



CiberEduca.com

Psicólogos y pedagogos al servicio de la educación

www.cibereduca.com



**V Congreso Internacional Virtual de Educación
7-27 de Febrero de 2005**

PROPUESTA DE PROGRAMAS DE LAS ASIGNATURAS EDUCACIÓN FÍSICA I Y II PARA LA ESPECIALIDAD ELÉCTRICA EN EL INSTITUTO SUPERIOR PEDAGÓGICO PARA LA EDUCACIÓN TÉCNICA Y PROFESIONAL

Celso E. Gómez Chacón

INTRODUCCIÓN

Es propósito del Estado Cubano garantizar la formación integral de sus profesionales de manera que puedan, no solamente interpretar las complejas situaciones del mundo actual sino, además, transformarlo y a partir de aquí proponer nuevas alternativas de desarrollo social.

La educación superior tiene como finalidad preparar profesionales aptos para satisfacer las necesidades presentes en la sociedad que le sirve de entorno; las que se van modificando en el tiempo obligando a un proceso permanente de perfeccionamiento en la formación de dichos profesionales, requiriéndose precisar continuamente sus contenidos específicos.

El perfeccionamiento en la educación superior debe significar una lucha por alcanzar sus objetivos con niveles de excelencia. Esto es, excelencia en el diseño y ejecución de los planes y programas de estudio, así como en sus profesores y estudiantes. Su desarrollo en el tiempo ha estado encaminado a lograr estos fines.

Entre las características que deben tener los egresados del nivel superior se encuentren la adecuada conceptualización de sus realidades y su compromiso con la sociedad, expresado no solamente en la eficiente práctica profesional y en la aplicación de recursos científico-técnicos, sino también por su conducta social y su proyección política acordes con las necesidades del país. Este profesional debe ser también un individuo con una preparación física óptima a partir de la ejercitación de su aparato locomotor, basado en el desarrollo de las capacidades físicas, condicionales y coordinativas; lo cual no sólo influirá en todos los sistemas funcionales (cardiovascular, respiratorio, neurovegetativo, etc.) sino además en su equilibrio psíquico-espiritual, permitiéndole la formación de una sólida y estable personalidad donde predomine la voluntad, la decisión y la firmeza como rasgos fundamentales. Así este profesional se encontrará en mejores condiciones tanto física e intelectual como emocional para enfrentarse a la vida social haciendo su trabajo más productivo y eficiente.

Esta finalidad se logra a través de: la educación intelectual, científico-técnica, político-ideológica, **física**, moral, estética, politécnica, laboral y patriótico militar.

“La educación física responde a la necesidad de formar, en su propio beneficio y en el de la sociedad, individuos sanos, fuertes, resistentes física y espiritualmente”. (1)

La finalidad de la educación superior, mencionada en el anterior párrafo, se concretiza en el documento “Sistema de objetivos educativos generales a lograr en el egresado de la educación superior en Cuba”, donde se define, con relación al objetivo de la preparación física, lo siguiente:

“Que logren un nivel de desarrollo físico que contribuya a la conservación y mejoramiento de su salud, y consoliden hábitos de práctica sistemática de ejercicios físicos que perduren en la vida profesional y en la correcta utilización del tiempo libre” (2)

Un aspecto no tratado explícitamente en los programas de la disciplina Educación Física elaborados hasta el momento para los CES, es lo relacionado con el papel de la educación física en el incremento de la competencia para la solución de los problemas profesionales y la necesaria optimización del tiempo laboral útil del futuro profesional, por medio de componentes estructurados en el programa que propicien el posterior desarrollo de las habilidades motoras de carácter profesional, el perfeccionamiento de las capacidades físicas específicas de la profesión, la no aparición o la disminución del estrés laboral, las enfermedades del trabajo y la ocurrencia de traumas y lesiones en la actividad laboral.

Otro aspecto, no menos importante, es el relacionado con la apropiación por parte de los estudiantes de los conocimientos imprescindibles para la aplicación exitosa de las habilidades y hábitos necesarios en la futura actividad laboral.

El perfil del profesional en las especialidades de la Licenciatura en Educación que se desarrollan en el Instituto Superior Pedagógico para la Educación Técnica y Profesional

Héctor A. Pineda Zaldívar (ISPETP), contempla el dominio por parte de los estudiantes de complejas habilidades motoras, conocimientos y capacidades físicas rectoras en la actividad laboral, lo que deben alcanzar a través de los diferentes componentes del plan de estudio. Las investigaciones periódicas acerca de la calidad del graduado de la especialidad Eléctrica, arrojan que este objetivo del modelo del profesional no se alcanza íntegramente, pues desde la disciplina Educación Física no se aborda de forma consciente e intencionada esta formación especializada.

Los elementos antes explicados, nos obligan a buscar soluciones dirigidas a que la disciplina Educación Física en la especialidad Eléctrica no sólo contribuya a la formación de una cultura física y deportiva general de los estudiantes, sino también al incremento de las capacidades productivas de los futuros profesionales.

DESARROLLO

Desde el año 2003 se aplica, en los Institutos Superiores Pedagógicos (ISP), un nuevo programa para dar respuesta a la organización del proceso docente a la luz de la generalización de la universalización desde el segundo año en todas sus carreras.

La formación físico deportiva de los estudiantes de los ISP en el nuevo paradigma de la universalización adopta, para su desarrollo, concepciones y formas de trabajo cualitativamente diferentes. Al minimizarse el desarrollo de las formas tradicionales del proceso docente de la disciplina Educación Física: clases prácticas y conferencias, *la autopreparación y la participación en las actividades extracurriculares* orientadas en el programa privilegian las formas organizativas del desarrollo de esta formación físico deportiva en este nuevo paradigma.

En el caso de las especialidades de la educación técnica y profesional, la formación físico deportiva de los estudiantes se hace más compleja pues el proceso docente educativo se verifica en las sedes municipales desde el primer año. Esta realidad nos obliga a buscar y encontrar las soluciones para que el proceso de formación físico deportiva de los estudiantes,

en particular la preparación física profesional aplicada se desarrolle con eficiencia y cumpla los objetivos que se le encomienda en la preparación de este profesional.

I. Papel de la preparación física aplicada en la formación del profesional.

Desde finales del siglo XIX, el desarrollo de la técnica, la mecanización y la automatización, cambiaron considerablemente el carácter de la actividad laboral potenciando las exigencias en cuanto al desarrollo intelectual y físico del hombre como principal fuerza productiva de la sociedad.

Si bien es cierto que los diferentes tipos de trabajo disminuyeron la necesidad de aplicar grandes tensiones musculares, en la actualidad una gran cantidad de puestos de trabajo requieren de tensiones musculares medianas y pequeñas en el desarrollo de las acciones motoras laborales. Hoy en día muchos procesos laborales se basan en la observación y control de los diversos equipos, el procesamiento de una abundante información sobre los parámetros productivos; la ejecución de movimientos rápidos, precisos y de gran coordinación y también de grandes tensiones emocionales y volitivas recayendo la carga fundamentalmente en las funciones neuro – psíquicas. Esto sólo puede ser enfrentado por un trabajador con una elevada y constante capacidad de trabajo adquirida a través de un adecuado entrenamiento. Lo anterior presupone, en primer lugar, una excelente y múltiple preparación física y la apropiación de los conocimientos teóricos sobre la aplicación de las habilidades y hábitos necesarios en la actividad laboral.

Por otra parte, en algunos sectores productivos y de la defensa tales como la minería, la rama eléctrica, la agricultura, la ganadería, los diferentes tipos de armas de las Fuerzas Armadas se requiere una preparación física especial, de aplicación directa, pues las exigencias con respecto a las cualidades y capacidades físicas del hombre son superiores.

No solamente el trabajo en que el hombre tiene que manejar la moderna y complicada tecnología plantea exigencias elevadas y especiales en cuanto a su preparación física. Sin hábitos motores muy desarrollados y cualidades específicas para cada profesión le

sería muy difícil desenvolverse con eficacia en su actividad laboral a pilotos, mineros, geógrafos, soldados, electricistas, etc.

Por consiguiente, en las condiciones actuales del desarrollo científico – técnico a nivel mundial, se plantea un importante problema: el de la formación de las cualidades y hábitos profesionales aplicando los medios de la educación física.

La esencia de la educación física orientada hacia el sistema de enseñanza profesional, consiste en la sistematización y el uso efectivo de los medios generales y especiales y de los métodos de la preparación física, con el fin de garantizar la máxima eficiencia en el desempeño profesional.

En este sentido, puede señalarse que, específicamente para los profesionales de la rama eléctrica, la fuerza, la resistencia y la coordinación constituyen elementos indispensables en la preparación física profesional. Su grado de desarrollo está relacionado con la capacidad de realizar tanto trabajos moderados como de mayor intensidad, así como para desarrollar otras tareas donde predominen las habilidades motrices específicas.

Este especialista necesita una preparación física general que le permita resistir una jornada laboral con un rendimiento adecuado, sin embargo, ésta no se consolida si el profesional no posee las capacidades físicas: fuerza y coordinación en los miembros inferiores y superiores que le permitan manipular las herramientas con eficacia y resistencia para afrontar las jornadas laborales. Mantener estas capacidades en un nivel de desarrollo adecuado eleva el rendimiento evitando el deterioro y desgaste del organismo.

Las habilidades, capacidades y conocimientos necesarios para el desempeño de la profesión se adquieren y perfeccionan en el proceso de aprendizaje de la especialidad dada y en el proceso de la propia actividad laboral. El aprendizaje de las habilidades profesionales se opera mucho más rápido si se complementan el proceso de aprendizaje profesional y el entrenamiento físico especial. El empleo de ejercicios especiales eleva la calidad del aprendizaje profesional

proporcionando un resultado mucho más económico, puesto que reduce el tiempo de aprendizaje y se hace menor la inversión de recursos en la preparación del especialista.

II. Caracterización de la carrera.

La carrera Licenciatura en Educación, en las especialidades para la educación técnica y profesional presenta las características siguientes:

- ❖ La duración de los estudios es de cinco años.
- ❖ El ingreso a esta carrera proviene en su totalidad de egresados de la educación técnica y profesional de nivel medio.
- ❖ Se caracterizan cuatro áreas de formación, tres de carácter común y un área de formación especializada.
- ❖ El proceso docente educativo se verifica en los municipios a partir del primer año de la carrera, desde el mismo puesto de trabajo.
- ❖ En el proceso de formación de los estudiantes de estas especialidades, tanto en el nivel medio como en el superior, se potencia la relación entre los procesos productivo y educativo a través del vehículo: **entidad productiva**. Esto hace que la actividad laboral alcance una significación muy alta en el proceso de formación de las capacidades, habilidades y conocimientos propios de la profesión.
- ❖ Fuerte preparación general con marcado carácter profesional.

En el documento Diseño Curricular, especialidad Eléctrica, del Plan C modificado para el Curso Regular Diurno en el ISPETP, se definen los aspectos fundamentales del perfil profesional de la especialidad, siguientes:

“Problema profesional

Educar, la fuerza de trabajo calificada que necesita el país para la solución de problemas tecnológicos, basado en los principios de la eficiencia económica, de la educación ambiental, y de la gestión ambiental responsable, con una cultura general

integral que le permita comunicarse y realizar una función educativa y preventiva, contribuyendo al desarrollo sostenible a partir del modelo económico social cubano, acorde a la ideología de la Revolución Cubana.

Objeto de trabajo

El proceso pedagógico profesional.

Esferas de actuación

- Institutos Politécnicos de las Rama Eléctrica y Electrónica, en los cuales puede desempeñar las funciones de: Profesor, Jefe de Departamento, Profesor guía y Director de unidad docente.
- Instituto Superiores Pedagógicos: en los que puede desempeñar funciones de Profesor Instructor, Profesor Guía y Jefe de Año.
- Comunidad.
- Empresa
- Laboratorios de producción, control de la calidad e investigación.
- Escuelas de Oficios.

Objetivo general

Dirigir el proceso pedagógico profesional de la formación del técnico medio eléctrico de perfil amplio, industrial y tecnológico, en una de las especialidades; orientado a la defensa de la soberanía e identidad cubana, al enriquecimiento cultural, al crecimiento personal, al mejoramiento de la calidad de vida de la población y al ejercicio de una gestión ambiental responsable, sustentado en la sensibilidad, conocimientos y participación relacionadas con el medio ambiente, las ciencias y la tecnología actual, las leyes y normas más actuales, los métodos de investigación y conocimiento científicos en unidad con los vínculos comunitarios, la expresión y comunicación y la utilización de la informática.

Funciones técnicas y tareas:

- ❖ Operar tecnologías para la producción, en cualquiera de los procesos relacionados con el perfil.
- ❖ Realizar el control riguroso de la calidad de los productos, equipos y componentes eléctricos y electrónicos a su cargo, según normas.
- ❖ Colaborar con la toma de decisiones para la garantía de la realización de procesos productivos sostenibles.
- ❖ Asimilar cambios tecnológicos en la producción y en la investigación.
- ❖ Participar interdisciplinariamente en la aplicación de criterios e instrumentos de gestión ambiental responsable en cualquier caso, según sea necesario: evaluación del impacto ambiental y medidas de prevención o auditoría ambiental y medidas de mitigación, relacionados con todas las funciones de dirección técnico – profesionales en la producción e investigación de la rama eléctrica.
- ❖ Asumir funciones en el trabajo de dirección.

Objetivos terminales del egresado:

1. Dirigir el proceso pedagógico mediante la utilización de métodos educativos que promuevan la comunicación afectiva, la sensibilidad humana, el control emocional, la persuasión y que se orienten hacia el máximo desarrollo de las capacidades, el talento humano y la plena integración social.
2. Poseer una cultura general integral teniendo en cuenta la incorporación de las nuevas tecnologías y la búsqueda de nuevos conocimientos por sí mismo.
3. Poseer competencias, habilidades y capacidades que le permitan la explotación, mantenimiento y manejo de las tecnologías existentes en el país en el campo de su especialidad y estar preparado para enfrentar los cambios tecnológicos y científicos que se producen continuamente, a partir de una gestión de calidad.
4. Explotar los sistemas eléctricos, electrónicos y de control en áreas socio-administrativas, industriales y de servicio.
5. Aplicar los elementos de higiene escolar y las normas de protección e higiene más comunes en los procesos productivos y de servicios.
6. Conocer los elementos y métodos de la investigación científica relacionados con las disciplinas de su área, que le permitan realizar trabajos de investigación partiendo de la problemática del centro donde labora. Así como divulgar e introducir los resultados.

7. Planificar, ejecutar y controlar estrategias de enseñanza aprendizaje promotoras de un comportamiento responsable respecto al medio ambiente, el ahorro energético, la sexualidad y la **salud física** y mental, que les permita tomar decisiones sobre su vida futura en correspondencia con la equidad y las necesidades sociales.
8. Poseer la **preparación física requerida** para mantener su cuerpo sano y con disposición para enfrentar trabajo en los talleres y laboratorios.

III. Análisis del programa vigente de la disciplina Educación Física.

El actual programa de la disciplina Educación Física esta dirigido a todas las carreras que reciben el primer año en los institutos superiores pedagógicos.

El programa se aplica en el primer año con un fondo de tiempo de 72 horas y en el segundo año se orienta la continuidad de la preparación física de los estudiantes desarrollando, en el territorio donde se encuentran laborando y estudiando, además de las Pruebas de Eficiencia Física con carácter obligatorio, algunas de las actividades siguientes:

- Participación en los Juegos Internos del ISP
- Participación en competencias calendariadas por el INDER
- Participación en actividades de educación física con sus alumnos
- Participación en actividades del Movimiento de Pioneros Exploradores con sus alumnos
- Autopreparación

Esta preparación se hace bajo la supervisión de los profesores adjuntos y tutores y la valoración del cumplimiento de la misma se tiene en cuenta en la evaluación de los objetivos del año.

En la fundamentación del programa de la disciplina, se indica que los programas de las asignaturas abordarán conocimientos generales y específicos sobre la influencia de la educación física en el organismo del hombre, aspectos anatomofisiológicos de actividades específicas, normas higiénicas y conocimientos para la autopreparación y el control individual.

Se enfatiza en que estos conocimientos deben ser de utilidad en la vida profesional del estudiante.

Los objetivos generales del programa, tanto los educativos como los instructivos, se dirigen a la formación de una cultura física y al incremento de la capacidad de trabajo físico general de los estudiantes a través del desarrollo de las capacidades físicas, así como la adquisición de conocimientos y la formación de valores que deben caracterizar a un egresado de estas carreras.

En el Tema I, **DIAGNÓSTICO DE EFICIENCIA FÍSICA**, con un total de cuatro horas, se desarrollan las pruebas de eficiencia física que tienen un carácter evaluativo.

En el Tema II, **CAPACIDADES FÍSICAS**, con un fondo de tiempo de cuarenta y cuatro horas, se transmiten conocimientos sobre técnicas de autocontrol, dosificación de cargas, posturas y se ejercitan las capacidades físicas generales.

El Tema III, **ACTIVIDADES DEPORTIVAS**, que tiene un total de dieciséis horas de fondo, tiene como objetivo que se apliquen los conocimientos técnico – tácticos básicos de los juegos deportivos y de los deportes individuales adquiridos por los estudiantes en los años de estudio precedentes.

Si bien en los objetivos generales del programa de la disciplina no se expresa de forma explícita la intención de una preparación física especializada hacia el perfil del profesional, en el caso de las especialidades de la enseñanza técnica y profesional, en el Tema IV del programa, al que se le asigna un fondo de tiempo de **ocho horas**, los objetivos y contenidos del mismo se dirigen a esta formación especializada, pero a juicio de este autor se hace de forma parcial y con la limitación de que de este fondo de tiempo del tema, sólo **seis horas** son de clases prácticas.

En el diseño de los objetivos y contenidos de los programas de las asignaturas Educación Física I y II, no se tuvieron en cuenta las tareas profesionales y sus atributos; entre otros los

siguientes: exigencias físicas, situaciones posturales en la ejecución de las acciones laborales y tiempo de ejecución de las mismas, los movimientos rectores y planos o segmentos corporales que intervienen en los mismos; las cargas físicas que se manifiestan en las acciones y las características espacio temporales de esas acciones.

A nuestro juicio, el actual programa de la disciplina Educación Física para los estudiantes de los ISP, no garantiza, en el caso de las especialidades para la educación técnica profesional en general y en particular para la especialidad Eléctrica, que se de real solución a las particulares exigencias físicas que demanda la ejecución de las tareas profesionales recogidas en el perfil profesional; lo que determina que la Educación Física no tenga la necesaria perspectiva profesional en la formación de pregrado de los estudiantes en las condiciones de la universalización.

IV. Propuesta de programas de las asignaturas Educación Física I y II para la especialidad Eléctrica en el ISPETP.

Fundamentación.

La propuesta de programas que hacemos, se basa en el concepto de la profesionalización de la enseñanza para la educación superior. Para esto nos apoyamos en cuatro aspectos fundamentales:

- La educación física en la educación general, politécnica y laboral, tiene como finalidad la formación de una cultura física general de los estudiantes. Este es un proceso que dura entre 10 y 12 años y se verifica, de forma obligatoria, para todos los niños y jóvenes del país. Durante estos años los jóvenes desarrollan las capacidades físicas y adquieren habilidades y conocimientos que les permiten el sano disfrute de su tiempo libre, la práctica y participación deportiva en el deporte elegido y alcanzar mejores niveles de calidad de vida.

- La finalidad de la educación superior, que es formar profesionales competentes, con una cultura general integral y una formación política e ideológica acordes a los principios de nuestra sociedad.
- El cumplimiento del objetivo de la preparación física definido en el Sistema de objetivos educativos generales a lograr en el egresado de la educación superior en Cuba, mencionado en la Introducción de este trabajo, y que privilegia el desarrollo físico y la consolidación de hábitos de práctica de ejercicios físicos en los futuros profesionales.
- Las condiciones objetivas que nos imponen el paradigma de la universalización de la enseñanza en el subsistema que potencian formas organizativas del proceso docente educativo como la autopreparación y la participación en actividades extracurriculares para la consecución de los objetivos del plan de estudio y los programas de las asignaturas.

Estos aspectos, unido al análisis de los resultados de nuestra investigación, determinaron que nos adscribiéramos a la dirección de trabajo encaminada a la profesionalización de la educación física que se desarrolla en el ISPETP y la que, a nuestro juicio, puede aplicarse en todas las carreras de la educación superior atendiendo a las particularidades de cada una de ellas.

En el núcleo de esta propuesta está la preparación física profesional aplicada por el papel que juega en el desarrollo de las capacidades físicas especializadas, así como la contribución a la adquisición y perfeccionamiento de las habilidades y conocimientos que demandan las diferentes profesiones.

Uno de los objetivos de los programas de las asignaturas, es el desarrollo de las capacidades físicas y las habilidades motoras especiales como elementos esenciales y asociados a estas, los conocimientos sobre la autopreparación y la influencia de la educación física en la formación profesional. Estos contenidos constituyen la vía principal para la consecución del objetivo de la preparación física especializada de los estudiantes.

Otro de los objetivos es la aplicación de las habilidades motoras deportivas y los conocimientos técnico – tácticos de los deportes seleccionados, adquiridos en los años

de estudio precedentes, en las condiciones concretas de ejecución. Este es un objetivo señalado en el programa de la disciplina Educación Física para todas las carreras de los ISP.

La asignatura Educación Física I tiene el diseño siguiente:

OBJETIVOS

- ❖ Identifiquen las capacidades físicas y las relacionen con las exigencias físicas de las actividades prácticas laborales correspondientes al año.
- ❖ Ejerciten las capacidades físicas y planos musculares de los segmentos corporales que intervienen en las actividades prácticas laborales del año.
- ❖ Desarrollen hábitos de postura correctos y mecanismos de respiración adecuados a la actividad laboral.
- ❖ Apliquen la higiene del ejercicio físico como elemento de prevención de las enfermedades del trabajo.
- ❖ Participen en el calendario del sistema competitivo del deporte universitario.
- ❖ Asuman la ejercitación física como necesidad personal y social

CONTENIDO

SISTEMA DE CONOCIMIENTOS

Pruebas de Eficiencia Física. Capacidades físicas: Fuerza, rapidez, resistencia, coordinación y flexibilidad, métodos para su desarrollo. Ejercicios con y sin implementos, ejercicios de aplicación y juegos predeportivos. La autopreparación: frecuencia cardiaca en reposo y en la actividad, pulsometría. Conceptos de: educación física, preparación física, desarrollo físico, capacidades físicas y ejercicio físico. La higiene del ejercicio físico. La postura. Ejercicios posturales. La actividad físico deportiva y el medio ambiente. Reglas para su protección y conservación. Acciones técnico tácticas básicas del deporte seleccionado, reglas elementales.

SISTEMA DE HABILIDADES

- Valorar los niveles alcanzados en las pruebas de eficiencia física.
- Seleccionar y ejecutar individualmente ejercicios para la preparación física general.

- Relacionar los niveles de preparación física con las exigencias físicas de la actividad laboral.
- Identificar y diferenciar los conceptos de: educación física, preparación física, desarrollo físico, capacidades físicas y ejercicio físico.
- Autocontrolar indicadores de la carga interna: pulsometría.
- Aplicar la higiene del ejercicio físico y las reglas de protección y conservación del medio ambiente.
- Ejecutar acciones técnico tácticas en situaciones concretas a un nivel básico. Aplicar las reglas elementales.

SISTEMA DE VALORES

- Responsabilidad personal
- Independencia
- Autocontrol
- Perseverancia
- Disciplina
- Respeto por el medio ambiente
- Creatividad
- Honradez
- Valor
- Colectivismo
- Amor al trabajo

La asignatura Educación Física II presenta el esquema siguiente:

OBJETIVOS

- ❖ Identifiquen las capacidades físicas y las relacionen con las exigencias físicas de las actividades prácticas laborales correspondientes al año.
- ❖ Ejerciten las capacidades físicas y planos musculares de los segmentos corporales que intervienen en las actividades prácticas laborales del año.

- ❖ Regulen las cargas físicas externas e internas para planificar y controlar su autopreparación.
- ❖ Desarrollen hábitos de postura correctos y mecanismos de respiración adecuados a la actividad laboral.
- ❖ Apliquen la higiene del ejercicio físico como elemento de prevención de las enfermedades del trabajo.
- ❖ Participen en el calendario del sistema competitivo del deporte universitario.
- ❖ Reconozcan su responsabilidad personal en el incremento de su preparación física profesional, como parte de su obligación social, y en el mejoramiento de su calidad de vida.

CONTENIDO

SISTEMA DE CONOCIMIENTOS

Capacidades físicas: Fuerza, rapidez, resistencia, coordinación y flexibilidad, métodos para su desarrollo. Ejercicios con y sin implementos, ejercicios de aplicación y juegos predeportivos. La autopreparación: la regulación de las cargas físicas, formas de la autopreparación. La higiene del ejercicio físico. Indicadores físicos de calidad de vida. Ejercicios posturales. Acciones técnico tácticas básicas del deporte seleccionado, reglas elementales.

SISTEMA DE HABILIDADES

- Valorar los niveles alcanzados en las pruebas de eficiencia física.
- Seleccionar y ejecutar individualmente ejercicios para la preparación física general.
- Relacionar los niveles de preparación física con las exigencias físicas de la actividad laboral.
- Autocontrolar indicadores de la carga física y aplicar variantes en las formas de autopreparación.
- Aplicar la higiene del ejercicio físico. Aplicar los indicadores físicos de calidad de vida.
- Aplicar los ejercicios posturales como compensación a las posiciones que se adoptan en la actividad laboral.

- Ejecutar acciones técnico tácticas en situaciones concretas a un nivel básico. Aplicar las reglas elementales.

SISTEMA DE VALORES

- Responsabilidad personal
- Independencia
- Autocontrol
- Perseverancia
- Disciplina
- Respeto por el medio ambiente
- Creatividad
- Honradez
- Valor
- Colectivismo
- Amor al trabajo

CONCLUSIONES

1. La Educación Física en la educación superior, como disciplina de formación general, ha de tener la finalidad de, además de contribuir a la formación de una cultura general integral en el estudiante, tributar a su formación profesional; por lo que se hace necesario la profesionalización del proceso docente de la disciplina.
2. La preparación física profesional aplicada se constituye en el núcleo central del proceso docente educativo de la Educación Física en la educación superior, por cuanto este medio tiene como objetivo el desarrollo de las capacidades físicas especializadas y la adquisición y perfeccionamiento de las habilidades motoras y conocimientos que demanda la solución de las tareas y problemas profesionales; lo que se enmarca en la dirección de la profesionalización del proceso docente educativo en el subsistema.
3. En el diseño de los programas de Educación Física para la educación superior, se han de tener en cuenta las exigencias físicas, los conocimientos y las habilidades motoras requeridas para la solución, con eficacia, de las tareas y problemas profesionales definidos en el perfil o modelo del profesional.
4. Los programas de Educación Física I y II, propuestos para la especialidad Eléctrica en el ISPETP, al tener en cuenta en su diseño los requerimientos físico motores de la profesión, dan respuesta a las exigencias para el desempeño profesional, lo que coadyuva a la solución del problema científico de nuestra investigación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- (1) Cuba. Tesis y Resoluciones del Primer Congreso del Partido Comunista de Cuba. Política Educacional. La Habana, DOR, 1976. Pág. 369.
- (2) Cuba. Ministerio de Educación Superior. Sistema de objetivos educativos generales a lograr en el egresado de la educación superior en Cuba. La Habana, 1982. Material mimeografiado.

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA:

1. Abreu Regueiro, Roberto. Pedagogía Profesional. Ciudad Habana. ISPETP. 1997.
2. Alvarez de Zayas, Carlos M. El diseño curricular. Cochabamba, Bolivia. Imprenta Universitaria. 1999.
3. _____. Hacia un currículo integral y conceptualizado. Capítulo 6. Ed. Academia, La Habana. 1997.
4. Brikina, A. T. Gimnasia. Editorial Pueblo y Educación. 1984.
5. Burok, L. V., La Educación Física como tendencia aplicada en las escuelas técnicas profesionales. Moscú. 1985.
6. Colectivo de autores. Manual del profesor de Educación Física. INDER. 1996.
7. _____. El Deporte Universitario Cuna del Deporte Cubano. Editorial ENPES, MES. Ciudad de la Habana. 1991.
8. _____. Gimnasia Básica. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana, 1983.
9. _____. Metodología de la enseñanza de la Educación Física. Tomo I y II. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana. 1986.
10. Corral, R. Entrevista sobre la tarea profesional. 1999.
11. Cuba. Instituto Central de Ciencias Pedagógicas. Fundamentos científicos para la elaboración de los planes y programas de estudio para la preparación del personal altamente calificado de la Educación Técnica y Profesional, metodología. La Habana. Material Mimeografiado.
12. _____. Tesis y Resoluciones del Primer Congreso del Partido Comunista de Cuba. Política Educacional. La Habana, DOR, 1976.
13. _____. Ministerio de Educación Superior. Sistema de objetivos educativos generales a lograr en el egresado de la educación superior en Cuba. La Habana, 1982. Material mimeografiado.

14. _____. Instituto Superior Pedagógico para la Educación Técnica y Profesional “Héctor A. Pineda Zaldívar”. Diseño Curricular. Especialidad Eléctrica. Plan C modificado. Curso Regular Diurno. 2001.
15. Del Prado, P. y V. Vázquez. Efectos del proceso laboral en los trabajadores. Selección de lecturas, Tomo I y II. 1986.
16. de Con Balmori, Silvia. La actividad física profesionalizada, un reto para la educación técnica y profesional. Tesis de Maestría. ISPETP. 2203
17. Fleitas Díaz, Isabel y colaboradores. Teoría y práctica general de la Gimnasia. ENPES. 1990.
18. Francés, F. Alvero. Cervantes Diccionario manual de la Lengua Española. Tomo I. Editorial Pueblo y Educación. 1976.
19. Gómez Chacón, Celso y Gil R. González. Universidad-Deportes. Una propuesta de modelo. Ponencia presentada al Primer Seminario Internacional sobre Universidad-Sociedad. Universidad de los Andes, Mérida, Venezuela. 1996.
20. Gómez Chacón Celso y Ernesto Díaz. Consideraciones generales sobre la Educación Física en la Educación Superior en Cuba. Dirección de Extensión Universitaria, Ministerio de Educación Superior. Cuba. 1983.
21. González Pacheco, Otmara. Aplicación del enfoque de la actividad de Perfeccionamiento de la Educación Superior. Universidad de La Habana. CEPES. Ciudad de La Habana. 1989.
22. _____. El planeamiento curricular en la enseñanza superior. CEPES. Ciudad de La Habana. 1992.
23. Ilinich. V.I. Formas y factores que determinan la tendencia general de la preparación física. 1991.
24. León González, Aldo. Manual de ejercicios de desarrollo físico general. Departamento Nacional de Educación Física INDER. 1982.
25. Marishuk. M. Medios de la preparación física para los estudiantes de Ingeniería Eléctrica. Moscú. 1985.
26. Ministerio de Educación. Dirección de Formación del Personal Pedagógico. Documento Base para la elaboración de los Planes de Estudio "C". MINED. 1988.

27. Novikov, A. M. Y L. P. Matveev. Fundamentos generales de la teoría y metodología de la educación física. Editorial Cultura Física y Deportes. Moscú. 1977.
28. Raevski, R. T. 1985. Estudio sobre la preparación física profesional aplicada a los estudiantes de los CES, Moscú. 1985.
29. Rodríguez Leyva, Daniel. La preparación física profesional: Una metodología para la formación del técnico medio en Construcción Civil. Tesis de Maestría. ISPETP. 1998.
30. Ruiz Aguilera, Ariel, Alejandro López Rodríguez, Fernando Dorta Cisco. Metodología de la Enseñanza de la Educación Física. Tomo I. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. 1981.
31. Ruiz Aguilera, Ariel y otros. Metodología de la Enseñanza de la Educación Física. Tomo II. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. 1986.
32. Torres Estévez, Gladis. Diseño curricular. Ciudad de La Habana. 1996.
33. Varbanian. V. N. Influencia desfavorable del microclima en los talleres de producción. Moscú, 1990.
34. Valeev P. D., Estabilidad del organismo con respecto a las influencias perjudiciales de la producción. Leningrado. 1989.

©CiberEduca.com 2005

La reproducción total o parcial de este documento está prohibida
sin el consentimiento expreso de/los autor/autores.
CiberEduca.com tiene el derecho de publicar en CD-ROM y
en la WEB de CiberEduca el contenido de esta ponencia.

® CiberEduca.com es una marca registrada.

©™ CiberEduca.com es un nombre comercial registrado

