

Modelo para la integración de herramientas tecnológicas en la asignatura de Educación Física

Model for the integration of technological tools in the subject of Physical Education

López, Enrique

Universidad Interamericana

fcdenrique.lm@gmail.com



0000-0002-8259-7036

Agustín, Cinthya Enedina

Universidad Interamericana

enedina.agustin.torres@gmail.com



0000-0002-4148-1504

Benítez, Martha

Universidad Interamericana

benitezperezmartha@gmail.com



0000-0003-2821-4855

Sección: **Ensayo científico**

Resumen

El siguiente artículo presenta la propuesta de un modelo híbrido que pretende desarrollar la actividad física de los estudiantes adolescentes mexicanos para incentivar la mejora de la calidad de vida y evitar el sedentarismo, utilizando herramientas tecnológicas al alcance del profesorado y alumnos, mismo, que se vio manifestado por la contingencia provocada por el virus SARS-CoV-2/COVID-19 y ha causado el aumento de varias patologías. En este momento, estas patologías han sido detonadas por deterioros en la salud emocional, psicológica, social y física del individuo, principalmente en el adolescente. Se presentan propuestas conjuntas de proyectos de aprendizaje transformativo, aprendizaje en equipo, trabajo interdisciplinario y multidisciplinario con diferentes instituciones, grupos, agentes que enriquezcan la tarea multiplicando las posibilidades del desarrollo físico. Se precisa gestionar los logros y objetivos que se proponen a corto y largo plazo con la utilización de Tecnologías de Información y Comunicación (TIC). Los involucrados en el aprendizaje, tienen un papel fundamental y determinante en cada uno de los roles, definiendo, de manera adecuada de acuerdo con la profesión y la trayectoria laboral donde la comunicación y la asimilación del contenido idealiza, alcanzar los objetivos planteados dentro del Modelo Híbrido Estructurado.

Palabras clave: Educación, Educación Física, Tecnología, Transformación Curricular, Sedentarismo.

Abstract

The paper presents the proposal of a hybrid model that aims to develop physical activity in Mexican adolescent students to encourage the improvement of the quality of life and avoid sedentary lifestyle using technological tools available to teachers and students. Same, which was manifested by the contingency caused by the SARS-CoV-2 / COVID-19 virus and has caused increases in several national pathologies, at this time triggered by deteriorations in the emotional, psychological, social, and physical health of the individual, mainly in the adolescent. It seeks to present joint proposals for transformative learning projects, team learning, interdisciplinary and multidisciplinary work with different institutions, groups, agents

that enrich the task by multiplying the possibilities of physical development. It is necessary to manage the achievements and objectives that are proposed in the short and long term with the use of Information and Communication Technologies (ICT). Those involved in learning determine a fundamental role in each of the roles, defining, appropriately according to the profession and the work trajectory where communication and assimilation of the content idealizes to achieve the objectives set within the Structured Hybrid Model.

Keywords: Education, Physical education, Technology, Curricular Transformation, Sedentarism.

1. Introducción

Debido a la contingencia sanitaria provocada por el virus SARS-CoV-2/COVID-19, se presentó la necesidad de implementar el modelo de educación a distancia realizando clases virtuales, lo cual produjo una deficiencia de actividades físicas escolares. Por esto, se debe replantear la acción de enseñanza - aprendizaje. Se presenta una propuesta curricular donde se propicia un mejor conocimiento, a través de integrar movimientos dentro de diferentes materias para gestionar la calidad de vida de los individuos y que, con ayuda también de la propia actividad física o deporte, ellos gestionen la manera de transportar las enseñanzas del aula para agregar un aprendizaje transformativo y dentro de sus actividades. El mismo educando se enfocaría a actuar con las herramientas adquiridas y poder seguir gestionando un aprendizaje situado en el entorno físico deportivo donde, con los estudios, identificará elementos adecuado para mejorar los rendimientos académicos programados utilizando herramientas virtuales y tecnológicas de actividades académicas donde el deporte no sea un impedimento, sino un conjunto de acción para sus actividades o dimensiones neuronales adecuadas a su contexto y esto con ayuda de herramientas digitales idóneas para una enseñanza sincrónica y asincrónica.

2. Método de investigación

2.1 Metodología

Derivado de la problemática educativa surgida a raíz de la pandemia, surge la siguiente pregunta ¿Cómo contrarrestar el sedentarismo que producen las clases teóricas con ayuda de la materia de Educación Física priorizando la salud y la mejora académica, haciendo uso de las Tecnologías de Información y Comunicación?

Romero-Blanco et ál. (2020) estudiaron el comportamiento en estudiantes de ciencias de la salud en períodos de cuarentena limitados dentro del entorno social y comunitario habitual. El entorno social puede ser un factor importante para incidir en el desarrollo del adolescente. Durante los últimos años se ha considerado un obstáculo para desarrollar un hábito de ejercicio, especialmente en la edad en la que se encuentran los adolescentes en el Nivel Medio Superior. Dicho factor afecta el núcleo familiar, el estatus de mujer, los patrones de empleo, el uso de la tecnología y el comportamiento y actitudes sexuales. Esto aunado a una pandemia, aislado, conviviendo sólo con su “familia”, sentado frente a una computadora por horas, preocupado por si les van a alcanzar los datos que tienen para seguir con clases en línea, se ha convertido en un sedentarismo total y la falta de una actividad física que le permita desestresarse vuelven al adolescente en una persona miedosa, estresada, depresiva y apática.

El Instituto Mexicano del Seguro Social ([IMSS], 2020) realizó una encuesta definida como Encuesta Nacional de Salud (ENSANUT) en 2018 para determinar los valores de la población entre sobrepeso y obesidad donde, estadísticamente, arrojó mayor predominancia de sobrepeso en hombres (42.5%) que en mujeres (36.6%). Obesidad, las mujeres 40.2% y los hombres 30.5%. La población de 0 a 4 años de edad con sobrepeso es del 8.2%. Sobrepeso en población de 5 a 11 años es de 18.4% y de obesidad un 19.5%. Población de 12 a 19 años, el porcentaje de sobrepeso en ambos sexos es de 24.7% y de obesidad, 15.0%. El sobrepeso y la obesidad en adultos de 20 y más años es de 75.2% (39.1% sobrepeso y 36.1% obesidad). En comparación con el porcentaje del 2012 fue de 71.3% el cual es igual a la población de adultos en 2018 de sobrepeso y obesidad.

Dentro de la actividad física y, específicamente en la materia de Educación Física, existe escasa producción científica relacionada con el uso de herramientas digitales para

promover la práctica de actividades físicas-deportivas, y con mayor intención referendo la nueva transformación en ámbito educativo y escolar. La investigación realizada por Gómez (2019) concluye que, en principio, no parece haber inconvenientes en el empleo de redes sociales en el aula, salvo las restricciones por motivos de edad. Destaca la facilidad de aplicación del mobile-learning en Educación Física, sobre todo, a través de la utilización de teléfonos inteligentes o Smartphones, lo que permite disponer del dispositivo durante o fuera del aula.

La parte tecnológica sirve para gestionar de manera personal el aprendizaje de los deportistas con ayuda asincrónica de sus docentes. Cuando los deportistas se encuentran en competencia o durante la clase de Educación Física, le permiten llevar a la práctica los elementos teóricos de otras materias y esto les permite dirigir su entregable semanal o actividad diaria poder contextualizarla dentro de la actividad física con practicidad, utilizando elementos tecnológicos para plasmar dicho dominio del aprendizaje. Además, le permite examinar, analizar y desarrollar sus capacidades a través de los contenidos que se muestran en la plataforma digital gestionando con la actividad física y la orientación adecuada. También pueden propiciar una competencia de autonomía e iniciativa personal para gestionar el aprendizaje situado dentro de la práctica deportiva o física.

2.2 Diseño de investigación

En relación con el contenido, nótese que, al hablar de modelos de gestión de conocimientos, planeación estratégica y basados en el proceso administrativo: planificar, organizar, dirigir y controlar (Henry Fayol, mencionado por Galicia, D. y Monroy, M., 2016), se ha introducido un modelo híbrido, objetivando la gestión del conocimiento por medio de la actividad deportiva. Esto con la finalidad de que las funciones, procesos y relaciones puedan conseguir los objetivos de una manera eficiente y eficaz de una institución educativa.

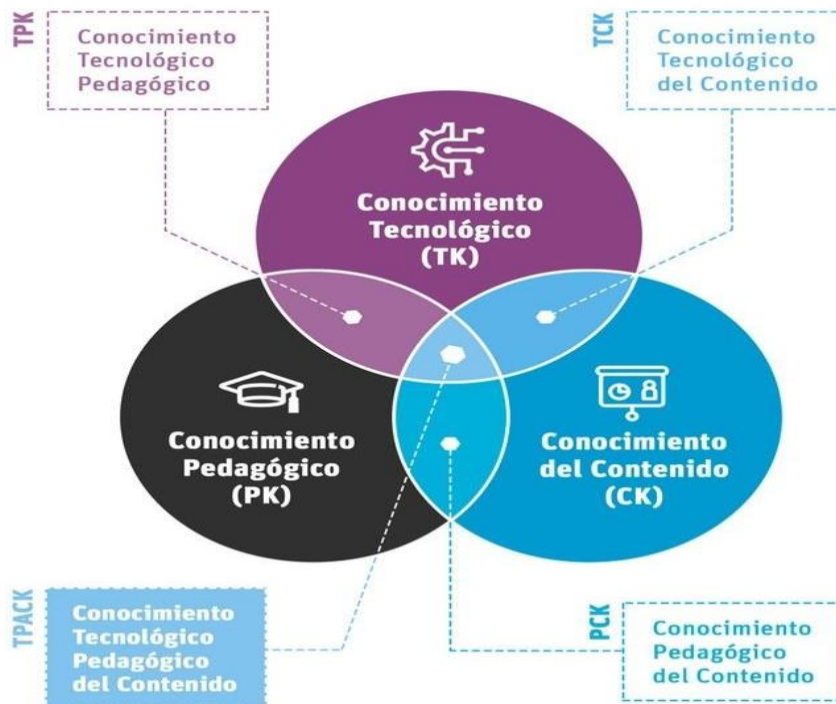
De acuerdo con una investigación sobre el modelo TPACK (Fernández et al., 2018), se concluye que existe la necesidad de cambio educativo. La mejor implementación del modelo es formar a los alumnos con TIC, no solo de forma aislada, sino teniendo en cuenta el componente didáctico-pedagógico y de contenido. La actividad física, así como los deportes, con todos los métodos y técnicas, determinan el poder realizar prácticas novedosas y de trascendencia llegando al éxito educativo, gestionando oportunamente la integración de innovación en un rediseño propio (Figura 1).

Figura 1
Rediseño propio



En la Figura 1 se aprecia el modelo de Henry Fayol que se enfoca en el proceso administrativo del cual basamos el principio de la integración con el uso de TIC del Modelo TPACK que se muestra en la Figura 2. Una vez analizados ambos modelos, se pudo realizar el modelo de creación propia enfocado y orientado a la actividad física con el uso de tecnologías, tal como se visualiza en la Figura 3.

Figura 2
Modelo TPACK



Nota. Universidad Internacional de La Rioja [UnirRevista] (2020).

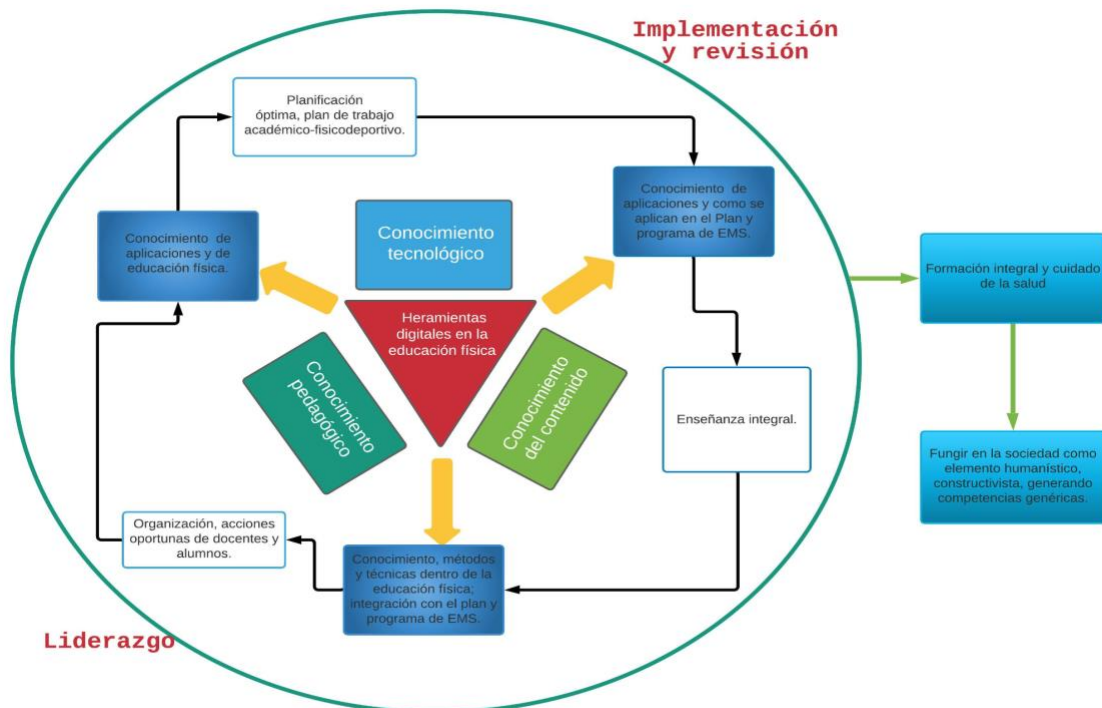
Al revisar la literatura, tomando como ejes centrales la administración estratégica y la gestión del conocimiento, se observó que los diferentes enfoques y autores coincidían en que se debe contar con una base fundamental en el conocimiento y, a partir de ello, los principales factores que repercuten para que se dé una mejora en todo su proceso. A partir de ello, se concluyó con un modelo estándar para lograr una planeación estratégica e integrar las TIC una vez identificada la forma eficaz de enseñanza.

Derivado del análisis de los modelos previamente mencionados, y para el fin de esta propuesta, se desarrolló un modelo acorde a las necesidades de este estudio. Considerando como base la relación deportiva-educativa de calidad, integrando las tecnologías de información y comunicación.

El Modelo híbrido Educación Física-TIC, que se muestra en la Figura 3, se detalla de la siguiente forma: De manera central, las herramientas digitales disponibles en el enfoque físico-deportivo, del cual emanan los diferentes conocimientos que deben estar planteados en las diversas planeaciones a desarrollar en búsqueda de la obtención integral de la enseñanza, bajo una planificación óptima en el plan de trabajo que se mencionan en el plan

y programa de la Educación Media Superior (EMS). Todo esto bajo un enfoque de liderazgo que se debe tener en constante revisión una vez realizada su implementación pertinente, que tiene como fin la formación integral y el cuidado de los estudiantes, alcanzando competencias genéricas que le permitan fungir en la sociedad con un enfoque humanista y constructivista.

Figura 3
Modelo híbrido Educación Física-TIC



Las constantes actualizaciones en el ámbito tecnológico y la cercanía que tienen a ella los estudiantes de Educación Media Superior hacen posible la integración en ámbitos educativos. Sobre todo en tiempos de la pandemia provocada por el virus SARS-CoV-2/COVID-19. Consideramos que una correcta planeación en el uso de las diversas redes sociales, plataformas educativas y software en general, permitirá la obtención de un proceso de enseñanza-aprendizaje que potencialice las habilidades digitales de los alumnos y fortalezca su activación física en el momento de realizar diversas actividades educativas.

3. Resultados

El presente trabajo se enfoca en la elaboración de un modelo que permita la integración tecnológica y la actividad física. Se presenta con el objetivo de dar a conocer para futuras implementaciones y la posibilidad de un seguimiento en su estudio.

La actividad física y ejercicio, así como la implementación de pausas activas, mejoran el rendimiento escolar, propiciando un elemento cognitivo que se adhiere al objetivo principal de la materia: incluyendo la apropiación de los conocimientos significativos que permiten desarrollar las competencias disciplinares.

Con la implementación del modelo se busca que el profesor gestione su clase considerando múltiples e innumerables series de variables, entre las cuales tenemos los objetivos, las tareas motrices, la edad de los estudiantes, la homogeneidad o heterogeneidad, los conocimientos previos, el grado de motivación y los recursos de que se dispone entre muchos otros. Con todo lo descrito, identificamos y reconocemos la habilidad del docente para aplicar los métodos, técnicas y estilos de enseñanza y las estrategias didácticas.

Se determinará en predominio de la practicidad en la Educación Física, un enfoque metodológico integrador que propicie la utilización de un método u otro en función de las necesidades de los diferentes momentos y circunstancias específicas, de las distintas tareas y situaciones, de la diversidad del alumnado, de los diferentes tipos de agrupamiento y constructos inherentes.

Cualquier situación de aprendizaje está sometida a las antes mencionadas variables y esto propicia de manera oportuna a utilizar e integrar el método híbrido generado dentro de la investigación, el cual llevaría a la mejora de las habilidades, conocimientos y a un predominio multidisciplinario en donde se integren algunas otras materias dentro de la práctica de la actividad física que se interactúa dentro de la materia de Educación Física.

Referente al uso de herramientas tecnológicas como apoyo a la impartición de la disciplina de Educación Física y en pro de la búsqueda de un equilibrio del desarrollo de las destrezas y habilidades de los alumnos de Nivel Media Superior para la resolución de problemas que tengan un impacto significativo, se propone la realización con

especificaciones precisas adecuadas a los requerimientos de cada institución de una aplicación y/o plataforma o hacer uso de las ya existentes redes sociales que permitan al estudiante llevar un seguimiento de su actividad escolar equilibrando las actividades físicas que se recomiendan realizar en medio de la pandemia provocada por el COVID-19.

4. Conclusiones

Las consecuencias de la pandemia del virus SARS-CoV-2/COVID-19 ha dejado en claro que las comunidades escolares públicas de educación Media Superior no se encuentran preparadas para una modalidad a distancia con situaciones de aislamiento. Las estrategias emergentes, el uso de la tecnología a la cual se tuvo que adaptarse y aprender de manera rápida. Sin embargo, los estragos del aislamiento social siguen y seguirán si no se fomenta un desarrollo integral en los adolescentes de Nivel Media Superior.

Consideramos pertinente la importancia de generar más investigaciones que desarrollen estrategias de adherencia a la actividad física para mejorar los hábitos que les permitan a los adolescentes desarrollar habilidades tales como el asertividad, apego, autocontrol, empatía, comunicación, resolver conflictos y realizar actividades físicas que les permitan desestresarse y sentirse bien consigo mismo y con los demás.

El uso de las TIC con una guía pertinente y un buen programa de Actividades Físicas diseñado por los docentes con sustento deportivo, permitirá garantizar el estado emocional y físico del adolescente.

Referencias

- Cózar Gutiérrez, R., Zagalaz, J., & Sáez López, J. M. (2015). Creando contenidos curriculares digitales de Ciencias Sociales para Educación Primaria. Una experiencia TPACK para futuros docentes. *Educatio Siglo XXI*, 33(3 Noviembre), 147–168. <https://doi.org/10.6018/j/240921>
- Galicia Osuna, D., & Monroy Baldí, M. E. (2016). La retórica y el discurso administrativo. *Contaduría y administración*, 61(3), 582-598. <https://doi.org/10.1016/j.cya.2015.06.003>
- Gómez, G. A. (2019). Instagram para el fomento de la Educación Física. Efeportes.com. <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/1252/798>.
- Fernández-Espínola, C., Ladrón de Guevara, L., Almagro, B. J., & Rebollo, J. A. (2018). Formación del profesorado de Educación Física en TIC: Modelo TPACK. *EA, Escuela Abierta*, 21(1), 66–76. <https://doi.org/10.29257/EA21.2018.05>
- IMSS (2020). Encuesta Nacional de Salud (ENSANUT). <http://www.imss.gob.mx/prensa/archivo/202002/059>
- Romero-Blanco, C., Rodríguez-Almagro, J., Onieva-Zafra, M. D., Parra-Fernández, M. L., Prado-Laguna, M. del C., & Hernández-Martínez, A. (2020). Physical Activity and Sedentary Lifestyle in University Students: Changes during Confinement Due to the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18). <https://doi.org/10.3390/ijerph17186567>
- UnirRevista. Universidad Internacional de La Rioja (2020). TPACK: en qué consiste este modelo y cuáles son sus ventajas. Unir.net. <https://www.unir.net/educacion/revista/tpack-que-es/>