

**CONSOLIDADO TEÓRICO SOBRE LA PRÁCTICA REFLEXIVA DEL DOCENTE
DE EDUCACION FISICA
(Primer avance)**

UNIVERSIDAD LIBRE

**TUTOR:
LUIS EDUARDO OSPINA**

**INTEGRANTES:
KAREN JULIETH BAEZ CASTILLO
CARLOS ALBERTO CUESTA RAMIREZ
CRISTIAN CAMILO CASTRO GARZON**

**PROGRAMA:
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES**

**CONSOLIDADO TEÓRICO SOBRE LA PRÁCTICA REFLEXIVA DEL DOCENTE
DE EDUCACION FISICA
(Primer avance)**

UNIVERSIDAD LIBRE

**TUTOR:
LUIS EDUARDO OSPINA**

**INTEGRANTES:
KAREN JULIETH BAEZ CASTILLO
CARLOS ALBERTO CUESTA RAMIREZ
CRISTIAN CAMILO CASTRO GARZON**

**PROGRAMA:
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES**

TABLA DE CONTENIDO

	PÁG.
INTRODUCCIÓN	1
1. PROBLEMA	3
1.1 Descripción	3
1.2 Planteamiento	7
1.3 Justificación	8
1.4 Objetivos	11
1.4.1 Objetivo general	
1.4.2 Objetivos específicos	11
1.5 Antecedentes	12
2. METODOLOGÍA	15
2.1 Tipo de investigación	16
2.2 Fases de desarrollo	17
3. CONSOLIDADO TEÓRICO	21
3.1 Concepto de Reflexión	21
3.2 Docencia	23
3.2.1 Como debe de ser el docente	24
3.3 Docencia y practica reflexiva	25
3.3.1 Visión de algunos autores	26
3.3.2 Relación de la práctica reflexiva con la teoría y la práctica	29
3.3.3 La práctica y la reflexión de la educación grupal	30
3.3.4 Características de la práctica reflexiva	31
3.3.5 Hermenéutica y reflexión	33
3.3.6 Reflexión, investigación y crítica	34
3.3.7 Ejes de la práctica reflexiva	34
3.3.8 Pautas sobre la práctica reflexiva	36

3.4 Educación física	37
3.4.1 Concepto	38
3.4.2 Fines de la educación física	39
3.4.3 Objetivos de la educación física	40
3.5 Práctica reflexiva en la educación física	42
3.5.1 Práctica reflexiva como parte fundamental de la educación Física	43
3.5.2 Fines de la educación física dentro de la práctica reflexiva	45
3.5.3 Consideraciones para realizar la práctica reflexiva en la Educación física	47

INTRODUCCIÓN

La idea del consolidado teórico se centra en compartir algunas consideraciones en torno a la reflexión aplicada a la labor del educador físico. Dichas consideraciones surgen como resultado de una investigación documental, llevada a cabo por los auxiliares de investigación bajo la tutoría del investigador principal.

El consolidado teórico está dividido y subdivididos en diferentes aspectos los cuales son: Problema: descripción, planteamiento, justificación, objetivos y antecedentes; Metodología: tipo de investigación y fases de desarrollo: Consolidado teórico: reflexión, docencia, practica reflexiva, educación física, practica reflexiva en la educación fisca; conclusiones y recomendaciones; por último la bibliografía.

A través de la historia, el concepto de educación física ha ido evolucionando, y con ello se ha convertido en una concepción mucho más amplia y flexible que requiere de docentes capaces de relacionar la teoría y la práctica de modo efectivo. Es así que se llega a la función que debería cumplir el educador físico utilizando la práctica reflexiva como un método para lograr una transformación de su labor.

El propósito general de este consolidado teórico en su primer avance, es establecer qué relación se encuentra entre la práctica reflexiva y la educación física, teniendo en cuenta lo que se ha escrito a lo largo del tiempo sobre estos temas y a su vez el rol que desempeña el docente frente a los mismos. Otro propósito es contribuir al mejoramiento de la práctica del educador físico a partir de retos y desafíos que se irán construyendo a lo largo de la experiencia en la educación, sin dejar de lado el vínculo con la teoría y los fundamentos que sirvan para sustentar el trabajo docente.

La característica principal de este proyecto se basa en la práctica reflexiva y su papel en la educación física y sus docentes, ya que se intenta reafirmar el sentido

humanista de la profesión puesto que se ha evidenciado que los docentes en formación y los ya profesionales en su mayoría, han perdido esa cualidad para la auto crítica y reflexión de su quehacer diario se entiende que un docente reflexivo es más apto para la toma de decisiones según se de la situación y que con esto se puede llegar a un mejoramiento no solo de los estudiantes sino de él mismo en cuanto a la transmisión y adquisición de conocimientos.

Si analizamos la problemática que se vive en las aulas, se debe mencionar que existen docentes que han perdido su eje para seguir ejerciendo su labor como formadores integrales y los futuros profesores no ven la importancia del papel que juegan, siguiendo adelante sin hacer una reflexión de las actividades que realizan en sus prácticas.

La investigación de esta problemática se hace con el interés de conocer qué aportes y que beneficios le trae la práctica reflexiva a la educación física y por medio de esta buscar su transformación generando un cambio positivo en el que tanto docentes como educandos obtengan lo mejor de sí mismos. Esto ha permitido conocer los diferentes conceptos, saberes de profesores y expertos en la materia e identificar el estado del arte de que se conoce como practica reflexiva y saber cómo relacionarla con la educación física.

PROBLEMA

1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

La práctica reflexiva puede entenderse como un método para afrontar de la mejor manera, diversas situaciones, objetivos, recursos, medios, resultados, operaciones en marcha y conclusiones. Reflexionar durante la acción consiste en cuestionar lo que sucede o va a suceder, lo qué se puede hacer, lo qué se debe hacer, cuál es la mejor táctica, qué precauciones se deberían tomar, que riesgos podrían existir, para así actuar con sensatez evitando una postura impulsiva frente a la situación.

En este sentido, la práctica reflexiva hace que los docentes se cuestionen a sí mismos y definan unas directrices para llevarlas a cabo en su plenitud, acercándolos a su campo de acción específico, confrontando la teoría con la práctica y la práctica con la reflexión.

Por lo anterior, es importante indagar sobre esta problemática en el proceso de enseñanza y aprendizaje, lo que puede ser una plataforma adecuada con la finalidad de innovar y crear una transformación del actuar en los maestros de educación física. De alcanzar este objetivo, se estaría cerca de la práctica docente reflexiva en la educación física, bajo la consecución de un aprendizaje relevante para los profesores y sus estudiantes al momento de planificar y desarrollar las clases.

Por lo tanto, si los profesionales de educación física han sido formados con base en la repetición y reproducción de teorías, no puede entonces esperarse que haya propuestas de transformación en los procesos educativos de la educación física. En la actualidad ya no se sostiene con facilidad la afirmación de que el profesional de educación física es un modelo a seguir, ya que es necesario concebirlo desde la perspectiva de la competencia, es decir se exige un dominio teórico-práctico de la profesión docente y una capacidad de reflexión para ejercerla en situaciones

reales. Es urgente acabar con el paradigma de la transmisión de conocimientos absolutos como única forma de realizarlo competentemente, llevando al docente de educación física a construir y transformar a partir de su entorno laboral el desarrollo de sus clases.

No es un secreto que la educación actual ha tenido un constante cambio, el cual depende de docentes que se adapten a estos cambios y a su vez actualicen sus métodos de enseñanza para así desarrollar una actitud crítica y reflexiva de su labor en la construcción de una identidad.

Cuando se habla de la construcción de la identidad de un docente reflexivo en la educación física, se hace desde dos perspectivas: una individual y otra colectiva; En la primera el objeto que nos interesa se relaciona con un sujeto, sus pensamientos y las posibilidades de comprender la realidad que lo rodea en el contexto escolar.

Dicha identidad tiene una trascendencia real hacia la formación personal y profesional del docente de educación física, o por lo menos, hay una intencionalidad explícita de esto, es decir, que el docente al momento de realizar su trabajo, utilice la reflexión y cuestione su papel en el proceso del desarrollo integral de sus estudiantes y por supuesto, de sí mismo, pues las clases no van más allá de las planeaciones, las formas evaluativas y las metodologías que es lo que precisamente constituye el verdadero problema que se plantea.

La otra perspectiva está fuertemente vinculada con la cultura y las falencias de las instituciones de donde hace parte este sujeto, es decir el objeto de estudio que compete es la construcción de un docente reflexivo y auto crítico que sea parte fundamental de la formación integral de sus estudiantes.

En esta época de grandes cambios y tecnologías, estar actualizados significa no solo estar al tanto de los adelantos que se dan en el campo del saber y el conocimiento, sino de las nuevas corrientes pedagógicas, de las técnicas y

metodologías educativas, pero no basta con tener intuición y vocación para ser un mejor maestro. El reto es mayor. Además de saberes nuevos, el maestro debe recuperar ciertas cualidades y calidades para manejarlas en función de la reflexión teórica hecha práctica, hay que dejar de ser repetitivos y asumir una actitud cambiante, atractiva, frente al proceso de enseñanza y aprendizaje. Los estudiantes requieren de docentes de calidad, actualizados con un sentido de renovación constante y permanente, con esto nos referimos a experimentar, enriquecer, unificar la teoría con la práctica, formular mejoras, propuestas actuales e innovadoras que contribuyan a fomentar la reflexión práctica en los maestros de educación física.

El docente reflexivo se convierte en una figura, en la cual los saberes racionales no bastan para hacer frente a la complejidad de su labor, se considera que los docentes de educación física, deberían recuperar la razón humanista de su profesión basándose en el análisis, la reflexión y la autocritica que se permite realizar al momento de ejercer la profesión.

Teniendo en cuenta lo anterior, la práctica reflexiva es fundamental para el desarrollo del docente de educación física, ya que es uno de los métodos de preparación o quizás el más importante para su vocación profesional y el desempeño que tenga en la misma, sin embargo, el problema radica en que al momento de realizar las prácticas no se tiene en cuenta el significado real y la importancia de la reflexión en este campo para fundamentar la vocación docente.

Si tenemos en cuenta el significado real de la educación física, el cual va más allá de lo curricular, no es desfasado pensar en una transformación desde la práctica reflexiva según los planteamientos antedichos, ya que todo aporte educativo, depende directamente del compromiso docente y de la calidad con que este realice su labor actuando como un guía para la construcción de habilidades, conocimientos y valores. De manera general se puede decir, que existe una estructura teórica relacionada con la práctica reflexiva, pero no se evidencia

plenamente una relación entre la práctica reflexiva y la educación física. Si bien hay superficial referencia, no cuenta con un consolidado teórico que muestre claramente la importancia y necesidad de la reflexión en este campo y su dinámica en términos de acciones concretas y críticas.

Es probable que uno de los aspectos perjudiciales de no realizar adecuadamente una actividad reflexiva y de no incluirla en la práctica, conlleve a no tener en cuenta los problemas reales, las necesidades de los educandos y de la propia institución, por consiguiente cabría la posibilidad de que el docente de educación física no tomara ninguna medida o acción adecuada respecto a los problemas que se le presenten.

Por otro lado, el docente que carece de reflexión, no auto cuestiona su papel y no podría traspasar la barrera de la planeación y de las formas evaluativas, probablemente atente contra la formación integral de sus estudiantes.

Por consiguiente, se hace necesario la realización de un consolidado teórico que hable de la práctica reflexiva y su inclusión en la educación física, a raíz de lo que esta implica, su valor y su función dentro del entorno que compete, es decir de la educación física, considerando que ambos pueden unificarse sin ningún inconveniente y esto podría llevar, por un lado a la transformación de dicha práctica y por otro, a que el educador físico haga uso de la practica reflexiva dentro de su labor diaria, haciendo de la reflexión la base para la planeación de cada clase.

1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Se evidencia la falta de un consolidado teórico acerca de la práctica reflexiva en la educación física, por lo cual se hace necesaria esta investigación planteando el problema con la siguiente pregunta:

¿Cuál ha de ser el consolidado teórico acerca de la práctica reflexiva del docente de educación física? (Primer avance)

1.3 JUSTIFICACION:

Este consolidado teórico en su primer avance se convierte en una herramienta y un método en el campo de la educación, respecto a la calidad y cualidad de los docentes de educación física, esto asegurando espacios reales de encuentro vocacional en la medida que se reflexiona mas allá de los tópicos concernientes a la labor docente y su trascendencia para el desarrollo personal y profesional.

Con lo anterior se perciben mejores posibilidades de dinámica en la “práctica reflexiva”, la cual se convierte en la piedra angular para modificar, y ayudar al desempeño de los docentes y por supuesto a los estudiantes, motivando a la transformación metodológica, lo que puede ser realidad abriendo sectores de exploración y posterior profundización reflexiva generando posibles cambios en cuanto a los fines de la educación en la realidad cotidiana.

El aporte educativo de este consolidado teórico en su primer avance viene signado por el aspecto personal en cuanto a la vida como maestros y el beneficio propio que esto puede generar en la educación a nivel general, por medio de una incorporación crítica y consiente, puesto que siempre tiene la posibilidad de ser objeto y sujeto de experiencias educativas nuevas. Luego, La reflexión se hace evidente como una herramienta fundamental en la acción de mejorar el desempeño del docente de educación física, que lleva a plantearse preguntas, discutir, reflexionar, incidiendo en la confrontación teórico- práctica que le propicia el sentido real a este proyecto, haciendo énfasis en la práctica reflexiva del docente de educación física.

Debido a que este consolidado teórico está en su primer avance supone un impacto positivo a largo plazo ya que permitirá a los futuros docentes de educación física, contemplar sus prácticas docentes de formas más completas, realizando sus reflexiones de una manera adecuada y con el sentido que en verdad buscan estos documentos de control. A corto plazo se busca iniciar con la línea de investigación estableciendo el consolidado teórico en su primer avance el

cual se convierte en la herramienta teórica de los auxiliares que seguirán este proceso.

Este proyecto toma especial interés, ya que puede llegar a ser un soporte teórico para la formación de docentes en el campo de la educación física, así como la transformación del compromiso que tiene hoy en día el educador físico y su papel en el desarrollo integral de sus educandos. Para que esto pueda lograrse, es de vital importancia cuestionar la capacidad de reflexión que posee cada uno de ellos, teniendo en cuenta el constante cambio que tiene la educación y la necesidad de ir más adelante y estar siempre preparados para dichos cambios, es por esto que consideramos la práctica reflexiva como el espacio en el cual el docente de educación física hace una crítica de su labor y a su papel como formador integral.

Uno de Los beneficios de este proyecto es comprender la importancia que tiene la práctica reflexiva y la relación constante que tiene con la educación física, para esto se han tenido en cuenta diferentes términos como son reflexión, docencia, educación física y práctica reflexiva. Con el objetivo de construir una inminente relación entre estos conceptos y elaborar un consolidado teórico (primer avance) que reúna todos estos, para así llegar a uno solo, como lo es la práctica reflexiva en el docente de educación física. Por otro lado, un beneficio más podría ser brindar las capacidades que pueden desarrollar los docentes de educación física para mejorar su labor como formadores integrales teniendo en cuenta el contexto de sus estudiantes.

Quizás el beneficio más importante, es el social, ya que este proyecto intenta hacer que los docentes de educación física tomen su labor diaria de una manera más consciente, también busca ampliar el concepto que se tiene en general sobre la educación física y lo que esta puede representar dentro y fuera del ambiente escolar. Es así que se deja claro lo que busca este proyecto con la práctica reflexiva, que es aportar al mejoramiento de la educación física y de la labor docente. Sin embargo este consolidado teórico (en su primer avance), está destinado a los educadores físicos para que ellos conozcan, comprendan y

adopten la práctica reflexiva en su labor cotidiana, para que esta se transmita a sus estudiantes convirtiéndola en un beneficio bidireccional.

Se podría obtener el beneficio de fusionar la teoría de la educación física con la práctica reflexiva, por medio de aportes que amplíen los términos relacionados a lo largo del tiempo, es decir, que es posible incluir una gran variedad de términos en la educación física. A su vez, este tipo de consolidados teóricos podría utilizarse en diferentes áreas para el beneficio de la educación actual y los estudiantes.

Por último para los auxiliares de investigación este proyecto tiene una vital importancia ya que permitiría contemplar el significado de la práctica reflexiva y los beneficios que genera a la educación pretendiendo generar cambios y constante mejora.

1.4 OBJETIVOS:

1.4.1 GENERAL

Realizar un consolidado teórico acerca de la práctica reflexiva del Docente en la educación física. (Primer avance)

1.4.2 ESPECIFICOS:

- Conceptualizar el significado que tiene en la educación términos como reflexión, práctica, docencia y educación física.
- Establecer la relación que tiene los conceptos práctica reflexiva, docencia y educación física.
- Determinar la importancia de la práctica reflexiva y la labor docente como una herramienta fundamental para el educador físico.

1.5 ANTECEDENTES

La búsqueda de antecedentes se realizó teniendo en cuenta proyectos de grado, artículos de revistas, libros y documentos relacionados con la práctica reflexiva en las distintas universidades a nivel local, nacional e internacional que cuentan con facultades de educación, programas de educación física, ciencias del deporte, cultura física, etc. Para ello se tuvo en cuenta el periodo comprendido entre el año 2002 y el 2012, todo esto con el objetivo de optimizar la búsqueda y acercarnos a lo más reciente.

A nivel local y nacional las universidades visitadas fueron las siguientes: Universidad INCCA, Universidad Santo Tomás, Universidad Tecnológica De Pereira, Universidad Pedagógica y Tecnológica De Tunja, Universidad Del Valle, Uni Llanos, Universidad De Antioquia, Universidad Libre, Universidad Javeriana, Universidad Industrial de Santander y Universidad De Cundinamarca. A continuación se relacionan los hallazgos.

Institución	Título	Autor y Año	Aporte
Pontificia Universidad Javeriana	La práctica reflexiva escritural Una experiencia con docentes de la asignatura práctica pedagógica de una Facultad de Educación Física	Jiménez Muños Jorge Andrés (2010)	Este documento aporta otra manera de ver la práctica reflexiva a través de la escritura para la objetivacion de la propia práctica

UIS De Santander	Reflexión sobre la relación entre quehacer pedagógico y el espacio físico	Espinosa Valencia, Guillermo Julio. Ordoñez Gómez, Gonzalo, DR UIS Bucaramanga (1999)	Este documento aporta la relación que existe entre la reflexión, la labor docente y también con el espacio físico en que se trabaja
------------------	---------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

A nivel internacional se realizó una búsqueda en algunas universidades de diferentes países como Argentina, México, USA, Perú, Canadá y España en los cuales solo se encontró información en este último.

Institución	Título	Autor y Año	Aporte
Universidad de Lleida (Cataluña España)	Desarrollo profesional del maestro la competencia reflexiva	Dra. Amparo Miñambres Abad (2011)	Podemos encontrar que se habla de la reflexión en tres niveles (1. Para el uso eficaz de habilidades y conocimientos, 2. Sobre presupuestos implícitos en su práctica, 3. Ejercicio de la reflexión crítica) y su relación con educación.

Con base en los resultados obtenidos, se considera que el estado actual del tema, la práctica reflexiva en la educación física, es exploratorio, a pesar que se cuenta con facultades de educación física, donde se han realizado proyectos de grado, eventos académicos, artículos, ensayos, entre otros.

Es por esto que este proyecto es viable, porque puede llegar a ser un instrumento que contribuya al mejoramiento de la educación física y a la formación del docente por medio de la práctica pedagógica investigativa, los documentos de control y la realización de reflexiones de dichas prácticas. Gracias al apoyo de la Universidad Libre que brindo las herramientas necesarias para realizar visitas en distintas instituciones de educación superior con programas de educación e ingresar a las bases de datos y así obtener la información pertinente.

2. METODOLOGIA

Acertadamente, es posible referirnos a un enfoque con predominancia cualitativa y de carácter documental, pues el aporte que se busca, amerita la construcción de un consolidado teórico en su primer avance, basados exclusivamente en la revisión de bibliografía específica en el campo de la historia y la filosofía de la educación física, sin acudir a la medición objetiva de datos.

Pero no sólo hay construcción teórica, sino también se registra una postura analítica, reflexiva e interpretativa no solo de los docentes de educación física sino de sus educandos, Por un lado, con respecto a los factores explícitos, consientes e inconscientes explicando el significado de la practica reflexiva y la relación que tiene con la educación física subyacente del evento de estudio; esto con la intención de realizar, a futuro, relaciones entre el educador y su quehacer profesional.

Igualmente, el proyecto se ciñe al carácter fundamental de los estudios cualitativos que "...no pretenden generar resultados a poblaciones ya que es un primer avance, no busca que sus estudios lleguen a replicarse. Asimismo, se fundamentan más en un proceso inductivo (exploran y describen, y luego generan perspectivas teóricas). (Hernández, 2004, 13).

En cuanto al alcance, se puede decir que la investigación se enmarca netamente dentro de los aspectos monográficos e históricos; es decir, que tiene carácter exploratorio y descriptivo, pues hablar de cómo y cuál ha sido la evolución de los términos, practica reflexiva y educación física, a través del tiempo, resaltando en ello su relación, los aportes culturales.

Teniendo en cuenta lo enunciado en el objetivo general y el planteamiento del problema, el consolidado teórico (primer avance), la investigación no amerita hipótesis, por ende, no hay registro alguno de las mismas, ya que no se trata de un estudio comprobatorio de teorías.

Según lo planteado en el enfoque y alcance precedentes, es posible afirmar que no se ha efectuado, durante la investigación, un control manipulativo e intencional de los eventos de estudio, por lo tanto, estamos frente a un diseño no experimental.

Por último, cabe resaltar el rasgo holístico de la investigación, pues referida al enfoque cualitativo, ha considerado el consolidado teórico (primer avance), como un todo, partiendo de la consideración de todas sus partes.

2.1 Tipo de investigación

Teniendo en cuenta los factores anteriores, se ha llegado a la deducción que la metodología perteneciente para efectos de este proyecto, es el método deductivo y documental, el cual se tratará desde tres apartados: enfoque, alcance y diseño, esto llevará a concluir de manera general el consolidado teórico.

El enfoque tiene predominancia cualitativa, ya que su objetivo central no es estimar datos de manera numérica, ni demostrar una hipótesis, sino examinar y describir a partir de la observación, en este caso, un consolidado teórico con el cual se pretende conceptualizar e identificar los aspectos que intervienen en la práctica reflexiva.

En cuanto al alcance, se puede decir que es exploratorio, ya que se examina un tema o problema de investigación poco estudiado y del cual se tienen ciertas dudas o no se ha abordado antes. Es decir, cuando la revisión de la literatura reveló que tan solo hay guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el tema de estudio como es la recopilación y análisis de información sobre la practica reflexiva en base a una toma de conciencia y el hallazgo de un verdadero sentido ante esta, con el fin de iniciar una transformación en los docentes y la labor que realizan.

El diseño de la investigación es no experimental, ya que solo se busca observar y describir en la práctica reflexiva el sentido que debería tener en los docentes de educación física sin ninguna intención de manipular variables a partir de esta descripción. Aquí, se emplea la teoría funcionalista para analizar los aspectos positivos y negativos en la práctica reflexiva, lo cual genera un diseño exploratorio porque apunta a establecer las principales tendencias de una cierta población en este caso los docentes de educación física en un determinado periodo de tiempo.

2.2 Fases de desarrollo

- **Selección bibliográfica**

En primera instancia, se realizó una búsqueda en libros, documentos, revistas, artículos, páginas de internet, tesis y proyectos, relacionadas con el tema de la práctica reflexiva, luego se inició la construcción inicial del proyecto, después se procedió a indagar sobre las palabras claves que constituían la parte del consolidado como tal, inmediatamente después se realizó una lectura pertinente para seleccionar una base acertada para así proceder a la parte escrita del proyecto.

Como se ha considerado, el desarrollo de la investigación se ha realizado esencialmente con fuentes documentales escritas, libros y artículos de revista.

En este orden de ideas, los temas seleccionados, por estar directamente relacionados con la dinámica de este proyecto, son los conceptos de educación física, práctica reflexiva y docencia. Junto con sus características, fines y lo pertinente a la práctica reflexiva en la educación física, lo cual es un tema poco estudiado.

Cabe resaltar que los conceptos tomados de los autores SCHON. D, JIMENO SACRISTAN.JOSE, PARRA MORENO. CIRO, componen una gran parte del documento que conforma la investigación, esto debido al acercamiento temático y a la influencia de los autores a lo largo del tiempo sobre la educación física hasta llegar al concepto actual. Además, ofrece la opción de interrelacionar los diferentes conceptos que ofrecen los autores que se han tenido en cuenta para este consolidado teórico.

Por otro lado, en cuanto al concepto de práctica reflexiva, se consideraron varios autores como: FREIRE, BENINCA, PHILIPPE PERRENOUD, LUIS MIGUEL SARAIVA, quienes desarrollaron y profundizaron a lo largo del tiempo este concepto. Además dichos autores ofrecen la posibilidad de ampliar y relacionar el concepto de práctica reflexiva y educación física.

En cuanto a la búsqueda y el análisis de la bibliografía seleccionada, se tuvieron en cuenta criterios coherentes, confiables y pertinentes, se debe reconocer que al momento de la selección bibliográfica no todas las fuentes surgieron de forma inmediata, varias de ellas surgieron en el transcurso del consolidado teórico de acuerdo a las necesidades teóricas y al acercamiento a los tópicos y fuentes relacionadas.

- **Categorización de temas**

Al momento de haber culminado con la selección bibliográfica, se realizó la categorización de los siguientes temas teniendo en cuenta el título del proyecto los objetivos y el problema:

- ✓ Educación física.
- ✓ Docencia.
- ✓ Práctica.
- ✓ Reflexión.
- ✓ Practica reflexiva.

- ✓ Practica reflexiva en la educación física.

Los cuales son los temas más pertinentes para esta investigación y son los que sustentan el consolidado teórico.

Esta fase se realizó en un periodo de 40 días aproximadamente, en el cual se determinaron estos tópicos concernientes al proyecto.

- **Lectura**

Después de haber realizado la categorización de temas, se estableció un periodo de tiempo aproximado de dos meses y medio para realizar la lectura tangencial o aleatoria y así proceder a la consolidación escrita. En este periodo algunos de los textos fueron: la practica pedagógica investigativa, aprendizaje reflexivo en la educación superior, desarrolla la practica reflexiva en el oficio de enseñar, el curriculum: una reflexión sobre la practica etc. Los cuales ayudaron a la realización del consolidado teórico y la comprensión de cada uno de las palabras claves.

- **Consolidación escrita**

Luego de haber seleccionado los temas, se procedió a realizar la contextualización de cada uno de ellos y su respectiva relación lo cual llevó a comprender la importancia de cada uno de los términos como son la practica reflexiva en la educación física, el docente, la práctica y la reflexión, con lo que se llegó al consolidado teórico que se muestra en el documento.

Ya que cada uno de los integrantes asumió y se apropió de cada uno de los temas para así poder optimizar el desarrollo investigativo y escrito de este proyecto, para esto se dispuso un tiempo estimado de tres meses aproximadamente el cual fue suficiente para realizar esta fase y en la cual se indagaron los temas de manera individual y así se procedió a hallar la relación entre ellos generando así el consolidado escrito final de este proyecto, el cual nos

da una mirada distinta de lo que significa la educación física y la relación que tiene con la practica reflexiva que se convierte en la razón de ser del proyecto de investigación .

3. CONSOLIDADO TEORICO

3.1 CONCEPTO DE REFLEXION

La reflexión se identifica con la comúnmente llamada conciencia psicológica, que es la experiencia interna. Se entiende por conciencia un modo especial de conocimiento: la experiencia que el sujeto tiene de sí mismo mediante la vida sensible y la vida intelectual; la primera se limita al conocimiento a través de los sentidos externos, la segunda se refiere a los sentidos internos que conducen al conocimiento intelectual.

La reflexión se consigue mediante elementos internos como el sentido común, la percepción de la imagen, la memoria y el pensamiento; cabe decir que el conocimiento a través de los sentidos precede al conocimiento intelectual. Así, la conciencia sensible basta para percibir lo externo, mientras que para advertir el principio del pensamiento es necesaria la reflexión. La inteligencia reconoce sus propios actos al realizarlos y eso es precisamente la reflexión.

Así pues, reflexionar es la acción de centrar el pensamiento en algo, es considerar con atención, y esto sólo lo logra el ser reflexivo y concierne a la conciencia. En el pensamiento se produce un proceso del conocimiento intelectual que conduce al encuentro de ideas que generan otras nuevas con otra dirección, lo cual significa especular, y este término se considera como sinónimo de la reflexión desde el significado de su raíz.

La reflexión es un proceso de transformación de determinado material primitivo de nuestra experiencia (ofrecido desde la historia y la cultura y mediado por las situaciones que vivimos) en determinados productos (pensamientos comprensivos, compromisos, acciones), una transformación afectada por nuestra

concreta tarea (nuestro pensamiento sobre las relaciones entre el pensamiento y la acción, y las relaciones entre el individuo y la sociedad), utilizando determinados medios de producción (comunicación, toma de decisiones y acción)¹.

Es indispensable que se den ciertas condiciones para hablar de reflexión en el ser humano. Para ello, se señala que curiosidad, sugerencia y orden, son tres peculiaridades del pensamiento reflexivo, indispensables para que exista un proceso de enseñanza-aprendizaje adecuado.

La curiosidad, innata en los seres humanos, no es algo que pueda enseñarse, pero su desarrollo depende de la forma en que es presentada la información a quien deseamos que aprenda, abriendo la posibilidad de encontrar soluciones por uno mismo. La sugerencia, es decir, todas las ideas, los métodos, las estrategias, las experiencias. Todo debe ser considerado sugerencia en la medida que invite a desarrollar en el futuro maestro la posibilidad de encontrar por sí mismo respuestas a los interrogantes de su pensamiento reflexivo, en relación con la enseñanza y su profesión. Y por último, el orden, donde el pensamiento reflexivo implica secuencialidad, continuidad y ordenamiento de las sugerencias. Estas tres condiciones constituyen el objeto de la reflexión².

¹ KEMMIS, Stephen. 1985, pag.148.

² DEWEY, John, 1989, pág. 21.

3.2 DOCENCIA

La docencia es, a todas luces, una labor práctica. Por medio de ella se pone en acción todo lo que se ha definido anteriormente, sin embargo, hay diversas maneras de entender el término práctica en cuanto a la docencia se refiere:

- ❖ Hay quienes entienden la docencia como una práctica en el sentido de saber hacer (“el arte de enseñar”), sobre todo referida a la transmisión de conocimientos (enseñanza).
- ❖ Otros la conciben como una práctica (como un saber hacer altamente especializado, más allá del arte de enseñar), cuya finalidad es la capacitación de personal competitivo para el trabajo.
- ❖ La docencia debe ser entendida más como un arte o como una técnica: debe entenderse como una praxis humana y humanizante.

Con lo anterior se entiende, que la docencia es una tarea práctica iluminada en todo momento por la teoría y generadora de nueva teoría, que se da entre seres humanos inacabados y que persigue la humanización progresiva de quienes en ella intervienen (maestro y alumnos). Así, tenemos que la docencia requiere no solamente de conocimientos y de métodos, sino también de una actitud permanente de reflexión, transformación, autocorrección y enriquecimiento, para lograr el desarrollo humano integral (desarrollo de todas las potencialidades humanas) de los alumnos y del profesor.

La docencia es, por tanto, una actividad sistemática, propositiva, consiente y comprometida que tiene como finalidad la última educación, es decir, el desarrollo humano.

Es necesario insistir como enfoque principal de las reflexiones que conformarán esta búsqueda, que la docencia tiene su razón de ser en la educación y no en la transmisión de conocimientos, en la capacitación técnica, en la producción y el consumo, en la búsqueda de que utilidades económicas, en la reproducción del statu quo, o en la domesticación de los ciudadanos, como parece estar sucediendo en muchos ámbitos actualmente³.

La docencia es una Función sustantiva de las instituciones de educación, mediante la cual se transmiten información, se desarrollan habilidades, se fomentan actitudes y hábitos y se induce la asunción de valores.

La profesión de la docencia es una práctica relacional, que se caracteriza por ser una actividad en la que el profesorado tiene la responsabilidad de facilitar el desarrollo de su alumnado en todas las dimensiones de su personalidad. Para esto, es fundamental el compromiso de establecer y mantener relaciones de confianza y cuidado.

Los productos más valiosos del proceso de enseñanza–aprendizaje son, sobre todo, relacionales como: el entusiasmo intelectual, la satisfacción compartida ante un descubrimiento o ante un material nuevo, la experiencia de seguridad en una clase con un clima de entendimiento y cortesía⁴

3.2.1. Cómo deber ser el Docente

Debe ser un profesional reflexivo, crítico, competente en el ámbito de su propia disciplina, capacitado para ejercer la docencia y realizar actividades de investigación. Debe intentar desarrollar una actividad comprometida con la idea de potenciar el aprendizaje de los estudiantes y contribuir a la mejora de la sociedad. Ha de procurar que el conocimiento impartido en las aulas, talleres y laboratorios

³ LOPEZ CALVA, J. Martín. Desarrollo humano y práctica docente. – México: trillas, 2000 (reimp.2009). pág. 14.

⁴ NODDINGS, Nel. La teoría de la educación, 2003.

sea relevante para la formación teórica y práctica de los estudiantes. También deberá preparar a los alumnos para que éstos puedan, cada vez con más autonomía, avanzar en sus procesos de estudio y en la interpretación crítica del conocimiento y de la sociedad a la vez que adquieran una capacitación profesional.

Desde la perspectiva de la ética del cuidado, el buen ejercicio profesional docente incluye la creación de relaciones de confianza mutua, que permiten al profesorado conocer a su alumnado y plantear las intervenciones educativas en función de los intereses y las necesidades del mismo. El profesional de la docencia es invitado a diseñar su intervención con base en preguntas del siguiente tipo: ¿Cómo mi asignatura puede servir a las necesidades de cada uno de mis estudiantes?, ¿cómo puedo ayudarles en la promoción de su inteligencia y sus afectos?, ¿cómo puedo lograr contacto con la mayor parte del alumnado? ⁵.

3.3 DOCENCIA Y PRACTICA REFLEXIVA

El concepto de practica reflexiva se basa en una visión constructivista del aprendizaje según la cual, el conocimiento sobre la práctica reflexiva debe ser un conocimiento creado por el mismo sujeto y no un conocimiento ya creado con anterioridad por terceros y transmitido por ellos. Es necesario, por tanto, aspirar a desarrollar un enfoque reflexivo de la enseñanza, esto es, un enfoque en el que profesores, vayan más allá de una forma de reflexión meramente intuitiva. ¿De qué modo? Por medio de la realización de una reflexión sistemática y pautaada: recogiendo datos acerca de su labor, examinando sus actitudes, creencias, presuposiciones y utilizando la información obtenida como base para la reflexión crítica sobre su actuación en el aula.

⁵ NODDINGS, Nel. Las éticas de cuidado y educación. 1992.

La práctica reflexiva implica una consideración activa, persistente y cuidadosa de cualquier docente, tomando en cuenta los resultados que puede tener a futuro y es una herramienta la cual podemos utilizar para enfrentar la falta de humanismo en la misma, ya que se han presentado casos en los cuales los docentes le pierden el sentido a su vocación generando así un descuido y un desinterés que genera una red de problemas en la educación y la relación de docente y alumno.

Una práctica reflexiva supone una postura, una forma de identidad en la que el docente desestabilice el status quo en el que se encuentra, ejerciendo en forma permanente la capacidad de observación en un primer momento, y que posteriormente desarrolle procesos cognitivos más complejos. La reflexión no implica tan sólo una secuencia de ideas, sino una con-secuencia, esto es, una ordenación consecucional en la que cada una de ellas determina la siguiente como su resultado, a su vez, apunta y remite a las que le precedieron se agrega al respecto la reflexión es una forma holística de atender y responder a los problemas que se presentan en el campo educacional⁶.

Como parte de la práctica reflexiva esta el desarrollo profesional que consiste en el mejoramiento de dicha práctica y en la capacidad de elaborar automáticamente juicios prácticos y validarlos en la acción. Autonomía frente a la que se debe hacer, fruto del conocimiento de los fines de los medios del contexto particular de la acción y de la experiencia propia y de los demás.

3.3.1 Visión de algunos autores

Siguiendo a Schön, cuando se habla de práctica, se refiere a la actuación experta del profesional que se topa con situaciones probables de elementos comunes. En el caso de la educación, los docentes se encuentran en lo cotidiano con

⁶ PARRA MORENO, Ciro. investigación acción y desarrollo profesional, revista educación y educadores vol. 5, año 2002.pag.121.

problemáticas similares que van suscitando una repetición de esquemas de actuación⁷.

De este modo se va desarrollando una especialización que hace al saber cada vez más tácito. Sin embargo resulta interesante tomar conciencia del riesgo de este tipo de actuación en cuanto a la repetición de esquemas que lleven a la falta de comprensión y evaluación sobre lo que se está haciendo.

La práctica educativa, sin dudas, está teñida de la teoría asimilada, creencias propias, valores, actitudes, emociones. Sin embargo en el ámbito laboral muchas veces se percibe desvinculada de la teoría. E. Schein, H. Simon y N. Glazer, indican que “cada uno de estos escritores ha identificado un vacío entre el conocimiento profesional y las demandas de la práctica en el mundo real”⁸.

Es muy común escuchar de los docentes comentarios al respecto de la difícil tarea frente al aula, a la comunidad y a la carencia de una teorización al respecto cuando la realidad sorprende y deja sin argumentos. En estos casos el saber intuitivo entra en juego y la reflexión desde la acción nos permite construir nuevas hipótesis y comprobarlas.

Wallace propone unir la teoría y la practica a través de la reflexión. Este modelo está en consonancia con los postulados de la pedagogía crítica, la enseñanza problemica y la investigación acción.

El modelo reflexivo parte del hecho que todo profesional de la educación ya sea docente en ejercicio o en formación inicia cualquier proceso de aprendizaje partiendo de unos saberes y presupuestos contruidos a través de su vida profesional y personal. El modelo contempla una segunda etapa donde el docente construye su conocimiento teniendo como referentes los fundamentos teóricos y el dominio de ese conocimiento los cuales son la materia prima para desarrollar su praxis (teoría y práctica).

⁷ SCHÖN, D. *El profesional reflexivo*. Basic Books, Nueva York (1983) pág.65

⁸ SCHÖN, D. Op.Cit, pág.66 (1983)

En esta etapa está presente permanentemente el proceso reflexivo tanto de la práctica como del conocimiento construido, el que es personal siendo esta la competencia destinada a que el docente sea un profesional crítico, creativo y único, en el lenguaje de hoy, un profesional competente⁹.

Lipman propone que el principio organizador de los colegios debe ser la racionalidad, aunque no en su sentido más estricto, sino limitada por el sentido común o el buen juicio. Esto significa que el principal objetivo de la educación debe ser enseñar a los alumnos a ser ciudadanos razonables, para lo que es imprescindible que cualquier aspecto de la educación esté definido en términos racionales por encima de consideraciones ideológicas, Culturales o económicas.

El autor propone para la reestructuración de la práctica educativa lo que denomina “paradigma reflexivo”, según el cual la educación debería tener las siguientes características básicas:

- Investigación: El proceso educativo en la clase debería tomar como modelo el proceso de investigación científica y no proporcionar a los alumnos todas las respuestas, sino más bien ayudarles a plantear y resolver los problemas.
- Comunidad de investigación: Los alumnos aprenden cuando pueden escucharse unos a otros, construir sobre las ideas de los otros, pedir razones que sostengan los argumentos contrarios, ayudarse entre sí a extraer inferencias de la información, etc.
- Sensibilidad a lo problemático: El curriculum debería ser suficientemente flexible como para incorporar al aprendizaje las cuestiones problemáticas o complejas que surgen en las clases.
- Lo razonable: La complejidad de algunos de los temas de estudio requiere que por encima de la racionalidad científica se adopte un criterio razonable en la

⁹ WALLACE, Michael. Modelo reflexivo. Training foreign language teachers. Cambridge University press 1991

interpretación de los problemas, sobre todo en cuestiones relacionadas con las conductas humanas.

- Relaciones y juicios: El aprendizaje se fundamenta en el establecimiento de relaciones y en la elaboración de juicios con respecto a esas relaciones, ya sean relaciones observadas en la realidad o inferidas por el razonamiento en las distintas materias de estudio.

- El pensamiento en las disciplinas: El objetivo de la educación en cualquier disciplina es pensar de manera efectiva, comunicar el pensamiento, hacer juicios relevantes y discriminar entre valores morales.

- Aprendizaje a través de la conversación: La relación ideal entre el profesor y el alumno es la de un diálogo abierto basado en el respeto y el aprendizaje.

- Autonomía: El objetivo principal de la educación según el paradigma reflexivo es favorecer la autonomía del alumno en su proceso de aprendizaje individual y social.

- Pensamiento reflexivo: La mejora de las capacidades de pensamiento conlleva la reflexión, lo que establece una mejora del pensamiento y fundamenta el comportamiento sobre bases más sólidas¹⁰.

3.3.2. Relación de la práctica reflexiva con la teoría y la práctica

Necesariamente, debe existir una relación entre teoría y práctica que permita relacionar los fundamentos teóricos con la cotidianeidad del aula. La reflexión conjunta permitiría dar un nuevo encuadre a las situaciones, encontrando de este modo una vía de acceso a una variedad de soluciones posibles.

¹⁰ MATTHEW, Lipman .el pensamiento en la educación. Cambridge University Press, 2003.pag. 304.

Pensar teóricamente es, entre otras cosas, tratar de hacer explícitos los conceptos prácticos. No hay práctica, ni siquiera espontánea, que no implique conceptos acerca de la gente, su aprendizaje, sus visiones de lo justo, de lo deseable. Pensar teóricamente es poner en palabras nuestros actos. “Reflexionar sobre la práctica, consigna que se repite con demasiada frecuencia, no es otra cosa que hacer este camino de explicitación y enriquecimiento personal.”. En este caso se refuerza el concepto de Schön acerca de la teorización de la práctica y el saber que de ella se extrae en tanto actitud y capacidad para observarse y cuestionarse¹¹.

Una relación consciente de una práctica reflexiva con la teoría y con la práctica es ineludible, ya que permite aprender al docente de su quehacer y así mismo reforzar potencialmente y aprender. Al desarrollar esta relación el docente puede descubrir y articular su actuación con la visión del aprendizaje que se deriva de esa reflexión, es así que cuando se desarrolla la práctica reflexiva, se puede moldear la práctica mostrando su realización haciéndola accesible permitiendo promover un aprendizaje mediante la reflexión así como la retroalimentación crítica sobre su propio aprendizaje.

3.3.3 La práctica y la reflexión en la educación grupal

Couso aborda la propuesta socio-constructivista de desarrollo profesional mediante la constitución de la Comunidad de Aprendizaje Profesional como grupo interdisciplinario de profesionales de la educación, cuyos objetivos generales se vinculan con el aprendizaje de los estudiantes, el aprendizaje de los profesores y los objetivos relacionados con la disciplina de la didáctica. En los objetivos relacionados con el aprendizaje de los profesores, una de las perspectivas adoptadas propone que el conocimiento esencial para la enseñanza se encuentre

¹¹ SCHÖN, D. Op.Cit, pág. 52. (1983)

inmerso en la propia práctica y reflexión que los profesores realizan sobre su acción en esa práctica¹².

De este modo fomentan la reflexión sobre la acción y el propio aprendizaje, se considera la actitud profesional, la colaboración, el auto evaluación y evaluación con otros, la crítica constructiva. En verdad resulta complejo pero sumamente formativo el proceso reflexivo, ya que requiere del docente una revisión continua que genere confirmaciones o modificaciones de la práctica para mejorar la tarea de enseñanza aprendizaje. Así también necesita de un espíritu responsable y comprometido que guíe el accionar. Reconocer el papel protagónico del docente en el proceso de enseñanza aprendizaje significa reconocer su capacidad para producir conocimiento pedagógico.

En el desarrollo de su práctica, el docente puede producir un saber teórico de aplicación y referencia para otros, seguro que la reflexión es el camino para el inicio de otras maneras de pensar. En esta línea se promueve un docente con verdadera profesionalidad, autonomía en los conocimientos y estrategias a utilizar, comprensión y ejecución de las funciones que le son propias con calidad en el ejercicio y fortalecimiento del trabajo personal y de equipo¹³.

3.3.4 Características de la práctica reflexiva

Perrenoud afirma que para el logro de una verdadera práctica reflexiva es preciso que la misma se inscriba dentro de una relación de análisis con la acción independientemente de los obstáculos que se presenten, ya que implica la adopción de una postura de reflexión en o sobre la acción más que la reflexión episódica de cada uno en su hacer¹⁴.

¹² COUSO, D. la propuesta socio-constructivista de desarrollo profesional mediante la constitución de la Comunidad de Aprendizaje Profesional, (2002).

¹³ MARIN, Laura. Revista Formadores - Año VII - Volumen 10.2011.pag 71.

¹⁴ PERRENOUD, la practica reflexiva a través de los hábitos. 2001. pág. 36.

Pérez Gómez alerta que los docentes y la propia institución escolar se encuentran ante el desafío de construir otro marco cultural amplio y flexible que permita la integración de valores, ideas, tradiciones, costumbres y aspiraciones en relación a la diversidad, a la pluralidad, a la reflexión crítica y a la tolerancia, así como la necesidad de elaborar la propia identidad individual y grupal¹⁵.

La educación es un micro universo penetrado por universos más amplios que es la escuela, donde la comunidad local y la sociedad amplían el contexto cultural. En el abordaje sobre la formación docente no se puede, solamente, tener en cuenta la dimensión cognoscitiva, también deben contemplarse otras posibilidades como la ética, la afectividad y los gustos por el hacer, pues forman parte de la grandeza del ser humano. Entonces, se hace necesario que el profesor reflexione sobre su práctica. En palabras de Bicudo, citado por Edith Sean, “solamente la persona verdaderamente educada puede educar”¹⁶.

La formación permanente de los profesores debe posibilitar la reflexión sobre la práctica de lo que se ha de hacer en este tiempo. La formación docente en particular puede ser significada como una práctica social educativa en la que el contexto de formación (teórico-práctico) guarda una *estrecha vinculación* con el contexto en el que se desempeñará quien se está formando. Hay una coherencia profunda entre lo que aprenden y el modo en como lo hacen los "educandos" con lo que enseñarán y como lo harán cuando sean formadores; no hay disociación entre discurso teórico y acciones concretas de formación; dado que la finalidad perseguida en una formación crítica sólo se aprende conceptualmente a través de la práctica reflexiva, entonces es reflexión sobre lo que se hace¹⁷.

¹⁵ PÉREZ GÓMEZ, Gómez alerta que los docentes y la propia institución escolar se encuentran ante el desafío de construir otro marco cultural amplio, 2001.pag.153.

¹⁶ ¹⁶ BICUDO, se hace necesario que el profesor reflexione sobre su práctica 2001.pag.19.

¹⁷ FREIRE, la formación permanente de los profesores debe posibilitar la reflexión sobre la práctica de lo que se ha de hacer en este tiempo 1997.pag.121.

Según Benincá construir nuevos conocimientos, en la medida que se utiliza la reflexión y las experiencias en ella existentes, nos induce a nuevas conclusiones¹⁸.

Fenstermacher éste sugiere que un docente reflexivo debe adicionar categorías innovadoras como la virtud y las intelectuales al desarrollo de su “cuasi profesión”, no se puede desconocer que la práctica ha tenido una carrera de madurez desde sus concepciones teóricas y desde sus proyecciones que nos sirven de fundamento, para que, a partir de las individualidades e intereses de los colectivos se forje su propia práctica a partir de un proceso de auto reflexión crítica, planeación y accionar estratégico¹⁹.

3.3.5 Hermenéutica y reflexión

Para el sentido articulador de la práctica autónoma en la profesión docente, se apoya en el enfoque hermenéutico - reflexivo. Desde este enfoque se entiende la práctica como una actividad compleja, que se concretiza en escenarios particulares y es contextualizada. Pérez afirma que, la práctica es imprevisible, conflictiva y ética. El docente, que manifiesta este sentido de la práctica se caracteriza por ser un artista intelectual que, a partir del desarrollo de la sabiduría, que da la experiencia, crea e innova cotidianamente.

El sentido hermenéutico implica la articulación de la sensibilidad experiencial con la indagación teórica, como elementos esenciales para el desarrollo de la reflexión, la comprensión y la transformación situacional²⁰.

Tener una práctica hermenéutica y reflexiva implica la reconstrucción de la propia práctica y del propio pensamiento, a partir de un sentido indagatorio continuo de la realidad que como docentes se les presenta al interior y al exterior del aula de

¹⁸ BENINCÁ, construir nuevos conocimientos, en la medida que se utiliza la reflexión y las experiencias en ella existentes, nos induce a nuevas conclusiones. Formación docente reflexiva: Perspectivas interdisciplinarias en educación física.2004.pag.138.

¹⁹ FENSTERMACHER, éste sugiere que un docente reflexivo debe adicionar categorías innovadoras como la virtud y las intelectuales al desarrollo de su “cuasi profesión” 1986

²⁰ ELLIOTT, John. La investigación acción en educación. Morata: 1990.pag.16.

clases. Ser hermenéutico, es tener una visión prospectiva de su accionar pedagógico, con sentido dialéctico desde el cual se puedan plantear las distintas estrategias para una mejor comprensión de la práctica.

3.3.6 Reflexión, investigación y crítica

Romero afirma que, la práctica es la articulación existente entre investigación y docencia. La educación, entonces, es su objeto de estudio, donde se vincula la vida del hombre concreto con su medio social. El docente, según Romero, es un investigador de su propia práctica que orienta y facilita el proceso de enseñanza - aprendizaje, a partir de la indagación auto reflexiva desde el desarrollo de las ciencias, las artes y las técnicas, teniendo como centro del proceso educativo al estudiante²¹.

La Práctica no debe ser ajena a la teoría crítica de la enseñanza ya que, los planteamientos que de ella hacen Carr y Kemis le dan su verdadero sentido. Una práctica pedagógica que no se caracterice por fundamentarse en estructuras consultivas y participativas, pierde todo sentido prospectivo. Ella debe estar articulada a la teoría social y a la teoría crítica, como una manifestación de querer aprender de los hechos y participar en los cambios que la realidad interna y externa necesite²².

3.3.7 Ejes de la práctica reflexiva:

La práctica reflexiva, desde una posición ética que permita fundar nuevas relaciones entre el maestro y el alumno, en torno de cuatro ejes fundamentales:

- **La profesión:** En este caso en particular, se asume más allá de la profesión

²¹ ROMERO DIAZ, Augusto. La I. A. E. Formación de docentes en investigación como práctica pedagógica. Doc. Mimeografiado. 1997. pág. 8-9.

²² CARR Y KEMIS, ²² le dan su verdadero sentido. Una práctica pedagógica que no se caracterice por fundamentarse en estructuras consultivas y participativas, pierde todo sentido prospectivo pág. 147, 1988

y se resalta a los docentes reflexivos e integrales en el área de la educación física.

- **Los ambientes de aprendizaje:** se refieren a los ambientes propicios, los cuales deberían ser generados no solo por los docentes sino también por los alumnos, para el mejor desempeño de ambos.
- **La comunicación:** es el factor con más importancia dentro de la educación y dentro de lo que busca la practica reflexiva en la educación física, ya que de esta depende la relación maestro y estudiante.
- **Prácticas hegemónicas:** por medio de la comunicación, de los ambientes de aprendizaje y la profesión, se puede llevar al mejoramiento de las prácticas dándole así la importancia y el estatus que se merece para el desarrollo de docentes y estudiantes integrales.

Se pretende brindar una luz al maestro, en la búsqueda del camino que guíe su quehacer, no solo hacia la interpretación de la escuela, sino también cómo transformarla.

Es preciso reflexionar en torno del compromiso y responsabilidad de la formación desde sus formas de interpretación de sí mismo y de su entorno, que le permitan actuar con sentido ético frente a su práctica reflexiva y tomar conciencia de la influencia de sus propios comportamientos en la formación del sujeto. Para ello, es conveniente preguntar por sus intenciones educativas; sobre el sentido, significado y finalidad de su quehacer educativo, y sobre cuál es el camino por seguir desde sus prácticas educativas por medio de la reflexión.

3.3.8 Pautas sobre la práctica reflexiva

La práctica se implementa en la cotidianidad de las comunidades educativas a partir de acciones puntuales inspiradas en las siguientes pautas:

- ✓ Implementación de procesos investigativos que tengan como objeto de estudio sus teorías, sus acciones y la elaboración desde el propio escenario de la práctica, a partir de proyectos de experimentación reflexiva.

- ✓ Auto procesos de construcción y reconstrucción de la práctica hacia la reflexión.

El docente debe elaborar un proceso en el cual su práctica este expuesta a criticas reflexivas que lo ayuden al mejoramiento de su labor.

- ✓ La comprensión situacional como herramienta simbólica de la práctica.

El educador parte del estado y el lugar en que se encuentra para desarrollar y complementa su práctica.

- ✓ Análisis de cada una de las situaciones concretas que se hacen presente en el desarrollo.

A medida que se va desarrollando la práctica el licenciado debe observar y analizar su entorno y las situaciones que en él se presentan.

- ✓ Elaboración de propuestas alternativas, creativas e innovadoras que posibiliten la confrontación de pareceres.

Una vez analizado el entorno y las situaciones se pueden generar soluciones e ideas para suplir las necesidades que se presenten en su práctica.

- ✓ Desarrollo de actitudes dialógicas para la interacción, la autogestión y la autoevaluación de la propia práctica.

El docente para su práctica debe gestionar de manera abierta con sus estudiantes y consigo mismo una evaluación para así llegar al perfeccionamiento de la misma.

- ✓ Estructuración de la reflexión desde los compromisos adquiridos por el hecho profesional que tenga como ejes la planeación, la orientación, el desarrollo y la evaluación como revisión crítica del proceso, todo esto con el fin de determinar todo lo que contempla las pautas de la practica reflexiva en la educación.

3.4 EDUCACION FISICA

A través del tiempo se puede evidenciar una gran transformación con respecto a la educación física, desde el uso de esta para la implementación de la disciplina y la higiene del cuerpo para el mejoramiento de la salud, hasta llegar a establecerse los objetos de estudio, los fines y los objetivos. Todo esto ha llevado a lo que hoy se conoce por educación física como la unión de cuerpo- mente, teoría- practica, educación- cuerpo y la incorporación de las ciencias del deporte. Todo lo anterior hace parte de la educación física actual, a la cual se le ha añadido la parte pedagógica introduciéndola y convirtiéndola en parte fundamental de la educación

“La Educación Física a través del tiempo ha sido abordada desde distintos enfoques y por diversos autores, coincidiendo la mayoría de ellos en señalar que el propósito de la misma es educar al alumno a través de su práctica. Partiendo de esta idea, una de las corrientes que contempla al movimiento como medio para educar, es la psicomotriz; ²³le ha dado en llamar el cuerpo pensante, La educación corporal. ²⁴La educación vivenciada y más recientemente, la propuesta socio motriz.”

²³ VÁZQUEZ, Benilde; el cuerpo pensante, 1989, pág. 92.

²⁴ LAPIERRE Y AUCOUTURIER; La educación vivenciada, 1974, pág. 27.

Esta postura concibe a la educación física como una práctica pedagógica que se apoya en el conocimiento científico, cuyo enfoque está centrado en el movimiento y la interacción; en donde lo significativo de las prácticas se centrará en las manifestaciones observables del comportamiento motor, así como en el sentido táctico de las conductas que se presentan en el desarrollo de las actividades.⁵

3.4.1 Concepto

La educación física es la educación de la salud, del cuerpo-mente. Se debe enseñar los valores para que el alumno futura personal social, tenga los conocimientos mínimos que le permitan cuidar su cuerpo y mantener su salud. Como segundo concepto la educación física tiene que dar las bases motoras comunes a todos los deportes a fin de que los alumnos si deciden ser deportistas de competición lleguen con unos conocimientos motores básicos a todos los deportes²⁵.

La educación física puede contemplarse como un concepto amplio que trata de desarrollo y la formación de una dimensión básica del ser humano, el cuerpo y su motricidad. Dimensión que no se puede desligar de los otros aspectos de su desarrollo, evolución-involución. Por lo tanto, no se debe considerar que la educación física está vinculada exclusivamente a unas edades determinadas ni tampoco a la enseñanza formal de una materia en el sistema educativo, sino que representa la acción formativa sobre unos aspectos concretos a través de la vida del individuo, es decir, constituye un elemento importante del concepto de educación física continua de la persona²⁶.

Para realizar un trabajo físico, el cuerpo es el elemento principal; de este modo se podrá relacionarte con el medio ambiente. La educación física desarrolla tu cuerpo por medio del movimiento y forma parte de la educación integral del ser humano, fomenta buenos hábitos, mejora capacidades y actitudes, promueve la buena relación que debe existir entre compañeros al participar en juegos, actividades físicas y deportes; y por todo ello se dice que tiene un fin motriz social.

²⁵ SOLAS, Javier; La educación física es la educación de la salud, del cuerpo-mente 2006.

²⁶ BUÑUELOS Sánchez; La educación física puede contemplarse como un concepto amplio que trata de desarrollo y la formación de una dimensión básica del ser humano, el cuerpo y su motricidad 1966.

3.4.2 Fines de la educación física

- Conocer potencialidades físicas para reconocer las propias posibilidades y limitaciones del movimiento:

El individuo debe conocer su cuerpo y sus capacidades físicas, debe aceptar sus fortalezas y debilidades en cuanto al movimiento se refiere. Para saber que movimientos puede hacer y cuales se le dificultan y así llegar a un mejoramiento óptimo de sus capacidades motrices.

- Fortalecer capacidades para expresarse corporalmente, como otra forma de comunicación y para disfrutar del movimiento:

Es ideal que el sujeto indague y conozca otras capacidades y estilos de movimiento para que así pueda expresarse y comunicarse de varias maneras, con esto se supone le encontrará un nuevo sentido al movimiento y obtendrá una satisfacción mayor debido al fortalecimiento del mismo.

- Mostrar actitudes positivas al participar con el medio ambiente cotidiano, favorecer la convivencia en grupo:

Se debe tener en cuenta que el medio ambiente es una herramienta la cual nos ayuda a realizar cualquier actividad que nos propongamos es necesario adoptarlo de tal manera que se recree cualquier situación y se generen resultados para llegar a un favorecimiento de la convivencia en sociedad.

- Adquirir hábitos de ejercitación e higiene personal para mejorar la salud. Reafirmar la postura, respiración y relajación como hábitos benéficos:

Es claro que la salud es un factor importante el cual requiere de una disciplina diaria y consiente ya que se debe tener en cuenta que estos hábitos serán beneficiosos, es por esto que la educación física es el puente

que une los buenos hábitos, la educación y la disciplina para así llegar a un fin positivo.

- Fomentar el mantenimiento de las tradiciones como parte de la cultura regional y nacional. Establecer normas para la conservación de los recursos naturales:

Es importante no perder las raíces culturales de nuestra sociedad ya que son parte fundamental y el pilar de lo que se es actualmente, es así que se debe generar una conciencia de nuestro patrimonio y avivar el espíritu de conservación de nuestros entornos naturales. Por medio de la educación física.

- La educación física pretende la adquisición progresiva de conocimientos, habilidades y destrezas que permitan obtener la salud física y mental; como uno de los propósitos de la educación integral del ser humano:

Es claro que el sentido real de la educación física va mas allá de lo que en algunas instituciones se cree, si analizamos un poco, es verdad que el fin más importante de la educación física es adaptar mediante herramientas útiles, al ser humano para que pueda coexistir dentro de diferentes entornos generando una salud mental y física así pues que verdaderamente se podrá alcanzar la integralidad del ser humano.

3.4.3 Objetivos de la educación física

- Conocer los rasgos que definen una actividad física saludable y valorar los efectos que la práctica habitual y sistemática tiene en la mejora de las condiciones de salud y calidad de vida.

- Planificar y desarrollar actividades físicas, con una actitud de auto exigencia, para mejorar el dominio y control corporal, el rendimiento motor, las técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y en la práctica físico-deportiva.
- Conocer y participar en actividades deportivas y recreativas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía en su ejecución.
- Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que tengan bajo impacto ambiental, contribuyendo a su conservación.
- Practicar y diseñar actividades expresivas con o sin base musical, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa.
- Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad.
- Adoptar una actitud crítica ante el tratamiento del cuerpo, la actividad física y el deporte en el contexto social.
- Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, y la lectura como fuente de consulta y como recurso de apoyo para el logro de los aprendizajes.²⁷

²⁷ GARCIA GIL, Jesús, D´ OPAZO, Juan Pagina del profesor. (Daimiel)

3.5 PRACTICA REFLEXIVA EN LA EDUCACION FISICA

Es por demás importante hablar de la reflexión que el docente debe realizar sobre su práctica profesional que desarrolla cotidianamente, Kunz considera importante que los profesionales del área de la Educación Física, mantengan una relación de comprensión reflexiva con lo que se viene haciendo ²⁸.

A diferencia de otras profesiones, el docente de educación física no trabaja sobre un objeto, sino con sujetos y en pro del cumplimiento de un proyecto; ya sea institucional, personal y social, el cual eduque e instruya a sus estudiantes, para así garantizar unos resultados favorables.

La practica reflexiva debe defender la idea de que la esencia y el valor del pensamiento reflexivo permite a los profesores de educación física comprender las condiciones del otro, ubicándolo en un espacio donde se encuentra con tradiciones sociales y con la posibilidad de transformarlas llevándolo a la actuación consciente y no a la improvisación y la inmediatez de sus acciones.

El profesor de educación física debe ser un orientador que se basa en su práctica educativa para dar solución a los problemas que en la misma se presentan, así logrando un alto nivel de desarrollo profesional

En la reflexión y en la acción el hecho de volver a pensar sobre alguna parte de este conocimiento, lleva a la experimentación, a pensar más allá y esto afecta a lo que se hace.

En este momento la práctica docente necesita ser transformada mediante el reencuentro consigo mismo, la auto observación de acciones que permitan el mejoramiento de su desarrollo. Este cambio de los docentes debe ejecutarse por medio de un pensamiento crítico y reflexivo con distanciamiento dentro y fuera del escenario educativo; esto a su vez permite palpar la realidad misma detectando

²⁸ KUNZ, formación docente reflexiva: perspectivas interdisciplinarias en educación física. 2001. pag 133-144.

las problemáticas en el ámbito escolar atendiendo las necesidades de los estudiantes.

Por consiguiente, para obtener una práctica docente pertinente ante los retos de la complejidad de la enseñanza, es importante reflexionar antes, durante y después de la acción educativa. Es por ello que se debe llegar a una reflexión sobre la actuación del docente, comparando y estudiando el proceso investigativo, haciendo una retrospectiva de las experiencias vividas y analizando el entorno, el cual va a permitir darle un sentido a la labor docente para obrar y transmitir una enseñanza adecuada a los estudiantes. De este modo, el maestro toma el camino pertinente para mejorar su práctica, reconociendo sus saberes y afianzando la teoría para poder actuar de manera consciente, comprensiva y crítica del hacer y ser en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

La práctica docente se caracteriza por ser un acto humano y social que expresa emociones, gustos, ideas, sabores, colores, aciertos y dificultades que acontecen en la experiencia escolar. Su función es llevar al docente a la investigación educativa, a la reflexión y a construir su conocimiento profesional. Por ende, ayuda al educador físico a hacer un alto en su práctica, mirarse a sí mismo y darse cuenta de sus acciones para emprender una reconstrucción profesional.

Para que los docentes sean reflexivos, debe ser mediante vivencias con los alumnos comparadas con la teoría, así mismo puede ser crítico de su mismo actuar. Con la práctica reflexiva se adopta una permanente actitud crítica y reflexiva, abierta al descubrimiento de otras posibilidades del ser, de su acción y de la interacción con los demás; elementos que han permitido rescatar el verdadero sentido social, auténtico y formativo de la educación.

3.5.1 Práctica reflexiva como parte fundamental de la educación física

La práctica reflexiva hace parte fundamental a lo largo del desarrollo del ser humano, por esto sería importante relacionarla con la educación física, ya que

esta tiene un papel esencial en la parte física y mental de los niños y jóvenes a lo largo de su formación primaria y secundaria. Por una parte, la práctica reflexiva en la educación física podría estar ligada al perfeccionamiento físico motriz, a las capacidades físicas, (fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad) ya que lo que busca es un desarrollo completo del sujeto (estudiante).

De esta manera se deja claro que en primera instancia el profesor de educación física necesita apropiarse y enriquecer sus conocimientos para cuando sean transmitidos a los educandos, ellos puedan observar el manejo teórico-práctico. Es así como la práctica reflexiva se convierte en un método que ayuda a los profesores y estudiantes a tener un pensamiento crítico diferente antes, durante y después de las actividades propuestas y así reflejar un proceso reflexivo de cada capacidad.

También está la higiene personal, la disciplina, la formación deportiva, y por último, el desarrollo de la actividad física para el mejoramiento de la salud de manera que el docente proponga actividades que en verdad contribuyan a que sus estudiantes tengan un desarrollo integral mejorando su estilo de vida.

Es por esto que la práctica reflexiva en la educación física debe considerarse como un método para la planificación, modificación y desarrollo de las actividades realizadas en cada sesión de clase, sus respectivos fines y aportes para la formación de cada estudiante, a si mismo optimizar las capacidades cognitivas al momento de tomar decisiones.

Teniendo en cuenta lo anterior, se hace evidente que la práctica reflexiva en la educación física es un elemento fundamental y una pieza clave para los docentes de esta área, corroborando así la necesidad de un pensamiento crítico y reflexivo antes, durante y después de cada acción educativa, considerando la repercusión que esto tiene dentro y fuera del escenario educativo.

Si bien es relevante que la practica reflexiva encaja directamente con la educación física, es fundamental que los docentes de esta área la implementen y hagan de ella algo propio, que le den una utilidad en el momento que la educación o cualquier proceso de formación estén presentes.

3.5.2 Fines de la educación física dentro de la práctica reflexiva

Si retomamos uno de los fines de la educación física dice: La educación física pretende la adquisición progresiva de conocimientos, habilidades y destrezas que permitan obtener la salud física y mental; como uno de los propósitos de la educación integral del ser humano el cual busca el desarrollo del mismo. Este fin en especial es quizás lo que marca la pauta para considerar la practica reflexiva en la educación física ya que a diferencia de los docentes de otras asignaturas, el educador físico debe ser consciente que no solo esta moldeando el cuerpo sino que está contribuyendo al desarrollo mental de sus estudiantes y por consiguiente generando una conciencia a lo que significa el movimiento en general para la vida.

Es necesario que el docente haga uso de la practica reflexiva para que este fin de la educación física sea cumplido a cabalidad, al igual que la educación física hace parte del mejoramiento de los buenos hábitos de ejercitación e higiene personal para optimar la salud, lo cual significa que el educador físico debe estar preparado para aceptar este reto y la mejor forma de hacerlo es tener permanentemente presente el proceso de reflexión en la práctica y en la labor que se realiza diariamente.

El licenciado de educación física debe considerar su práctica docente como el espacio en el cual puede llegar a constituir su práctica reflexiva a lo largo de su profesión, esto se debe a que es en este periodo en el cual pone a prueba sus conocimientos previos y los adquiridos en su fase de formación universitaria es donde puede comenzar a ser reflexivo y a incluir estas reflexiones de manera

permanente para beneficio de sus estudiantes y como retroalimentación para sí mismo, constituyendo métodos para determinar las necesidades de estos y a la vez intentar suplirlas.

Hablar de la práctica reflexiva en la educación física conlleva a tener en cuenta diferentes aspectos como: la autocrítica, los conocimientos previos, las experiencias adquiridas, la experimentación, los fines y medios, el saber, el hacer y saber hacer, pero sobretodo la auto observación de la labor que realice, Todo esto con el fin de garantizar una transformación en la educación física actual. El educador físico debe ser consciente de que tiene en sus manos una labor muy delicada, la cual es moldear no solo física sino mentalmente a sus estudiantes, es decir, el licenciado de educación física es quizás la figura más importante en la formación integral, a raíz de que su papel va mas allá del desarrollo físico llegando hasta el desarrollo cognitivo pasando por el desarrollo humanista y de la personalidad del sujeto.

Si hablamos de cuerpo en la práctica reflexiva se podría afirmar que esta cumple un papel fundamental en el desarrollo, cuidado y por supuesto en la salud del ser humano, teniendo en cuenta que la acción que con él se haga puede ser beneficiosa o perjudicial para el desarrollo del mismo, es por esto que reflexionar permite trabajar el cuerpo de una manera favorable obteniendo un beneficio en cuanto a salud física y mental se refiere.

En este orden de ideas, en la educación física es necesario realizar una práctica reflexiva para que por medio de esta, el licenciado mire su labor desde otro punto de vista y analice a su vez cuáles son sus debilidades, en qué debe cambiar, qué puede ser útil y que puede ser innecesario constituyendo alternativas a partir de sus conocimientos previos y sus experiencias pensando en la teoría y la practica desde la reflexión para trasmitirlo a sus estudiantes abarcando por completo la formación integral y solo así podría hablarse de un docente reflexivo que manifieste este método en sus prácticas y sobretodo en la planeación de sus

clases, obteniendo la transformación inminente que pide a gritos la educación física en la actualidad.

Para llegar a una transformación se debe tener en cuenta que la educación física es una herramienta que puede ampliar las capacidades, no solo físicas sino también cognitivas, que con ayuda de la práctica reflexiva puede generar cambios en los cuales no solo el docente sino los estudiantes amplíen su concepción en temas como son el cuerpo y su funcionamiento, el movimiento y toda su expresión y saber que somos seres que nos complementamos en cuerpo y mente, es así que todos estos conceptos se convierten en el camino para ayudar al mejoramiento y al desarrollo de los docentes de educación física y también de los educandos que están bajo su influencia.

3.5.3 Consideraciones para realizar la practica reflexiva en la educación física

En la educación física de hoy, hay que dejar de ser repetitivos y no caer en la improvisación ni en ser impulsivos y si ser más críticos, creativos y estar a la vanguardia de la educación para brindarle a los estudiantes siempre cosas nuevas de acuerdo a sus experiencias profesionales y personales, los conocimientos previos y consultando lo que se escriba sobre educación física o sobre educación en general, no para copiar sino para constituir alternativas propias y múltiples soluciones probables, desarrollando un conocimiento creado por el mismo docente incrementando sus conocimientos sobre la practica reflexiva.

Así, es que se llega a pensar que si consideramos que la relación que existe entre la educación física y la practica reflexiva como parte fundamental de nuestro quehacer profesional se le dará un sentido más profundo. Un docente reflexivo es capaz de maneja diversas situaciones que se le puedan presenta en el ámbito

escolar es así que al involucrar estos dos elementos se puede crear una herramienta útil y se obtendrán mejores resultados.

Es por esto que se podría considerar que reflexionar en la educación física debería ser un requisito para quienes se están formando como educadores físicos y para quienes desean hacer que la educación física actual se tome con seriedad, conciencia y compromiso, puesto que es así que se genera un beneficio para la misma y para los estudiantes empezando desde sus prácticas docentes que realizan en su periodo de formación universitaria.

4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

En definitiva se le da cumplimiento a la realización del consolidado teórico (primer avance), que contribuye a una mejor comprensión acerca de la práctica reflexiva del docente en la educación física, para reestructurar y mejorar los juicios prácticos que se presentan en la acción, por consiguiente una relación consiente de la practica reflexiva, la teoría y la práctica, ayudan a los educadores físicos a reforzar potencialmente, a aprender, a descubrir y a articular su actuación con una visión más amplia de lo que es la enseñanza llegando a la retroalimentación critica de su propio aprendizaje.

Es indudable que este consolidado teórico (primer avance), cumpla adecuadamente con los objetivos planteados en el proyecto, donde se determinó el significado que tiene en la educación los términos de reflexión, practica, docencia, práctica reflexiva y educación física. Partiendo de lo anterior ahora es posible encontrar una relación consistente de estos términos para que de sustento al objetivo general, ya que de lo contrario no tendría ninguna función dentro de lo que se buscaba.

A su vez se identifica una eminente importancia entre dichos términos y se determina que estos se convierten en una nueva base para la educación física y la labor del docente de esta área.

También es cierto que al concluir con este consolidado teórico (primer avance), se va a poder concretar nuevamente el significado de algunos términos como son práctica, reflexión y docencia, puesto que está claro que en muchos de los casos, profesionales en el campo de la educación, los desconocen. Se sabe que la relación entre estos términos debe ser consistente ya que por separado no tendrían ninguna función fuera de lo normal, pero estando juntos se puede encontrar un nuevo significado de lo que es la profesión como docentes y la importancia que esta tiene en la sociedad, ya que siendo docentes reflexivos se puede llegar a mejorar la calidad de la educación, dejando claro que un profesor

de educación física en este caso no es solo una guía, un mediador, o un símbolo de autoridad. Se deja claro que el docente puede ser una persona reflexiva que puede contribuir de la mejor manera a la formación propia y de sus estudiantes.

La formación docente debe ser continua, y la evaluación debe servir para poner en relieve las dificultades encontradas, es así, que se abrirá una puerta para analizar, reflexionar e introducir mejoras en su práctica como la reflexión del docente debe estar centrada y situada en lo que hace y cómo lo hace para que sus estudiantes aprendan de manera significativa.

El docente debe autoanalizarse y hacer una valoración real respecto de si es o no facilitador de aprendizajes en su práctica profesional, ya que la reflexión es un componente del pensamiento teórico que se considera una habilidad pedagógica profesional vinculada a la competencia didáctica del profesor, es por esto que se hace indispensable ser docentes reflexivos de nuestra práctica para auto observar lo que piensa, se hace y cómo se actúa, así darle una mirada distinta a lo que se ve en las aulas.

Es por esto que se hacía viable la realización de este consolidado teórico (primer avance), ya que como se mencionó anteriormente, se encontró el significado, su relación y su importancia, lo cual podría ser una herramienta útil para los profesionales de hoy y los que vendrán más adelante en el campo de la educación física, ya que la practica reflexiva es importante para innovar, crear y transformar las prácticas tradicionales. Por consiguiente, es un puente que brinda una ayuda a la construcción de saberes, conocimientos, habilidades, actitudes y valores. Todo esto, con el claro objetivo de mejorar día con día el actuar docente del educador físico y así propiciar el desarrollo de competencias y aprendizajes relevantes en los alumnos.

La reflexión y el análisis del pensamiento complejo, permite a los docentes crear ambientes de aprendizaje para movilizar saberes, intercambiar experiencias y miradas desde un trabajo colaborativo.

Se recomienda continuar con este proyecto ya que se considera una herramienta para el desarrollo de la reflexión y la implementación de la misma en la educación física

Así mismo, fue un aporte significativo para ampliar los conocimientos ya adquiridos en el transcurso de la carrera y a su vez determinar lo esencial que se vuelve la práctica reflexiva a nivel profesional, esto va signado al desarrollo personal del docente de educación física.

Por último, el desarrollo de este proyecto fue un gran aporte para quienes realizaron la investigación gracias a que el tema que se trabajó no había sido considerado de gran importancia en el campo de la educación física y puede llegar a ser un instrumento significativo para ampliar la teoría y con ella contribuir al mejoramiento de la práctica, de la calidad educativa y de la relación docente y estudiante por medio del desarrollo de la reflexión.

BIBLIOGRAFIA

- BELTRÁN CASTAÑEDA Héctor Manuel, LEON MORA Elba Consuelo, HOLGUIN AGUIRRE María Teresa, ROSAS TIBABUZO Jairo, PINTO ESPINOSA Sandra Patricia, LA PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA. Una experiencia en construcción y transformación en la universidad libre. Bogotá, Colombia, primera edición. 2010.
- BROCKBANK Ane, aprendizaje reflexivo en la educación superior, editorial Morata, 2002.
- CONTRERAS Adams, Tesis, *La practica reflexiva como acción* transformadora del maestro (Licenciadas en Educación Infantil) Universidad Pedagógica Nacional, facultad de educación, 2008.
- Congreso internacional de didáctica. Volver a pensar la educación, Volumen 2, ediciones Morata, S. l. 1995.
- DEWEY, John. El pensamiento reflexivo 1989, pág. 21.
- ELLIOTT, John. La investigación acción en educación. Ed. Morata. 2005.
- EMÁSF, Revista Digital de Educación Física. Núm. 12 ISSN: 1989-8304 Depósito Legal: J 864-2009 (septiembre-octubre de 2011).
- GIMENO SACRISTÁN José, El curricular: una reflexión sobre la práctica, Madrid Morata 2007.

- GÓMEZ ÁVILA Laureano, conceptos básicos de la secundaria, Educación física parte 1, revolución educativa Colombia aprende, septiembre del 2001.
- GREENE, M VILLAR PEÑANVER Andi Darío, «Lo que exige lo conocido. Una orientación filosófica para la formación del profesorado». Revista de Educación. Hacia una formación de docentes competentes, que posibilite la practica pedagógica autónoma investigativa, como elemento articulador del profesional de la educación. Esp. En pedagogia. (1987).
- JIMÉNEZ MUÑOZ Jorge Andrés Título: La práctica reflexiva escritural. Una experiencia con docentes de la asignatura práctica pedagógica de una Facultad de Educación Física: La práctica reflexiva escritural. Una experiencia con docentes de la asignatura práctica pedagógica de una Facultad de Educación Física Director de trabajo: .. Universidad Javeriana año 2010.
- KEMMIS, Stephen. 1985, el proceso de investigación acción, pág. 148.
- LLINÁS, Rodolfo. El cerebro y el mito del yo. El papel de las neuronas en el pensamiento y comportamiento humanos. 6 ed. Bogotá: Editorial Norma, 2002. 360p. ISBN 958-04- 6798-6.
- MARIN, Laura. revista formadores vol. 10 años VII 2011, La formación de los docentes en el siglo XXI.
- MARTÍNEZ Nelly Teresa, Título: Lúdica pedagógica (Bogotá), Documento: Revista, Publicación: 2004.

- MERTZ DOS SANTOS, Rojani Maria. Universidad de Cruz Alta - Rua Andrade Neves, Tomás Jesús Aranda Campoy Universidad de Jaén – España 1989.
- PARRA MORENO, Ciro. Investigación-acción y desarrollo profesional, educación y educadores vol. 5, universidad de la sabana Cundinamarca. 2002.
- PERRENOUD Philippe, Desarrolla la practica reflexiva en el oficio de enseñar, editorial GRAO colección critica y fundamentos 1, 2001.
- PRIETO, M. "La Práctica Pedagógica, algunas de sus características y sus implicancias en los resultados del proceso" en *Diálogos Educativos*, 9-10, UPLA, Valpo. pp. 48-56 et al 1988.
- ROJAS Consuelo, Titulo: La practica reflexiva como accion transformadora del maestro incluye RAE, Tesis Universidad Pedagógica Nacional (Licenciadas en Educación Infantil, Universidad, Año: 2008.
- SARAIVA C Luis Miguel, Titulo: El desempeño del maestro una reflexión desde la acción, Documento: Revista.
- SCHÖN, D. La formación de profesionales reflexivos. Hacia un nuevo diseño de la enseñanza y el aprendizaje de las profesiones. Madrid, Editorial Paidós (1992).

- WALLACE, Michael. Training foreign language teachers. Cambridge, Cambridge university press. 1991.

CIBERGRAFIA

- Colaboradores de Wikipedia. Potencial eléctrico [en línea]. Wikipedia, la enciclopedia libre [citado en 14 de septiembre de 2009]. Disponible en Internet http://es.wikipedia.org/wiki/Potencial_el_%C3%A9ctrico
- <http://www.ingentaconnect.com/content/fias/cye/2009/21/01/art00008>
- [http://books.google.es/books.historia práctica reflexiva en la educación física historia práctica reflexiva en la educación física](http://books.google.es/books.historia_pr%C3%A1ctica_reflexiva_en_la_educaci%C3%B3n_f%C3%ADsica_historia_pr%C3%A1ctica_reflexiva_en_la_educaci%C3%B3n_f%C3%ADsica).
- http://www.usb.edu.mx/downloads/publicaciones/Gacetas_usb/Gaceta_usb_5/gacetausb-agosto06-02.pdf
- [http://educac-fisica.blogspot.com/2008/10/la-enseanza de la educación física en la.html](http://educac-fisica.blogspot.com/2008/10/la-enseanza_de_la_educaci%C3%B3n_f%C3%ADsica_en_la.html)