

## LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LAS CARRERAS UNIVERSITARIAS

Jesús Antonio Cornejo López  
Madelin Rodríguez Rensoli  
Wilfredo García Felipe

---

**Resumen:** La educación superior es y ha sido una preocupación constante por parte de los discursos de gobiernos, ya que ésta representa el oxígeno que nutre y sustenta el desarrollo de un país. Los planes de estudio de las licenciaturas deben ser revisados periódicamente con el objeto de responder a las demandas de la sociedad. La Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, de Ecuador, (ULEAM) es una institución de educación superior que oferta varias carreras en diferentes facultades, El rediseño curricular es una estrategia de gestión que propicia la acreditación para la calidad educativa acorde a la política del país. Los comités de profesores e investigadores responsables de esta encomienda se involucran en dicho diseño o rediseño lo que implica un trabajo integral de la academia y esto coadyuva al mejoramiento de la praxis. Este artículo detalla una exhaustiva revisión de documentos referentes a la Educación Física, a la preparación física profesional, a la teoría curricular y al desarrollo de la salud profesional, promueve la integración de los conocimientos sobre educación y prevención para la salud desde la carrera que se rediseñe y como propuesta un método para poder incorporar la actividad física en todas las carreras universitarias.

---

**Palabras Clave:** Educación Física, Teoría curricular, salud profesional

## PHYSICAL EDUCATION IN UNIVERSITY CAREERS

---

**Abstract:** Higher education is and has been a constant concern on the part of government discourses, since it represents the oxygen that nourishes and sustains the development of a country. The study plans of the degrees must be reviewed periodically in order to respond to the demands of society. The Eloy Alfaro de Manabí Secular University of Ecuador (ULEAM) is a higher education institution that offers several careers in different faculties. The curricular redesign is a management strategy that promotes accreditation for educational quality according to the country's policy. The committees of professors and researchers responsible for this task are involved in this design or redesign, which implies an integral work of the academy and this contributes to the improvement of the practice. This article details an exhaustive review of documents related to Physical Education, professional physical preparation, curricular theory and the development of professional health, promotes the integration of knowledge about education and prevention for health from the career redesign and as a proposal a method to incorporate physical activity in all university careers.

---

**Key words:** Physical Education, Curriculum theory, professional health

## I INTRODUCCIÓN

El acelerado desarrollo social de los últimos años exige a las universidades la adopción de nuevas concepciones y enfoques en el proceso de formación de los futuros profesionales para que sean capaces de emprender una vida competente con una alta capacidad de trabajo, ya sea desde el punto de vista profesional y físico. Las Instituciones de Educación Superior, históricamente son las responsables de la formación de los recursos humanos que necesita cada país para enfrentar la incertidumbre que provoca el cambio acelerado en las esferas científico-técnico. El enseñar durante la carrera a mantener una vida saludable tiene una incidencia transcendental en la vida laboral e intelectual una vez egresado. En consecuencia, la enseñanza de las diferentes especialidades de ingeniería no puede estar ajena a estos retos.

De ahí, que el objetivo de este artículo está en función de evidenciar la necesidad de la incorporación de la Educación Física en las carreras universitarias. El cómo resistir la fatiga, el agotamiento por horarios laborales prolongados, el saber diversificar los movimientos, adaptarse a factores ambientales desfavorables producto a la producción en una empresa, constituyen algunos ejemplos que sustentan la necesidad de la Educación Física en el currículo de formación del profesional en las instituciones de educación superior.

López A (2006) plantea que la Educación Física en la actualidad, dado su desarrollo en el campo de las ciencias del movimiento humano y en especial, en el campo de las ciencias de la educación, se nos revela como un espacio ideal para generar aprendizajes perdurables para la vida, de formar valores sociales y ético-morales y de desarrollar el sentido de cooperación, de amistad, de solidaridad, donde el ejercicio físico, más que un fin en sí mismo se convierte en un medio para lograr, a través del movimiento, un efecto más educativo e integral en las personas que la practican.

Del Canto, C (2000), es del criterio que la asignatura Educación Física en las escuelas está encargada, técnicamente, de elevar la capacidad de rendimiento físico en los escolares, además de otras contribuciones formativas y, para ello, resultan las habilidades motrices deportivas un factor decisivo por su doble carácter de fin y medio. Este autor tiene la intención de interpretar dos conceptos sobre Educación Física, sin embargo, en ambos se presenta la importancia de la ejecución de actividades físicas para obtener un desarrollo físico armónico. A consideración de los autores de este artículo la complementariedad de sus ideas se da, en el reconocimiento de los niveles de salud que se alcanza con la

práctica de ejercicios físicos, teniendo en cuenta la edad en el desarrollo evolutivo del hombre.

La Educación Física representa una dimensión particular del proceso educativo, pero cuyo alcance no se reduce a una simple educación de lo físico. Cuando se habla de Educación Física, no es hablar de campeones en el deporte, es hablar de salud, de capacidad de trabajo y estudio, es luchar contra las drogas, el alcoholismo, es enfrentarse y prevenir enfermedades, es luchar por una mejor vida. Es una de las ramas de la Cultura Física, como lo son también la Recreación y el área de los ejercicios terapéuticos y el entrenamiento deportivo, conformando entre otras actividades lo concerniente a la esfera de la actividad física. La posibilidad de resistencia, rapidez, concentración, estabilidad emocional, constituyen cualidades que debiera caracterizar a todo profesional una vez egresado de la Universidad.

En la actualidad, la Educación Física, se ha desarrollado vertiginosamente, con diferentes tendencias, siempre encaminadas a la práctica de ejercicios físicos, en la que existen muchos factores que han influido en ello. Los avances presentados por las ciencias en general, la incorporación del mercado en el deporte, en el que los inversionistas financieros han incursionado en el mundo del músculo, convirtiendo el deporte en un fenómeno sociocultural, la necesidad de ocupar el tiempo libre y la frontal lucha contra el sedentarismo, la llamada enfermedad del siglo XXI, han sido las principales causantes de ello.

Todos esos factores han influido en los profesionales de la Educación Física, proporcionando el surgimiento de diversas corrientes o tendencias pedagógicas, de ahí que se pueda hablar de Psicomotricidad, Psicometría, Expresión Corporal, Sociomotricidad, Deporte educativo, Deporte recreativo, Aeróbicos, Técnicas de relajación oriental, Stretching, Musculación, Fisiculturismo, Deporte para todos, entre otras. Debemos partir de la premisa que la Educación Física tiene como misión, educar a la población en la utilización de los ejercicios físicos de forma adecuada con el objetivo de que puedan crear hábitos perdurables que les permita alcanzar una óptima salud y una mejor calidad de vida.

En la formación del profesional en las diferentes carreras universitarias, el Deporte es uno de los medios al igual que los ejercicios físicos de que dispone esta asignatura para poder influir en el desarrollo de la personalidad y contribuir de la manera más armónica a una educación integral. Otros medios de la Educación Física son los juegos, la recreación en todas sus manifestaciones, y otros que se utilizan como auxiliares para el trabajo práctico por parte del docente como los balones, colchonetas, espalderas, pelotas medicinales, cuerdas,

cajones para saltos y otros instrumentos del cual se pueda disponer. El artículo aborda, en síntesis, un estudio teórico y metodológico de cómo favorecer esta asignatura en el currículo de las diferentes carreras, según el perfil de egreso declarado en ellas.

## II DESARROLLO

Antes de explicar cómo se propone el desarrollo la Educación Física en las universidades se considera pertinente realizar algunas precisiones las cuales tienen una connotación importante en el desarrollo de la personalidad del estudiante que se está formando en las universidades. La Educación Física, el Deporte y la Recreación son componentes fundamentales de la Cultura Física, y deben dirigirse hacia el desarrollo de la capacidad funcional, a la estructura biológica y social del ser humano, al desarrollo de habilidades, aptitudes y actitudes. De ahí que, como parte integrante de la formación multilateral y armónica de la personalidad constituye un proceso encaminado al desarrollo de las capacidades de rendimiento físico del individuo, sobre la base del desarrollo morfológico y funcional de su organismo, la formación y el mejoramiento de sus cualidades morales y volitivas. En la Educación Física se puede desarrollar

los valores morales de mayor importancia en la conducta de los seres humanos.

El hombre, es la más importante fuerza productiva que tiene la sociedad. La producción de bienes se hace realidad a través de su trabajo, por ende, el grado de desarrollo multilateral de sus capacidades físicas y psíquicas tiene una decisiva significación para el desarrollo de la cultura tanto material como espiritual de la sociedad. La Educación Física y el Deporte repercuten directamente en todas las esferas de la vida, tanto en la formación de la personalidad, como en la actividad laboral, a través del perfeccionamiento físico del individuo y del desarrollo de sus capacidades.

D. B. Elkonin aborda el esquema de periodización del desarrollo, citado por Ruiz A. (1986), al que se le han hecho ajustes en correspondencia con las características de nuestros tiempos. Cornejo y Manteiga (2005) incorporaron lo relacionado con la actividad física, así como la adultez como grupo etario de atención priorizada. La educación de los movimientos y de las habilidades motrices básicas, el desarrollo de la coordinación, el inicio del trabajo de las capacidades, así como la utilización de ejercicios en beneficio de calidad de vida, constituyen algunos de los aportes de estos autores. A continuación, se muestra la tabla.

**Tabla I**

ETAPAS	AÑO DE VIDA	TIPO DE ACTIVIDAD MOTORA	ACTIVIDAD FÍSICA*
PREESCOLAR (3 períodos) 0-6 años	Primer año de vida	Comunicación emocional con el adulto	Educación de los movimientos y de las habilidades motrices básicas.
	Edad temprana	Actividad con objetos	
	Edad preescolar	Juegos de roles. Actividad docente	
Edad escolar	6 -11 años 9 -11 años	Actividad docente	Desarrollo de la coordinación.  Inicio del trabajo de las capacidades
Adolescencia	11 - 15 años	Comunicación con sus compañeros	Desarrollo de habilidades motrices deportivas.
Edad juvenil	15 - 19 años	Actividad socialmente útil	Perfeccionamiento de las HMD y aumento de las capacidades físicas.
Adulto	+ de 19	Actividad profesional	Utilización de ejercicios en beneficio de calidad de vida.

La clase de Educación Física constituye el acto pedagógico en el cual se van a concretar los propósitos formativos y las estrategias metodológicas previstas en la programación de las carreras, nivel donde se concreta el diseño curricular y su desarrollo.

Desde hace algunos años se está promoviendo una nueva clase de Educación Física, a la que se ha llamado contemporánea, que busca romper con los tradicionalismos existentes, sobre todo, buscando una mejor y más cercana respuesta a las necesidades de los estudiantes. El romper con lo tradicional no quiere decir en lo absoluto eliminar totalmente el trabajo que hasta este momento ha ido dando resultados, sino, que es necesario buscar nuevas respuestas en correspondencia con el desarrollo social de cada contexto.

Es necesario hacer énfasis en algunos elementos que se deben manejar con una mayor fuerza y principalmente aquel que le confiere la Educación Física al deporte, hay que estar convencidos que la utilización del deporte en las clases de Educación Física es como un medio para desarrollar las actividades que corresponden al vencimiento de los objetivos de esta.

Para ello la clase contemporánea debe satisfacer las exigencias siguientes:

- La elevación del nivel científico en la clase, por medio de la superación permanente de los docentes para lograr la profundidad y solidez de los conocimientos de los alumnos.
- Utilización del diagnóstico de capacidades físicas y habilidades motrices según sea el caso.
- La educación de la actuación independiente de los alumnos en la actividad. cognoscitiva y la estimulación a la auto preparación permanente contribuyendo al desarrollo de las capacidades creadoras.
- La aplicación de los conocimientos, hábitos y habilidades adquiridas en la solución de problemas.
- La educación de los valores morales en la personalidad de los alumnos.
- La formación de la laboriosidad de los alumnos.
- Las diferencias individuales de los alumnos y el desarrollo de las posibilidades potenciales de los alumnos.
- La diferenciación e individualización del proceso de enseñanza en los diferentes momentos de la clase. Atendiendo al sexo y resultados del diagnóstico.

Todas estas exigencias planteadas a la clase contemporánea son válidas para la clase de Educación Física. No obstante, dentro de dichas exigencias las que más la caracterizan son: la diferenciación e individualización en la enseñanza y aprendizaje en la educación superior, así como, el desarrollo de las potencialidades de cada estudiante sobre la base de sus diferencias individuales, ya que representan nuevas concepciones didácticas que

requieren de cambios sustanciales en la forma y organización del proceso.

No se debe implementar un mismo tratamiento cuando se habla de Educación Física y el Entrenamiento Deportivo; los estudios realizados a través de los años sobre la actividad física han demostrado que el entrenamiento deportivo reúne una serie de elementos que lo convierte en un trabajo único en la esfera del conocimiento humano dentro de la Cultura Física, llegando a la conclusión, de que es una actividad de carácter pedagógico especializado.

Es importante señalar que muchos autores plantean que el entrenamiento deportivo es una agresión al organismo, pues se altera la estabilidad del funcionamiento orgánico. En otras palabras, las cargas de entrenamiento aplicadas propician de manera gradual una reacción de adaptación adecuada del individuo a las exigencias físicas de trabajo.

El trabajo que se desarrolla en la Educación Física, se diferencia del Entrenamiento Deportivo en los siguientes aspectos:

1.-La Educación Física busca desarrollar salud y aumentar las capacidades físicas para un progresivo desarrollo de la capacidad de trabajo. En el Entrenamiento Deportivo, el objetivo principal es aumentar las capacidades físicas del individuo para obtener mayores resultados desde el punto de vista deportivo.

2.-En la Educación Física participan todos los que deseen y en el Entrenamiento Deportivo solamente aquellos que pueden llegar a obtener buenos resultados competitivos.

3.-El Entrenamiento Deportivo utiliza métodos que son propios de esa actividad.

4.-El horario es diferente en ambas actividades, en el entrenamiento deportivo encontramos hasta tres sesiones de trabajo diarias, por lo general la Educación Física se desarrolla en menos frecuencias.

En el proceso de formación de profesionales en las universidades se necesita incorporar esta asignatura, diferenciando la Educación Física del Entrenamiento Deportivo, basándose en los preceptos expuestos hasta el momento. Se infiere la necesidad de realizar actividades físicas durante toda la vida, como un principio inviolable para mantener una salud apta para ser competitivos en la vida laboral. Ahora bien, ¿podemos decir que cualquier tipo de actividad física?

Ahí es donde va encaminada la Educación Física en las universidades, en lograr profesionalizarla con el objetivo que cada estudiante reciba lo que verdaderamente debe, elemento este que favorecerá una mejor inserción a la vida laboral una vez egresado, y así mantenerse saludable. Por ejemplo, los traductores e intérpretes en

su vida profesional, utilizan en su labor diaria los órganos de fonación, por lo que es importante desarrollar su respiración y su capacidad vital, de ahí que la natación constituye un deporte que puede contribuir a mejorar este aspecto. O sea, la preparación física profesional en las universidades puede definirse como: la actividad física necesaria para que el egresado universitario pueda crear hábitos perdurables en la utilización de ejercicios físicos y así, mejorar su rendimiento profesional.

Charchabal, D (2003), es del criterio que la preparación física profesional, debe concebirse como una preparación física específica, lo que implica que su aplicación debe estar precedida por un estudio de las especificidades de la actividad profesional hacia la cual será dirigida. Al igual que se estudian las características de los diferentes deportes, sus requerimientos físicos y técnicos; así mismo deben delimitarse las características de las profesiones que requieren de una preparación física específica.

Es por ello que es importante incluir en las mallas curriculares de las carreras universitarias, una asignatura que incorpore los ejercicios y movimientos necesarios para fortalecer el físico en beneficio de un buen resultado profesional sin que ocasione lesiones físicas y por supuesto para que se pueda desarrollar una actividad laboral adecuada y competitiva. Cada profesión tiene implícita un sistema de conocimientos, habilidades, hábitos capacidades, normas, valores y actitudes que objetivamente pertenecen a una determinada disciplina o carrera, además de tener dependencia del contexto económico– social en que surgen y se desarrollan.

Es trascendental que los especialistas de la rama determinen que concepto de Educación Física emplearán. Cornejo, J (2008) definió como debería ser la Educación Física y que objetivos debía cumplir en el caso de la formación de Licenciados en Educación en las universidades de ciencias pedagógicas, planteando: que es un proceso que proporciona al estudiante en formación la posibilidad de obtener una preparación desde lo físico educativo para beneficio de su salud y con posibilidades de influir en la formación de otras personas (sus alumnos) y además interactuar con el mundo que le va a rodear en su vida profesional (comunidad).

La necesidad de formar profesionales capaces de dar solución a los problemas de su praxis, constituye una prioridad en el mundo laboral, por ello haber transitado por programas de Educación Física durante la carrera, acorde a las necesidades de las especialidades, implicará que el estudiante una vez egresado pueda convertirse en un activista del movimiento saludable, con el objetivo de realizar el trabajo con una mayor eficiencia.

Se recomienda la siguiente metodología para incor-

porar la actividad física en las carreras universitarias:

1. Conocer con claridad el perfil de egresado y los fines de formación de cada carrera, para determinar qué tipo de ejercicios pudieran realizar en su futura vida profesional.

2. Definir el concepto de Educación Física para cada carrera, de acuerdo a las necesidades derivadas del perfil de egreso.

3. Determinar, desde un estudio curricular, las disciplinas y asignaturas que requieren de una preparación física profesional para el logro de los objetivos propuestos.

4. Determinar cuáles son las posturas y movimientos rectores vinculados a las habilidades de la profesión.

5. Determinar los planos musculares fundamentales que intervienen en el desarrollo de las habilidades profesionales y que son necesarios fortalecer mediante el desarrollo de capacidades físicas, tanto condicionales como coordinativas.

Una vez determinado lo anterior se debe pasar a la selección de los ejercicios físicos que den respuesta al desarrollo de las capacidades físicas necesarias para la formación integral del profesional. Hay algo que no se debe olvidar y es la elaboración por parte de los docentes de tareas que logren o propicien la toma de conciencia sobre la importancia que tiene el conocimiento de los aspectos relacionados con los ejercicios físicos y su utilización.

### III CONCLUSIONES

Según los estudios realizados se ha podido demostrar que es necesario incorporar a todas las carreras previa caracterización y conceptualización de la Educación Física, un plan de actividades físicas que puede tomar el nombre que se defina en cada institución, por ejemplo, Educación Física Profesionalizada, pero siempre que pueda favorecer la formación de un profesional competente y con una alta calidad de vida. En este sentido, es inviolable la relación entre los objetivos de la carrera, el concepto de Educación Física, el estudio curricular y la definición de posturas, movimientos y habilidades profesionales para la elaboración del plan de actividades físicas de cada carrera.

La preparación del docente universitario y su nivel de conocimientos en todo lo relacionado con la actividad física en general, así como en lo referido a la teoría curricular son determinantes en la elaboración de estas disciplinas o asignaturas.

#### IV REFERENCIAS

- [1]L3pez Rodr3guez, Alejandro. La Educaci3n F3sica, m3s educaci3n que f3sica. P3g. IX. La Habana Editorial Pueblo y Educaci3n. 2006. 131 p3g.
- [2]Del Canto Colls, Calixto. Concepci3n te3rica acerca de los niveles de manifestaci3n de las habilidades motrices deportivas en la Educaci3n F3sica de la Enseñanza General Polit3cnica y Laboral. P3g. 36. Tesis en opci3n al t3tulo de Doctor en Ciencias Pedag3gicas. La Habana. 2000. 119 p3g.
- [3]Ruiz Aguilera, Ariel. Metodolog3a de la Educaci3n F3sica Tomo I. Editorial Pueblo y Educaci3n. La Habana. 1986. 190 p3g.
- [4]Cornejo L3pez J. Manteiga L. La clase de Educaci3n F3sica, sus potencialidades pedag3gicas. Congreso Pedagog3a 2005 Palacio de las Convenciones La Habana. 15 p3g.
- [5]Charchabal, D, et al. Elaboraci3n del modelo integral del proceso docente educativo de Educaci3n F3sica para la carrera de Ingenier3a de Minas. [http://www.efdeportes.com/Revista Digital - Buenos Aires - Año 9 - N° 65 - Octubre de 2003](http://www.efdeportes.com/Revista_Digital_-_Buenos_Aires_-_Año_9_-_Nº_65_-_Octubre_de_2003). Consultado marzo 2018. 16 p3g. Sobrado Ojalde, Ismael. La Educaci3n F3sica en los estudiantes de Ciencias inform3ticas. 2008. P3g. 2. Odiseo, revista electr3nica de pedagog3a. Año % N° 10. M3xico.
- [6]Cornejo L3pez Jes3s. Rediseño curricular del programa general de la disciplina educaci3n f3sica en el modelo de universalizaci3n para la formaci3n de licenciados en educaci3n en los institutos superiores pedag3gicos. Tesis en opci3n al t3tulo de Doctor en ciencias pedag3gicas. UCPEJV. La Habana. 2008. 108 p3g.