



Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Actions that promote university extension from the Physical Education class in university careers

Yanisleydis Ramírez-Molina ^a, Magaly Modesta Quesada Miranda ^a, Luz Diamela Carbonell-Ramos.

a. Departamento Educación Física y Recreación, Facultad de Cultura Física, Universidad de Camaguey, Cuba.

*Correo electrónico: yanisleydis.ramirez@reduc.edu.cu

Este documento posee una [licencia Creative Commons Reconocimiento-No Comercial Compartir igual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



Recibido: 23 de febrero de 2020

Aceptado: 21 abril de 2020

Financiamiento: ninguno

Conflicto de interés: no se declara

RESUMEN

La Extensión Universitaria es fundamental para la formación del profesional de educación, por lo que debe fomentarse desde todos los contextos y la clase de educación física no está exenta de ella, requiere de la implementación de acciones elemento que fue demostrado durante la investigación, estas le proporcionan a los estudiantes las habilidades necesarias para su futura profesión, mediante estas acciones logra el fortalecimiento de la salud, así como formar rasgos morales de la personalidad, además de la formación de hábitos y capacidades físicas, intelectuales y espirituales, necesarias para el cumplimiento de su desarrollo en

Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Yanisleydis Ramírez-Molina, Magaly Modesta Quesada Miranda, Luz Diamela Carbonell-Ramos.



toda plenitud humana. A través del método de la observación se realizó el diagnóstico para determinar las acciones necesarias para el logro del objetivo trazado que esencialmente era el logro de la extensión universitaria a través de la clase de educación física, la meta trazada fue cumplida al implementar las acciones diseñadas, obteniendo entre los aspectos significativos el desarrollo de la educación física mediante juegos.

Palabras claves: extensión universitaria, clase de educación física, acciones

ABSTRACT

University Extension is essential for the formation of professional education, so be encouraged from all contexts and physical education class is not exempt from it, requires the implementation of action item that was shown during the investigation, they will provide students with the necessary skills for their future profession, through these actions can strengthen the health and moral form of personality traits, as well as the formation of habits and physical, intellectual and spiritual, needed to fulfilling its development throughout human fulfillment. Through the method of observation was diagnosed to determine the actions needed to achieve the goal set was essentially university extension achievement through physical education, the stated goal was accomplished by implementing actions designed, obtaining between the meaningful development of physical education through games.

Key words: university extension, physical education class, actions.

Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Yanisleydis Ramírez-Molina, Magaly Modesta Quesada Miranda, Luz Diamela Carbonell-Ramos.



INTRODUCCIÓN

“Ustedes serán educadores. Ustedes ostentarán el honroso título de profesores y portadores del bienestar y de salud para niños, jóvenes, adultos y ancianos.” (De Diego, 2006)

La Educación Física según López, (2006) representa una dimensión particular del proceso educativo, conformada por una unidad semántica compuesta por el sustantivo *Educación* y el adjetivo calificativo *Física*. Constituye, por tanto, una expresión no unívocamente entendida, con significados muy distintos en función del momento histórico, la tradición y el contexto sociocultural, pero cuyo alcance no se reduce a una simple educación de lo físico.

Por otra parte, la Educación Física, según Ruiz (1986), es un proceso pedagógico que está encaminado al perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo del hombre, a la formación y perfeccionamiento de sus habilidades motrices vitalmente importantes, a la elevación de los conocimientos y al desarrollo de cualidades morales individuales y sociales de la personalidad.

La disciplina Educación Física está encaminada al desarrollo de los estudiantes en lo biológico, en lo cultural y en lo social, contribuyendo a formar un egresado saludable, con un nivel de Cultura Física que garantice su armónico desarrollo y una mejor calidad de vida. Tiene dentro de sus objetivos mejorar la condición física, la apropiación de métodos para la auto preparación sistemática y consciente y propiciar la formación del

Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Yanisleydis Ramírez-Molina, Magaly Modesta Quesada Miranda, Luz Diamela Carbonell-Ramos.



hábito de práctica de ejercicios físicos; contribuyendo así al mantenimiento y mejoramiento de la salud y a la correcta utilización del tiempo libre. Los contenidos permitirán el desarrollo de las formas y funciones del organismo, influirán en la formación de valores y responderán a las necesidades físicas del futuro egresado en lo laboral, en lo social y en la defensa del país.

Es un elemento importante que contribuye al desarrollo de las capacidades en las nuevas generaciones y al fortalecimiento de la salud, así como lograr transmitir conocimientos teóricos y prácticos, formar rasgos morales de la personalidad, además la formación de hábitos y capacidades físicas, intelectuales y espirituales necesarias para el cumplimiento de su desarrollo en toda plenitud humana.

Además propicia el desarrollo físico general, el fortalecimiento armónico y perfecciona las habilidades necesarias para la vida, que sirvan de base para una alta eficiencia laboral, militar y deportiva ; fijando los hábitos higiénicos y corporales, biológicos y políticos en el uso racional del tiempo libre, para las carreras universitarias fundamentalmente las pedagógicas esto es esencial pues los estudiantes en su profesión necesitarán de estas habilidades para su desempeño profesional de manera integral, se hace necesario implementar acciones que propicien la extensión universitaria desde la clase, pudiendo esto lograrse a partir de los deportes que se utilizan como medio diseñados en cada programa.

La asimilación de los contenidos recibidos permitirá realizar actividades físicas extra docentes y continuar en años superiores y aún después de graduados, concretándose así el aporte de la disciplina al desarrollo de una cultura física en los estudiantes.

Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Yanisleydis Ramírez-Molina, Magaly Modesta Quesada Miranda, Luz Diamela Carbonell-Ramos.



Concretamente, la Educación Superior Cubana se sustenta en tres ideas rectoras o pilares:

- 1.- La unidad entre la educación y la instrucción.
- 2.- La vinculación del estudio con el trabajo.
- 3.- La relación de la teoría con la práctica. (Horruitiner, 2006).

El extensionismo, llevado a cabo por medio de las actividades de extensión universitaria, desde lo curricular y lo extracurricular, tiene como propósito que los estudiantes logren una formación y cultura general e integral para su futura vida profesional, a partir de las diferentes manifestaciones culturales, las actividades de la Cultura Física y la participación en proyectos comunitarios, entre otros.

La clase de educación física tiene como tarea fundamental contribuir al perfeccionamiento de los adolescentes mediante las diferentes actividades físicas deportivas y recreativas, de manera que ayuda a la instrucción y educación de un joven capaz de conducirse activa y conscientemente en la práctica de las actividades deportivas.

Desde el punto de vista conceptual, la Universidad de las Ciencias del Deporte (s.f) define la Recreación Física como: La realización de actividades de diversos tipos, que ejecutada en un tiempo libre, van a tomar como marco de acción una instalación, el campo deportivo o simplemente, los recursos que ofrece la propia naturaleza para brindar al individuo la satisfacción de una necesidad de movimiento.

Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Yanisleydis Ramírez-Molina, Magaly Modesta Quesada Miranda, Luz Diamela Carbonell-Ramos.



Por sus características y particularidades uno de los deportes fundamentales para su desarrollo es el atletismo, que se define en tres órdenes de la actividad humana: las carreras, los saltos y los lanzamientos, Este deporte es universal porque siendo el más natural de todos, la totalidad de los grandes juegos deportivos toman de él sus elementos: velocidad, resistencia, flexibilidad y fuerza.

Dentro de la Disciplina Educación Física, el atletismo por sus particularidades educativas permite desarrollar juegos, competencias, juegos pre-deportivos y actividades físicas deportivas y recreativas dentro de la clase y fuera de la misma con el objetivo de lograr la extensión universitaria a través de la clase de Educación Física.

El atletismo propicia la adquisición de conocimientos teóricos y técnicos-tácticos que le permiten a los estudiantes desarrollar las habilidades y capacidades físicas con vistas a su posterior participación en las actividades físico-recreativas con eficiencia, las que poseen caracteres extensionistas en las Universidades, este es el elemento esencial dentro de estas carreras y solo se logra si se implementan acciones en correspondencia con él, durante la docencia.

Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Yanisleydis Ramírez-Molina, Magaly Modesta Quesada Miranda, Luz Diamela Carbonell-Ramos.



DESARROLLO

La Cultura Física en las universidades se pone de manifiesto a partir de sus dos esferas fundamentales: la Educación Física Curricular y la Extensión Universitaria, la primera se lleva a cabo por medio de un programa de estudio dosificado por un tiempo determinado, sujeto a un horario docente, donde se refleja, entre otros elementos, los objetivos a alcanzar, el contenido a desarrollar, sistema de valores a lograr y habilidades a alcanzar, orientaciones metodológicas, entre otros elementos.

Uno de los procesos sustantivos de la Educación Superior lo constituye la extensión universitaria, el que se puede definir, según Gil González (1996), como: “El sistema de interacciones de la Universidad y la Sociedad, mediante la actividad y la comunicación, que se realizan dentro y fuera del centro de educación superior, con el propósito de promover la cultura en la comunidad universitaria y extrauniversitaria, para contribuir a su desarrollo cultural. (p.46).

En el caso de la Extensión Universitaria, se lleva a cabo, desde el punto de vista general, mediante la ejecución y desarrollo de actividades físicas generales, deportivas y físico-recreativas y tiene como propósitos esenciales que el futuro egresado llegue a poseer una cultura física que le permita el mejoramiento y conservación de su salud, así como fomentar la práctica de ejercicios físicos y deportes en sus educandos y que puedan coordinar y orientar el trabajo hacia la formación de valores patrióticos, políticos, éticos, estéticos y medioambientales.

Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Yanisleydis Ramírez-Molina, Magaly Modesta Quesada Miranda, Luz Diamela Carbonell-Ramos.



Es por ello que el trabajo extensionista desde la clase de educación física juega un papel fundamental en estos estudiantes que se preparan para su futura profesión: profesores, los que estarán vinculados a las escuelas, las familias, las comunidades siendo protagonistas del trabajo extensionista como parte de su quehacer diario.

Por los argumentos anteriormente descritos se formula la siguiente interrogante ¿Cómo potenciar la extensión universitaria a través de la clase de Educación física?

Un grupo de docentes – investigadores se dieron a la tarea de obtener una respuesta con la implementación de la extensión universitaria a través de la clase de educación física en los estudiantes de las carreras universitarias pedagógicas a través de un sistema de acciones que permitan mejorar la preparación física de los estudiantes, como parte de las actividades extensionistas que se desarrollan en la Universidad de Camagüey.

En la Educación Superior, el programa de la Educación Física responde a los objetivos generales de la Cultura Física; aumentar el nivel de preparación física y formar hábitos de la práctica de ejercicios físicos de los estudiantes; que les permitirán la incorporación masiva, sistemática y consciente de la práctica de la Educación Física, contribuyendo con ello a mejorar su salud y a la correcta utilización de su tiempo libre.

Esta disciplina pertenece al ciclo de formación general. Es impartida a los dos primeros años de cada carrera con una frecuencia de dos veces por semana durante los 4 semestres, llamados Educación Física I, Educación Física II, Educación Física III y Educación Física IV; siendo cada uno de un total de 28 H/C. El número de horas

Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Yanisleydis Ramírez-Molina, Magaly Modesta Quesada Miranda, Luz Diamela Carbonell-Ramos.



lectivas en que se desarrolla es de 112H/C y las clases tienen una duración de 50 minutos. (Programas plan “E”)

En este programa se utiliza como uno de los medios el deporte de atletismo, este deporte cubre un amplio campo de posibilidades en el desarrollo de capacidades y habilidades físicas fundamentales para el desenvolvimiento motriz de cualquier persona.

“La riqueza potencial de los deportes es tal, que su influencia se ejerce no sólo en lo físico, sino también en lo psíquico, intelectual, moral y estético, produciendo cambios estructurales y funcionales en el organismo. Al ser el deporte un fenómeno social, responde también a los fines y objetivos de la sociedad en que se desarrolla.” (Álvarez, 1989)

El estudiante puede conocer el desarrollo de las actividades físicas desde el punto de vista biológico y social, comprobar cómo las actividades físicas deportivas le permiten participar activamente en las tareas, desarrollando valores que demanda la sociedad, adquirir conductas correctas relacionadas con el comportamiento individual y colectivo. Además, le permite incrementar la capacidad física de trabajo adquiriendo conocimientos sobre su autocontrol durante la actividad física, mecanismo de respiración que puede transmitir en su vida profesional.

El medio fundamental es el ejercicio físico que se diferencia del resto de los movimientos que realiza el hombre en que son seleccionados con fines pedagógicos para influir positivamente en el desarrollo de capacidades físicas, los hábitos y las habilidades motrices agrupados en forma de juego, gimnasia y deportes.

Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Yanisleydis Ramírez-Molina, Magaly Modesta Quesada Miranda, Luz Diamela Carbonell-Ramos.



Teniendo en cuenta el objetivo que se persigue, así como el diagnóstico de los estudiantes, que se desarrolló a través del método observación, se obtuvo como resultado las siguientes regularidades: Lo fundamental es crear la representación sobre la técnica estudiada, el dominio de la práctica en la ejecución de los movimientos y la ejecución de las acciones en forma correcta, la clasificación de la ejecución, la determinación de los errores y la corrección de los mismos.

Como se constata no existen regularidades encaminadas a propiciar la extensión universitaria desde la clase, por lo que se limita el desarrollo de las habilidades en estos estudiantes, así como el fortalecimiento de la salud, la formación de hábitos y capacidades físicas, intelectuales y espirituales para su futura formación integral y desarrollo personal. Tomando en consideración los resultados obtenidos en el diagnóstico, los investigadores proponen algunas acciones que han sido elaboradas teniendo en cuenta la práctica pedagógica, los objetivos del programa y el objetivo que se persigue, por su importancia dentro de la investigación se relacionan a continuación:

- Propiciar que los estudiantes participen y tomen decisiones en la formación de su propia preparación física.

Ej.: Realizar competencias de relevo de forma independiente dejándolos que empleen todas las formas creativas posibles.

- Estudio y análisis de las reglas en las carreras de relevo del atletismo.

Ej.: Realizar carreras de relevo donde se seleccionen estudiantes como árbitros y hagan cumplir las reglas. Propiciar la participación de los estudiantes dentro de la clase en las actividades, estimulándolos a que realicen mayores esfuerzos.

Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Yanisleydis Ramírez-Molina, Magaly Modesta Quesada Miranda, Luz Diamela Carbonell-Ramos.



Ej.: Planificar juegos de habilidades en la plaza, involucrando en la participación los profesores y estudiantes de las diferentes facultades.

Habilidades

- Realizar salto sin impulso, para determinar quién salta más.
- Realizar carreras de velocidad, para ver entre estudiantes y profesores el más rápido.
- Desarrollar competencias de habilidades con otros grupos de clase.
- Realizar actividades deportivas vinculadas a la comunidad.

Ej.: Realizar actividades deportivas donde el estudiante tenga un papel protagónico en su desempeño, con la participación de todos en la comunidad.

- Realizar visitas a la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar “Cerro Pelado”, por las diferentes instalaciones deportivas, para enriquecer los conocimientos de los estudiantes de las actividades físicas.
- Fomentar el movimiento de pioneros creadores en beneficio de la educación física y el deporte en la confección de medios de enseñanza para su práctica.
- Ejemplificar dentro de la clase las actividades que manifiesten solidaridad de Cuba con otros pueblos del mundo en la esfera del deporte (Atletismo).

Ej.: Desarrollar un conversatorio con glorias deportivas, atletas destacados de la población donde le transmitirán a los estudiantes su experiencia, así como darle a conocer los profesores y atletas del municipio que conozcan que hayan cumplido misión en otros países.

- Vincular y motivar a los estudiantes en actividades de higiene y embellecimiento de las áreas deportivas en función de mantener la salud ambiental.

Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Yanisleydis Ramírez-Molina, Magaly Modesta Quesada Miranda, Luz Diamela Carbonell-Ramos.



CONCLUSIONES

A partir de un estudio diagnóstico realizado en la Universidad, en las carreras pedagógicas que reciben la asignatura de Educación Física se constató la necesidad de elaborar un sistema de acciones que favorecieron la labor extensionista en estos estudiantes con vistas a desarrollar las habilidades que el programa persigue. La implementación de las acciones favoreció el desarrollo de habilidades pedagógicas en los estudiantes y su desarrollo integral.

Además el desarrollo alcanzado por la sociedad cubana actual demanda la formación integral y armónica de todos sus miembros, en cuyo empeño juega un papel fundamental el sistema de educación establecido en el país a partir del Triunfo de la Revolución, en enero de 1959.

Referencias.

- Álvarez, A. (1989) *Multipotencia instructivo – educativa de los deportes motivo de clase en la Universidad de la Habana*, Tesis en opción al título científico de Doctor en Ciencias. UH. Cuba.
- De Diego, Mario, J. (2006) *Fidel y el deporte*, Ciudad de la Habana. Cuba.
- Gil, R. (1996). *Un modelo de extensión universitaria para la Educación Superior Cubana. Su aplicación en la Cultura Física y el Deporte*. Tesis en opción al Título de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Universidad de La Habana, La Habana, Cuba.

Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Yanisleidis Ramírez-Molina, Magaly Modesta Quesada Miranda, Luz Diamela Carbonell-Ramos.



- Horruitinier, P. (2006). *La Universidad Cubana: El modelo de formación*. La Habana, Cuba: Félix Varela. Recuperado el 12 de marzo de 2017, de: <http://www.enba.edu.uy/index.php/86-institucional/319-sobre-la-extension-universitaria-y-actividades-en-el-medio>
- López, A. (2006). *La Educación Física, más educación que física*. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- Ministerio de educación Superior. Universidad de Ciencias del Deporte. (s.f). *Orientaciones técnicas metodológicas de la dirección nacional de Recreación*. La Habana, Cuba. Autor.
- Ministerio de Educación Superior. (2016). *Programas de la disciplina Educación Física del Plan de Estudio "E"*. La Habana, Cuba: Autor.
- Ruiz, A. (1986). *La formación de los profesionales de Educación Física en los países del tercer mundo*, de: www.efdeportes.com/efd/182
- Ruiz, A.(2012) *“Teoría y Metodología de la Educación física y el deporte escolar”*, La Habana, Cuba.

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no poseen conflicto de intereses respecto a este texto.

Acciones que propician la extensión universitaria desde la clase de Educación Física en las carreras universitarias

Yanisleydis Ramírez-Molina, Magaly Modesta Quesada Miranda, Luz Diamela Carbonell-Ramos.