



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
CÁTEDRA: CIENCIAS APLICADAS
ASIGNATURA: TRABAJO ESPECIAL DE GRADO



**IMPORTANCIA DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LA ESTUDIANTE DE
LA MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN**

Autoras: Johana Pérez
Ysleidi Sumoza
Tutor: Msc. Wilcon Franco

Bárbula, Agosto de 2015



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
CÁTEDRA: CIENCIAS APLICADAS
ASIGNATURA: TRABAJO ESPECIAL DE GRADO



**IMPORTANCIA DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LA ESTUDIANTE DE
LA MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN**

**Trabajo Especial de Grado presentado como requisito parcial
para optar al Grado de Licenciado en Educación
Mención Educación Física, Deporte y Recreación**

**Autoras: Johana Pérez
Ysleidi Sumoza
Tutor: Msc. Wilcon Franco**

Bárbula, Julio de 2015

DEDICATORIA

A Dios, el creador de todas las cosas, que me ha dado fortaleza para continuar y no caer en los momentos difíciles de mi vida.

A mi hermano Félix Joan Pérez Romero, dedico esta tesis porque fue una persona muy especial en mi vida, quien llegó a este mundo para iluminarla y en cada instante fue un aprendizaje: En este momento, aunque físicamente no está, sé que siempre me acompañas y eres esa fuerza que me ayuda a seguir adelante, por eso a ti Félix Joan Pérez Romero hermano querido te dedico mi esfuerzo donde quiera que te encuentres. Y aunque nos faltó mucho por vivir juntos, sé que este momento hubiera sido tan especial para ti como lo es para mí, Te extraño y Te amo con todo mi corazón, hasta luego, porque algún día nos volveremos a encontrar

De igual forma, dedico esta tesis a mi madre Ana Lucila Romero de Pérez que ha sabido formarme con buenos sentimientos, hábitos y valores, lo cual me ha ayudado a salir adelante durante mis momentos más difíciles y por su apoyo incondicional sin importar nuestras diferencias de opiniones y por darme la vida.

También, dedico esta tesis al hombre que me dio la vida mi padre Joel Antonio Pérez Rodríguez, que ha sido un ejemplo de apoyo y ayuda y que me ha enseñado a ser una persona luchadora, a ser una persona humilde y agradecida, que a pesar de los momentos difíciles hay que seguir y no rendirse sobre todo a no desfallecer, que hay días difíciles pero al final todo será de satisfacción por haber cumplido mi meta.

A mi esposo que estuvo conmigo en todo momento desde el comienzo de mi carrera, estudiando, apoyándome y por levantarme al momento de caer, dándome ánimos para no rendirme y por su cariño, amor, comprensión y paciencia....

A mi hijo Félix Samuel Flores Pérez por ser mi rayito de luz que está conmigo en cada momento me ha enseñado a seguir y ver que la vida hay que vivirla con amor y cariño y paciencia, hijo gracias por estar conmigo en el desarrollo de mi tesis y

darme abrazos al verme llorar y besos que me ayudan a ser fuerte. Esta tesis es dedicada a ti mi pulguita hermoso... Te ama mamá.

Johana Pérez

Al creador de todas las cosas, El que me ha dado fuerzas y sabiduría para continuar Y Permitirme llegar a este momento tan especial en mi vida. A mi madre por ser ese apoyo que me ha acompañado durante todo mi trayecto estudiantil y de vida, a mi padre por apoyarme incondicionalmente en la parte moral y económica, quien con sus consejos ha sabido guiarme para culminar mi carrera profesional, gracias dios por concederme la mejor de las hermanas, a mi abuelita y a mi tío que aunque no estén presente físicamente los llevo siempre en mi mente y corazón este título también se los dedico a ellos, siempre vivirán en mi corazón. Gracias a mi familia en general por el apoyo que siempre me brindaron.

Gracias A Todo Por Formar Parte De Mi Vida.

Ysleidi Sumoza

AGRADECIMIENTOS

Gracias a Dios por darme la fuerza de seguir adelante.

Gracias a la Universidad de Carabobo porque me formó para un futuro como licenciado en Educación Física, Deporte y Recreación.

Gracias a los profesores del Departamento de la mención de Educación Física, Deporte y Recreación porque a lo largo de mi carrera fueron pieza fundamental para poder alcanzar la meta planteada.

Gracias a mi familia, por su apoyo constante e incondicional en toda mi vida y más aún en mis duros años de carrera estudiantil; y .especialmente quiero expresar mi agradecimiento a mis padres porque sin su ayuda hubiera sido imposible culminar mi profesión. Los amo a todos.

Johana Pérez

Primeramente quiero darle las gracias a mi Dios por todo lo bueno y lo malo por guiarme siempre por un buen camino y darme sabiduría y fortaleza para seguir adelante y poder cumplir mi meta.

Gracias a mis bellos padres por su apoyo incondicional en todo momento, gracias a ustedes logre cumplir mi meta este título es de ustedes los amo con todo mi corazón.

Gracias a mi hermana bella y a mi familia por ser parte de mi vida

Gracias a mi compañera de tesis “Johana” por su apoyo y Comprensión.

Gracias a todas aquellas personas que de una u otra forma colocaron su granito de arena para el logro de esta meta.

Ysleidi Sumoza

INDICE

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
RESUMEN.....	iv
INTRODUCCIÓN.....	10
CAPÍTULOS	
I. EL PROBLEMA	
Planteamiento del Problema.....	12
Objetivos.....	13
General.....	13
Específicos.....	14
Justificación.....	15
II.MARCO TEÓRICO REFERENCIAL	
Antecedentes.....	17
Bases Conceptuales.....	20
Bases Teóricas.....	21
Bases Legales.....	23
III.MARCO METODOLÓGICO	
Matriz Epistémica.....	25
Método.....	
Diseño de la Investigación.....	26
Localización y Selección del Material.....	27
Organización del Material.....	28
Análisis de la Información.....	29
IV. CONCLUSIONES	
REFERENCIAS.....	30



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
CÁTEDRA: CIENCIAS APLICADAS
ASIGNATURA: TRABAJO ESPECIAL DE GRADO

**IMPORTANCIA DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LA ESTUDIANTE DE
LA MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN**

Autoras: Johana Pérez
Ysleidi Sumoza
Tutor: Msc Wilcon Franco
Fecha: Agosto 2015

RESUMEN

La Educación Física, el Deporte y la Recreación son muy importantes para la formación integral de todo ser humano. Por ello, el área forma parte de los pensum de estudios en los niveles y modalidades del Sistema Educativo Nacional. Es por ello, que la formación del recurso humano es de gran valía para que la función docente sea de calidad y pertinente con lo que se pretende desarrollar en los educandos. Este presente trabajo de grado, consiste en una investigación documental con la cual se pretende realizar un análisis sobre la importancia de la condición física en las estudiantes de la mención Educación Física, Deporte y Recreación de la FaCE-UC. Este estudio se abordó bajo el Paradigma Cuantitativo, con un Diseño Bibliográfico de tipo Documental. Se realizó la búsqueda de la información de la manera siguiente; (a) Localización y Selección del Material, (b) Organización del Material y (c) Análisis de la Información. Luego se procedió a establecer las conclusiones del estudio donde quedó evidenciado que la condición física es de gran importancia para los estudiantes de la mención de Educación Física, Deporte y Recreación debido a que una buena condición física permite alcanzar las metas con mayor facilidad.

Palabras clave: Educación Física, Perfil del Egresado, Condición Física

Línea de Investigación: Educación Física, Deporte, el Hombre y la Sociedad

Temática: Estudios de la personalidad de los individuos participantes en la actividad física en forma sistemática, sus expectativas, creencias, el ajuste personal y social.

Subtemática: ¿Qué, cómo, cuándo y dónde investigar en el campo de la Educación Física

INTRODUCCIÓN

La sociedad actual requiere cada vez más de actividades físicas corporales que contribuyan a mejorar la calidad de vida del ciudadano. En este sentido, la educación cumple un papel fundamental al formar a los ciudadanos con conciencia para conservar y preservar su salud física, mental y social.

Por ello, incorpora en los diferentes niveles de la educación nacional la asignatura Educación Física, la cual tiene como propósito fundamental contribuir con la formación integral del educando para que mejore sus capacidades orgánicas, desarrolle sus cualidades motrices, mantenga el equilibrio psicológico y fortalezca sus niveles de interacción social.

Así lo señala, Ramírez (1999) cuando refiere que la educación física, como parte del proceso pedagógico, está orientada a influir en el organismo humano con la finalidad de “robustecer la salud; educar y desarrollar las cualidades motrices; perfeccionar multilateralmente las manifestaciones morfológicas, funcionales, morales y volitivas...” del hombre (p. 30)

Dentro de este contexto, el docente que se encarga de impartir la asignatura debe demostrar con su personalidad que es un representante de los beneficios que aporta la práctica física corporal a quien la práctica. Al respecto, Contreras (citado por Reyno, Abarzúa, Acevedo, Paz, Pérez y Ugalde, 2013) señala que el componente físico es importante en el docente de Educación Física porque debe tener “presencia, ganas y aptitudes físicas para realizar el trabajo, ya que esas actitudes motivan el desempeño dentro de la clase en los alumnos...” (s. p.)

Por lo tanto, los estudiantes de la mención Educación Física, Deporte y Recreación de la FaCE-UC deben corresponder al propósito del área y demostrar con sus actitudes y aptitudes que serán el recurso humano que implementará fielmente este cometido.

El presente trabajo de investigación quedó estructurado de la siguiente manera:

Capítulo I, se describe el planteamiento del problema, los objetivos de la investigación y la justificación.

Capítulo II, se presenta los antecedentes del estudio, las bases conceptuales, las bases teóricas y las bases legales.

Capítulo III, se presenta el marco metodológico en el cual se sustentó la investigación.

Finalmente se presentan las conclusiones del estudio y la lista de referencias de las fuentes consultadas

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

Planteamiento del Problema

En la Facultad de Ciencias de la Educación (FaCE) de la Universidad de Carabobo (UC), se forman los profesionales de la docencia que ejercerán su función en las áreas del saber de la educación media. Así pues, una de estas menciones es la de Educación Física, Deporte y Recreación; de la cual egresan anualmente un importante número de profesionales que se incorporarán al ámbito educativo en cualquier parte de la geografía nacional.

Así pues, los aspirantes a licenciados en Educación Física, Deporte y Recreación de la UC serán formados en “actividades psico-motoras y procesos culturales para el fomento de los valores personales y biopsicosociales.” (Guzmán, 2008, p. 39); que lo capaciten para desempeñar una función docente acorde con el ámbito educativo donde se desenvuelva.

En este sentido, el aspirante a esta mención debe poseer aptitudes físicas, habilidades y destrezas deportivas, conocimientos teóricos específicos y actitudes docentes que lo califiquen para el perfil.

Dentro de este contexto, al estudiante de la mención Educación Física, Deporte y Recreación, uno de los aspectos que más lo caracteriza, es el poseer una excelente aptitud física. Por ello, para incursionar en la mención el aspirante es sometido a una serie de pruebas físicas y médicas que permiten determinar si está en condiciones físicas óptimas para desarrollarse en este perfil.

Este procedimiento de evaluación se justifica debido a que el estudiante debe cursar asignaturas prácticas de la mención que le exigen un nivel de preparación

física óptimo. Así pues, el Plan de Estudio contempla que, desde el tercero y hasta el octavo semestre, las asignaturas prácticas a cursar son: acondicionamiento físico básico, voleibol, gimnasia, baloncesto y atletismo. (Plan de Estudio de la Mención Educación Física, Deporte y Recreación de la UC, 2006). Y, del noveno al décimo semestre, las asignaturas prácticas son electivas y con baja exigencia física.

Esta situación trae como consecuencia que los estudiantes de la mención, a partir del noveno semestre, desmejoran sus condiciones físicas producto de que no tienen que cursar asignaturas que le exigen un nivel de esfuerzo mayor. Esto se evidencia fundamentalmente en el aumento de peso corporal, la falta de motivación hacia la práctica de ejercicios físicos y el poco interés en preservar y mantener una condición física propia de los estudiantes de la mención.

Ante esta realidad, se hace necesario plantear las siguientes interrogantes:

¿Los estudiantes de la mención Educación Física, Deporte y Recreación reconocen la importancia de la condición física como requisito de la carrera?

¿Las asignaturas prácticas contempladas en el plan de estudio de la mención son las que garantizan que el estudiante mantenga una condición física óptima?

¿Será pertinente analizar la importancia de la condición física en los estudiantes de la mención de Educación Física, Deporte y Recreación de la FaCE-UC ?

Estas interrogantes dieron paso a los objetivos de la investigación.

Objetivos de la Investigación

Objetivo General

Analizar la importancia de una óptima condición física en los estudiantes de la mención Educación Física, Deporte y Recreación de la FaCE-UC

Objetivos Específicos

1. Delimitar la fundamentación teórica sobre la Condición Física.

2. Revisar el perfil del egresado de la mención.
3. Determinar la importancia de una óptima condición física en los estudiantes de la mención Educación Física, Deporte y Recreación de la FaCE-UC

Justificación

En la sociedad actual es necesario mantener y conservar la imagen. Es por ello, que permanentemente se observa como innumerables productos salen al mercado con la finalidad de que la gente se vea bien. Sin embargo; una crema, la promoción de una máquina o pastillas para adelgazar no son suficientes para conseguir una salud integral.

En este sentido, la Educación Física, como área pedagógica, es la encargada de educar a las personas para que realicen actividades física corporales que contribuyan a mejorar y conservar la salud biopsicosocial del individuo.

Por ello, el recurso humano en formación, en la asignatura, debe poseer características personales y profesionales que le permita demostrar que está consustanciado con su profesión. Para Aguirre de Vergara (citada por Reyno, Abarzúa, Acevedo, Paz, Pérez y Ugalde, 2013) el docente de Educación Física

... debe tener una formación académica que le permita estar preparado para dirigir a sus alumnos, mediante conocimientos actuales y claros; tener una formación valórica la cual le permita al docente tener una comunicación cercana, dar una formación íntegra y valórica, teniendo una relación efectiva y cognoscitiva, así como también tener la capacidad de dominio de grupo y la mejor disposición en las clases. (s. p.)

Así pues, una de las características más relevante del docente de Educación Física es su condición física, la cual debe ser óptima para demostrar que es una persona sana y saludable. Para Clake (1967) la condición física de una persona se denota en "la capacidad de realizar un trabajo diario con vigor y efectividad, retardando la llegada de la fatiga, realizándolo con el menor gasto energético y evitando lesiones" (s. p.)

Además, Thiess Schnabel, (1987) refiere que la condición física es un componente del estado de rendimiento. Se basa en primer lugar en la interacción de los procesos energéticos del organismo y los músculos, y se manifiesta como capacidad de fuerza, velocidad y resistencia, como flexibilidad; está relacionada a sí misma con las características psíquicas que estas capacidades exigen. (s. p.)

Dentro de este contexto, el estudiante de la mención Educación Física, Deporte y Recreación debe poseer condiciones físicas excelentes para estar a tono con el perfil académico y profesional que debe demostrar.

Desde esta perspectiva, el presente estudio tiene como propósito analizar la importancia de la condición física en los estudiantes de la mención. Por ello los hallazgos que emerjan del estudio contribuirán:

Desde el punto de vista teórico; aportar información valiosa que permita ampliar los conocimientos en cuanto a la importancia de poseer una condición física óptima.

Desde el punto de vista institucional, reflexionar sobre las posibles debilidades que existen en el plan de estudio de la mención en cuanto a la preparación física del estudiante a fin de establecer alternativas que contribuyan a mejorar la calidad en la formación académica y profesional.

Desde el punto de vista académico, crear conciencia en los estudiantes de que la condición física no es específica del pensum sino de su profesión permanente.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

Antecedentes

El marco teórico referencial de la investigación comprende una revisión de los trabajos previos realizados sobre el problema de estudio y de la realidad contextual donde se ubica. También, este marco puede estar compuesto por aspectos: teóricos, conceptuales, legales, situacionales de la realidad objeto de la investigación u otros según convenga el caso.

En este sentido, a continuación se hacen referencia de algunas investigaciones las cuales guardan relación con el presente estudio.

Vallejo L. (2002) Llevo a cabo una investigación titulada “Desarrollo de la condición física y sus efectos sobre el rendimiento físico y la composición corporal de niños futbolistas”, Balleterra, Cerdanllola del valle, país Barcelona.

Esta investigación es un programa de intervención educativa, que da relevancia a los derechos del niño, los valores, el juego, el deporte, se discute sobre los pros y contras de la especialización y diversificación deportiva temprana, sobre los beneficios o riesgos del entrenamiento con niños, el desarrollo de la condición física, el entrenamiento de la fuerza y sus implicaciones fisiológicas, la selección y preparación de los talentos deportivos, la composición corporal, y la evaluación del rendimiento motor (batería de tests). El objetivo de este estudio fue analizar los efectos de un programa de entrenamiento de desarrollo de la condición física sobre el rendimiento físico y la composición corporal en niños prepúberes futbolistas en edad de $12 \pm .3$ años. La parte empírica de esta investigación se

realizó en Barcelona, en verano. El programa tuvo una duración de seis semanas, una frecuencia de 5 días por semana, y un volumen diario de cinco horas. La muestra fue constituida por 56 niños del sexo masculino. Las medidas antropométricas realizadas fueron 34: Peso, la talla; nueve pliegues cutáneos, catorce perímetros musculares y nueve diámetros óseos. Las variables de la condición física fueron: la flexión de tronco, velocidad, suspensión de brazos, salto horizontal, número de abdominales en 30s y la “course navette”.

Sánchez A. (2012) Llevo a cabo una investigación titulada “Acondicionamiento físico, calidad de vida y condición física. Un estudio longitudinal en mujeres mayores sedentarias”, Norte de la Isla de gran Canaria, país España. Este estudio se centra en el área de salud con la idea de aumentar nuestros conocimientos en las líneas de investigación desarrolladas sobre calidad de vida y la condición física saludable en las mujeres mayores sedentarias. Así, los objetivos del presente estudio fueron conocer los efectos de un programa de acondicionamiento físico de cuatro temporadas sobre la CVRS y la CFS de las mujeres mayores sedentarias; así como conocer los efectos del desentrenamiento tras la aplicación del programa en este colectivo. La muestra objeto de estudio estuvo formada por 20 mujeres mayores sedentarias ($71,71 \pm 5,13$ años) que nunca habían intervenido en actividades físico-deportivas anteriormente. Todas las participantes completaron SF-Health Survey y realizaron la batería de pruebas AFISAL-INEFEC. Del análisis e interpretación se deduce que dos sesiones semanales mantienen constantes los dominios de la CVRS, aunque una mayor frecuencia semanal presenta mayores beneficios. Además mejora la CFS de este colectivo, pero se determina que una mayor frecuencia es más efectiva. Por su parte, una frecuencia semanal de dos sesiones a una intensidad moderada-alta es efectiva para mantener los valores de la CVRS durante el desentrenamiento, pero una frecuencia mayor es más efectiva. De igual modo, esta frecuencia y esta intensidad son efectivas para mantener los componentes de la CFS durante el desentrenamiento, a excepción del peso y del IMC.

Condición Física

Muchos son los estudios para definir el término de condición física

Según Clarke. (1969) “la condición física es la habilidad de realizar un trabajo diario con vigor y efectividad, retardando la aparición de la fatiga (cansancio), realizando con el mínimo coste energético y evitando lesiones.

AAPHER Asociación Americana de la Educación física y Salud, (1958). “La condición física es el conjunto de componentes que debe poseer un individuo en orden a la función eficiente que satisfaga sus propias necesidades perfectamente y como contribución a la sociedad”.

Por lo tanto un profesor de educación física debe desarrollar capacidades físicas como lo son, fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad con la finalidad de ejecutar un trabajo físico eficaz que le permita desenvolverse mejor en su campo laboral.

Para Clarke. (1967) “la capacidad de realizar un trabajo diario con vigor y efectividad, retardando la llegada de la fatiga, realizándolo con el menor gasto energético y evitando lesiones”

De ahí la importancia de que los estudiantes de la mención Educación física Deporte y Recreación de la FACE-UC se mantenga en constante práctica física para mantener un perfil físico adecuado y evitar el agotamiento físico en función a beneficiar su organismo.

Por lo tanto, se debe conocer las características físicas que poseen los estudiantes en cada semestre de dicha mención con el fin de su mejoramiento.

Por otra parte Duran Moreno, Rubén Darío, (1997), en su trabajo de grado titulado: programa tipo de educación física y recreación para estudiantes universitarios.

PERFIL DE LA MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN

En la FACE-UC directamente el departamento de Educación Física, Deporte y Recreación se recolecto dicha información del perfil del egresado a dicha mención donde los estudiantes de la mención de Educación Física Deporte Y Recreación deben tener morales bien definidos, conocimientos previos de la actividad física, deportiva, recreativa, actitud reflexiva y receptiva Con Juicio Critico Y vocación De Enseñar.

Visión

La mención Educación Física, Deporte Y Recreación de la Universidad De Carabobo, será guía y catalizadora perseverante de los procesos evolutivos de la educación, la salud, el deporte y la recreación Intra y extra universitaria. Todos Sus integrantes se mantendrán con ideales de formación y desarrollo integral de calidad reconocida nacional e internacionalmente, manteniendo un alto sentido de pertenencia, perseverando en la práctica de los más altos y auténticos principios éticos, valores humanos, con énfasis en los avances científicos, técnicos y humanísticos de punta.

Misión

La mención Educación Física, Deporte y Recreación De La Universidad De Carabobo tiene como misión formar profesionales en el área, a través de los procesos de docencia, investigación y extensión, con conocimientos de alta calidad y formación integral en lo intelectual, moral, ético y salud física, actos para desenvolverse en la sociedad, involucrado de manera activa al sector de la población de influencia (Intra y extra universitaria).

En efecto, la función docente será la clave para que el proceso de enseñanza se desarrolle con la esperanza de que los educandos reciban los conocimientos teórico-prácticos, valores éticos, morales y culturales, entre otros; de modo que promuevan los cambios y transformaciones que requiere una sociedad en franco desarrollo.

Ante esta realidad, Izarra, López y Prince (2003) plantean que el educador conforma la columna vertebral del proceso aprendizaje porque ejerce las funciones que le corresponden como miembro activo dentro del sistema en el que está inmerso. Por lo tanto, se debe dar especial atención al proceso de formación y capacitación de los profesionales de la docencia debido a la influencia que éstos puedan llegar a ejercer en los educandos. (p.15)

Por otra parte, la Universidad de Carabobo (UC) y la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL), instituciones de educación superior destinadas a la formación del recurso humano en el ámbito educativo; orientan su acción para que los profesionales de la docencia sean capaces de desempeñar roles dentro de una sociedad cambiante, con vocación de servicio, con conciencia de su importante misión, como agentes de cambio para el mejoramiento social y el desarrollo cultural, científico y tecnológico del país; en correspondencia con lo establecido en la Ley de Universidades (1970) y la Resolución 1 (1996).

Entre los profesionales de la docencia que egresan de estas casas de estudio se encuentran los de la Mención de Educación Integral, cuyo perfil profesional está orientado para laboral en el nivel de educación primaria y desempeñar roles como facilitador del aprendizaje, orientador, promotor social e investigador.

Base Teórica

La base teórica en la cual se sustentó la investigación fue la relacionada con la Teoría Constructivista de Ausubel

Teoría del Aprendizaje Significativo de Ausubel

El aprendizaje significativo es un proceso a través del cual el sujeto relaciona la nueva información con las ideas previamente adquiridas en su estructura cognoscitiva; asimilando de esta manera nuevos significados construyendo así una estructura cognoscitiva más amplia. (Martínez, 2006)

En el aprendizaje significativo se supone siempre una revisión, modificación y enriquecimiento de la estructura cognitiva; por ello, con este aprendizaje se establecen nuevas conexiones y relaciones con lo cual se asegura un progreso en forma de redes desde diferentes nodos, para hacerlas útiles y así lograr la memorización y comprensión de los contenidos. (Coll y Solé, 1989)

Para que el estudiante aprenda, el docente, debe presentarle situaciones a las cuales le encuentre sentido. De allí que, Ausubel (citado por Martínez, 2006), señala que para facilitar el aprendizaje significativo se deben considerar las siguientes variables en la estructura cognitiva del sujeto:

- Grado en que las ideas se pueden discriminar de los conceptos y principios similares y diferentes que aparecen en el material que se aprende.
- Estabilidad y claridad de las ideas fundamentales, primordiales o que sirvan de base.
- Existencia de ideas de anclaje pertinentes al área de conocimiento con el nivel óptimo de generalidad, exclusividad y abstracción. (p.107).

En consecuencia, para que el aprendizaje sea significativo el docente debe presentar el contenido con una información clara, organizada y coherente; con el fin de despertar en el estudiante el interés hacia el conocimiento específico.

Finalmente la teoría del Aprendizaje Significativo de Ausubel es importante porque permitirá ofrecer información valiosa para que el docente de Educación Física desempeñe una función educativa más útil y efectiva.

Bases Legales

Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (CRBV, 1999)

La Constitución Nacional establece, en relación a la educación, la formación docente y la asignatura Educación Física, lo siguiente:

Artículo 102, establece que la educación es un derecho humano y un deber social fundamental, es democrática, gratuita y obligatoria. El Estado la asumirá como

función indeclinable y de máximo interés en todos sus niveles y modalidades, y como instrumento de conocimiento científico humanístico y tecnológico al servicio de la sociedad.

Artículo 103, establece que toda persona tiene derecho a una educación integral de calidad, permanente, en igualdad de condiciones y oportunidades, sin más limitaciones que las derivadas de sus aptitudes, vocación y aspiraciones.

Artículo 104, establece que la educación estará a cargo de personas de reconocida moralidad y de comprobada idoneidad académica.

Artículo 111, establece que todas las personas tienen derecho al deporte y a la recreación como actividades que benefician la calidad de vida individual y colectiva. El Estado asumirá el deporte y la recreación como política de educación y salud pública y garantizará los recursos para su promoción. La educación física y el deporte cumplen un papel fundamental en la formación integral de la niñez y adolescencia. Su enseñanza es obligatoria en todos los niveles de educación pública y privada hasta el ciclo diversificado, con las excepciones que establezca la ley.

Ley Orgánica de Educación (2009)

La Ley Orgánica de Educación (2009) establece en cuanto a la Educación Física y la Educación Universitaria, lo siguiente:

Artículo 16, que, “el Estado atiende, estimula e impulsa el desarrollo de la educación física, el deporte y la recreación en el Sistema Educativo, en concordancia con lo previsto en las legislaciones especiales que sobre la materia se dicten.”

Ley de Universidades (1970)

La Ley de Universidades (1970) establece en el Capítulo II relacionado con la Enseñanza Universitaria lo siguiente

CAPITULO III

MARCO METODOLÓGICO

El marco metodológico se refiere a la manera como se desarrolló el trabajo de investigación. Es decir, consiste en explicar cuáles fueron los métodos e instrumentos empleados; además de señalar el nivel, el diseño y el enfoque de la investigación.

Para Palella y Martins (2012) este marco se entiende como una “guía procedimental,... que provee pautas lógicas generales pertinentes para desarrollar y coordinar operaciones destinadas a la consecución de objetivos intelectuales o materiales del modo más eficaz posible.” (p. 79)

Matriz Epistémica Empírico-Analítica

Esta investigación se abordó desde la matriz epistémica empírico-analítica cuya particularidad reside en las mediciones, la segmentación de la realidad y la búsqueda de la objetividad. De ésta, se desprende el paradigma positivista o cuantitativo donde el conocimiento viene dado por el objeto de estudio y es copia de lo que percibimos de él como cosa real, lo que da paso al concepto de objetividad (Palella y Martins, 2012).

Para Villaroel y Castillo citados por el autor antes mencionado, la investigación cuantitativa es la que responde al paradigma del positivismo donde lo fundamental es lo real, es decir el objeto de estudio. Así, el investigador ve los hechos pero no interviene en ellos, se convierte en un observador y orienta el estudio hacia particularidades de lo social.

En este sentido, Hernández, Fernández y Baptista (2010) señalan que este enfoque representa un conjunto secuencial de procesos probatorios que se desarrollan de manera rigurosa. Así pues, se parte de una idea que se delimita, de la cual se derivan los objetivos e interrogantes de investigación, se realiza una revisión exhaustiva de la literatura y posteriormente se construye un marco teórico referencial.

Método Científico

Para Díaz (2011), el método científico ha sido el más hegemónico para construir conocimiento en cualquier disciplina científica. Asimismo, Palella y Martins (2012), ratifican lo expuesto al señalar que “este método es objetivo y tiene capacidad de predicción, control y generalización. Su misión principal es la de contribuir al desarrollo y validación de los conocimientos. Permite diferenciar la investigación de la especulación y el conocimiento científico” (p. 27).

Los autores citados igualmente señalan que este método parte de la revisión de conocimientos previos para llegar a conocimientos nuevos, utilizando procedimientos con una secuencia lógica de actividades para descubrir las características de los fenómenos. Ello, por medio del raciocinio y comprobación, demostración y comprobación.

Diseño Bibliográfico

Dentro de este contexto, la investigación se enmarcó en un Diseño Bibliográfico el cual se caracteriza por “la revisión sistemática, rigurosa y profunda de material documental de cualquier clase. Procura el análisis de los fenómenos o el establecimiento de la relación entre dos o más variables.” (ob. cit., p. 87). Para ello, utiliza documentos, los cuales recolecta, selecciona, analiza y presenta resultados coherentes. En síntesis, es un proceso que se desarrolla de manera ordenada y con objetivos precisos, cuya finalidad consiste en fundamentar la construcción de conocimientos.

Tipo Investigación Documental

En el presente estudio el tipo de investigación es el documental. El propósito de este tipo de investigación” es el de planificar un trabajo para profundizar un tema o

problema sobre el cual no es posible que el estudiante haga aplicaciones prácticas” (ob. cit., p. 90).

Según Pérez (2009), se sustenta en la recopilación de información de diversas fuentes para indagar sobre un tema en particular. Consiste en el análisis profundo de fuentes primarias y secundarias de autores que hayan realizado investigaciones sistemáticas en el tema. Entre las fuentes de información primarias se encuentran observaciones, entrevistas, cuestionarios y otros. Entre las fuentes secundarias se encuentran: textos, documentos, tesis, revistas especializadas, entre otras.

Al respecto Arias (2012), señala que la investigación documental es un “proceso basado en la búsqueda, recuperación, análisis, crítica e interpretación de datos secundarios, es decir, los obtenidos y registrados por otros investigadores en fuentes documentales: impresas, audiovisuales o electrónicas” (p. 27).

En consecuencia, para efectuar esta investigación se realizó una revisión profunda de fuentes primarias y secundarias que permitieron recabar la información necesaria para establecer el punto de vista de las investigadoras sobre el tema planteado.

Localización y Selección del Material

Esta actividad se realizó previamente y en ella se implementaron las siguientes técnicas: (a) Arqueo Bibliográfico, (b) Selección y Organización de la Información y (c) Técnica del Fichaje.

Arqueo Bibliográfico. Esta actividad consistió en buscar la bibliografía (fuente impresas, electrónicas, ficheros, bibliotecas y consultas a expertos) para el desarrollo del tema. (Pérez, 2009)

Selección y Organización de la Información. En esta actividad se procedió a seleccionar y organizar las fuentes de información empleadas. En tal sentido, se seleccionaron las fuentes primarias y las fuentes secundarias.

Las fuentes primarias. Son aquellas elaboradas por el investigador; es decir, son obtenidas de la realidad. (Pérez, 2009).

Las fuentes secundarias. Son fuentes que reseñan información de otros autores. Estas se encuentran en: documentos, textos, revistas, tesis, entre otros. (Pérez, 2009)

Para efecto de la presente investigación se empleó, como: (a) Fuente Primaria, los docentes de FaCE y los estudiantes del 9no semestre de la mención Educación Física, Deporte y Recreación; y (b) Fuente Secundaria, documentos impresos y electrónicos (tesis, libros, revistas).

Técnica del Fichaje. Con esta técnica, se procedió a registrar la información que se utilizó para desarrollar la investigación. En este sentido, para **Balestrini ()** consiste en acumular de manera metódica y ordenada los datos de las fuentes seleccionadas que servirán de apoyo en la realización del trabajo con mayor rapidez y eficiencia.

Finalmente, en el presente estudio se emplearon fichas de contenido textual, paráfrasis y de resumen; además de las fichas catalográficas, donde se recogieron todos los elementos de la referencia de donde se sustrajo información relacionada con la temática de estudio.

Organización del Material

En esta actividad se tuvo especial cuidado en los criterios que se asumieron en el desarrollo del tema. Para ello se, elaboró una matriz de contenido donde se determinó cuáles eran los temas principales y los tipos de documentos donde se encontraba la información.

Análisis de la Información

Esta etapa consistió en realizar el análisis de la información recabada para la presente investigación documental.

De acuerdo a Pérez (2009), para realizar un análisis que goce de la aceptación de la comunidad científica, es necesario utilizar las palabras apropiadas que no alteren el contenido original; por ello, los resúmenes y

análisis de los documentos deben realizarse con posiciones críticas que ayuden a su mejor entendimiento.

Por otro lado, Montero y Hochman (citadas por Pérez, 2009) señalan que existen tres técnicas básicas para elaborar un trabajo intelectual de calidad. Estas técnicas son: (a) Presentación Resumida de un Texto, (b) Resumen Analítico y (c) Análisis Crítico.

Presentación Resumida de un Texto. Consiste en la interpretación que hace el investigador, con sus propias palabras, de las ideas principales del autor consultado sin asumir posiciones personales y sin hacer comentarios. (ob. cit.)

Resumen Analítico. Esta técnica persigue profundizar en el resumen realizado por el investigador. Este objetivo se alcanza dando respuesta y reflexionando sobre las interrogantes y contradicciones que se presentan durante el análisis de los documentos. Este resumen analítico se efectúa organizando las ideas; para ello, el investigador debe identificar la idea central o principal (punto de partida) y las ideas secundarias (las que explican y aclaran la idea principal) (ob. cit.)

Análisis Crítico. Es la apreciación del texto, a partir de los elementos hallados en él mediante la aplicación de las dos técnicas anteriormente descritas. El objetivo es “evaluar la organización y la construcción de la obra. La crítica de un texto puede hacerse tanto basada en su forma como en su contenido.” p. 92)

Para el autor antes mencionado, estas técnicas no se realizan de manera separada sino que forman parte de una misma fase cuyo procedimiento lleva a la comprensión del contenido del texto. Concluyendo, en el presente estudio se emplearon estas técnicas las cuales permitieron elaborar el contenido que se presentó en el capítulo II.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES

Las conclusiones de esta investigación se han agrupado de acuerdo a los objetivos planteados en el presente trabajo.

La educación física es de gran importancia porque ayuda a fomentar el deporte y la recreación en el niño, niña y adolescentes, creando en ellos actitudes de disciplina, coordinación, valores y cultura.

Es por ello que en nuestra actualidad, el deporte ha sido reconocido y valorado por nuestra sociedad, ya que, a través de ello podemos evitar que el niño, niña y adolescente cree conductas conflictivas, y estas nos permitan que no hayan desviaciones en su formación tales como: drogas, violencia, alcohol, entre otras.

Por lo tanto, es de primordial importancia inculcar en nuestros niños y jóvenes el valor de la educación física como medio de salud física y mental, de esta manera estaremos formando un mejor ciudadano, consiente y saludable para nuestra sociedad.

El perfil del egresado de la mención Educación Física, Deporte y Recreación de la FaCE UC. Tiene que ser un individuo que entre sus características se encuentre la capacidad de entender y comprender a los estudiantes y que a través de ello, pueda crear una conducta competitiva, sana y profesional y que del mismo modo pueda realizar clases de maneras didácticas a través de juegos lúdicos donde todos y cada uno de los estudiantes se integren y formen un todo.

Es de gran importancia la condición física para los estudiantes de la mención de Educación Física, Deporte y Recreación ya que es una forma sana de diversión además de fortalecer las distintas partes del cuerpo, para mantener una vida más equilibrada y saludable, además de traer una gama de ventajas para el cuerpo humano, por lo tanto en dicha mención dispone de deportes los cuales piden exigencia física unos más que otros y sin una buena condición física no podemos cumplir o alcanzar las metas con mayor facilidad.

REFERENCIAS

- Arias, F. (2012). *El proyecto de la investigación. Introducción a la metodología científica*. 6 a edición. Caracas: Episteme.
- Araujo Luis (2009). Educación física guía de estudio. Blog digital, disponible: <http://educacionfisicadeporterecreacion.blogspot.com/2009/03/educacion-fisica-conceptos-basicos-guia.html>
- Bastidas, F. (2011). *Ejecución de un proyecto de investigación como modalidad de Trabajo Especial de Grado*. CDCH Universidad de Carabobo.
- Blázquez, (1990). Diccionario en educación física primaria. Revista digital buenos aires (revista en línea), disponible: <http://www.efdeportes.com/efd47/dicc1.htm> (consulta 2015, junio 30)
- Cagigal, (1979) y González, (1993). ¿Educación Física? ¡Hablemos de Educación Física! disponible:<http://www.ilustrados.com/tema/7357/Educacion-Fisica-Hablemos-Educacion-Fisica.html>
- Clarke, (1967). La condición física. Evolución de las tendencias. Blog digital. Disponible:<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/emilioprados/EF/confis.htm>
- Coll, C., Solé, I. (1989). *Aprendizaje significativo y ayuda pedagógica*. Cuadernos de Pedagogía, 168, 16 – 20. Doctoral, Universidad Autónoma de Barcelona, Barcelona.
- Díaz, F. y Hernández, G. (2002). *Estrategias Docentes para un Aprendizaje Significativo*. Una interpretación constructivista. Editorial Mc Graw Hill. 2da. Edición. México. [Visión panorámica del capítulo II en línea]. Disponible en: http://www.antropologia.uady.mx/avisos/frida_gerardo.pdf. Consultado el 03-05-2011.
- González, (1993). Conceptos de Educación física. Blog digital. Disponible: <http://eneducacionfisica.blogspot.com/2011/08/conceptos-de-educacion-fisica.html>
- Gómez Martínez R. (2006). Bases teóricas del entrenamiento. Disponible:

<https://books.google.co.ve/books?id=udbVOEKiwAIC&printsec=frontcover&dq=sistemas+de+entrenamiento&hl=es&sa=X&ei=2eqVVcCdHILj- QGFiIGADA&ved=0CCYQ6AEwAg#v=onepage&q=sistemas%20de%20entrenamiento&f=false>

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*, 5ª edición. México: McGraw Hill.

Izarra, López y Prince, (2003). Formación permanente en el área de educación física dirigida al docente de educación integral. Disponible: <http://servicio.bc.uc.edu.ve/educacion/arje/arj09/art01.pdf>

Martínez, E. (2006). *Una educación integral a través de estrategias de enseñanza y aprendizaje para el desarrollo cognitivo, metacognitivo y afectivo en la formación docente*. Tesis Doctoral no publicada, Universidad de Carabobo, Valencia

Navarro, (1990). Trabajo condición física. Disponible: <http://es.scribd.com/doc/66329524/TRABAJO-condicion-fisica#scribd>

Parlebas, (1976) y Ruiz Pérez, (1988). Educación física, Ensayos de Calidad: Educación física. Disponible: <http://www.clubensayos.com/Psicolog%C3%ADa/Educacion-Fisica/2267569.html>

Parella, F., y Martins, S. (2012). *Metodología de la Investigación Cuantitativa* (3ª. Ed.). Caracas. Fedupel.

Pedraz, V. (1988). *Swimming sports, Temas generales de educación física*. Blog digital. Disponible: <http://swimmingsports-jesus.blogspot.com/2010/09/temas-generales-de-la-educacion-fisica.html>

Pérez, A. (2009). *Guía metodológica para anteproyectos de investigación*. Caracas: Fondo Editorial de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (FEDUPEL)

Ramírez, J. (1999). *Conceptos: educación física, deporte, recreación*. Caracas: Episteme

Reyno, A., Abarzúa, I., Acevedo, M., Paz, M., Pérez C. y Ugalde, J. (2013). *Características que debe tener un profesor de educación física*. Revista Digital EFDeportes.com. [Revista en línea], Año 18, N°183. Buenos Aires. Disponible: <http://www.efdeportes.com/efd183/caracteristicas-que-debe-tener-un-profesor-de-educacion-fisica.htm>. [Consulta: 2015, Julio 3]

Sánchez A. (2012) *Acondicionamiento físico, calidad de vida y condición física. Un estudio longitudinal en mujeres mayores sedentarias*, Tesis Doctoral, Universidad de Extremadura, Norte de la Isla de gran Canaria, país España.

Sánchez Buñuelos, (1966). Educación Física Recreación y Deporte. Revista digital. Disponible: <https://sites.google.com/a/turboeducado.edu.../e-fisca-recreacion-y-deporte>

Universidad Pedagógica Experimental Libertador (2014). *Manual de trabajos de grado de especialización y maestría y tesis doctorales*. (4a. Ed.) Caracas: Fondo Editorial de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (FEDUPEL)

Vallejo L. (2002) *Desarrollo de la condición física y sus efectos sobre el rendimiento físico y la composición corporal de niños futbolistas*, tesis