

# ACCION DOCENTE DEL PROFESOR DE EDUCACION FISICA

PROF. ARMANDO J. M. ALUJAS

La tarea docente del profesor de Educación Física es amplia, variada, difícil, entretenida, apasionante. Dentro de su diario accionar, la constituyen tantas y tan distintas actividades, que con frecuencia el bosque hace perder de vista a los árboles y en lo global del quehacer se olvidan detalles importantes, no por desconocerlos, sino simplemente por no reparar en ellos.

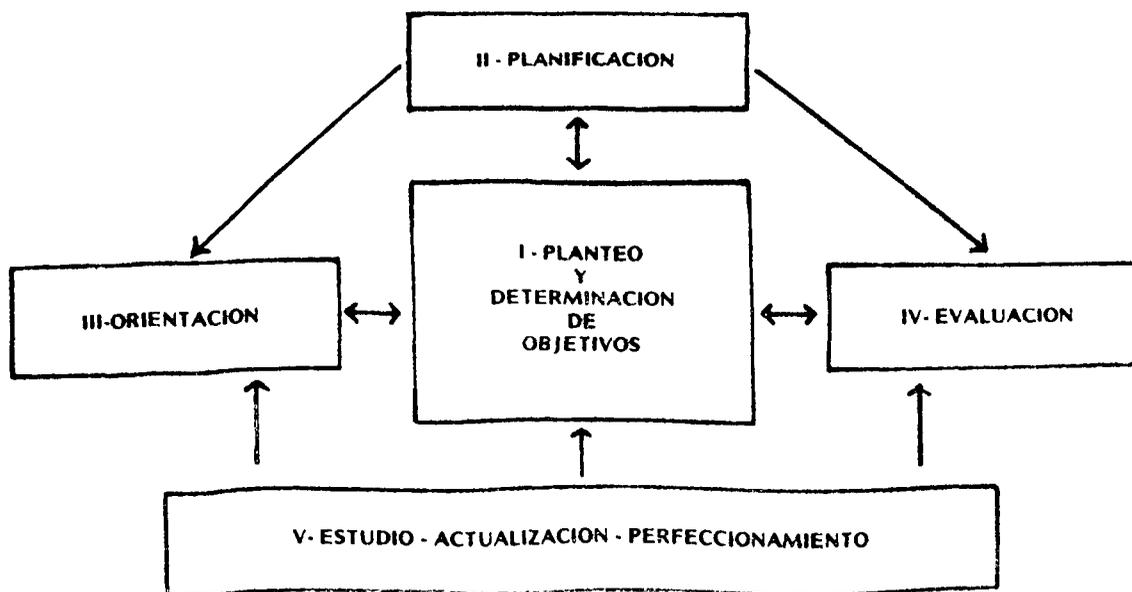
Este trabajo pretende, a partir de un enfoque general del campo de acción docente, analizar y sistematizar tareas y puntos de ataque dentro de las mismas, tendentes a facilitar y asegurar los esfuerzos y resultados.

Consecuentemente, puede constituirse en una

síntesis que sirva para refrescar nociones y conocimientos que, a veces por lejanos y otras por demasiado cercanos, la rutina va fragmentando en hechos aislados, con la consiguiente pérdida de integración y perspectiva de conjunto.

Todos los docentes determinan objetivos, planifican, dirigen el aprendizaje de los alumnos y evalúan como actos cotidianos de su profesión. Pero, ¿se tiene permanentemente conciencia de todas y cada una de dichas tareas? ¿Se las relaciona, ajusta, diferencia e integra convenientemente?

A partir de este planteo, es posible convenir que la suma de la acción docente puede involucrarse dentro del siguiente cuadro:



## I. — PLANTEO Y DETERMINACION DE LOS OBJETIVOS

I.1. La educación, como toda actividad humana se regula desde los fines, que de esa manera se convierten en principios para la acción pedagógica.

I.2. No bastan las necesidades del educando para dar legitimidad a la acción educativa, sino el ajuste a claros principios axiológicos y la nítida conciencia de los fines que se persiguen.

I.3. Deben plantearse con claridad los fines, objetivos y propósitos a lograr, en ese orden. El camino de las realizaciones será inverso. La sucesión de logros inmediatos permitirá acercarse a las metas más lejanas.

I.4. En general, la finalidad es la formación del *hombre*. Se procura en él un desarrollo integral, conciencia patriótica, capacidad para desempeñarse con eficacia e integrarse armónicamente en la sociedad, para crear y recrearse. Es decir *un hombre educado*.

I.5. Específicamente se debe satisfacer la necesidad de movimiento del hombre y por ese medio lograr su desarrollo armónico corporal, de sus cualidades y aptitudes, mejorar y mantener su salud, capacitarlo para practicar y encontrar placer en la actividad física y los deportes en grado óptimo de acuerdo con sus posibilidades «durante toda su vida». *Un hombre físicamente educado* (E. ROMERO BREST).

I.6. Para precisar estos fines y objetivos es conveniente plantearlos en forma de conductas, las que pueden estar involucradas dentro de las áreas psicomotriz, cognoscitiva, afectiva o social.

## II. — PLANIFICACION

II.1. Males comunes de la enseñanza son la rutina y la improvisación. El profesor con clara idea de sus objetivos y de su responsabilidad para concretarlos, debe planificar adecuadamente sus tareas. Planteados los fines, el planteamiento es la etapa inicial y base de toda labor docente y una exigencia taxativa de la ética profesional. Es tal su importancia, que su lineamiento general responde a instancias superiores y hasta determinados niveles su confección debe ser una tarea de equipo donde es aconsejable participen no sólo los colegas sino también los educandos.

I.2. Su adecuada elaboración requiere:

II.2.1. *Determinar la situación de aprendizaje y enseñanza.*

a) *General:* Deben tenerse en cuenta los factores sociales, políticos, económicos, cultura-

les, etc., del mundo y del país, que en cada época, condicionando todos los actos humanos.

b) *Particular:* Específicamente la de un determinado establecimiento o institución. Algunas de las variables a considerar son: medio en el que se encuentra asentado, recursos humanos y económicos disponibles, tiempo asignado, instalaciones, materiales, etc.

II.2.2. *Fijación de los contenidos.*

a) *Como tarea de equipo:* En base a los fines y objetivos, determinados y conocida la situación de aprendizaje y posibilidades, reales, se seleccionan los medios: actividades, agentes y métodos a utilizar para alcanzar los primeros. Esto da origen al programa general de la escuela o institución y los correspondientes a cada uno de sus cursos o niveles.

b) *Como tarea individual:* Apoyado en la programación general, el profesor para cada uno de sus cursos planificará analíticamente sus clases, de manera que todas ellas integradas, permitan el cumplimiento completo del programa anual.

Es necesario una amplia preparación profesional con el suficiente dominio de los temas a desarrollar y los métodos y procedimientos a utilizarse.

Es conveniente, en la medida que lo posibiliten las circunstancias, el conocimiento y acuerdo de los alumnos con respecto a los objetivos, ejercitaciones, tiempo y secuencia de las mismas, etc., en base a sus características, necesidades, intereses y posibilidades individuales y grupales.

Todos estos aspectos determinarán la selección de temas y ejercitaciones a través de los cuales el alumno adquirirá toda la gama de técnicas, habilidades y conocimientos, al mismo tiempo que desarrollará sus posibilidades psicofísicas y afectivas. (Proceso adquisitivo y formativo).

## III. — ORIENTACION DE LAS TAREAS (Enseñanza - aprendizaje)

Es la «*DIDAXIS*» (R. TITONE), es decir la acción de enseñar según las normas de la didáctica. Consiste en el acto concreto del aprendizaje y la enseñanza. En adecuada interrelación del binomio educativo, el educando orientado por el educador procura lograr los aprendizajes propuestos.

Esta fase de las tareas del profesor, requiere el conocimiento y manejo adecuado de ciertos principios, normas y procedimientos que le permitirán poner al educando en contacto con los contenidos del programa en la forma más con-

veniente para el logro de los fines y objetivos fijados.

Según MATTOS deben tenerse en cuenta las siguientes sub-fases:

### III.1. *Motivación del aprendizaje*

La motivación es el principio de todo aprendizaje, por lo que es esencial un legítimo interés de los alumnos por la materia en general y sobre cada tema o ejercitación en particular. El profesor de Educación Física cuenta a su favor con la natural necesidad de movimiento del educando. Canalizándola convenientemente mediante algunas técnicas, recursos y procedimientos de estímulo, podrá con facilidad captar su atención y dirigirla adecuadamente. Sin embargo, esfuerzo, fatiga, desánimo y tensiones, requieren del docente la permanente disponibilidad de incentivos para reforzar la motivación. Aquí su ayuda es inapreciable.

### III.2. *Presentación de la materia*

El profesor propiciará un conveniente contacto inicial con el tema de clase, técnica o ejercitación por ser el mismo esencial para el aprendizaje si, además de estimular la motivación, permite su captación en forma global. Los procedimientos que se pueden utilizar son múltiples: demostración, explicación, sugerencias, problemas, utilizando medios auxiliares como gráficos, pizarrones, diapositivas, fotografías, etc. No debe olvidarse que la demostración o explicación por parte del docente, sólo lleva a una comprensión inicial del tema por el alumno y no a su aprendizaje real.

### III.3. *Dirección de las actividades de los alumnos*

La incorporación o efectivo dominio de una técnica o conocimiento, el efectivo desarrollo de cualidades como la fuerza y la resistencia por ejemplo, de habilidades, hábitos, etc., sólo lo alcanza el alumno por sí mismo mediante la propia actividad, elaboración y experiencia. Por esta razón, es ésta, la sub-fase fundamental en el proceso de enseñanza aprendizaje, debiendo el profesor propiciar en forma óptima la acción del educando. Esto significa para el docente:

III.3.1. Organizar las tareas, montando adecuadamente el dispositivo de la clase: preparación de las instalaciones, distribución del material didáctico, utilización del espacio, organización del grupo y aprovechamiento del tiempo.

III.3.2. Estimular, orientar, ayudar al alumno mediante la acción personal y el consejo.

III.3.3. *Enseñar*: Es decir buscar los medios adecuados para que el alumno aprenda por autoactividad y autoformación, lo que implica:

a) Tener clara y permanente conciencia de los fines y objetivos mediatos e inmediatos.

b) Dominar con amplitud los agentes que utiliza.

c) Ajustar la tarea docente a la metodología general y a la graduación, progresión y procedimientos más indicados para cada agente o tarea.

d) Tratar de alcanzar resultados óptimos mediante suficiente cantidad, calidad, intensidad y continuidad de trabajo.

e) Analizar las tareas que realiza el alumno de acuerdo con las dificultades de las mismas y corregir oportuna y adecuadamente los errores que se produzcan.

III.3.4. Asegurar que el alumno tenga conciencia de lo que está realizando y para qué.

III.3.5. Dotar a la clase de un rico contenido recreativo.

III.3.5. Incitar a la creación y a la expresión, recordando que el cuerpo y el movimiento son un valioso medio de comunicación.

III.3.7. Procurar el desarrollo corporal armónico, acrecentar el acervo motor y los conocimientos del alumno, así como educar su afectividad, respetando los principios de individualización y de socialización.

III.3.8. Consolidar el binomio educativo, estableciendo una armónica relación maestro-alumno.

III.3.9. Mediante el ejemplo, una actividad positiva, afectuosa, firme, serena y una adecuada organización y administración de la clase Educación Física, procurar un ambiente armónico y ordenado propicio para la creación, el trabajo, la autodisciplina y la urbanidad.

### III.4. *Integración del aprendizaje*

Durante la elaboración de un aprendizaje, se realizan análisis de movimientos, de técnicas individuales o colectivas, que requieren volver a integrarse en un todo coherente para adquirir sentido y cristalizar en un logro efectivo.

Lo adquirido analítica y parcialmente en los pasos anteriores después de su captación global inicial, se aglutina en un conjunto encadenado y ordenado, se aclaran sus relaciones, secuencias y sentido, el movimiento aprendido adquiere forma y al comenzar su aplicación generalizada, se facilita su empleo utilitario.

### III.5. *Fijación del aprendizaje*

Desde el punto de vista motor, ningún movimiento puede considerarse aprendido hasta que no alcanza el grado de automatismo. Sólo cuando la mente se desentiende a nivel consciente de las reacciones musculares requeridas para cada situación del juego, es posible participar del mismo con pleno éxito.

La práctica de la relativamente lenta y suficientemente espaciada de las sub-fases anteriores, para permitir analizar, corregir e integrar a nivel consciente, a ejecuciones cada vez más rápidas e intensivas. Progresivamente las respuestas exigidas tendrán menos tiempo de ser racionalizadas, hasta llegar a la fijación del automatismo.

Una de las fallas profesionales más comunes es no prestar la debida atención a esta sub-fase, generalmente motivada por la falta de tiempo suficiente y el deseo de realizar más de lo realmente posible.

### CON LA FIJACION Y EL PERFECCIONAMIENTO CULMINAN LOS APRENDIZAJES

#### IV. — EVALUACION

De una u otra forma toda actividad humana es objeto de evaluación y a través de ésta puede mejorarse y alcanzar mayor eficiencia y mejores resultados.

La Educación Física por su estrecha relación con los deportes, donde la comparación de marcas y aptitudes es inherente a su carácter competitivo, ha dado gran importancia a los resultados. Sin embargo, la significación didáctica de la evaluación, supera ampliamente este aspecto, por lo que el profesor en la tarea de evaluar debe considerar entre otros elementos, los siguientes:

V.1. *Aspectos del alumno que pueden ser evaluados:*

#### IV.1.1. *Area psicofísica*

- a) Nutrición y constitución morfológica. Grado de formación física.
- b) Mecánica del cuerpo.
- c) Fuerza y resistencia muscular.
- d) Resistencia cardiopulmonar. Vigor orgánico.
- d) Aeróbica y anaeróbica.
- e) Habilidad motora (capacidad de aprendizaje motor).
- f) Eficiencia motora (capacidad de rendimiento).



g) Habilidad en deportes, actividades atléticas y gimnásticas.

h) Flexibilidad, agilidad, etc.

#### IV.1.2. *Area cognoscitiva*

a) Conocimientos de los objetivos de la Educación Física y la forma de lograrlos.

b) Conocimientos de estrategias y tácticas deportivas.

c) Conocimiento de reglamentos deportivos.

d) Conocimiento de técnicas atléticas, gimnásticas y deportivas.

e) Conocimientos de normas higiénicas, de primeros auxilios, etc.

#### IV.1.3. *Area afectiva*

a) Disposición.

b) Aceptación de valores.

c) Preferencias.

d) Actitudes.

e) Caracterización: extrovertido, introvertido, etc.

#### IV.1.4. *Aspecto social*

a) Participación en actividades colectivas.

b) Integración al grupo.

c) Espíritu de colaboración.

d) Capacidad de liderazgo, etc.

#### IV.2. *Aspectos de las tareas que pueden ser evaluados*

##### IV.2.1. *La acción docente*

Predominio del área afectiva y el aspecto social.

Mantenimiento o cambio de hábitos y actitudes positivas o negativas. Mediante la observación, registro, conversaciones, encuestas, etc., es posible acceder a juicios valorativos de inapreciable importancia para fundamentar la acción formativa.

##### IV.2.2. *Los aprendizajes*

Predominio de las áreas psicofísicas y cognoscitiva. También detectable en lo afectivo y social. Fundamental determinar la situación inicial individual y grupal, para poder apreciar los progresos y resultados finales. Forma predominantemente relativa.

##### IV.2.3. *El rendimiento*

Acento en el área psicofísica. Se evalúa en forma eminentemente objetiva, cualidades corporales, la eficiencia motora y la capacidad de ejecución de distintas habilidades gimnásticas, atléticas y deportivas. Puede ser apreciado en forma absoluta o relativa.

#### IV.3. *Etapas en el proceso de evaluación*

IV.3.1. Previa al proceso de aprendizaje (sondeo y pronóstico).

IV.3.2. Durante el proceso de aprendizaje (diagnóstico y rectificación).

IV.3.3. Al finalizar el proceso de aprendizaje (verificación).

#### IV.4. *Formas de evaluación*

IV.4.1. Absoluta (logro individual).

IV.2. Relativa (comparando y estableciendo relación con el grupo o grupos, en base a tablas, estadísticas, etc.).

#### IV.5. *Quiénes evalúan*

IV.5.1. Los profesores.

IV.5.2. Los alumnos mutuamente.

IV.5.3. Autoevaluación.

#### IV.6. *Evaluación y calificación*

Una labor que con frecuencia debe encarar el profesor de Educación Física es traducir sus evaluaciones en notas y calificaciones. Obviamente deberá hacerlo con responsabilidad, justicia y seriedad. Más que su importancia administrativa, significa para el alumno una referencia concreta de sus progresos y logros, así como de sus deficiencias y errores, lo que es indispensable en el aprendizaje y para su propia maduración y autoafirmación. Bien aplicada es un estímulo, lleva a la reflexión y sirve de incentivo. Es recomendable la «Ponderación» de los datos obtenidos en pruebas objetivas, con la situación inicial, condiciones y aptitudes de cada alumno. Debe considerárselo como un ser integral, balanceando su comportamiento afectivo y social, con la cantidad y calidad de sus aprendizajes y el rendimiento concreto a nivel de eficiencia y marcas logradas.

### V. — PERFECCIONARSE, ESTUDIAR Y ACTUALIZARSE

«La adquisición del título de profesor, logrado a través de los estudios especializados, coloca al poseedor en el tramo inicial de un camino: el de la acción docente. El interés personal, tenaz y permanente y la investigación sobre los fines y medios del propio trabajo, da al profesor el impulso necesario para recorrer rectamente aquel camino obteniendo resultados exactos» (C. LOPEZ ARIAS).

Actualmente los conocimientos y las técnicas evolucionan, cambian y son renovadas con tal rapidez, que gran parte de lo aprendido en las casas de estudio, queda desactualizado al poco tiempo.

Los docentes tienen la obligación de un continuo estudiar y perfeccionarse pues el material con que trabajan es de un valor inapreciable: EL HOMBRE. Pero, precisamente por esto, su preocupación no puede ser lo puramente técnico, puesto que también y ante todo ha de ser un MAESTRO.

La información y la tecnología capacitan para manejar los efectos, pero no bastan para descubrir y analizar las causas y prever las últimas consecuencias.

La formación del profesor debe ser integral, mediante la asimilación sistemática de la cultura en relación con la propia escala de valores. Ha de alcanzar la dimensión de persona, enriqueciendo el saber con la ética y la estética, inserto en los problemas del tiempo y capacitándose para enfrentar la realidad e influir favorablemente sobre la misma.

En este continuo perfeccionarse debe:

V.1. Mantener y desarrollar su capacidad intelectual y física.

V.2. Actualizar y acrecentar su preparación general y especializada en la asignatura. Serán objeto de su estudio la anatomía, fisiología, psicología, sociología, pedagogía, filosofía y tecnología de los distintos agentes.

V.3. Revitalizar continuamente su vocación, amor pedagógico y tendencia hacia el ser juvenil mediante la autocrítica y constante concientización del valor de su misión docente.

V.4. Afirmar su tendencia hacia los valores.

V.5. Procurar desarrollar y mantener su buen humor.

V.6. Interesarse sinceramente y profundizar su conocimiento de:

V.6.1. El niño, el joven y el adulto.

V.6.2. El individuo y el grupo social.

V.6.3. El pueblo, la nación y la humanidad.

V.6.4. La escuela, las instituciones.

V.7. Cultivar su sentido estético interesándose en las manifestaciones artísticas que le permitan lograrlo.

V.8. Culturalizarse.

V.9. Individualizarse y consolidar su personalidad.

V.10. Espiritualizarse y humanizarse.

### EN SINTESIS

El profesor debe cultivarse plenamente desde adentro porque su misión es dar y formar y para poder hacerlo es necesario tener y ser.

### BIBLIOGRAFÍA

LAFOURCADE, P. — «Evaluación de los aprendizajes». «Kapelusz», 1971.

BILBROUGH y PERCY JONES. — «Didáctica y desarrollo de la Educación Física». «Kapelusz», 1975.

MATTOS, L. A. — «Compendio de didáctica general». «Kapelusz», 1967.

LOPEZ ARIAS, C. — «Curso de información y perfeccionamiento para profesores de Educación Física de las escuelas profesionales de mujeres», 1950.

LOPEZ, M. — «Publicaciones varias y fichas de la cátedra de Teoría del I.N.E.F., de Buenos Aires».

MARRAZZO, María C. B. de. — «La Educación Física», Ciordia, 1966.

ROMERO BREST, E. — «Curso de orientación e información para inspectores y profesores de E. F. - D.G.E.F. Prov. Bs. As., 1956. Cursos y publicaciones varias».

TITONE, RENZO. — «Metodología didáctica», Rial, 1966.

ZORZENON, JOSE. — «Apuntes para la cátedra de Evaluación del I.N.E.F., de Buenos Aires».

D.N.E.F.D. y R. — «Circulares y publicaciones varias».

para una mayor comodidad  
en el tratamiento del dolor local

# ALGESAL<sup>®</sup> ESPUMA

Espuma antirreumática, analgésica, antiinflamatoria.



## ALGESAL ESPUMA

### Composición

Laurilsulfato de nopoxamina, 10 mg;  
Salicilato de dietilamina, 100 mg;  
Excipiente, c.s.p. 1 g de emulsión.

### Presentaciones y P.V.P.

Envases con 30 y 60 g de emulsión.  
P.V.P.: 288, — y 426, — Ptas.

## ALGESAL ACTIVADO

### Composición

Salicilato de dietilamina, 10%;  
Nopoxamina (homomirtenil-oxi-  
dietilaminoetano), 1%;  
Excipiente, c.s.p. 100 g.

### Presentación y P.V.P.

Envase con 50 g de pomada.  
P.V.P.: 167, — Ptas.

### Indicaciones

Terapia percutánea del dolor local,  
dolores reumáticos, articulares  
y musculares, torceduras, torticolis,  
lumbago y otros de parecida  
naturaleza.

### Posología y modo de empleo

Aplicarse varias veces al día una  
cantidad suficiente según la extensión  
de la zona dolorosa, practicando una  
suave fricción hasta su completa  
absorción.

### Efectos secundarios

Hasta el momento no se han  
observado.

### Contraindicaciones

No se aplicará sobre heridas abiertas  
ni mucosas.

### Incompatibilidades

Ninguna conocida.



**KALIFARMA, S.A.**

Apartado 12068 - BARCELONA

# Bio-Star<sup>®</sup>

energizante fisiológico



## INDICACIONES

Sobre esfuerzos físicos, psíquicos y mentales. Decaimiento general, agotamiento, debilidad. Senilidad y envejecimiento precoz. Distonia neurovegetativa, convalecencias, climaterio.

## COMPOSICION

Por cápsula: Ginsenósidos extractivos equivalentes a 400 mg. de polvo de raíz.

Por vial y por sobre: Ginsenósidos extractivos equivalentes a 1.500 mg. de polvo de raíz.

## POSOLOGIA

Cápsulas, 2 a 4 al día. Viales, 1 a 2 al día. Sobres, 1 a 2 al día.

## CONTRAINDICACIONES

No se le conocen.

## INCOMPATIBILIDADES

No se le conocen

## EFFECTOS SECUNDARIOS

No se le conocen.

## TOXICIDAD

No se le conocen.

## PRESENTACION

Cápsulas: Envase con 30 cápsulas (P.V.P.i.i. 349,—)

Viales: Envase con 10 viales bebibles (P.V.P.i.i. 561,—)

Sobres: Envase con 15 sobres monodosis (P.V.P.i.i. 561,—)

**Novag**

Div. Novag de "Ferrer Internacional, S.A."

**ESPECIALIDADES FARMACEUTICAS**

Gran Vía de Carlos III, 86 (Edificios Trade) Barcelona