

Una mirada pragmática de la enseñanza y aprendizaje de la educación física en tiempos de pandemia

A pragmatic look at teaching and learning physical education in times of pandemic.

Edwin David Sánchez Vargas¹

Ensayo Académico

Recibido el 17/06/2021

Recibido el 07/12/2021

Resumen

El presente artículo tiene la intención de reflexionar las prácticas docentes vividas en tiempo de pandemia y, a la vez destacar el importante papel de la educación física en el contexto sociocultural y emocional de los estudiantes en Colombia. Además, reconocer el importante papel de los medios de comunicación y las tecnologías de la información y comunicación en la enseñanza y aprendizaje de los discentes.

Palabras Clave: Actividad física, deporte, medios de comunicación, herramientas Tic.

Abstract

This article intends to reflect on the teaching practices experienced in a time of pandemic and, at the same time, highlight the important role of physical education in the sociocultural and emotional context of students in Colombia. Furthermore, it recognizes the important role of the media and information and communication technologies in the teaching and learning of students.

Key Words: physical activity, sport, media, Tic tools.

¹ Estudiante de Licenciatura de Educación Física Recreación y Deportes. Email: maldezanmu@hotmail.com Código: 20162151750.

Introducción

Es importante destacar el valioso papel de la educación física en tiempos de pandemia. Por un lado, se ha convertido en una necesidad del ser humano. Pues, “Cabe acudir a un testimonio histórico: la noción griega de aporía. Los griegos llamaban aporía a todo obstáculo que sale al paso.” (Polo, 1991). Es decir, a medida que el hombre se enfrenta a obstáculos, ve la necesidad de adoptar nuevos hábitos que le permitan satisfacer dichas necesidades, comprendiendo que la vida no es una línea recta. Es lo que actualmente se está vivenciando en la mayoría de las familias colombianas, han reconocido que la actividad física es indispensable para cuidar la mente y la salud de todos sus miembros. Asimismo, algunas familias están en la búsqueda de adquirir hábitos deportivos pero por falta de organización y/o motivación dejan a un lado el deporte.

Por otra parte, la actividad física se ha convertido en un hábito trivial, con un sentido consumista y de apariencias, olvidando el sentido que los griegos tenían de cuidar el cuerpo y a vez la mente, si el cuerpo está sano la mente está sana. Es decir, gracias al apogeo que han tenido los deportistas a nivel nacional e internacional la sociedad ha adoptado dichos hábitos propios del reconocimiento que ha tenido el país en los últimos tiempos. En consecuencia, cabe preguntarnos ¿La Actividad física es una necesidad inherente al ser humano o una moda?

De ahí que, la actividad física es un hábito indispensable en las actividades diarias de las personas, ya que, este tipo de actividades permite: despejar la mente, método de ayuda

para la relajación y la salud. Por este motivo es que los académicos sostienen que la actividad física protege a las personas, reduciendo las probabilidades de que la salud mental y física se deteriore en tiempos de crisis e incertidumbre, como los que están viviendo.

Por otro lado, en esta experiencia tan significativa del rol docente nos damos cuenta de la importancia de la actividad física en este tiempo de pandemia. Pues, coincidimos con Platón cuando sostiene que: “La educación es el arte de conducir al niño por los caminos de la razón. Su deber consiste en fortalecer el cuerpo tanto como sea posible y en elevar el alma a su más alto grado de perfeccionamiento” (Plazas & Manjón, 2010).

Desarrollo Argumentativo

El cuerpo ha evolucionado para ser físicamente activo. En otras palabras, nuestro cuerpo necesita la actividad física para mantenerse sano (Aznar & Webster, s.f). La actividad física regular está asociada a una vida más saludable. En este sentido, la actividad física debe concebirse como un hábito natural inherente al ser humano.

Expertos aseguran que la actividad física es uno de los hábitos más saludables. La infancia y la adolescencia son momentos clave para iniciar el hábito del ejercicio físico.

No obstante, la vida se ha tornado más cómoda pero paradójicamente resulta más complicado encontrar el tiempo y la motivación para realizar cualquier tipo de ejercicio, observando una escasa participación en actividad física durante el tiempo libre y un aumento en el comportamiento sedentario durante actividades ocupacionales y

domésticas (Marín y Aun, 2010; Owen et al, 2000). Permitiendo evidenciar que la actividad física regular contribuye a la prevención primaria y secundaria de diferentes enfermedades crónicas asociándose con un riesgo reducido de muerte prematura (Warburton, Nicol y Bredin, 2006).

Está demostrado que la actividad física practicada con regularidad reduce el riesgo de cardiopatías coronarias y accidentes cerebrovasculares, diabetes de tipo II, hipertensión, cáncer de colon, cáncer de mama y depresión. Además, la actividad física es un factor determinante en el consumo de energía, por lo que es fundamental para conseguir el equilibrio energético y el control del peso (Organización Mundial de la Salud, 2010).

Por otra parte, Los medios y las tecnologías de la información y comunicación constituyen modos de apropiación de la realidad, del mundo y del conocimiento.

De otra parte, si hasta hace unos años el concepto de educación a distancia se acertaba claramente tomando como criterio la no exigencia de la presencia física, en el mismo lugar y hora, de los diferentes agentes educativos, en la actualidad esta frontera entre las dos modalidades es cada vez más borrosa. De un lado, gracias a la banda ancha y a las tecnologías interactivas, se da la presencia virtual que permite la interacción de todos los actores, al mismo tiempo, en el ciberespacio, proceso que antes se atribuía -de forma exclusiva- a la educación presencial. De otro lado, la denominada educación presencial utiliza cada vez más los diversos medios y mediaciones tecnológicas, antes considerados

típicos de la educación a distancia (Facundo, 2010, p.45).

El desafío más grande que tiene en Colombia, y en América Latina en general, es romper el paradigma o mito que existe sobre la creencia que el modelo de Educación Virtual es sinónimo de “Mediocridad y Baja Calidad”.

Uno de los grandes retos de la educación virtual es lograr que el estudiante, con acompañamiento del docente, desarrolle habilidades para el autoaprendizaje, que asuma la responsabilidad de su proceso educativo y que tenga la capacidad de apoyarse en la experiencia profesional y pedagógica del docente para lograr el cumplimiento exitoso de sus compromisos académicos.

Lo virtual no es, en modo alguno, lo opuesto a lo real, sino una forma de ser fecunda y potente que favorece los procesos de creación, abre horizontes, cava pozos llenos de sentido bajo la superficialidad de la presencia física inmediata (Pierre, 1999, p.9).

Conclusiones

Durante la experiencia vivida como docente del área de Educación física adscrito a la Universidad Surcolombiana en tiempos de pandemia, se puede decir que desde lo profesional se ha aprendido a conocer e interactuar desde un ambiente distinto al aula de clase con cada uno de los estudiantes, mediante entornos de aprendizaje virtual, el cual ha permitido un acercamiento a cada uno de los hogares de los estudiantes. Por otra parte, es de gran relevancia reconocer el papel de los medios de comunicación y las herramientas Tic en el ámbito educativo durante el tiempo vivido en pandemia.

Se asume que el nuevo docente desarrolla una pedagogía basada en el diálogo, en la vinculación teoría-práctica, la interdisciplinariedad, la diversidad y el trabajo en equipo; que es capaz de tomar iniciativas para poner en marcha ideas y proyectos innovadores; que desarrolla y ayuda a sus alumnos a apropiarse de los conocimientos, valores y habilidades necesarios para aprender a conocer, a hacer, a convivir. Asimismo, incorpora a su práctica el manejo de las nuevas tecnologías tanto para la enseñanza en el aula y fuera de ella como para su propio aprendizaje permanente. Además, debe ser percibido por los alumnos a la vez como un amigo y un modelo, alguien que les escucha y les ayuda a desarrollarse (Del Castillo, 1996).

De igual forma, es importante reconocer el rol docente ya que se considera mucha dedicación para guiar al estudiante a un buen aprendizaje y a una experiencia significativa para seguir con sus estudios y que sean grandes personas y profesionales.

Es importante estar constantemente aprendiendo del día a día y adaptados a los cambios que el mundo pone, porque es la única respuesta que tenemos frente al contexto cambiante en el que vivimos.

En estas clases virtuales con los estudiantes, hace reflexionar frente a el área de educación física recreación y deportes, de tal manera que le quitemos ese rótulo a la asignatura dentro de sus planes de estudio y empezar a transformarla como una área pedagógica, que más allá de generar un destreza técnica de dicho deporte, debe buscar un buen desarrollo humano a través de las diferentes dimensiones (cognitivas, socio afectivas motrices y

emocionales) promocionando a los estudiantes y a la sociedad en general a que tengan espacios de bienestar social, familiar y personal.

Esta situación de crisis sanitaria ha permitido que docentes y estudiantes identifiquen falencias, habilidades y oportunidades de mejorar en la forma en cómo se enseña, trabaja y se aprende actualmente. Sin embargo, es menester mencionar que los docentes necesitar preparación en plataformas...limitación de computadora.

Quizás en un futuro los docentes estén mejor preparados para enfrentar cualquier emergencia sanitaria, pero sin lugar a dudas esta experiencia contribuye a seguir aprendiendo a utilizar a las herramientas tecnológicas y las herramientas colaborativas, como herramientas indispensables en la enseñanza.

La disponibilidad de computadores era igualmente escasa. Según datos del DANE (2021), el número de PCs adquiridos en el país antes de 1999 fue de 415.757 y el de portátiles de 34.049. En el año 2000, cuando operó una importante reducción de tarifas, según datos del ITU, sólo el 3.4% de la población disponía de PCs. Esta cifra era muy baja si se compara con otros países de la región. En Uruguay, el 9.9% de la población disponía de computadores personales; en Chile el 8.5% y en Argentina el 5.1%. Colombia sólo supera a Bolivia (con el 1.2%), Ecuador (2%) y Paraguay (1.1%) y, por supuesto, se encontraba muy lejos de la situación de Estados Unidos donde una de cada dos personas poseía un PC o de Europa, donde el promedio era del 40% (Facundo, 2010, p.50).

Referencias Bibliográficas

- Aznar, S., & Webster, T. (s.f) (2019). *Actividad física y salud en la infancia y adolescencia*. Madrid: Grafo S.A.
- DANE. (2021). Las TIC como apoyo en el desarrollo de actividades académicas en los programas de fisioterapia en instituciones de educación superior de Bogotá y Cundinamarca.
- Del Castillo, R.M.T. (1998). Nuevo papel docente.¿ Qué modelo de formación y para qué modelo educativo?. *Perfiles educativos*, (82).
- Facundo, Á. (2010). *La educación superior a distancia: Miradas diversas desde Iberoamérica*. España.
- Marín, M. A. (2010). Divorcio conflictivo y consecuencias en los hijos: implicaciones para las recomendaciones de guarda y custodia. *Papeles del psicólogo*, 31(2), 183-190.
- Organización Mundial de la Salud. (2010). *Recomendaciones mundiales sobre la actividad física para la salud*. Ginebra: OMS.
- Owen, N., Leslie, E., Salmon, J., & Fotheringham, M. J. (2000). Environmental determinants of physical activity and sedentary behavior. *Exerc Sport Sci Rev*, 28(4), 153-158.
- Pierre , L. (1999). *¿qué es lo virtual?* Barcelona: Paidós Ibérica S. A.
- Plazas , E., & Manjón, D. (2010). *Teoría e historia del deporte en grecia*. Obtenido de <http://tehddengrecia.blogspot.com/2010/04/la-importancia-del-deporte-para-platon.html>
- Polo, L. (1991). *Quién es el hombre: un espíritu en el tiempo*. Madrid: Rialp.
- Warburton, DE, Nicol, CW y Bredin, SS (2006). Beneficios para la salud de la actividad física: la evidencia. *Cmaj* , 174 (6), 801-809.