los estudiantes con la realización de la actividad física en función de educarse para la salud en un proceso integrador, creativo, participativo, responsable y portador de influencias instructivas y educativas. Cada subsistema posee un nivel de autonomía propia, evidenciado en su desarrollo individual e integrado al mismo tiempo, teniendo en cuenta los niveles de jerarquía,

el orden y la relación estructural con el contexto en el cual se ubican con lo que expresan la transformación de la realidad objetiva. Desde lo gnoseológico, la Educación Física en la enseñanza de la EPS a los estudiantes universitarios genera auténticos procesos de planteamientos y descubrimientos. Esto permite a los estudiantes avanzar en la construcción de su conocimiento, hacer reflexiones, cuestionarse a sí mismos, intercambiar y socializar sus conocimientos durante el trabajo individual y colectivo, haciendo énfasis en los diálogos y en la argumentación, donde el aporte de cada uno al acto de aprender es en beneficio y bien común, e implica un enriquecimiento constante.

La propuesta en su interior desarrolla una preparación gnoseológica y profiláctica a partir de contenidos que permita al docente incidir en los estudiantes universitarios logrando una enseñanza desarrolladora desde el autocuidado; así como la contribución a la satisfacción de las necesidades que se presentan en su vida diaria de manera independiente. El aprendizaje desde el proceso de enseñanza debe lograr construir generalizaciones pertinentes en los estudiantes como satisfacción en la adquisición del conocimiento, tomando en consideración que difícilmente un estudiante olvide los conocimientos contruidos desde la guía del docente.

Los recursos didácticos – educativos en salud para el docente le permitirán una incidencia en los estudiantes, favoreciendo la adquisición de habilidades saludables sin depender de un contexto que influya en la toma de decisiones. Este proceso debe partir de

una adecuada orientación y planificación en las acciones del docente de Educación Física, de manera que se logre en el estudiante universitario una interacción de manera independiente con su educación para la salud, desde la apropiación de conocimientos, hábitos y habilidades que enriquezca la independencia cognitiva y la capacidad productiva.

De ello se deriva la necesidad de intervenir con una enseñanza organizada y dirigida a contenidos de carácter educativo, instructivo, cultural, recreativo, y saludables desarrolladores. El comportamiento en la actividad se condiciona por la organización, la comunicación y la interacción, desde un proceso didáctico – educativo, convirtiendo al estudiante universitario en protagonista de su formación, desarrollo y transformación, dotándolo de las herramientas para autogestionar el cuidado de su salud y con ella aumentar su calidad de vida.

Este significado está promovido por el desarrollo de contenidos que enriquezcan la docencia y en especial el empleo de acciones de educación para la salud. La orientación de éste, subjetivado en relación con los motivos de la actividad, manifiesta un aprendizaje desarrollador e implica un mayor grado de sistematización. Emergen además como construcciones conscientes el autocuidado y el logro de una cultura en salud, que expresan transformaciones originadas en las estructuras mentales y promovidas en un proceso interactivo, en beneficio a la independencia cognitiva de los estudiantes universitarios.

El aspecto formativo se adquiere de forma gradual a través de la práctica y está relacionado con la preparación de los docentes para

incidir en los estudiantes hacia la adquisición de habilidades para el autocuidado de la salud. En este sentido, la mirada a la enseñanza de la Educación Física que se propone, facilita el desarrollo del pensamiento, la motivación como necesidad de aprender, la formación de conceptos, el desarrollo de los procesos lógicos del pensamiento (análisis, síntesis, abstracción, comparaciones y generalización), para elevar la capacidad de resolver problemas, la interacción de lo individual con lo colectivo, en el tránsito del nivel logrado hacia el que aspira y estimula el contenido de la enseñanza.

Las relaciones establecidas entre los componentes gnoseológico, didáctico y formativo, están orientadas a las características que desde el punto de vista educativo y didáctico deben dominarse por el docente, mientras demuestra al estudiante, las ventajas de educarse para la salud previniendo enfermedades desde las clases de Educación Física.

Si la actividad física era meramente reproductiva, la educación con fines saludables no, porque sitúa la cultura, como resultado de los diversos mecanismos de enseñanza, donde ella desempeña una función moldeadora de las personalidades. Las relaciones que se establecen entre los subsistemas, determinan una enseñanza de la Educación Física más allá de la actividad física, y transita por acciones de educación para la salud, hasta aprendizajes perdurables para el logro de un estilo de vida saludable.

Lo anterior le permite al estudiante universitario actuar de modo consciente en interacción con el contenido educativo saludable, en un

proceso consciente de construcción y reconstrucción. Esto propicia un desarrollo hacia la obtención de una variedad de recursos para actuar de manera independiente con la salud.

Resulta un elemento de novedad, el autocuidado y los modos de actuación saludables que se pretende desarrollar en el estudiante, situándolo como protagonista del proceso y otorgándole una mayor independencia en la adquisición del conocimiento. Resulta también elemento de novedad las vías de solución didáctica de las principales deficiencias en la enseñanza de la Educación Física, propiciando mayor satisfacción de las necesidades de los docentes y estudiantes que participan en dicho proceso.

El autocuidado es entendido como una capacidad potenciada desde la autonomía otorgada al estudiante para que sea capaz de lograr una conducta en beneficio de su salud, es la demostración de libertad plena en una personalidad desde el despliegue de actos según las decisiones individuales de modo tal que manifieste conocimiento y desarrollo.

La estimulación del conocimiento hacia una conducta saludable, constituye un elemento esencial en la formación de los estudiantes universitarios. Se produce como un proceso educativo y preventivo de las conductas no saludables por medio de la colaboración colectiva. A partir de las relaciones de cooperación que se establecen entre el grupo y la influencia formativa, pasa al plano intrapsicológico como proceso de interiorización que se manifiesta en la apropiación de las formas adecuadas de conductas.

El conocimiento que se potencia en el estudiante universitario, le permite desde su modo de actuar, la elección de la forma más adecuada de emplearla para vivir saludablemente, potenciando la capacidad de actuar por sí mismo. Su beneficio está estrechamente relacionado con una estructura docente instructiva, educativa y desarrolladora, dirigida al aprendizaje de saberes que permitan a los estudiantes extender su práctica más allá de la asignatura escolar.

En virtud del resultado esperado en el conocimiento de docentes y estudiantes, existe una relación que emerge de los componentes descritos y se expresa en el nivel de efectividad de la propuesta. El proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física que se propone es: dinámico, estructurado, dosificado, individualizado y colectivo. Está relacionado con las diferentes acciones de EPS y la influencia recíproca de los componentes y el entorno en el que los estudiantes se manifiestan. La apropiación y profundización de contenidos educativos permite una construcción individual de la concepción de salud y conlleva a elevar la calidad de vida.

De esta manera, los subsistemas mantienen una estrecha relación y unidad en la determinación y construcción de la enseñanza hacia el logro de adquirir esos comportamientos. Esta relación está dada en la integración de cada aspecto de los subsistemas que interactúan entre sí, se complementan y desarrollan.

El proceso de sistematización de la educación para la salud que se pretende, conlleva relaciones dinámicas en ella, cuestión no muy bien abordada hasta el momento. Es un todo único de transmisión,

adquisición, asimilación y creación de una cultura en salud y constituye en un proceso de preservación, difusión y desarrollo. De esta manera se aseguran óptimos resultados desde posiciones cognitivas sólidas acerca de cómo lo hizo.

Asume una concepción de la enseñanza desarrolladora a partir de las potencialidades de la Educación Física integrando acciones de perfeccionamiento en los contenidos y sus relaciones. Reconoce el valor cultural de los conocimientos sobre la EPS dentro de la asignatura, para una mejor interrelación de los mismos. Propicia concientización del papel del estudiante en su comportamiento, de forma sistemática. Brinda una salida contextualizada en cuanto a la preparación del docente para lograr un proceso educativo, revelado en la concepción de sus contenidos.

Desde el diseño se prevé a través de la preparación de los docentes, lograr en el estudiante universitario una sensibilización y una participación consciente y activa en la construcción de los contenidos, a partir de conocimientos previos sobre los diferentes comportamientos saludables. Esto le permite representarse el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física desde sus necesidades, perfeccionando sus modos de actuar, pensar, buscar y hacer.

La propuesta genera una nueva cualidad del proceso investigado, como manifestación de sinergia de este sistema, teniendo en cuenta las características de sus principales categorías: los conocimientos que se deben adquirir por los implicados, los aspectos que se deben

atender en el proceso, así como la formación y preparación que deben lograr en la materia, todo lo anterior le concede un carácter sistémico, integrador y participativo a la EPS desde la Educación Física.

CAPÍTULO

VALORACIÓN DE LA PERTINENCIA Y LA FUNCIONALIDAD DE LA PROPUESTA DIRIGIDA A LA EPS DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Resultados de la valoración mediante el criterio de expertos

El método de criterio de expertos en su variante Delphi consiste, según Cruz (2008), en la utilización sistemática del juicio intuitivo de un grupo de expertos para obtener un consenso de opiniones informadas. Su confidencialidad posibilita la libertad de opiniones sobre la base del anonimato, fomenta la creatividad, el perfeccionamiento y el rediseño de las propuestas que se someten a valoración. Se ofrecen alternativas de decisiones sin incentivar conflictos entre los expertos.

La aplicación de este método resulta útil para evaluar, así como la estructuración de la estrategia. En el presente estudio se utiliza con el objetivo de obtener consenso de un grupo de expertos respecto a la propuesta, de acuerdo con los elementos estructurales y funcionales de estos. Para su realización se asume lo planteado por González (2006) quien apunta que para una mejor comprensión se sigue como secuencia metodológica la estructuración en dos fases: la preliminar y la de exploración. La primera permite la selección de los expertos y la elaboración del cuestionario, en la segunda, se procede a la consulta de los expertos mediante la aplicación de las rondas.

Fase preliminar:

Se seleccionaron 17 profesores con experiencia en el proceso de EPS de estudiantes universitarios y con requisitos para ser considerados como posibles expertos en el tema de interés, con la condición de doctores en Ciencias Pedagógicas y de la Cultura Física o doctores en Ciencias de la Educación. También se tomó en cuenta que estas personas tuvieran disposición a ser encuestados

y que presentaran un desempeño relevante en las variables fundamentales de la investigación.

Consecuentemente, se seleccionaron como posibles expertos 17 doctores, procedentes de la Universidad de Oriente, de la Universidad de Holguín, Universidad Técnica de Manabí, así como de la Universidad Autónoma de Los Andes y la Universidad Técnica Luis Vargas Torres de Esmeraldas, Ecuador.

En su selección, fueron tomados en consideración aspectos como la experiencia profesional vinculada con la temática que se investiga, las investigaciones realizadas vinculadas de alguna manera con la temática tratada, el grado científico, la categoría docente y los años de experiencia como trabajador en la Educación Superior o el INDER.

A los 17 posibles expertos seleccionados, se les explicó, vía correo electrónico, la lógica a seguir a través del método Delphi. Se partió por enviarle un instrumento para determinar el *coeficiente de competencia* (K) de cada uno de ellos, pudiéndose concluir que 15 profesores mostraron un nivel de competencia alto o medio, por lo que fueron seleccionados como expertos en el tema de la presente investigación (ver anexo 1).

Fase de exploración

En esta, se aplica un instrumento mediante el cual se les solicita a los expertos realizar una evaluación sobre las variables, dimensiones e indicadores que se proponen, en este caso se enfatiza en la correspondencia.

Para la evaluación, se utiliza una escala de cinco (5) categorías, a partir de la consideración de cada aspecto valorado por los expertos. Las categorías evaluativas empleadas son: muy adecuado (MA), bastante adecuado (BA), adecuado (A), poco adecuado (PA) y no adecuado (NA). Luego de la primera vuelta, producto de las sugerencias realizadas por los expertos, fue necesaria la reestructuración de algunas formas, así como la consideración de otras no tenidas en cuenta. La encuesta sufre modificaciones pues se sugiere la posibilidad de brindar los aspectos que se querían poner a consideración.

Determinación del coeficiente de competencia y selección de los expertos

La competencia de los expertos se estimó por el coeficiente de competencia **K**, este se calcula de acuerdo con la opinión del candidato sobre su nivel de conocimiento o información acerca del problema que se investiga y respecto a las fuentes que le permiten argumentar sus criterios. El coeficiente **K** se calculó a partir de la expresión $K = \frac{1}{2} (Kc + Ka)$, donde **Kc** es el coeficiente de conocimiento y **Ka** es el coeficiente de argumentación.

Para obtener el coeficiente de conocimiento de cada experto (**Kc**), se multiplicó la elaboración dada por cada uno en la escala de 0 a 10 sobre el conocimiento que posee de la temática y posteriormente se multiplicó por 0,1 (dividido por 10). De modo que una evaluación de cero (0) indica absoluto desconocimiento de la problemática que se

evalúa y una evaluación de uno (1) indica pleno conocimiento de la referida problemática.

Después de aplicado el instrumento de competencia de los expertos, quedaron seleccionados 15 profesores con preparación en Educación Física y con experiencia en el trabajo en la Educación Superior que poseen la capacidad para valorar la coherencia de la propuesta elaborada. Los resultados obtenidos para los 15 posibles expertos se muestran en la siguiente tabla:

Tabla 1 Resultados obtenidos para la selección de los expertos

Expertos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Kc	1	0,9	0,9	0,7	0,7	1	0,8	0,8	0,9	0,8	0,9	0,9	0,8	0,8	1

Posteriormente se obtuvo el valor del coeficiente de argumentación (**Ka**) de cada experto, el cual se calculó a partir de la información que cada uno de ellos ofreció en la tabla patrón que se les presentó sin las cifras, y donde se le orientó marcar con una X cuál de las fuentes consideraba que había influido en sus conocimientos, de acuerdo con los grados alto, medio y bajo.

Se sometió a la valoración de los expertos la estructura de la Estrategia de EPSen estudiantes universitarios desde la Educación Física, donde se revelan como esenciales los fundamentos que lo sustentan y su concepción en relación con el contenido propuesto, la formulación del objetivo general, así como la estructuración y correspondencia de los objetivos particulares con cada etapa de la

estrategia, la funcionalidad y trascendencia en el trabajo del profesor en esta.

Como resultado de la primera ronda, los expertos realizaron un grupo de recomendaciones con el fin de mejorar. De manera general están dirigidas a:

- Reelaborar los nombres propuestos de los subsistemas a partir de las características del proceso que se considera.
- Incluir en la fundamentación los referentes que se tienen en cuenta para la elaboración del mismo.
- Analizar que las etapas y fases de la estrategia guardan una relación con los elementos esenciales y su dinámica de relaciones.
- Fundamentar, en toda la propuesta, el carácter sistémico integrador y participativo del proceso modelado.

Para el procesamiento de la información recogida a través de la aplicación de la encuesta a los expertos, se ordenaron y tabularon los resultados y a partir de ellos se aplicó el método Delphi. Como resultado de ello se constató que las variables, dimensiones e indicadores que se sometieron a evaluación son pertinentes, y se procede a valorar por aspectos evaluados los principales resultados que emiten en función de estos aportes, aspectos que se describen a continuación:

En relación con los fundamentos teóricos que sustentan la propuesta se pudo constatar que el 33,3 % de los expertos lo consideran de muy adecuado, el 60% como bastante adecuado, así como el 6,7%

del total lo considera de adecuado. Respecto a la estructura interna el 46,7% lo reconocen de muy adecuado, el 40% de bastante adecuado y el 13,3% de adecuado, lo que le aporta pertinencia a los fundamentos.

En la evaluación de la concepción estructural y su correspondencia con la estrategia se analizó que el 46,7 lo declaran muy adecuado, mientras que el 33,3 de bastante adecuado así como de adecuado el 20% lo que indica una valoración favorable en relación con los objetivos de la propuesta.

A cerca de la evaluación de la estrategia respecto al objetivo de la misma coincidieron el 53,3% clasificarla de muy adecuado, el 26,7 de bastante adecuado, mientras para el 20% resulta adecuada.

Al evaluar la estructura funcional de las etapas de la estrategia el 40% de los expertos la consideran muy adecuada, en tanto el 33,3% de bastante adecuada así como el 26,7 la considera adecuada de esta manera le ven relevancia a las etapas contenidas en la estrategia.

Con relación a la funcionalidad de la estructura presentada el 46,7% la reconocen de muy adecuada, por otro lado el 20% de bastante adecuada así pues el 33,3% de adecuado.

Los resultados de la evaluación de la estrategia arrojaron que el 40% la reconoce muy adecuada, el 46,7 de bastante adecuado, mientras el 13,3 de adecuada.

Esto permitió emitir las siguientes valoraciones:

- Como se puede apreciar, los aspectos expuestos fueron evaluados en las categorías de muy adecuado y adecuado, entre sus criterios se encuentran:
- En su argumentación, la propuesta muestra la relación entre sus fundamentos filosóficos, sociológicos, psicológicos, pedagógicos y didácticos empleados como base para la educación de la salud desde la Educación Física.
- La estructuración de la propuesta confirma su carácter sistémico e integral, dado en la existencia y correspondencia entre sus componentes, así como las relaciones que se establecen entre ellos.
- La propuesta evidencia su novedad científica por la correspondencia que establece, a nivel teórico, entre la EPS y la Educación Física en estudiantes universitarios.

Valoración de los resultados obtenidos en la implementación de la estrategia mediante un pre-experimento

En el presente acápite se demuestra la aplicación práctica de la propuesta teórica elaborada para lo cual se asumen los pasos planteados por Fleitas, Mesa y Guardo (2019) para la realización de un experimento pedagógico como valoración de un resultado investigativo en las fases de **planificación, desarrollo y conclusión** con sus correspondientes pasos.

Planificación

Se tuvo como punto de partida la siguiente hipótesis de trabajo: Si se aplica una estrategia en el proceso de enseñanza aprendizaje de la Educación Física universitaria, que articule lo gnoseológico, lo didáctico y lo formativo relacionados con los ejes temáticos de la educación para la salud, contribuirá a perfeccionar dicho proceso y en consecuencia se logrará elevar el estilo de vida en los estudiantes.

Se determina como variable independiente la clase de Educación Física, mientras que la variable dependiente fue la EPS de estudiantes universitarios y como variables ajenas: el proceso de preparación del profesor, interés de los participantes, condiciones ambientales y disponibilidad materiales necesarios.

Fueron seleccionados de manera aleatoria por el procedimiento de tómbola para el preexperimento 12 docentes de Educación Física en la Universidad “Luis Vargas Torres” de Esmeraldas, Ecuador y 50 estudiantes de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deportes.

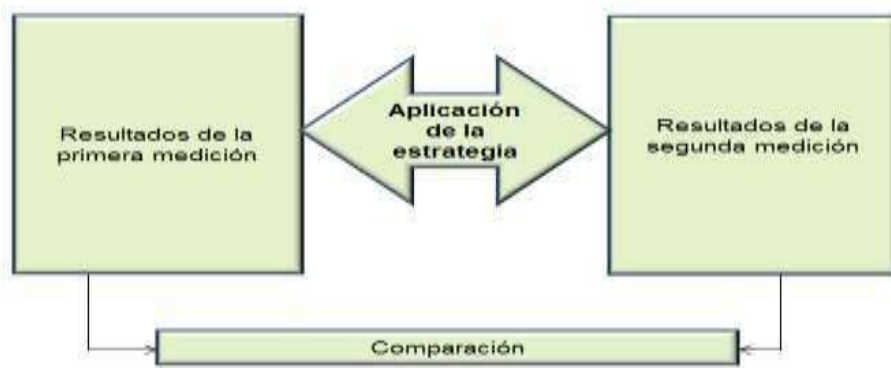


Figura 4 Representación esquemática del proceder en el preexperimento. Fuente: Contextualizado de Fleitas (2010)

El preexperimento se realizó en los cursos 2020-2021. Para la elección de la muestra se utilizó el paquete estadístico SPSS v. 20 (SPSS Inc, Chicago, IL, UnitedStates).

Para fundamentar los resultados obtenidos en el preexperimento se determinó el nivel de significación de la diferencia entre las mediciones del diagnóstico inicial y final, utilizándose la dócima no paramétrica de Wilcoxon.

Resultados en los profesores de Educación Física

Al tabular los resultados de la encuesta aplicada a los profesores (anexo 2), se evidencia que en la pregunta uno antes de aplicar la estrategia solo un 17,1% de la muestra en estudio trataban en las clases algunos contenidos de la educación para la salud, mientras se limitaban en su utilización el 82,9% de la muestra, sin embargo luego de aplicada la propuesta de esta investigación se produjeron transformaciones en la muestra pues el 100% de la muestra se interesó y ocupo de tratar contenidos de esta categoría como fueron (los efectos dañinos del consumo de tabaco y sus efectos en el organismo, la relación entre el tabaco, el alcohol y el sexo, lo que causó gran motivación en los estudiantes, los riesgos de los hábitos nocivos, la salud sexual y reproductiva, así como la importancia de la correcta postura para evitar enfermedades).

En la pregunta dos de la referida encuesta, también antes de aplicar la estrategia existían dificultades con la motivación en la docencia hacia las temáticas que encierra la educación para la salud, pues solo el 27,7% la realizaba, mientras que el 74,3%. Luego de instrumentadas

las acciones de la estrategia se pudo constatar mejorías pues el 94,2% del total en estudio evidenció dar tratamiento a estas temáticas, logrando gran motivación en sus estudiantes y solo el 5,8% no le daba tratamiento, lo cual hace evidente la efectividad de la estrategia.

En la pregunta tres solo un 31,4% de la muestra en estudio creía importante apropiarse de conocimientos relacionados con la EPS de modo que pudiera darle tratamiento en las clases y el 68,6% no se mostraba interesado. Luego de instrumentada las acciones de la estrategia se evidenció aumento en el accionar de los profesores respecto al contenido que encierra esta pregunta.

El 97,1% si realizaron en sus clases conversatorios en diferentes partes sobre la orientación nutricional, los factores de riesgo de la inactividad física y lo perjudicial de los hábitos tóxicos, mientras que el 2,9% se reusó a implementar estas temáticas en la docencia. Como se puede observar también la estrategia contribuyó a mejorar este aspecto en los profesores.

De manera general se hace evidente la efectividad de la estrategia, pero para conocer si estos resultados son significativos se aplicó la prueba no paramétrica de Wilcoxon.

Para conocer el nivel de significación de los resultados obtenidos, se utilizó la prueba de Wilcoxon, pues los datos no se encuentran normalmente distribuidos, al obtener lo procesado por el SPSS para Windows. Una vez tabulados los datos, se compararon los resultados de ambos momentos (momento inicial (MI) y momento final (MF)).

Los rangos de signos muestran un nivel de significación estadística por debajo de 0,05 luego de comparar los resultados $MF \geq MI$, con el 100 % de los profesores universitarios analizados. Lo cual denota que existió cambio de signo en cada uno de los casos estudiados, al valorar el Estadígrafo de Prueba (Z), expresa una posición favorable superior al momento final de 0,00, desde una significación bilateral (Tabla 2), basada en rangos negativos por lo que se rechaza la hipótesis nula (H_0).

Tabla 2. Nivel de significación obtenido en la prueba no paramétrica de Wilcoxon en profesores de Educación Física

Estadísticos de contraste			
	Contenidos de la EpS después - Contenidos de EpS antes	Motivación con temáticas de EpS después - Motivación con temáticas de EpS	Conocimientos de EpS después – Conocimientos de EpS antes
Z	-5,385 ^b	-4,899 ^b	-4,796 ^b
Sig. asintót. (bilateral)	,000	,000	,000
a. Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon			
b. Basado en los rangos negativos.			

Fuente: Resultados del procesamiento del SPSS para Windows, V 20

Resultados de los estudiantes de la carrera Licenciatura en Letras

En el (anexo 3) se muestra la encuesta en la cual permitió identificar el conocimiento y valoración de los estudiantes universitarios investigados. Donde en la pregunta uno antes de aplicar

la estrategia solo un 20% mostró conocimientos sobre la educación para la salud. Mientras que los restantes 80%, la veían desde los beneficios de los ejercicios para la salud.

Una vez instrumentada la estrategia en este grupo de estudiantes se vuelve a aplicar el instrumento antes declarado y arroja que la mayoría para un 93,3% refirió si conocer sobre los aspectos de la educación para la salud, donde ejemplificaron con algunas definiciones conceptuales. Lo cual corrobora que la estrategia fue un vehículo idóneo para lograr la transformación ocurrida en la muestra estudiada. Similar sucedió en la pregunta dos, donde en el momento inicial, es decir antes de recibir el efecto de la estrategia sólo el 26,6% dominan algunas de las temáticas de la EPSy el 73,4% no lo hace. Una vez los estudiantes haber interactuado con aspectos reflejados en la estrategia se apropiaron del conocimiento sobre las temáticas evaluadas. Esto se hace evidente pues el 100% de los estudiantes ejemplificaron un elevado número de ellas.

En la pregunta tres, antes de aplicar la estrategia también mostró resultados insuficientes pues solo el 13,3% de la muestra plantearon haber recibido durante las clases de Educación Física contenidos relacionados con los ejes temáticos de la educación para la salud. Mientras que el 86,7% dijo lo contrario.

Luego de haber aplicado la estrategia propuesta existió una mejoría visible pues se logró en su mayoría que los estudiantes con hábitos tóxicos, renunciaran a esta práctica, cuidaran mejor su salud y lo más relevante que se ha logrado es la mayor motivación por las clases de

Educación Física pues el 100% de los estudiantes manifestaron interés por los contenidos de la EPS en las clases de Educación Física. Razón que corrobora lo planteado por los profesores y así se hace evidente la efectividad de la propuesta elaborada en esta investigación.

Otro aspecto que mostró la mejoría significativa alcanzada por los 50 estudiantes que integran la muestra donde se realizó el preexperimento, fueron los resultados de la aplicación de la dística no paramétrica de Wilcoxon cuya significación fue $\alpha =$

$b.0 < 0.01$, lo que demuestra los cambios que se producen en los estudiantes con la aplicación de la estrategia y así se denota la significación estadística de los resultados obtenidos (Tabla 3)

Tabla 3. Nivel de significación obtenido en la prueba no paramétrica de Wilcoxon en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Letras

	Actividades de EpS después - Actividades de EpS antes	Conocimientos de EpS después - Conocimientos de	Motivación por la docencia después – Motivación por la docencia ES antes
Z	-3,317 ^b	-3,317 ^b	-3,606 ^b

Sig.	,001	,001	,000
Asintót. (bilateral)			
a. Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon			
b. Basado en los rangos negativos.			

Fuente: Resultados del procesamiento del SPSS para Windows, V 20

En resumen, puede señalarse que a partir de la triangulación realizada se observan

como regularidades: la pertinencia de la propuesta elaborada, el mejoramiento del proceso de enseñanza aprendizaje por lo docentes, además de la satisfacción y transformación de los estudiantes universitarios. Lo expresado corrobora la funcionalidad de la propuesta, constatada durante su aplicación en la práctica, por lo tanto, la propuesta se reafirma como principal aportes de la presente investigación, porque contribuyen al perfeccionamiento del proceso de enseñanza aprendizaje de la Educación Física universitaria.

Conclusiones

1. La EPS y la Educación Física poseen fundamentos teóricos que las enriquecen, pero cada una por separado, por lo que era preciso una elaboración teórica que favoreciera la argumentación de ellas integralmente como una vía más para mejorar la formación del estudiante universitario.

2. El análisis e interpretación de los resultados, a través de la consulta de expertos constató la pertinencia de la propuesta al reconocer efectividad para ser implementada en el proceso investigado.
3. Los métodos teóricos y empíricos utilizados evidencian la factibilidad de los aportes teóricos y práctico de esta investigación, mediante el criterio de expertos y un preexperimento, que evidencian el cumplimiento del objetivo y la hipótesis de la investigación

Referencias

- Addine, F. (2020). *Principios para la dirección del proceso pedagógico*. En Compendio de Pedagogía. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Almond, L. (2021). *El ejercicio físico y la salud en la escuela. Nuevas perspectivas en la Educación Física*. Barcelona. Editorial Inde.
- Álvarez, C. (2015). *Fundamentos teóricos de la dirección del proceso docente educativo en la educación superior cubana*. La Habana. Editorial ENPES.
- Álvarez, R. (2020). *Educación para la salud*. México: Manual Moderno.
- Andrey Bernate, J. (2020). *Educación física y salud en la escolaridad. Una revisión bibliográfica*. Revista Athos. Vol. XXI no. 21 noviembre 2020.
https://www.researchgate.net/publication/344453626_educacion_fisica_y_salud_en_la_escolaridad_una_revision_bibliografica_physical_education_and_health_in_schooling_a_bibliographic_review
- Arbos, M. (2020). *Actividad física y salud en estudiantes universitarios desde una perspectiva salutogénica*. CD. Actividad física y salud, La Habana
- Báez, A. (2007). *Estrategia educativa para la estimulación del autocontrol en alumnos con trastornos de la conducta categoría II en la Educación Física*. (Tesis doctoral). UCP. Santiago de Cuba.

- Barreras, A. (2016). *Filosofía y Ciencia de la salud*. La Habana. Editorial MINSAP.
- Bermúdez, et al. (2004). *La personalidad: su diagnóstico y su desarrollo*. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Betancourt, P. (2019). *Trabajo Preventivo relacionado con el uso indebido de drogas*. Folleto metodológico dirigido al personal docente. Ministerio de Educación, Ecuador
- Borrero, R. (2018). *Estrategia didáctica para dirigir la EPSen la secundaria básica*. (Tesis doctoral). La Habana.
- Carvajal, C. (2017). *Propuesta para ejecutar el diagnóstico pedagógico de promoción de la salud con enfoque participativo en las instituciones educativas*. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Carvajal, C. (2020). *Algunas consideraciones sobre la formación de promotores de salud en el ámbito escolar*. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- _____ (2021). *EPSen la escuela*. La Habana. Editorial Pueblo y Educación
- Carvajal, C. y Torres, C. (2019). *Promoción de salud en la escuela cubana. Teoría y metodología*. La Habana. Editorial Educación Cubana. ISBN: 978-959-18-0529-4.
- Carvajal, C. y Elejalde, O. (2020). *Temas relacionados con la atención a la salud en el ámbito escolar*. Instituto Pedagógico Latino-

americano y Caribeño (IPLAC). La Habana. Editorial Educación Cubana. ISBN: 878-959-18-0531-7

Castellanos, N. et al. (2022). *El proceso de enseñanza aprendizaje. Aprender y enseñar en la escuela*. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.

Chillón, P. (2015). *Efectos de un programa de intervención en Educación Física para la salud en adolescentes de 3 grado*. (Tesis Doctoral). Villa Clara.

Delgado, A. (2019). Educación Física y salud. Recuperado de <https://www.monografias.com/trabajos102/educacion-fisica-y-salud/educacion-fisica-ysalud.shtml>

Delgado, M. y Tercedor, P. (2020). *Estrategias de intervención en educación física para la salud desde la Educación Física*. Ed. Paidotribo. Barcelona.

Devis, J. (2014): La Educación Física y la salud en la escuela: formas de desarrollo (extra) curricular. (Universitat de València).

Didriksson, A. (2019). *La universidad del futuro. Un estudio sobre las relaciones entre la educación superior, la ciencia y la tecnología en Estados Unidos, Japón, Suecia y México*. México. CISE-UNAM.

Elejalde et., al (2021) *Temas relacionados con la atención a la salud en el ámbito escolar*. CD

Espinosa, G. y Lorenzo, T. (2018). *Sistema de acciones de EPS desde las actividades físicas en el adulto mayor en la Escuela*

Comunitaria Deportiva 2 del Municipio Morón. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, Nº 148, Septiembre de 2010. <http://www.efdeportes.com/>

González A. M, Recarey S, Addines F (2017). *El proceso enseñanza-aprendizaje: un reto para el cambio educativo*. En: Didáctica: teoría práctica. 2da. ed. La Habana: Editorial Pueblo y Educación

Marracino, M. (2016). *Educación Física Argenmex: temas y posiciones*. La Plata: Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Universidad Nacional de La Plata, 2010. ISBN 978-950-34-0672-4, <http://www.argenmex.fahce.unlp.edu.ar>

Mendoza Avilés, D. y Aguilar Morocho E. K. (2021). *Estrategia metodológica para favorecer la condición física de los estudiantes de la carrera Pedagogía de la Actividad Física y el Deporte*. Revista Cognosis Vol. 7 Núm. 1 (2022): enero-marzo. <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Cognosis/article/view/3310>

Moré Estupiñán, N. (2021). *La educación física y la educación para la salud en función de la mejora del rendimiento físico de los estudiantes* Revista Universidad y Sociedad versión On-line ISSN 2218-3620 vol.11 no.1 http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202019000100410

- Moreno, M. (2020). *Una concepción pedagógica de la estimulación motivacional en el proceso de enseñanza aprendizaje*. (Tesis doctoral). La Habana.
- Odiseo, O. (2019). Revista electrónica de Pedagogía. Querétaro [Versión electrónica]. Recuperado el 8 de mayo de 2019, de [http:// odiseo\[arroba\]odiseo.com.mx](http://odiseo[arroba]odiseo.com.mx)
- Palma, J. (2020). Experiencia pedagógica en la formación del promotor de salud en la Universidad Pedagógica Frank País de Santiago de Cuba. II Taller Regional sobre Promoción y EPSen el ámbito escolar. La Habana.
- Perdomo, J. y Armas, P. et al. (2019). Caracterización y diseño de los resultados científicos como aportes de la investigación educativa. UCP. La Habana.
- Rodríguez, M. (2019). Actividad Física y Salud. Recuperado de: <https://www.monografias.com/trabajos90/actividad-fisica-y-salud/actividad-fisica-ysalud.shtml>
- Romero, M. (2020) La enseñanza de la Cultura Física Terapéutica a los estudiantes asmáticos del nivel superior sustentada en el Taichi. (Tesis doctoral). Universidad de Oriente, Santiago de Cuba
- Ruiz, A. (2021). *La preparación físico terapéutica del maestro primario desde su formación inicial*. (Tesis doctoral). Universidad de Oriente, Santiago de Cuba

- Sánchez, C. (2021): Ejercicio Físico y Salud. Recuperado de <https://www.monografias.com/docs112/ejercicio-fisico-salud/ejercicio-fisico-salud.shtml>
- Torres, G. et al. (2019). Programa Director de Promoción y EPSen el Sistema Nacional de Educación. La Habana. Editorial Molinos Trade.
- _____. (2020). Fundamentos pedagógicos de la promoción de salud en el ámbito escolar. La Habana. (CD).
- Uguet, S. (2019): Promoción de la actividad física en la escuela. Beneficios sobre la salud.
- Valle. L. (2020). Algunos modelos importantes en la investigación pedagógica. La Habana.
- Vera Nieto, L. (2020). *La EPSen el área de Educación Física: propuesta curricular para 2º ciclo de educación primaria*. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 18, Nº 188, Enero de 2020 <https://efdeportes.com/efd188/la-educacion-para-la-salud-en-educacionfisica.htm>

Anexos

ANEXO 1: Encuesta para determinar el coeficiente de competencia del experto

Nombre y apellidos _____

Institución a que pertenece _____

Cargo actual _____

Calificación profesional, grado científico
académico _____

____ Profesor ____ Licenciado ____ Máster ____ Doctor

Años de experiencia en la labor docente _____

Centro en el que labora actualmente _____

Tiempo de trabajo en dicho centro _____

Categoría docente _____

Usted ha sido seleccionado como posible experto para ser consultado respecto al grado

de relevancia de un conjunto de indicadores que presumiblemente deben servirnos para

evaluar la propuesta de una metodología de EPS desde la

Educación Física, de modo que se favorezca el proceso de enseñanza aprendizaje de

dicha asignatura.

Necesitamos antes de realizarle la consulta correspondiente, como parte del método

empírico de investigación “criterio de expertos”, determinar su coeficiente de

competencia en este tema, a los efectos de reforzar la validez del resultado de la

consulta que realizamos. Por esta razón le rogamos que responda las siguientes

preguntas de la forma más objetiva posible.

1. Marque con una (X), en la tabla siguiente, el valor que se corresponde con el grado

de conocimientos que usted posee sobre la temática siguiente:

(Considere que la escala que le presentamos es ascendente, es decir, el

conocimiento sobre el tema referido va creciendo desde 0 hasta 10).

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. Realice una autoevaluación del grado de influencia que cada una de las fuentes que

le presentamos a continuación, ha tenido en su conocimiento y criterios sobre la

determinación de indicadores para la metodología de educación para la salud. Para

ello marque con una (X), según corresponda, en A (alto), M (medio) o B (bajo).

Fuentes de argumentación o fundamentación sobre el tema de estudio.	Grado de influencia de cada una de estas fuentes. A (alto) M (medio) B (bajo)
Análisis teóricos realizados por usted.	
Su experiencia obtenida.	
Trabajos de autores nacionales.	
Trabajos de autores extranjeros.	
Su propio conocimiento del estado del problema en el extranjero.	
Su institución	

ANEXO 2: Resultados de la encuesta para determinar el coeficiente de competencia de los expertos

Los resultados obtenidos para los 17 posibles expertos se muestran en la siguiente

tabla:

Posibles expertos	Pregunta 1									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Esther Zenaida Díaz Rodríguez									X	
2. Bella Flor Zamora Bell									X	
3. Ulises Mestre Gómez									X	
4. Sadiel Ruíz Reyes										X
5. Débora Mainegra Fernández								X		
6. Graciela Ramos Romero										X
7. Irela Margarita Paz Domínguez							X			
8. María Caridad Novoa López										X
9. Bigam Martínez Hung							X			
10. Dayana Margarita Lescay Blanco										X
11. Juana Palma Vaillant										X
12. Oscar Egberto Mera Chinga										X
13. Maribel Asin Cala										X
14. Rebeca Robert Hechavarría										X
15. Odalys Piña Batista										X
16. Sucel Bueno Videaud										X
17. Lázaro Clodoaldo Enríquez Caro								X		
TOTAL							2	2	3	10

Expertos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Kc	1	0,9	0,9	0,7	0,7	1	0,8	0,8	0,9	0,8	0,9	0,9	0,8	0,8	1

Categorización del nivel de competencia de los expertos

No	Kc	1	2	3	4	5	6	Ka	K	Nivel
1	1	0,3	0,5	0.05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
2	0,9	0,2	0,4	0,05	0,05	0,05	0,05	0,8	0,85	A
3	0,8	0,2	0,4	0.05	0,05	0,05	0,05	0,8	0,8	A
4	1	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
5	1	0,3	0,5	0.05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
6	1	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
7	0,9	0,3	0,5	0.05	0,05	0,05	0,05	1	0,95	A
8	1	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
9	1	0,3	0,5	0.05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
10	0,9	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	0,95	A
11	0,9	0,3	0,5	0.05	0,05	0,05	0,05	1	0,95	A
12	1	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
13	1	0,3	0,5	0.05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
14	0,8	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
15	0,8	0,2	0,4	0.05	0,05	0,05	0,05	0,8	0,8	A
16	0,9	0,2	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	0,9	0,9	A
17	0,9	0,2	0,5	0.05	0,05	0,05	0,05	0,9	0,9	A
18	0,8	0,1	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	0,8	0,8	A
19	0,8	0,2	0,5	0.05	0,05	0,05	0,05	0,8	0,8	A
20	1	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	A

21	1	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
22	1	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
23	0,7	0,2	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	0,9	0,80	A
24	0,7	0,2	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	0,9	0,8	A
25	0,8	0,2	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	0,9	0,85	A
26	0,8	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	0,9	A
27	0,4	0,1	0,2	0,05	0,05	0,05	0,05	0,5	0,45	B
28	1	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
29	1	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
30	1	0,2	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	0,9	0,95	A
31	1	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
32	1	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
33	0,9	0,2	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	0,9	0,9	A
34	1	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	A
35	0,8	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	0,9	A

Se eliminó el 27, por baja competencia.

K promedio =0,93 Competencia Alta

Información recogida con la aplicación de la encuesta de expertos.
Matriz de frecuencias absolutas.

	MA	BA	A	PA	NA
V-1	18	11	5	0	0
D-1.1	21	8	5	0	0
I-1.1.1	12	13	7	2	0
I-1.1.2	23	8	3	0	0
I-1.1.3	9	10	14	1	0
I-1.1.4	18	9	5	1	1
D-1.2	17	7	10	0	0
I-1.2.1	18	8	7	1	0
I-1.2.2	19	9	4	1	1
I-1.2.3	20	9	5	0	0
I-1.2.4	14	10	8	1	1
V-2	16	11	7	0	0
D-2.1	21	9	4	0	0
I-2.1.1	21	9	4	0	0
I-2.1.2	18	10	6	0	0
I-2.1.3	20	7	7	0	0
I-2.1.4	17	9	7	1	0
I-2.1.5	21	9	4	0	0
D-2.2	23	7	4	0	0

I-2.2.1	23	7	4	0	0
I-2.2.2	21	9	4	0	0
V-3	19	8	5	1	1
D-3.1	15	8	8	2	1
I-3.1.1	15	8	8	2	1
I-3.1.2	17	10	7	0	0
I-3.1.3	21	8	5	0	0
D-3.2	15	8	8	2	1
I.3.2.1	21	9	4	0	0
I.3.2.2	21	10	3	0	0
V-4	23	10	1	0	0
D-4.1	23	10	1	0	0
I-4.1.1	19	9	6	0	0
I-4.1.2	23	9	2	0	0
I-4.1.3	23	9	2	0	0
V-5	16	9	7	1	1
D-5.1	16	9	7	1	1
I-5.1.1	21	10	3	0	0
I-5.1.2	21	10	3	0	0
I-5.1.3	19	7	6	1	1
I-5.1.4	19	9	5	1	0

Aplicación del método Delphi

	MA	BA	A	PA	Suma	Promedio	N -P	Categoría
V-1	0,05	1,04	3,9	3,9	8,89	2,2225	1,544	A
D-1.1	0,28	1,04	3,9	3,9	9,12	2,28	1,4865	A
I-1.1.1	-0,39	0,61	1,56	3,9	5,68	1,42	2,3465	A
I-1.1.2	0,44	1,35	3,9	3,9	9,59	2,397	1,3695	A
I-1.1.3	-0,61	0,13	1,89	3,9	5,31	1,3275	2,439	A
I-1.1.4	0,05	0,81	1,56	1,89	4,31	1,077	2,6895	A
D-1.2	0	0,2	3,9	3,9	8	2	1,7665	A
I-1.2.1	0,05	0,71	1,89	3,9	6,55	1,6375	2,129	A
I-1.2.2	0,13	0,92	1,56	1,89	4,5	1,125	2,6415	A
I-1.2.3	0,2	1,04	3,9	3,9	9,04	2,26	1,5065	A
I-1.2.4	-0,23	0,53	1,56	1,89	3,75	0,9375	2,829	A
V-2	-0,07	0,81	3,9	3,9	8,54	2,135	1,6315	A

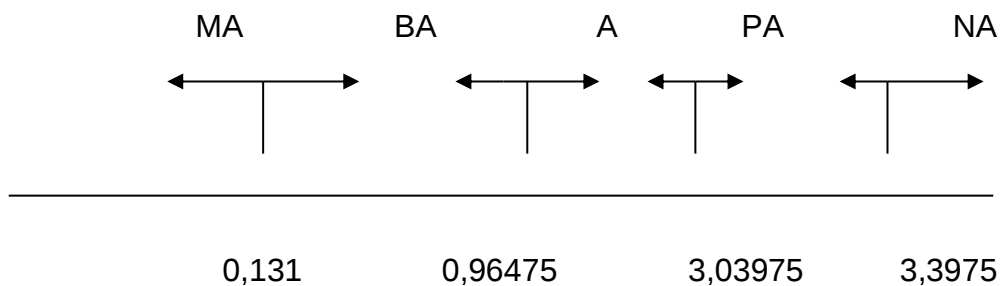
D-2.1	0,28	1,18	3,9	3,9	9,26	2,315	1,451 5	A
I- 2.1.1	0,28	1,18	3,9	3,9	9,26	2,315	1,451 5	A
I- 2.1.2	0,05	0,92	3,9	3,9	8,77	2,1925	1,574	A
I- 2.1.3	0,2	0,81	3,9	3,9	8,81	2,202	1,564 5	A
I- 2.1.4	0	0,71	1,89	3,9	6,5	1,625	2,141 5	A
I- 2.1.5	0,28	1,18	3,9	3,9	9,26	2,315	1,451 5	A
D-2.2	0,44	1,18	3,9	3,9	9,42	2,355	1,411 5	A
I- 2.2.1	0,44	1,18	3,9	3,9	9,42	2,355	1,411 5	A
I- 2.2.2	0,28	1,18	3,9	3,9	9,26	2,315	1,451 5	A
V-3	0,13	0,81	1,56	1,89	9,26	2,,315	1,451 5	A
D-3.1	- 0,15	0,44	1,35	1,89	3,53	0,8825	2,884	A
I- 3.1.1	- 0,15	0,44	1,35	1,89	3,53	0,8825	2,884	A
I- 3.1.2	0	0,81	3,9	3,9	8,61	2,1525	1,614	A

I-3.1.3	0,28	1,04	3,9	3,9	9,12	2,28	1,486 5	A
D-3.2	- 0,15	0,44	1,35	1,89	3,53	0,882	2,884 5	A
I.3.2. 1	0,28	1,18	3,9	3,9	9,26	2,315	1,451 5	A
I.3.2. 2	0,28	1,35	3,9	3,9	9,43	2,357	1,409 5	A
V-4	0,44	1,89	3,9	3,9	10,13	2,532	1,234 5	A
D-4.1	0,44	1,89	3,9	3,9	10,13	2,532	1,234 5	A
I-4.1.1	0,13	0,92	3,9	3,9	8,85	2,2125	1,554	A
I-4.1.2	0,44	1,56	3,9	3,9	9,8	2,45	1,316 5	A
I-4.1.3	0,44	1,56	3,9	3,9	9,8	2,45	1,316 5	A
V-5	- 0,07	0,61	1,56	1,89	3,99	0,997	2,769 5	A
D-5.1	- 0,07	0,61	1,56	1,89	3,99	0,997	2,769 5	A
I-5.1.1	0,28	1,35	3,9	3,9	9,43	2,3575	1,409	A
I-5.1.2	0,28	1,35	3,9	3,9	9,43	2,3575	1,409	A

I- 5.1.3	0,13	0,71	1,56	1,89	4,29	1,0725	2,694	A
I- 5.1.4	0,13	0,92	1,89	3,9	6,84	1,71	2,056 5	A
Punto s de corte	0,13 1	0,964 75	3,039 75	3,397 5	301,3 2			

$$N = 301,32/80 = 3,7665$$

Gráfica de la escala valorativa para cada variable, sus dimensiones e indicadores.



ANEXO 3: Encuesta a estudiantes universitarios

Objetivo: Identificar el conocimiento y valoración respecto a su EPS desde la Educación Física.

Estimado estudiante:

Le solicitamos de respuesta a esta encuesta como parte de una investigación que se

realiza en la institución y que siempre contribuirá a su proceso de formación. Muchas

gracias.

1. ¿Ha escuchado en sus clases de Educación Física actividades relacionadas con

las temáticas de educación para la salud?

2. ¿Siente usted que la Educación Física le aporta conocimientos para su

educación en salud?

3. ¿Se siente motivado por las clases de Educación Física para adquirir

conocimientos sobre su educación para la salud?

4. Siente usted que la asignatura le aporta conocimientos de educación para la

salud para su mejor estilo de vida

5. Siente usted que los conocimientos adquiridos en la signatura le permiten

transformar su comportamiento en la sociedad

6. En que aspectos de su vida ha incidido la asignatura para lograr un mejor

comportamiento

Educación postural

Educación antidroga

Educación antialcohólica

Educación antitabáquica

Educación sexual

ANEXO 4: Encuesta a profesores de Educación Física

Objetivo: Obtener información sobre el tratamiento en el proceso de enseñanza a los

contenidos de la educación para la salud.

Estimado profesor:

Le realizaremos algunas preguntas cuyas respuestas son de mucha importancia para

una investigación que realizamos acerca de la EPS desde la

Educación Física, le ofrecemos nuestro mayor agradecimiento.

Años de experiencia profesional: _____

Título que posee: _____

Categoría docente: _____

Años de experiencia como profesor de Educación Física: _____

1. ¿Utiliza usted contenidos de la EPS en su docencia?
2. ¿Motiva usted su docencia con temáticas de educación para la salud?

3. ¿Cree usted que sería importante conocer las temáticas de educación para la salud

para su docencia?

4. Qué contenidos del tema EPS usted ha trabajado en la docencia.

a. Educación postural

b. Educación antidroga

c. Educación antialcohólica

d. Educación antitabáquica

e. Educación sexual

5. Planifica usted de forma intencionada contenidos de educación para la salud

6. Ha procurado en su docencia transformar malos hábitos en sus estudiantes

La Educación Física como asignatura es comprendida como un área del saber que se identifica como la pedagogía, cuyo objeto de estudio está encaminado integrar conocimientos de diferentes ciencias. Todo ello permite descubrir las bases filosóficas, pedagógicas, biológicas y organizativas del proceso de enseñanza aprendizaje.

ISBN: 978-9942-42-611-6



9 789942 426116

INTERNET ARCHIVE

