



UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA

**REPRESENTACIONES SOCIALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SUS  
CONDICIONANTES EN DOCENTES DE LOS CICLOS I Y II DE LOS  
COLEGIOS DISTRITALES DE LA LOCALIDAD LOS MÁRTIRES EN  
BOGOTÁ**

JOHN CARLOS ARIZA VARGAS  
CAMILA ANDREA LAVERDE MORENO  
OSCAR DANIEL PÁRRAGA MEDINA

UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA  
FACULTAD DE MEDICINA, DEPARTAMENTO DEL MOVIMIENTO CORPORAL  
HUMANO  
TRABAJO DE GRADO  
BOGOTÁ D.C.  
2013

**REPRESENTACIONES SOCIALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SUS  
CONDICIONANTES EN LOS DOCENTES DE LOS CICLOS I Y II DE  
COLEGIOS DISTRITALES DE LA LOCALIDAD LOS MÁRTIRES EN  
BOGOTÁ**

JOHN CARLOS ARIZA VARGAS  
CAMILA ANDREA LAVERDE MORENO  
OSCAR DANIEL PÁRRAGA MEDINA

Tesis presentada como requisito para optar al título de: Fisioterapeuta

Directora:

Mary Luz Ocampo Plazas  
Especialista en Ejercicio Físico para la Salud  
Magister en Desarrollo Educativo y Social

UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA  
FACULTAD DE MEDICINA, DEPARTAMENTO DEL MOVIMIENTO CORPORAL  
HUMANO  
TRABAJO DE GRADO  
BOGOTÁ D.C.

2013

## **DEDICATORIA**

*Antes que nada le agradezco a Dios por iluminar mi camino para alcanzar este logro, a mis padres porque sin ellos esto no hubiera sido posible, a mi hermana porque me ha dado su apoyo incondicional siempre, a cada una de las personas que me acompañó en el transcurso de estos 5 años en la Universidad Nacional, a mis compañeros con quienes realice este trabajo, y a la profesora Mary Luz Ocampo directora de trabajo de grado por su apoyo y colaboración incondicional.*

***Camila Laverde***

*Agradezco en primera medida a Dios por permitirme culminar esta etapa de mi vida, a mis padres por el apoyo incondicional que me han dado, y a mi esposa ya que ella ha sido pieza fundamental, durante toda mi carrera, también a cada uno de los compañeros que me acompañó y aportó para lograr este triunfo, en especial a la profesora Mary Luz Ocampo por su colaboración en la realización de este trabajo.*

***Daniel Párraga***

*A Dios por guiarme en el camino que ha edificado hasta mi logro de esta etapa de la vida, a mis padres por su respaldo continuo en esta travesía, a los compañeros que me tuvieron paciencia y compartieron esta experiencia educativa y lograr esta meta y a la profesora Mary Luz Ocampo por su colaboración y guía en la realización de este trabajo.*

***John Ariza***

## **AGRADECIMIENTOS**

Al culminar este trabajo, queremos agradecer por su colaboración y apoyo a las personas que estuvieron presentes durante todo este proceso y finalmente hicieron posible de alguna manera alcanzar este objetivo.

En primer lugar a nuestros padres ya que con su apoyo y esfuerzo permitieron que nosotros iniciáramos y termináramos nuestros estudios universitarios, finalizando con este trabajo. En segundo lugar a nuestra universidad que nos permitió crecer como personas y crecer intelectualmente.

Al departamento y a sus docentes, quienes fueron una pieza fundamental para la realización de este proyecto, en especial a los docentes Beatriz Mena Bejarano, Edgar Debray Hernández, y demás docentes de Nutrición y dietética y Fonoaudiología que participaron en este proceso. A nuestra directora de trabajo de grado, Mary Luz Ocampo a quien le debemos gran parte del resultado de este trabajo, ya que con su compromiso, su dedicación pero aún más por su paciencia logro llevarnos por un buen camino siempre sacando lo mejor de nosotros. A ella porque logro empezar de ceros con nosotros y sin prejuicios emprender un camino nada fácil el cual culmina de buena forma.

A la Secretaria de Educación y a cada uno de los docentes involucrados en el proceso, que tuvieron la mejor disposición para colaborarnos, finalmente a nuestros compañeros de la línea de profundización en desarrollo y comunidad: Vanessa Gamba, Ginna Ávila, Marcela Rueda, Ángela Alarcón, Mónica Quintana, y nuestros compañeros de la línea de

profundización en Actividad Física y Deporte: María Camila Guerrero, Diana Sotelo Vergara, Tatiana Salcedo Revelo, Jenniffer Sandoval, Iris del Mar Lineros y Luis Fernando Moreno porque realmente realizamos una labor conjunta, y gracias a ellos logramos desarrollar una parte muy importante del trabajo, porque al igual que nosotros y quizá con menos obligación, se comprometieron

## RESUMEN

**Objetivo:** Describir las representaciones sociales de Actividad Física (AF) que tienen los docentes de los ciclos 1 y 2 de los colegios distritales de la localidad Los Mártires en Bogotá y los condicionantes para su práctica.

**Método:** Estudio descriptivo exploratorio, de corte cualitativo con método fenomenológico y herramientas de la teoría Fundamentada. Se involucraron 48 docentes de los ciclos I y II de colegios distritales distribuidos aleatoriamente con quienes se desarrollaron grupos focales. La información se procesó a partir de categorías previamente definidas y dando posibilidad al surgimiento de categorías emergentes.

**Resultados:** Se encontró que la mayoría de los participantes, definen la AF desde una perspectiva biológica y como categorías emergentes aparecen AF como movimiento, recreación o juego. En cuanto a los condicionantes se destacan más limitaciones, primordialmente sobre seguridad del entorno, políticas institucionales, infraestructura y tiempo disponible de los docentes. La actitud de los docentes aparece como limitante y como facilitador.

**Conclusiones:** Los docentes con respecto al concepto de AF parecieran no diferenciarla conceptualmente de ejercicio, deporte, recreación ni juego, sin embargo, resaltan su importancia para el escolar. Según algunos solo el profesional en AF puede promoverla por lo que no todos la desarrollan desde sus clases. El Desarrollo Humano se favorece al realizar AF ya que esta es un transversal en el ciclo vital humano e influye en las diferentes esferas que constituyen al sujeto.

**Palabras Clave:** Actividad Física, Desarrollo Humano, Calidad de Vida, Escolares, profesores, representaciones sociales.

ABSTRACT

**Objective:** To describe the social representations of physical activity (PA) of teachers in cycles 1 and 2 of Los Martires district schools in Bogotá and the conditions for PA practice.

**Method:** Qualitative descriptive exploratory study and qualitative process was design, using a phenomenological method with Grounded theory tools. It involved 48 teachers in cycles I and II randomized district schools with whom they developed focus groups. The information was processed from pre-defined categories and giving opportunity to the rise of emerging categories.

**Results:** We found that most participants, define the AF from a biological perspective as emerging categories appear AF as a movement, recreation or game. As for the constraints are highlighted limitations, primarily on environmental security, institutional policies, infrastructure and time available for teachers. The attitude of teachers appears as limiting and as a facilitator.

**Conclusion:** Teachers on the concept of AF seem conceptually differentiate not exercise, sport, recreation and play, however, highlight its importance to the school. According to some professional AF only can promote it so you do not develop it all from their classes. Human development is favored to perform AF since this is a cross in the human life cycle and influences the different areas that constitute the subject.

**Key words:** Physical Activity, Human Development, Quality of Life, School, teachers, social representations.

**TABLA DE CONTENIDO**

<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>11</b>
<b>ANTECEDENTES GENERALES DEL PROBLEMA .....</b>	<b>14</b>
<b>JUSTIFICACIÓN .....</b>	<b>28</b>
<b>FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....</b>	<b>33</b>
DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA.....	35
<b>OBJETIVOS.....</b>	<b>37</b>
<i>GENERAL</i> .....	37
<i>ESPECÍFICOS</i> .....	37
<b>MARCO METODOLÓGICO .....</b>	<b>38</b>
MÉTODO:.....	38
POBLACIÓN .....	39
PROCEDIMIENTO .....	40
COLABORADORES:.....	41
CONSIDERACIONES ÉTICAS .....	41
<b>MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>43</b>
ACTIVIDAD FÍSICA DESDE LO BIOLÓGICO FUNCIONAL.....	43
LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA PERSPECTIVA DEL DESARROLLO HUMANO Y LA CALIDAD DE VIDA .....	46

---

REPRESENTACIONES SOCIALES .....	52
CONDICIONANTES PARA LA PRÁCTICA DE LA AF .....	55
<b>CRONOGRAMA Y PRESUPUESTO .....</b>	<b>57</b>
<i>CRONOGRAMA</i> .....	57
<i>PRESUPUESTO</i> .....	58
<b>RESULTADOS.....</b>	<b>61</b>
CONDICIONANTES PARA LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA.....	64
<b>ANÁLISIS DE RESULTADOS .....</b>	<b>67</b>
ACTIVIDAD FÍSICA – MOVIMIENTO.....	67
ACTIVIDAD FÍSICA- RECREACIÓN.....	77
ACTIVIDAD FÍSICA- JUEGO.....	80
CONDICIONANTES PARA LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA.....	87
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>110</b>
<b>RECOMENDACIONES.....</b>	<b>114</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>118</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>132</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Caracterización de la población .....	39
Tabla 2: Cronograma.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
Tabla 3: Presupuesto recursos humanos .....	58
Tabla 4: Presupuesto recursos operativos .....	59
Tabla 5: Total del presupuesto .....	60

## INTRODUCCIÓN

Actualmente en el mundo se ha aumentado el número de individuos con Enfermedades Crónicas no Transmisibles (ECNT), las cuales se adjudican entre otras a la adquisición y práctica de hábitos no saludables, como el sedentarismo y la malnutrición en donde la obesidad y el sobrepeso presentan alta prevalencia e incidencia, y se encuentran relacionados de manera directa con los estilos de vida sedentarios.

Entendiendo esta relación de la obesidad y el sobrepeso con el sedentarismo, el cual se ha incrementado en los últimos años en la población infantil, se hace visible la necesidad de generar programas e intervenciones que fomenten la realización de Actividad Física en la escuela, siendo este el lugar en el que los niños pasan la mayor parte de su tiempo.

Según estadísticas, se calcula que entre los años 2003 y 2004, en la población entre 2 y 19 años de edad, el porcentaje de sobrepeso se encuentra en 33,6%, mientras que el de obesidad esta en 17,1%. Debido a este incremento se han propuesto políticas públicas enfocadas a disminuir la prevalencia y la incidencia del sobrepeso y la obesidad con el ánimo de reducir el riesgo de ECNT.

Estas políticas públicas entre otras cosas desarrollan estrategias para modificar los estilos de vida de los individuos, tomando como eje fundamental la promoción de Actividad Física, por los beneficios que genera a distinto orden, los cuales contribuyen en la reducción de los índices de sobrepeso y obesidad. Por esta razón la promoción de

la Actividad Física se ha manejado como una de las estrategias fundamentales para disminuir los factores de riesgo y las enfermedades crónicas en las comunidades.

No obstante, a pesar de los diferentes Programas, Proyectos y Propuestas que se han desarrollado para promocionar Actividad Física en diferentes poblaciones, no han logrado generar adherencia e impacto con la magnitud suficiente que permita la participación de la mayoría de la población, esto es debido a que las diversas iniciativas se realizan en diferentes edades, condiciones y contextos, sin considerar las características, particularidades y opiniones de orden subjetivas, que se encuentran inmersas en la comunidad y por lo cual no logran ajustarse completamente a las características propias de dicha comunidad o entorno.

Teniendo presente lo anterior, es necesario considerar las características del entorno y de las comunidades para el desarrollo de propuestas. En este sentido, al considerar el lugar más propicio para que la población de niños y adolescentes realicen Actividad Física emergen las instituciones educativas, como el escenario más adecuado, pues es allí donde pasan la mayor parte de su tiempo y es con los docentes con quienes más realizan su interacción.

Por esta razón, es pertinente identificar la forma como estos docentes conciben la Actividad Física, pues es debido a esta representación cómo se pueden visualizar las posibilidades de promocionarla con el apoyo de los ellos en el escenario escolar y entendiendo que si la Actividad Física no se articula al currículo, se corre el riesgo de que las propuestas que se generen no tengan el alcance o el impacto que se desea y no logren sostenibilidad en el tiempo.

**13 REPRESENTACIONES SOCIALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SUS CONDICIONANTES EN DOCENTES DE LOS CICLOS I Y II DE LOS COLEGIOS DISTRITALES DE LA LOCALIDAD LOS MÁRTIRES EN BOGOTÁ**

---

En este orden de ideas, este trabajo busca identificar las concepciones o representaciones que tienen los docentes como miembros de la comunidad educativa, con el fin de identificar algunos elementos que brinden información para desarrollar propuestas que permeen el escenario de la escuela y que permitan la articulación de la Actividad Física al currículo, para que los programas o proyectos que se puedan desarrollar efectivamente generen el impacto que se quiere, entendiendo que la escuela es un escenario con unas dinámicas específicas, por lo cual la Actividad Física no puede aparecer como un elemento extra a la organización escolar, sino que tiene que involucrarse a las condiciones particulares de la misma, y por eso es la necesidad de articularla al currículo.

## **ANTECEDENTES GENERALES DEL PROBLEMA**

El sobrepeso y la obesidad están siendo considerados como una amenaza creciente para la salud y el bienestar de la población mundial, constituyéndose en un problema de salud pública, siendo los países desarrollados los más afectados.

La prevalencia de sobrepeso y obesidad en los niños se ha duplicado en las últimas dos décadas, lo que la constituye en uno de los problemas de salud pública a nivel mundial (Boddy, et al., 2012; van Vliet, et al., 2011). En los años 2003 y 2004, el 33, 6% de la población entre 2 y 19 años de edad presentan sobrepeso, mientras que el 17,1% es catalogada como obesa (Hassink, 2010).

Se considera, que la obesidad se encuentra en algunos estilos de vida modernos el entorno propicio para su presentación. Tecnologías como los juegos electrónicos, la televisión, las computadoras personales y el Internet han asumido un lugar importante en la vida de las personas, incluso para los niños de primaria; en los cuales el tiempo que se emplea en estas actividades se ha incrementado en los últimos años, provocando una disminución en el tiempo proyectado para acciones que fomenten la Actividad Física (AF) (Barr-Anderson, et al., 2011; Nakamura, et al., 2012; Sisson, Broyles, Baker, & Katzmarzyk, 2011).

Sumado a esto, la mayoría de los niños carecen de confianza en relación con la AF; algunos de los factores que determinan esta carencia de confianza pueden deberse a criterios de salud que limiten su accionar, el mismo sobrepeso que restringe el

rendimiento físico, el tiempo libre que no es aprovechado en actividades dinámicas y el tiempo en los colegios o lugares educativos que no fomentan la AF, lo que puede conllevar a varias enfermedades derivadas del sedentarismo (Ramos, Zanolli, Antonio, Moreno, & Porto, 2011; Sansolios & Mikkelsen, 2011; Vitale, 2011).

Todos estos elementos, le dan a la obesidad una connotación multifactorial en la cual los factores conductuales, nutricionales, las prácticas de la vida cotidiana, las influencias socioculturales y económicas, entre otros, marcan una gran influencia para su aparición e incluso pueden contribuir al incremento en la prevalencia de dicha enfermedad (Bibiloni, Pich, Córdova, Pons, & Tur A, 2012; Ganann, Fitzpatrick-Lewis, Ciliska, & Peirson, 2012; Ramos, Zanolli, Antonio, Moreno, & Porto, 2011).

Por otro lado, se ha encontrado una estrecha relación entre el sobrepeso y la obesidad con problemas como la hipertensión arterial sistémica en la infancia y considerando la cronicidad de esta enfermedad, se considera que la misma va en aumento por lo que su presencia en un rango de edad temprana predispone a su continuación hasta la edad adulta (Ramos, eat al., 2011).

Esto pone en evidencia la necesidad urgente de implementar estrategias, que contribuyan a contrarrestar la incidencia y prevalencia de sobrepeso y obesidad a edades más tempranas, lo que a su vez disminuye el riesgo de aparición en la adultez de enfermedades como la hipertensión y la dislipidemia, entre otras (Mahecha & Rodríguez, 2008).

En un estudio realizado por Ramos et al. (2011) en la ciudad de Sorocaba (Sao Paulo), se indago sobre factores de riesgo cardiovascular y obesidad en 680 estudiantes de 1° a 4° grado, con edades entre 7 y 11 años de las escuelas primarias municipales. Encontraron que hay una prevalencia de niños con obesidad del 13,1% y de sobrepeso del 9,0%, (siendo mayor la proporción en las niñas), y que la obesidad y el sobrepeso tienen una relación directa con la hipertensión sistémica y alteraciones cutáneas, a los cuales se le pueden atribuir a los cambios de hábitos alimenticios y de actividades.

Este estudio demuestra que la obesidad se presenta cada vez a edades más tempranas, lo cual no se espera tradicionalmente, dado que a edades como las estudiadas los niños se encuentran con mayor curiosidad hacia la exploración, la que con frecuencia se manifiesta a través del juego activo.

En el estudio desarrollado por Springer, Hoelscher, Castrucci, Pérez, y Pérez, en el año 2009, relacionado con el sobrepeso y la obesidad en los colegios, se realizó una comparación entre residencias de zonas urbanas, suburbanas y rurales, de estudiantes de los grados 4°, 8° y 11° en Texas. Encontraron que los estudiantes de los grados 8° y 11° de zonas urbanas, en general manifestaron menor realización de AF y los alumnos urbanos de 4° grado reportaron baja participación en AF en relación con los rurales o suburbanos.

Este resultado, permite evidenciar la influencia no solo de la edad y el año escolar en la realización de AF, sino también como la ubicación geográfica tiene una relevancia a la hora de propiciar o limitar la práctica de la misma, por lo que éste es un aspecto que debe considerarse a la hora de desarrollar programas para el fomento de la AF en población escolar.

Esto se refuerza con los hallazgos de un trabajo desarrollado por Gutiérrez, Rodríguez, y colaboradores en el 2013, en el cual se indago sobre la percepción para la práctica de AF y sobre el cumplimiento de las recomendaciones para la misma, encontrando que aquellos escolares que se encontraban en una zona rural cumplían menos con las recomendaciones a la hora de realizar AF que los que se encontraban en las zonas urbanas, lo que está básicamente asociado a la accesibilidad de escenarios para la práctica de esta (Gutiérrez, Rodríguez, Martínez, García, & Sánchez, 2013). Este trabajo evidencia que la práctica de AF está asociada a que existan escenarios que favorezcan su práctica, sin considerar las actividades al aire libre como un facilitador.

Además de lo anterior, es necesario reconocer el papel que tienen los profesores como actores importantes para el acogimiento y fomento de programas orientados a fomentar hábitos y estilos saludables, entre los que se incluye la AF.

Cothran, Kulinna, y Garn (2010), examinaron las perspectivas de los profesores en el aula sobre un proyecto de cambio curricular diseñado para aumentar la AF de los estudiantes durante el día escolar. Participaron 23 profesores de 10 escuelas de los EEUU los cuales enseñaban tanto en primaria como secundaria, con quienes se implementó un programa de cambio de currículo para que incluyeran la AF como parte de sus clases cotidianas durante un año.

Dentro de los elementos que se resaltan en los resultados, se encuentra que uno de los factores motivadores para que los docentes decidieran participar del estudio, fue su interés por satisfacer las necesidades del estudiante, no sólo desde el orden académico y su compromiso por promover en ellos un estado de salud adecuado y que aquellos

docentes que practicaban AF, tuvieron mayor facilidad para incluirla dentro de sus clases. No obstante, se encontró que otros docentes percibieron la AF como un “adicional a la clase” y no como una ayuda para la misma por lo que lo tomaban como una carga adicional dentro de sus jornadas de trabajo dificultando así su realización (Cothran, Kulinna, & Garn, 2010).

Esto demuestra la relevancia que tienen no solo la voluntad política de las instituciones educativas para la implementación de programas orientados al fomento de la AF, sino también el interés, compromiso y participación de los docentes, quienes se encuentran en permanente contacto con los escolares. Sin su participación, se hace mucho más difícil articular la AF al currículo, más aún si se consideran las dinámicas de la escuela, donde los horarios son estrictos y los contenidos que se deben garantizar en las diversas asignaturas, en muchas ocasiones afectan los tiempos de descanso o recreo que tienen los estudiantes.

Una tendencia reciente ha sido reducir la frecuencia y la duración del receso escolar, pudiéndose deber a las presiones académicas, lo que promueve un estilo de vida sedentario, dado que los niños pasan entre 6 y 8 horas en las instituciones académicas, las cuales transcurren en su mayoría en un salón de clases, y aquellas instituciones que cuentan con las clases de educación física (que para el caso sería la única asignatura que promueve AF) la programan frecuentemente solo para 2 horas a la semana.

A lo anterior se suman aspectos situacionales o del entorno que puedan afectar la práctica de AF, cuando los niños no pueden realizarla en las instituciones educativas, esto se evidencia en el estudio de Gutiérrez, et al., (2013), en donde se encontró que los factores que facilitan la práctica de AF eran los espacios comunes que los escolares

percibían como zonas protegidas del tráfico, tranquilas y seguras, mientras que los factores que la limitaban eran la percepción sobre el tipo de vivienda, la configuración de la ciudad, vivir en zonas urbanas, la distancia de la casa al colegio, el uso masivo del carro para los desplazamientos y la falta de sensación de pertenencia a un barrio.

Esto genera que los diversos escenarios para la práctica de AF que existen hoy en día, no sean aprovechados por la población infantil, posiblemente porque no cuentan con el acompañamiento de sus padres o del cuidado de otra persona para realizar AF al aire libre, en espacios fuera del escenario escolar, eso hace que la tendencia de aumentar los niveles de sedentarismo sea mayor, lo anterior se comprueba con un estudio realizado en el 2010 por la OMS, donde se incluyeron 34 países de 5 regiones de la OMS entre los años 2003 y 2007, en este estudio se evidencio que el grado de sedentarismo de los menores se ha incrementado considerablemente, siendo el 23,9% de los niños y 28,7% de las niñas, los que realizan poca o ninguna AF a nivel mundial. En Latinoamérica tanto Chile como Venezuela fueron los que presentaron la tasa más alta de sedentarismo infantil (Guthold, Cowan, Autenrieth, Kann, & Riley, 2010).

En este mismo estudio, se encontró que en la población infantil Colombiana un 52% de los varones y las mujeres dedican más de tres horas al día a ver televisión, ocupar el computador o jugar videojuegos. De esa población el 39% son varones y el 49% mujeres (Guthold, et al., 2010).

En este mismo sentido, la encuesta ENSIN del 2010 dio a conocer que el sedentarismo en los niños se ha incrementado encontrando que solo un 19.9% de la población urbana realiza AF en su tiempo libre y que el 38.8% de la población entre 5 a 12 años dedica entre 2 y 4 horas a ver televisión.

Como se mencionó anteriormente el sedentarismo es promovido en parte por las dinámicas del colegio. Esto se demuestra en un estudio realizado por Van Stralena en 2013, en el cual se destaca que las niñas y niños destinan el 65% de su tiempo a la realización de actividades sedentarias, debido a que las escuelas proporcionan pocos tiempos y oportunidades para la realización de AF. Se encontró que esta tendencia al sedentarismo es más marcada en niñas que en niños (67% y 63% respectivamente) (van Stralena, et al., 2013).

No obstante se han desarrollado investigaciones como el de Cammisa, Montrone y Caroli (2011), en el cual se identificó que la AF era promovida por los docentes a través del juego, donde se destaca la iniciativa de realizar juegos grupales de carácter activo que favorecen el desarrollo de las habilidades motoras de los niños.

Lo anterior deja en evidencia la necesidad de diseñar y desarrollar programas de AF articulados al currículo, lo cual permitiría que a pesar de los horarios académicos estrictos que tienen los colegios, se pueda evitar que estos índices de sedentarismo y todas las dificultades que de allí se deriven continúen su avanzada.

Una muestra de programas articulados al currículo se evidencia en el realizado por el Life Sciences Institute (ILSI), que denominaron TAKE 10! (Peregrin, 2001), en el cual se buscó tener un enlace entre la AF (sin salir del aula), los objetivos de aprendizaje académicas, la nutrición, la fonética, la lectura, la escritura creativa, e incluso las matemáticas.

Se realizó capacitación a los docentes y se les brindaron materiales de guía, facilitando el proceso para fomentar un adecuado estilo de alimentación y AF en sus clases impartidas.

Después de 10 años de realizarse este programa y de ser implementado, Kibbe et al., (2011) recopilaron los datos de artículos de revistas, resúmenes publicados y los informes, para dar cuenta del impacto TAKE 10!. Resaltaron la facilidad de implementación de este programa, evidenciando que hubo un factor favorable ante la familiarización e implementación del mismo, destacando que el 62,5% de los docentes están de acuerdo o muy de acuerdo con las actividades, refiriendo que en su mayoría eran compatibles con los objetivos del currículo.

Los resultados indican que los niveles de actividad durante TAKE 10! (= 2775,0 cuentas/min,  $P < 0.05$ ) fueron superiores a las registradas en educación física (= 1813,7 cuentas/min,  $P < .05$ ), almuerzo (= 1371,5 cuentas/min,  $P < .01$ ), y después de las actividades escolares/fin de semana (= 1480,4 cuentas / min,  $P < .01$ ). Los niveles de actividad en comparación con aquellos en el tiempo de recreo (= 2169,7 cuentas/min,  $P = 0.14$ ) no fueron significativamente diferentes.

Por otro lado, el gasto calórico promedio (kcal) por sesión de 10 minutos fue de 25,6 a 27,8 (primer grado), 27.6 a 33.9 (tercer grado) y 29,7-42,9 (quinto grado). El promedio de equivalentes metabólicos (MET) durante las actividades eran de 5,72-7,05 (primer grado), 5,51-6,77 (tercer grado) y 4,98-7,19 (quinto grado), y los niveles no fueron diferentes entre los grados ( $P > .05$ ). Los diferentes estudios citados en este estudio (Harrell et al., 1997; Honas et al., 2008; Liu et al., 2007 y Stewart et al., 2004), sugieren

el aumento del gasto que se realiza a través del programa TAKE 10! en rangos de 24 a 43 kcal por sesión de 10 minutos (Kibbe, et al., 2011).

Por su parte Donnelly, et al., (2009) implementaron un Programa De AF a Través del Currículo (PAAC), fue un proyecto de 3 años, en veinticuatro (24) escuelas primarias en el noreste de Kansas, con un aproximado de 1.527 participantes en los grados dos y tres en la línea base y en los grados cuatro y cinco al final del estudio.

Esta intervención evaluó el impacto de las clases académicas físicamente activas en el rendimiento académico y el Índice de Masa Corporal (IMC). Durante el proceso llegaron a realizar afirmaciones como que las políticas escolares pueden ser modificadas, los maestros y demás personal pueden ser capacitados para realizar intervenciones de promoción de la salud. Encontraron también que las escuelas pueden ser una barrera para las intervenciones en la promoción de la AF, afirmando que “los niños deben sentarse en silencio durante la mayor parte del día para recibir las clases académicas” (Donnelly, et al., 2009).

En este estudio el diseño y modelo implementados fueron de bajo costo, con una mínima intervención externa, que aumento la AF en el aula. La intervención brindó capacitación a los maestros existentes para ofrecer las clases impartidas con un componente de AF de fondo. PAAC promovió 90 minutos / semana en las clases con actividades de intensidad de moderada a vigorosa (3,0 a 6,0 METS, ~ 10 min cada uno), entregados de forma intermitente a lo largo de la jornada escolar (Donnelly, et al., 2009).

Se encontró que los cambios en el IMC, se relacionaban de manera directa con la exposición al PAAC. Las escuelas con  $\geq 75$  minutos de clases PAAC / semana tuvieron aumentos en el IMC significativamente menor en comparación con las escuelas que recibieron  $< 75$  minutos. Además de aumentar los minutos de PAAC, el gasto total de energía puede ser aumentado mediante el incremento de la intensidad de las actividades propuestas en el programa.

En relación al rendimiento académico, evidenciaron que mejoró significativamente con la exposición a la PAAC. Sin interferir en el aprendizaje de las temáticas en las diferentes asignaturas.

Posteriormente, en el 2011 Donnelly y et al., realizaron un estudio orientado a identificar la relación entre obesidad, AF y rendimiento académico. Encontraron que aquellos niños con una vida activa, tenían mejor actitud ante las clases, además que la AF incluida en el currículo, mejoró la atención y la concentración, potenciando el aprendizaje de los niños. Por el contrario, aquellos con sobrepeso y obesidad tuvieron una respuesta negativa ante los procesos cognitivos, disminuyendo el rendimiento académico, encontrando una asociación positiva entre la AF y la función cognitiva de los niños en edad escolar.

Otro estudio realizado un año antes por Roberts et al. (2010), mostró un hallazgo similar con respecto a la relación entre IMC y desempeño escolar. Encontraron que los niños que tuvieron IMC incrementado, obtuvieron calificaciones más bajas en matemáticas, lectura y pruebas de idiomas, frente a los estudiantes con IMC dentro de rangos normales.

Adicionalmente, Serpentino en el 2011, señala que los beneficios de la AF no solo son de orden académico sino también cognitivos y sociales, afirmando que para experimentar y aprender los niños tienen que estar físicamente activos y esa AF promueve conciencia corporal en ellos y se hace evidente a través del juego. Es mediante este que el niño construye relaciones, aprende a utilizar herramientas y espacio y aborda el comportamiento hacia el respeto y reglas, además de los beneficios de orden fisiológico como la reducción de peso y de la incidencia de enfermedades (Serpentino, 2011).

Hallazgos como estos han generado que diversos países hagan conciencia de la importancia de promover AF y estilos de vida adecuados en las instituciones educativas, como una forma de contribuir al bienestar de la población y de reducir el riesgo de presentar enfermedades derivadas del sedentarismo en edades cada vez más tempranas.

En Nueva Zelanda por ejemplo, se implementó una campaña llamada “PUSH PLAY”, dirigida a toda la población, con diversas edades con el objetivo de generar adherencia a la AF y modificar su comportamiento frente a ella (Bauman, et al., 2003).

En el 2008, la campaña PUSH PLAY vio un papel vital en los padres para ayudar a los niños a volverse más activos, por lo cual las estrategias se dirigieron a padres y cuidadores de niños de 0 a 12 años, enseñándoles acerca de diversas necesidades de los niños en las diferentes edades e incluyendo la escuela como elemento fundamental en la generación de hábitos (SPARC).

Por su parte en Australia, se implementó en el 2011 el programa “Fit-4-Fun”, basado en la intervención en la escuela la cual es dirigida a las mejoras de la condición física los niños de primaria. En este programa participan alumnos entre 5 y 6 años con quienes se implementa un programa durante 8 semanas con 60 minutos por sesión. El programa describe una serie de actividades que van dirigidos a la práctica de AF enfocada en la potencialización del desarrollo motor (Eather, Morgan, & Lubans, 2011).

Otra iniciativa, es la desarrollada en España mediante la formulación de una guía de obesidad infantil para profesionales sanitarios, la cual se basa en la realización de intervenciones educativas en los centros escolares, con el pensamiento que en el futuro sirva como modelo para otras actuaciones de mayor envergadura. El programa está dirigido al alumnado de Educación Primaria entre 6 y 10 años, y a sus familias. Sin embargo, hasta el momento no se conoce el impacto de esta propuesta.

Por su parte, México plantea una intervención similar con la guía “Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria Estrategia contra el Sobrepeso y la Obesidad” la cual tiene como base un Programa de Acción en el Contexto Escolar, en el cual se promueve una nueva cultura de autocuidado y la conformación de ambientes saludables.

A través de este programa, la Educación Pública en coordinación con la Secretaría de Salud, contribuyen al desarrollo integral de los educandos al generar cambios en las condiciones educativas y sociales, basadas en la premisa que los principales problemas de salud pueden prevenirse acertadamente desde las escuelas.

Uno de sus componentes es el fomento de la AF de manera permanente a partir de diversos elementos de aprendizaje, y con el propósito de generar en la comunidad escolar, especialmente en los alumnos condiciones para mantener una práctica de AF en el tiempo.

A nivel de Colombia, específicamente en Bogotá, se encuentra una estrategia orientada a la inclusión de la AF a nivel escolar, dirigido a diferentes instituciones educativas. Esta propuesta es impulsada desde el año 2002 por el Instituto Distrital para la Recreación y el Deporte (IDRD), a través de su programa Muévete Escolar que tiene como objetivo movilizar a toda la comunidad educativa en torno a la importancia de la práctica regular de AF y Alimentación Sana, teniendo en cuenta que los hábitos establecidos durante la infancia y la adolescencia tienden a mantenerse en la vida adulta (IDRD, 2011).

En este programa se inscribieron en promedio 61 colegios de todas las localidades de Bogotá, lo que muestra que aunque es un alto número de instituciones educativas participando, no es representativo considerando que hay por lo menos 359 colegios distritales en Bogotá, lo que se traduce en solo el 16% de las instituciones educativas distritales participando.

Esto demuestra la importancia de continuar con iniciativas como ésta para lograr una mayor cobertura y una mayor participación de la población escolar en estrategias orientadas a fomentar estilos de vida saludables.

Además de esta iniciativa del IDRD, la secretaria de educación del Distrito, desarrolló un proyecto piloto denominado “Promoción de la alimentación saludable y la AF en la

organización curricular por ciclos educativos” en el cual se dan unos lineamientos generales sobre estrategias relacionadas con la práctica de AF y los adecuados hábitos de alimentación que se pueden articular con temáticas de diferentes asignaturas y de acuerdo al ciclo en el que se encuentren los alumnos. No obstante, esta iniciativa se planteó como un proyecto piloto y por cambios en las políticas de gobierno a nivel distrital no se pudo llevar a cabo su implementación.

Como se puede observar, el desarrollo de programas orientados a promover AF en el escenario escolar, ha demostrado gran relevancia no solo para la prevención de enfermedades derivadas del sedentarismo, sino para favorecer procesos de aprendizaje, mejor atención y mejor desempeño de los estudiantes en las diferentes asignaturas, no obstante se requiere continuar con estos esfuerzos, para lograr una mayor cobertura de la población participante de estas iniciativas.

Además de lo anterior, es evidente el papel que tiene el docente en el desarrollo de programas articulados al currículo y cómo puede ser facilitador o limitador de las actividades que se quieran realizar en las instituciones educativas. Es por ello que se requiere conocer qué representaciones tiene de AF, como primer paso en la construcción de una propuesta que permita diseñar un programa de AF articulado al currículo por todas las ventajas que de esto se deriva y que quedaron evidenciadas en los párrafos anteriores.

## JUSTIFICACIÓN

El sobrepeso y la obesidad están siendo considerados como una amenaza creciente para la salud y el bienestar de la población mundial, constituyéndose en un problema de salud pública (Boddy, et al., 2012; Cole, Bellizzi, Flegal, & Dietz, 2000).

Teniendo en cuenta que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los niños se ha duplicado en las últimas décadas, se hace evidente la necesidad urgente de implementar estrategias que contribuyan a contrarrestar la incidencia y prevalencia de estos en edades tempranas (Mahecha & Rodríguez, 2008).

Por otra parte el valor de la escuela como un lugar para el fomento de la educación de la salud está reconocido en todo el mundo, encontrando que el entorno escolar es potencialmente importante para influir en los niveles de AF de los niños, ya que estos pasan una gran parte de su tiempo en la escuela (de Leeuw, de Bruijn, de Weert-van, & Schrijvers, 2010), siendo esta el ambiente más propicio para el desarrollo de actividades, en tanto permite garantizar condiciones adecuadas para la ejecución de estas, y mejorar la actitud que los niños tienen frente a ellas (Demetriou & Höner, 2012).

La escuela entonces se observa como un lugar favorable para la promoción de la salud, porque al realizarla a nivel escolar se tiene mayor posibilidad y oportunidad de adoptar y desarrollar hábitos saludables.

La implementación de actividades para promocionar AF generan beneficios de distinto orden (Ridgers, Salmon, Parrish, Stanley, & Okely, 2012), biológico, la AF induce cambios en la composición corporal y la distribución del tejido adiposo, previniendo así el sobrepeso y la obesidad, ayuda a mantener y mejorar la fuerza y la resistencia muscular, incrementando la capacidad funcional para realizar otras actividades físicas de la vida diaria, mejora el desarrollo normal del hueso durante la infancia para favorecer el mantenimiento del pico de masa ósea en adultos jóvenes (Duperly, 2000), además de combatir los factores que favorecen el desarrollo de enfermedades cardiovasculares en la edad adulta.

Desde el punto de vista psicosocial la AF genera una sensación de bienestar corporal, mejora de la autopercepción del cuerpo y la autoestima, permitiendo mayor integración social por medio del fortalecimiento moral del niño, fortalece la comunicación y la capacidad de relación social, el aprendizaje de resolución de problemas, el seguimiento de normas y reglas de conducta, la formación del carácter, el afán de superación de metas y lucha ante el esfuerzo, la capacidad de cooperar y trabajar en equipo, la maduración personal, la participación, la empatía, etc. (Biondi, 207; Sánchez F. , 1996; Márquez & Garatachea, 2009).

El interés por alcanzar estos beneficios biológicos y psicosociales desde edades tempranas aumenta la probabilidad de permanecer activo el resto de la vida mejorando así el estilo de vida, y con ello, la calidad de vida del individuo. Además también permite mejorar el potencial cognitivo de los estudiantes por ejemplo en procesos de concentración y aprendizaje (Gerards, et al., 2012).

En ese sentido, es fundamental el diseño y ejecución de programas de promoción de AF en las instituciones educativas, no solo porque los estudiantes permanecen en reposo durante la jornada académica (6 a 8 diarias), lo que fomenta el sedentarismo (Donnelly & Lambourne, 2011; Kibbe, et al., 2011; Peregrin, 2001; Ridgers, et al, 2012), sino también porque el desarrollo de estos programas al interior de la escuela, permite que se evidencien los beneficios que la AF produce y que se esbozaron en párrafos anteriores., lo que efectivamente produce un beneficio para la salud de la población escolar no solo de orden fisiológico o anatómico, sino también psicosocial (Escartí, Pascual, & Gutiérrez, 2005; Ramírez, Vinaccia, & Suárez, 2004).

Considerando la importancia que tienen los programas de AF a nivel escolar, y que en el escenario escolar, no solo los estudiantes hacen presencia como actores, es necesario tener en cuenta a los otros miembros de la comunidad educativa en estas iniciativas. Entre estos miembros, se encuentra el docente, como la persona que realiza la mayor interacción con los estudiantes, lo que lo ubica como un actor fundamental en el desarrollo de cualquier iniciativa promocional en el colegio, no solo por la figura de autoridad que representa para la comunidad estudiantil y la influencia que puede tener con relación a la adquisición y desarrollo de hábitos sino también por la oportunidad de interacción y comunicación que tiene con los estudiantes (Cammisa, Montrone, & Caroli, 2011).

Al tener en cuenta que cualquier iniciativa que se desee implementar en las instituciones educativas, debe considerar a todos los actores involucrados, es importante también recoger las diferentes representaciones sociales y aportes, que estos tengan, ya que de esta manera es posible obtener información valiosa relacionada con las formas de articulación de las diversas estrategias a la dinámica de la escuela.

Por lo anterior, este trabajo presenta las representaciones que los docentes de primer y segundo ciclo de las instituciones educativas de la localidad Los Mártires tienen sobre la AF, con el interés de comprender cuál es la concepción que ellos han construido con relación a ella y como se percibe dentro del entorno escolar, el cual está determinado por el contexto en que se desenvuelven e influenciado por aspectos culturales y sociales.

Conocer estas representaciones permite establecer las formas de entender la AF, sus características y beneficios, además de identificar la posible vinculación de ésta a las actividades en el aula de clase, determinando cuáles son las posibilidades que tienen los docentes, las oportunidades y limitaciones con que cuentan para promover su práctica en este contexto.

Esto permitirá que se influya en comportamientos relacionados con la salud de la población escolar en donde el docente adquiere una figura de gestor de adecuadas o inadecuadas prácticas relacionadas con los estilos de vida, en donde la AF juega un papel fundamental (Álvarez, Acevedo, & Durán, 2008).

Trabajos como este, permiten construir e implementar proyectos y estrategias de promoción de AF en conjunto con los actores involucrados, a través de conocer sus discursos, apreciaciones y opiniones, diseñando así programas que generen mayor impacto, y que favorezcan que los miembros de la comunidad con quienes se desarrollan dichos proyectos se sientan identificados con los mismos, generando su apropiación y empoderamiento en las comunidades. Esta es una de las razones por la que este trabajo parte de la base de conocer los discursos y apreciaciones de los maestros, entendiendo

que así la construcción conjunta de proyectos o de programas es mucho más efectiva, ya que atiende de manera específica las necesidades manifiestas de esos individuos.

## FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

### *Pregunta de investigación:*

¿Cuáles son las representaciones sociales de Actividad Física de los docentes de primero y segundo ciclo de los colegios distritales de la localidad Los Mártires en el Distrito Capital?

Este proyecto se hace factible debido a que la población a intervenir, es una población ya establecida con quienes ya se tiene un contacto, y hace parte de un proyecto común que está desarrollando el departamento. Al ser un proyecto de tipo descriptivo no genera un costo mayor, ya que los materiales a utilizar son instrumentos económicos y de fácil acceso, que facilitara la secretaria y algunos el departamento.

Es interesante ya que permite tener en cuenta la opinión de los docentes sobre la AF y el cómo implementar esta estrategia en su respectiva área de formación. Por otra parte, da la posibilidad de que a partir de propuestas que surjan desde ellos permitiría que el programa tuviera mayor impacto y adherencia.

Este proyecto es relevante porque permite comprometer a los educadores a nivel distrital a combatir el sedentarismo físico en sus estudiantes. Adicionalmente puede ampliar los campos de acción de la carrera, generar programas que incluyan la salud en su currículo, estudios como este aportan validez a las estrategias de recolección de datos en investigaciones cualitativas.

**34 REPRESENTACIONES SOCIALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SUS CONDICIONANTES EN DOCENTES DE LOS CICLOS I Y II DE LOS COLEGIOS DISTRITALES DE LA LOCALIDAD LOS MÁRTIRES EN BOGOTÁ**

---

Es novedoso en el sentido que se encuentra poca evidencia sobre proyectos de este tipo.

## DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

La pertinencia de esta temática está relacionada con el aumento de la prevalencia a nivel mundial de la obesidad en adultos y niños, que se constituye en un problema que cada día se ha ido incrementando, y que se está catalogando entre los más importantes, desde el punto de vista sanitario y de salud pública afectando negativamente la morbilidad y mortalidad en los países tanto desarrollados como en vía de desarrollo (Janssen, et al., 2005).

Es de importancia mencionar que los mayores porcentajes de personas con sobrepeso u obesidad se observan en la región de las Américas con porcentajes de obesidad del 26% y de sobrepeso 62%, con énfasis en América del sur con niveles de prevalencia de obesidad infantil en un 4.6%. En Colombia se puede observar la misma situación, la cual es corroborada por las estadísticas sanitarias mundiales las cuales muestran a nivel de Colombia un aumento del 6% de niños menores de 5 años que presentan sobrepeso entre los años 2005 y 2011 (4.8%) en comparación con los datos del periodo entre 2000 y 2007 (4.2%). Según la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia 2010 – ENSIN (Ministerio de la Protección Social; Instituto Colombiano de Bienestar Familiar; Instituto Nacional de Salud; Instituto Colombiano del Deporte, 2010), la cual fue realizada en el sector infantil con 19369 niños y niñas entre 5 y 9 años, y 30508 jóvenes entre los 10 a 17 años con una distribución homogénea entre niños y niñas, el 17.5% de los jóvenes de 5 a 17 años presentaron exceso de peso, 13.4% tenía sobrepeso y 4.1 % obesidad, resaltando en que los más afectados son los niños con edades entre los 5 a 9 años los cuales presentaron una prevalencia en el exceso de peso del 18.9%, y al analizar la obesidad, esta fue más frecuente con una prevalencia del 5.2% frente a 3.4% de los jóvenes entre 10 a 17 años; siendo más prevalente esta condición en el área

urbana presentándose en mayor proporción en las ciudades capitales como (Cali, Bogotá, Medellín) (Castillo A. , 2012; Hernández, 2011; Pinzon, 2011).

Por su parte durante los meses de mayo a agosto de 2011, se realizó el censo de talla y peso en Bogotá con niños y niñas de primero de primaria del Distrito, que oscilan entre los 5 y 9 años encontrando que el 16% de los niños y niñas entre 6 y 7 años presentaron sobrepeso y cerca del 6% obesidad (Castillo A. , 2012; Hernández, 2011; Pinzon, 2011).

Teniendo en cuenta la problemática presentada y tomando conciencia de que se necesitan proyectos o programas sociales que permitan reducir estos índices de obesidad, es importante mencionar que es necesarios tener en cuentas las representaciones sociales de la poblacion para apartir de ellas construir un programa que recoga cada una de los imaginarios de la comunidad y asi este tenga sentido para la misma.

## **OBJETIVOS**

### ***GENERAL***

Describir las representaciones sociales de Actividad Física que tienen los docentes de los ciclos I y II de los colegios distritales de la localidad Los Mártires en el Distrito Capital y los condicionantes para su práctica.

### ***ESPECÍFICOS***

- Identificar las nociones, discursos y actitudes que tienen los docentes de primer y segundo ciclo de los colegios distritales de la localidad Los Mártires sobre Actividad Física.
- Reconocer los puntos de encuentro y desencuentros que sobre la Actividad Física tienen los docentes de primer y segundo ciclo de los colegios distritales de la localidad Los Mártires.
- Contrastar con referentes teóricos sobre Actividad Física, las nociones, discursos y actitudes que tienen los docentes de primer y segundo ciclo de los colegios distritales de la localidad Los Mártires sobre la misma.
- Identificar los factores que facilitan o limitan la práctica de Actividad Física en los colegios distritales de la localidad Los Mártires.

## MARCO METODOLÓGICO

### MÉTODO:

Para desarrollar esta investigación se utilizará un diseño descriptivo exploratorio, de corte cualitativo, entendiendo que un estudio exploratorio busca dar una visión aproximada respecto a una realidad y “se realiza especialmente cuando el tema elegido es poco conocido y sobre el que es difícil formular hipótesis” (Castillo M. , 2004).

El método a utilizar será el fenomenológico el cual se enfoca en las experiencias subjetivas del individuo y de las perspectivas colectivas, centrándose en indagar las experiencias de los mismos en relación a la AF, y analizando los discursos buscando los posibles significados (Salgado, 2007). Para fines de este estudio se implementará la codificación abierta la cual consiste en descomponer los datos, generar una comparación entre ellos y por último agruparlos en diferentes categorías para, posteriormente utilizar la codificación axial la cual busca relacionar esas categorías y las categorías emergentes, buscando formar explicaciones más precisas y completas sobre los fenómenos (Strauss & Corbin, 2002).

En este orden de ideas, como parte de la metodología utilizada, se hace uso de grupos focales que consisten en un grupo de personas que tienen antecedentes similares, quienes responden un conjunto de preguntas en un escenario con un moderador, quien es el que inicia la discusión siguiendo una entrevista preparada (Mayan, 2001), con los diferentes

actores como herramienta para la recolección de datos, y a partir de ellos se establecen categorías de análisis relacionadas con los intereses de este estudio.

## POBLACIÓN

La localidad y la población fueron seleccionadas por la Secretaria de Educación. Los participantes fueron 46 mujeres y 2 hombres (48), profesores de primer y segundo ciclo, de ambas jornadas en 8 instituciones educativas de la localidad Los Mártires. El número de participantes por institución educativa, se presenta a continuación:

		Número de participantes
Sexo	Hombres	2
	Mujeres	46
Colegios	Agustín Nieto Caballero	7
	Eduardo Santos	9
	Nacional Antonia Santos	9
	Panamericano	5
	República Bolivariana de Venezuela	5
	Ricaurte	2
	San Francisco de Asís	4
	Técnico Menorah	7
Jornada	Mañana	35
	Tarde	13

**Tabla 1: Caracterización de la población**

## PROCEDIMIENTO

El procedimiento para el desarrollo del proyecto es el siguiente:

1. Por medio de citación directa de la Secretaría de Educación Distrital, se realizó convocatoria a todos los docentes de I y II ciclo de los Colegios Distritales de la localidad Los Mártires para realizar grupos focales en torno a AF.
2. Los grupos focales, estuvieron conformados por 8 integrantes representantes de las diferentes instituciones de la localidad, organizados aleatoriamente.
3. Se conformó un equipo de trabajo integrado por:
  - Un moderador del grupo, encargado de garantizar la participación de todos los miembros del grupo, la organización para ceder la palabra, mantener las discusiones sobre el eje temático propuesto sin inducir las respuestas de los participantes, garantizando el desarrollo adecuado del grupo focal.
  - Un relator, quien apoyó el control del tiempo y llevó por escrito la secuencia de las intervenciones, para favorecer que al momento de realizar la transcripción, se lograran identificar los individuos intervinientes.
  - Un coordinador logístico, encargado de garantizar que los equipos requeridos para el desarrollo del grupo focal estuvieran a disposición y en las condiciones adecuadas.
4. Una vez conformados los grupos focales, se plantearon unas preguntas para direccionar la discusión, las cuales contaron previamente con una validación por expertos. Estas preguntas fueron:
  - ¿Para ustedes qué es la Actividad Física?

- ¿En dónde usted trabaja qué factores favorecen y limitan la práctica de Actividad Física en la comunidad educativa?
- ¿Considera que la Actividad Física juega un papel importante en el rendimiento académico de los niños? ¿Por qué?
- ¿Desde las clases que usted maneja considera que se puede incluir la AF como parte de la asignatura?

5. Se realizó grabación por medio de audio de cada grupo focal y posteriormente se hicieron transcripciones textuales de los mismos.

Las transcripciones se analizaron a través de triangulación a la luz de las categorías de análisis: Conceptualización de AF y condicionantes para la realización de AF.

### **COLABORADORES:**

- Asesor metodológico.
- 3 docentes del programa de fisioterapia.
- Fisioterapeutas en formación a cargo de la investigación.
- Fisioterapeutas en formación de las líneas de profundización AF y deporte y comunidad y desarrollo.

### **CONSIDERACIONES ÉTICAS**

En este proyecto la participación de la población fue voluntaria, no hay población menor de edad, la investigación no implica riesgos para las personas vinculadas al estudio, ya

que los métodos de investigación planteados no involucran experimentos clínicos, ni condiciones que puedan afectar su integridad personal. En este sentido, se hace explícito a los participantes la preservación de la confidencialidad y el anonimato de la información obtenida; este proyecto es una parte preliminar de un proyecto interdisciplinar que tiene la facultad de Medicina de la Universidad Nacional de Colombia, con la Secretaria de Educación.

## **MARCO TEÓRICO**

Entendiendo que el objetivo central de este trabajo es conocer las representaciones sociales que los docentes de los ciclos I y II de los colegios distritales de la localidad Los Mártires tienen sobre la AF, se hace pertinente, conocer las construcciones que desde la teoría se han hecho en torno a este concepto, presentando dos principales formas de abordar la AF, una desde la biología y la función, y otra desde una dimensión más relacionada con el Desarrollo Humano (DH) y Calidad de Vida (CV).

### **ACTIVIDAD FÍSICA DESDE LO BIOLÓGICO FUNCIONAL**

Desde una perspectiva biológica según la OMS en su página oficial la AF se entiende como “cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía”. Afirmación que comparte Sánchez F. (1996) y Moral (2007) quienes indican que la AF es cualquier movimiento corporal que se produzca por acciones musculares y que incremente sustancialmente el gasto energético.

Estos movimientos están implícitos dentro de las diferentes actividades que componen la rutina diaria del individuo, como las labores del hogar, las actividades deportivas, de ocio y tiempo libre, etc. (Bouchard, et al., 2005; McArdle, Katch, & Katch, 2004).

Para Romero (2003), la AF es toda acción motriz que ocasiona un gasto calórico, que como se menciona anteriormente incluye todo movimiento corporal realizado en la vida

cotidiana, añade adicionalmente que la AF contempla actividades recreativas, ejercicios físicos sistemáticos y entrenamiento deportivo.

Las actividades recreativas son entendidas como las acciones o un conjunto de ellas que se realiza en un tiempo en el que no exista una obligación externa implícita, y en el que el individuo que realiza la actividad recreativa la realice por su propia decisión y en busca de placer, gusto o satisfacción (Waichman, 2008).

Por su parte, los ejercicios físicos sistemáticos hacen parte de la AF y se entienden como cualquier actividad que sea estructurada, secuenciada y repetitiva, que se realice de manera voluntaria e intencional (Delgado & Tercedor, 2002; Sánchez R. O., 1992). Este ejercicio físico incluye acciones que buscan desarrollar capacidades corporales, por tanto para su realización se deben incluir ejercicios de resistencia, flexibilidad, fuerza, capacidad aeróbica, etc.; siendo estas actividades dirigidas al interés del individuo, según lo expuesto por Romero (2003).

Desde el entrenamiento deportivo, la AF según Weineck (2000) puede entenderse desde varios escenarios, en primer lugar el deporte de competición, donde el objetivo principal va enfocado al rendimiento, este está organizado por asociaciones deportivas; por otra parte está el deporte para la salud en el cual el objetivo pretende alcanzar un equilibrio, recuperación o estado físico, y este puede incluir deporte popular o de ocio.

La AF además trae beneficios a nivel biológico, los que hacen referencia al efecto que tiene la realización de la misma en el proceso de crecimiento, A nivel sistémico el

cuerpo se ve favorecido en la realización de AF, mas no es la responsable del crecimiento según lo cita Gil y Irazusta (2005).

La práctica regular de AF en el aparato locomotor, mejora la nutrición del cartílago de crecimiento, la condensación y ordenamiento de las trabéculas, adicionalmente aumenta la mineralización y densidad ósea, previniendo así mismo fracturas, y el desarrollo posterior de osteoporosis; mejora la lubricación articular y aumenta la movilidad articular. En músculos y ligamentos, aumenta la síntesis y ordenamiento del colágeno, incrementando la resistencia de tendones y ligamentos, produce una hipertrofia muscular general y finalmente una mejora metabólica.

En el sistema cardio-vascular, se produce un aumento del tamaño, principalmente del ventrículo izquierdo, mejora la elasticidad y la resistencia de las paredes arteriales, disminuyendo la tensión arterial y previniendo la aterosclerosis. En el sistema respiratorio aumenta el área de contacto alveolo-capilar, por lo que mejora la difusión pulmonar, aumenta la fuerza en los músculos respiratorios, y mejora la ventilación. A nivel metabólico hay un mayor consumo de ATP por la mejora en los procesos fisiológicos, lo que demanda un gasto energético mayor (González J. M., 2003). Sin embargo pese a sus beneficios el exceso de AF en el proceso de desarrollo puede traer efectos negativos, de no ser controlada (Marín, 1995).

## **LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA PERSPECTIVA DEL DESARROLLO HUMANO Y LA CALIDAD DE VIDA**

La AF vista desde una perspectiva social se presenta como una intención que se evidencia en el movimiento del ser humano por el que se permite relacionar su mente, su cuerpo, sus emociones y sus necesidades de interacción con otros o con el entorno en el que habita, y que tiene en cuenta que el ser humano es un ser complejo el cual está integrado por diferentes esferas (objetiva, subjetiva e intersubjetiva) que le permiten desarrollarse de manera integral (Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte, 2009-2019).

Este desarrollo integral desde cada una de sus esferas es lo que ha permitido que el ser humano se conciba en todas sus dimensiones, como un ser multidimensionado.

Al ser concebido de esta manera, la AF no solo está inmersa en la dimensión individual por sus efectos anatómicos o fisiológicos, sino que al ser una manifestación del sujeto en todas sus dimensiones (individuales, sociales y culturales), se relaciona con el contexto en el que se encuentra ese sujeto. En este sentido la AF emerge como una expresión que trasciende tanto las esferas individuales como sociales y culturales, ya que no solo está dirigida hacia las mejoras anatómo-funcionales sino que también, expresa las intenciones del individuo y la oportunidad para relacionarse con otros a través de la práctica de la AF.

En este sentido, la AF grupal, brinda la posibilidad de generar asociaciones, relaciones interpersonales, roles diferenciados, por lo que la intención que media este proceso va más allá de solo mejorar la función orgánica. Al pasar de una realización de AF individual a una colectiva, se hacen evidentes intereses grupales, construcciones conjuntas y gustos compartidos que a su vez favorecen la diversión, el esparcimiento aportando al desarrollo de condiciones subjetivas relacionadas con la esfera social y cultural del individuo, por tanto contribuyen a su DH.

El DH para el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) es entendido como “el proceso de ampliación de las posibilidades de elegir de los individuos que tiene como objetivo expandir la gama de oportunidades abiertas a las personas para vivir una vida saludable, creativa y con los medios adecuados para desenvolverse en su entorno social”, desde esta perspectiva la AF se constituye en un potencializador del DH en tanto le brinda al individuo diversas oportunidades para practicarla, estimulando su creatividad, realizándola de manera libre y espontánea, lo que está en consonancia con la visión de libertad inmersa en el concepto de DH. Una libertad tanto política, como en las demás esferas que envuelven al individuo (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, (PNUD), 1990).

Por su parte el Consejo Nacional de Población (Conapo) (2001) asegura que el DH es un proceso que permite generar una ampliación continua de las oportunidades relacionadas con el capital cultural propio del individuo y de las opciones que tienen los individuos para realizar de manera satisfactoria su proyecto de vida.

Al involucrar dimensiones de orden individual, cultural y social, es claro que los elementos relacionados con la anatomía y la función en el sujeto están involucrados, no obstante, estos elementos no se incluirán en los párrafos posteriores, pues su abordaje ya se realizó.

La dimensión individual habla de la posibilidad de desarrollar capacidades a nivel corporal y cognitivo, que le permitan tomar parte en procesos de entendimiento y generar su propia identidad; entendiendo la identidad como un proceso necesario mediante el cual el ser humano puede reconocerse y percibirse como parte de una comunidad o de un grupo social, y a la vez como un individuo activo, diferenciándose o identificándose con los demás, consiguiendo generar un sentido propio dentro de los distintos contextos culturales en los que se encuentra inmerso (Alcaldía Mayor de Bogotá; Secretaría Distrital de Integración Social; Secretaría de Educación Distrital, 2010).

Las capacidades a nivel corporal y cognitivo que forman parte de la esfera individual se manifiestan de diversas formas. Las capacidades a nivel corporal que favorecen en el individuo la expresión por medio del cuerpo, de su cultura y su realidad, apropiándose de su entorno mediante integraciones sensoriales, y modificándolo a partir de la conciencia corporal, generando a su vez interrelaciones con otros individuos y con el ambiente, transformando su esfera subjetiva conforme sus experiencias y permitiendo la proyección de costumbres, hábitos, valores, aptitudes por medio del movimiento. Por otro lado las capacidades cognitivas envuelven la posibilidad que tiene el individuo para desarrollar procesos de pensamiento y aprendizaje: estas capacidades cognitivas se encuentran interrelacionadas con las capacidades corporales, ya que estas permiten que el individuo tenga la posibilidad de

captar la información de su reconocimiento propio y posteriormente utilizarla para poder relacionarse con el entorno en un contexto. El individuo almacena y categoriza esa información y esto produce procesos de atención, memoria, habituación, motivación y sensopercepción, permitiendo que así se creen estrategias para adquirir conocimiento, y se potencien todas las demás dimensiones del DH, consiguiendo interactuar con la realidad transformándola (Durán & Suárez, 2007; Ocampo, Pava-Ripoll, & Bonilla, 2012; Montoya, 2012).

En el momento en el que el individuo traslada esos conocimientos y esos saberes poniéndolos en un contexto donde se encuentra en contacto con otros hace interrelación con la dimensión cultural donde se involucran los escenarios y construcciones simbólicas y teóricas que el individuo ha venido desarrollando a lo largo de su ciclo vital humano, las cuales median procesos de socialización, de desarrollo de identidad y de comunicación. La dimensión cultural se desarrolla y se manifiesta por medio del movimiento tomando como herramienta la expresión verbal, gestual y escrita, permitiendo encontrar sentido y significado de sí mismo y dar a conocer libremente sentimientos, emociones, creencias y necesidades de una forma abierta, favoreciendo al mismo tiempo la construcción de símbolos, formando nociones y conceptos, con los cuales se desarrolla y enriquece el pensamiento (Durán, et al., 2007; Ocampo, et al., 2012; Montoya, 2012).

Por último la dimensión social incluye capacidades éticas, socio-afectivas y políticas que favorecen en el individuo la capacidad de ser él mismo en su propia esencia y en relación al contexto, donde está inmerso en una red de relaciones sociales, esta dimensión alude a la capacidad que tiene cada individuo como parte del colectivo para tomar decisiones autónomas, las cuales estarán mediadas por los principios y valores, aprendidos, que son permeados por la cultura y la sociedad. Al mismo tiempo esta

dimensión permite generar responsabilidad sobre los actos y así acogernos o resistirnos a unas normas y reglas que faciliten la convivencia, permitiendo que el individuo se relacione con los demás buscando desarrollarse como ser social, por medio de los procesos sociales básicos construidos en la familia, la escuela y la comunidad (Durán, et al., 2007; Ocampo, et al., 2012; Montoya, 2012).

Todas estas dimensiones interactúan ya que cada una complementa y potencia de manera directa a la otra, generando que los elementos que las componen tomen mayor significancia entre más se relacionen con los demás, trascendiendo de una dimensión aislada y constituyendo así el DH (Durán & Suárez, 2007).

Se puede concluir entonces que el DH encuentra su origen y posibilidad en los espacios de interacción de la vida diaria en los que se conjugan sus dimensiones individual, cultural y social, las cuales son construidas en los procesos de socialización, a través de los que el individuo logra exteriorizar, construir y afectar su realidad social y cultural.

Teniendo en cuenta que el DH se observa como un proceso de ampliación de posibilidades y capacidades, que toma como punto central el ciclo vital humano y el bienestar del individuo durante el, se puede tomar la AF como parte fundamental de este en tanto tiene beneficios a nivel físico mejorando los procesos cognitivos, permitiendo que haya menor degeneración neuronal (Ramírez, et al., 2004), mejorando la autoimagen, la autoestima (Preobrayensky & Gillman, 2005), mejorando el estado de ánimo y reduciendo el estrés (Escartí, et al., 2005) y a nivel psicosocial ya que se observa una mejora en la interrelación de los individuos con el medio y con otros, en

el entorno familiar y social (Ramírez, et al., 2004); entendiendo con esto que la AF no solamente se hace para garantizar un gasto de energía o favorecer un movimiento desde lo biológico o metabólico, si no que la realizan individuos y/o comunidades, que están inmersos en unas condiciones individuales en unas condiciones culturales y en unas condiciones simbólicas, donde la AF se puede utilizar como una vía para el aprendizaje de costumbres y creencias morales, que permite desarrollar características de identidad del individuo y valores sociales deseables, como el liderazgo, cooperación y autocontrol (Ocampo, et al., 2012).

La AF se puede considerar como potenciadora del DH en tanto permite al individuo relacionarse con su entorno social en el cual se desenvuelve, y en el que entran en juego contenidos simbólicos individuales y colectivos, ya no solo pre construidos, sino que se construyen y se transforman a partir de la interacción social. Es gracias a dicha interacción que se favorece el desarrollo de procesos de socialización e identidad, la generación de redes y grupos sociales, entre otros (Ocampo, et al., 2012).

Además la AF también tiene un componente de libertad que está presente en el DH al hablar de procesos de libertad en las 3 dimensiones y adicionalmente en el aspecto político, viéndose así potenciados estos procesos cuando se ejerce esa libertad por medio de la practica libre de juego, de recreación y de ocio, en donde el individuo practica la AF de forma libre y espontánea, y tiene la opción de escoger el tiempo y el escenario para realizarla; contribuyendo al desarrollo de la autonomía, la cual es vista como la oportunidad que le ofrece la sociedad al individuo para desarrollar sus capacidades, incrementando así la CV según lo planteado por la estrategia promocional de CV y salud (Alcaldía Mayor De Bogotá; Secretaría Distrital de Integración Social, 2011).

Se puede afirmar entonces que mientras la realización de la AF satisfaga necesidades de orden biológico, psicológico, cultural y social está favoreciendo el DH y por ende contribuyendo a la CV del individuo.

## **REPRESENTACIONES SOCIALES**

Al entender entonces que el concepto de AF envuelve diferentes elementos del ser humano, es de vital importancia observar, como es entendido e interiorizado el concepto en la población escolar, ya que esto nos indica si es viable o no el acogimiento de una idea dentro de este contexto específico.

Para esto es imperante y necesario comprender la complejidad de los proyectos de contexto social, los cuales deben ser abordados en torno a las comprensiones simbólicas que dan sentido a las relaciones y la vida de los individuos en comunidad, dando esto el punto de partida para las llamadas representaciones sociales, las cuales son un constructo socio-cultural que se forja a través de las relaciones interpersonales de cada individuo y que es compartido por los miembros del grupo al que se pertenece (García & Ospina, 2008).

García y Ospina, (2008) afirma que los imaginarios o representaciones sociales operan en un medio, en virtud del cual poseen referencias semejantes de percepción (espaciales, temporales, geográficas, históricas, culturales, religiosas, etc.), de explicación (marcos

lógicos, emocionales, sentimentales, biográficos, etc.) y de intervención (estrategias, programas, políticas, tácticas, aprendizajes, etc.).

Según Moscovici (1961), la representación social es una modalidad que busca elaborar construcciones o interpretaciones frente a los comportamientos y comunicación de los individuos. Gracias a dichas representaciones, se develan sistemas de valores, nociones y prácticas que proporciona a los individuos los medios para orientarse en el contexto social y material (Mora, 2002).

En la representación se contienen imágenes, símbolos, expresiones, reglas:

*“...Una representación social, habla, muestra, comunica, produce determinados comportamientos. Un conjunto de proposiciones, de reacciones y de evaluaciones referentes a puntos particulares, emitidos en una u otra parte, durante una encuesta o una conversación, por el “coro” colectivo, del cual cada uno quiéralo o no forma parte. Estas proposiciones, reacciones o evaluaciones están organizadas de maneras sumamente diversas según las clases, las culturas o los grupos y constituyen tantos universos de opiniones como clases, culturas o grupos existen. Cada universo tiene tres dimensiones: la actitud, la información y el campo de la representación...”* (Perera, M., 2005, p. 43, citado por Pérez A. I., 2007).

Esto implica que la representación social, permite develar los sentidos, concepciones, nociones construidas de manera individual y colectiva, sobre un concepto, categoría o realidad; lo que a su vez lleva implícito procesos de interacción y socialización, que contribuyen a la construcción de realidades y sentidos comunes.

En este sentido, aproximarse a la representación social de un individuo o un grupo social, tiene como intención indagar sobre la realidad social de sus actores, sus formas de interacción y de significación frente a un hecho.

Jodelet en 1984, permite afirmar que las representaciones sociales, (que para efectos de esta investigación, son sobre AF) brindan por un lado, la oportunidad de reconocer formas de aprendizaje y de apropiación de conocimientos desarrollados a partir de la experiencia, la práctica y la interacción social, y por otro lado contribuir a la reflexión que sobre un tema en particular se hace con la intención de orientar las acciones de quienes están interesados en torno al diseño, implementación y seguimiento de estrategias encaminadas a generar algún tipo de influencia sobre dicha representación o a articularse a la misma para favorecer nuevos aprendizajes.

Comprender entonces la concepción de la AF desde una perspectiva que contempla factores biológicos, fisiológicos y sociales, comprender el significado de la representación social y la oportunidad de involucrar a profesores, como miembros activos y de gran importancia dentro de la comunidad educativa, en nuestra opinión, brinda la oportunidad de obtener información con miras a desarrollar propuestas participativas, que permitan no solo dilucidar una forma efectiva de articulación de la AF al currículo, sino también contar con la participación y empoderamiento de los diversos actores en el escenario escolar, de tal manera, que la promoción de la AF se convierta en una parte importante de su cotidianidad.

## **CONDICIONANTES PARA LA PRÁCTICA DE LA AF**

La realización de la AF como la de cualquier otra actividad, depende de diferentes factores que la condicionan y permiten que sea más fácil o más difícil su práctica, siendo así barreras o facilitadores de la misma. Las barreras y facilitadores pueden definirse como aquellos factores que condicionan, total o parcialmente la realización de una práctica, y que por ende pueden generar mayor o menor adherencia a esta.

Estos condicionantes, se pueden clasificar en condicionantes de tipo arquitectónico, socio-ambiental, y estructural, los cuales adquieren diferentes importancias para la realización de la AF dependiendo del contexto en que se desarrollen.

Los condicionantes de tipo arquitectónico, hacen referencia a las infraestructuras en donde se desarrolla la AF, las cuales cambian dependiendo del entorno (urbano o rural). Que estos condicionantes sean barreras o facilitadores para la realización de AF, depende de la disponibilidad de las infraestructuras para realizarla, del clima de cada zona, de la posibilidad de acceso a los diferentes espacios (la distancia a la que se encuentre el espacio y la facilidad para desplazarse hacia el mismo) y de la planificación y configuración urbana (en cuanto al diseño de la construcción del espacio) (Mansfield, Ducharme, & Koski, 2012).

Por su parte los condicionantes de tipo socio-ambientales, incluyen el entorno social en el que se desenvuelve el individuo, tomando en cuenta la influencia de las relaciones sociales y familiares que este tenga, (Mansfield, Ducharme, & Koski, 2012), su nivel

socioeconómico, educativo, psicológico y cultural los cuales permiten tener mayor o menor oportunidad de realizar la AF (Mahecha & Rodríguez, 2008) y la seguridad en cada uno de los espacios en los que se realiza la AF, ya que esto permite que estos sean más o menos atractivos para las personas, dependiendo de la sensación de confianza y seguridad que estos brinden (Cohen, et al., 2012).

Por último los condicionantes estructurales hacen referencia a las diferentes políticas institucionales y públicas, que definen la forma de distribución de los recursos humanos y económicos, y además regulan la normatividad inherente a cada institución, brindando mayor o menor oportunidad a las comunidades para la realización de AF (Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte, 2009-2019; Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud, 2002).

## CRONOGRAMA Y PRESUPUESTO

### CRONOGRAMA

ACTIVIDADES	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL
Construcción del anteproyecto	■											
Presentación y aprobación del anteproyecto al comité de carrera del DMCH			■									
convocatoria y desarrollo de Grupos de discusión con docentes				■								
Transcripción y organización de la información					■							
Triangulación y categorización							■					
Elaboración informe final									■			
Presentación de trabajo de grado ante grupo de evaluadores de la Universidad Nacional y realización de ajustes según retroalimentación											■	■
Sustentación y entrega informe final												■

Tabla 2: Cronograma

**58 REPRESENTACIONES SOCIALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SUS CONDICIONANTES EN DOCENTES DE LOS CICLOS I Y II DE LOS COLEGIOS DISTRITALES DE LA LOCALIDAD LOS MÁRTIRES EN BOGOTÁ**

---

***PRESUPUESTO***

---

RECURSOS HUMANOS

RECURSO	CANTIDAD	DE VALOR POR UNIDAD	DE VALOR TOTAL 2013-I
	HORAS 2013-I	HORA 2013-I	
HORAS DE DIRECCIÓN DE TRABAJO DE GRADO	30 HORAS	\$30,703.00	\$921,093.00
3 ESTUDIANTES INVESTIGADORES	140 HORAS	\$2,450.00	\$102,900.00
TOTAL RECURSOS HUMANOS			\$1,023,993.00

**Tabla 2: Presupuesto recursos humanos**

**59 REPRESENTACIONES SOCIALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SUS CONDICIONANTES EN DOCENTES DE LOS CICLOS I Y II DE LOS COLEGIOS DISTRITALES DE LA LOCALIDAD LOS MÁRTIRES EN BOGOTÁ**

RECURSOS OPERATIVOS				
RECURSO		CANTIDAD	VALOR UNIDAD	POR VALOR TOTAL
PAPELERÍA		NA	NA	\$65,000.00
ALIMENTACIÓN	ALMUERZOS	29 UNIDADES	\$5,500.00	\$159,500.00
	REFRIGERIOS	93 UNIDADES	\$3,000.00	\$279,000.00
ALQUILER	DE	6 UNIDADES	\$37,850.00	\$227,100.00
GRABADORAS				
ALQUILES	DE	1 UNIDAD	\$70,000.00	\$70,000.00
IMPRESORA				
AUXILIARES	(18	1 DÍA	\$18,890.00	\$340,020.00
PERSONAS)				
MODERADORES	(11	1 DÍA	\$32,250.00	\$1,419,000.00
PERSONAS)				
ALQUILER	DE 6	48 HORAS	\$30,000.00	\$1,440,000.00
SALONES				
VALOR TOTAL DE RECURSOS OPERATIVOS				\$3,999,620.00

**Tabla 3: Presupuesto recursos operativos**

**60 REPRESENTACIONES SOCIALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SUS CONDICIONANTES EN  
DOCENTES DE LOS CICLOS I Y II DE LOS COLEGIOS DISTRITALES DE LA LOCALIDAD LOS  
MÁRTIRES EN BOGOTÁ**

---

---

Subtotales

Recurso Humano	\$1,023,993.00
Recurso operativos	\$ 3,999,620.00
Imprevistos	
<b>Total</b>	<b>\$5,023,613. 00</b>

---

**Tabla 4: Total del presupuesto**

## **RESULTADOS**

Considerando que el presente documento busca dar cuenta de las representaciones sociales de AF que tienen los docentes de I y II ciclo de la localidad Los Mártires y los factores condicionantes para su práctica, se presenta inicialmente la información relacionada con el concepto de AF, frente al cual luego de analizar los discursos se identificaron 3 sub-categorías (movimiento, recreación y juego) y los condicionantes para su práctica, los cuales se analizaron desde los factores arquitectónicos, sociales, ambientales y estructurales.

### **CONCEPTO DE ACTIVIDAD FÍSICA.**

El concepto de AF en la mayoría de los discursos hace referencia y se asemeja al concepto de movimiento, donde los actores hacen alusión a que el ser humano es movimiento y que este se realiza en busca de desplazamiento o con una intención específica, siendo estos elementos los que le brindan la connotación de AF.

Otros actores rescatan el aspecto de movimiento pero le agregan una intencionalidad diferente a la de desplazamiento, en tanto circunscriben la AF a un movimiento del cuerpo con propósitos especiales los cuales van generalmente asociados a condiciones de salud, garantizándole a las personas que al realizar AF, pueden mejorar capacidades de contribuyan a esta.

En cuanto al propósito por el que se genera la AF, también se identificó que algunos actores rescatan elementos como el aumento de un gasto energético y la generación de cambios metabólicos como fin último de la realización de esta, colocando estos elementos como satisfactores de la necesidad innata de moverse que tienen los seres humanos.

Los discursos también permiten evidenciar que para algunos actores existen similitudes entre el concepto de AF y ejercicio físico desde la perspectiva de movimiento, conceptos que como se presentó en el marco teórico son diferentes, ya que el ejercicio físico está relacionado con la organización y estructuración de la AF, que tiene un objetivo, un propósito y una estructura bien diseñada. Sin embargo se encontró que algunos de los actores se referían a la AF en términos de ejercicio como si fueran iguales, ya que aparecía la AF en términos de ejercicios corporales (de coordinación, de lateralidad de ubicación temporo-espacial), que debían ser programados y secuenciados.

Además de la equiparación que se identificó entre estos dos conceptos, los actores también se refirieron a la AF en términos de educación física, sin embargo, esta última es un concepto diferente (este se presentara en el apartado de análisis de resultados).

No obstante aunque los discursos que hasta ahora se evidencian en su mayoría toman como base el movimiento centrado en los cambios que este puede generar a nivel funcional, fisiológico y biológico, se encontraron también discursos que le adicionan a ese movimiento una connotación desde lo espiritual y lo mental agregándole factores emocionales y de expresión que permiten generar diferentes beneficios como la relajación y la socialización entre otros.

Estos elementos de expresión, son los que los actores consideran permiten exteriorizar contenidos o percepciones individuales del sujeto, en este sentido los actores se refirieron al movimiento y a la AF como formas de expresión corporal en donde el sujeto puede sacar lo que internamente tiene, brindándole la oportunidad de expresar sus emociones haciéndolas visibles en las acciones que este desarrolla.

Sin embargo, estas concepciones también se encontraron ligadas a la recreación y al juego, estas 2 sub-categorías fueron emergentes a la luz de los discursos, por lo que no se abordaron como parte del marco teórico, sin embargo al estar inmersas en el concepto de AF expresado en algunos de los discursos, se tomaron en cuenta para el análisis de los resultados.

Para ciertos actores, si bien la AF se observaba como un movimiento, está se encontraba necesariamente asociada a un contexto en el que su principal fin es el ocio y la libre expresión del ser humano, en este sentido la AF se plantea como una forma de recreación activa la cual aporta al DH, implicando el gozo, satisfacción personal y disfrute de los individuos, donde la AF además de permitir que estos realicen actividades desde el punto de vista motor, favorecen su esparcimiento y su relajación. También se enmarcaron concepciones relacionadas con la AF con fines recreativos como la expresión de la libertad del ser humano, en donde la AF surge como el pretexto para manifestar de manera espontánea y libre los deseos de los sujetos.

Por su parte desde la perspectiva de AF como juego, se encuentra en los discursos, que este último es la manifestación de la AF siempre y cuando permita un trabajo de orden activo en donde se manifiesten, patrones motores, funcionales, culturales y sociales, observándose estos a través de la lúdica que contiene el juego y el movimiento.

## **CONDICIONANTES PARA LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA**

Los condicionantes para la práctica de AF que se evidenciaron en los discursos de los actores, hacen referencia en mayor medida a los que se encuentran dentro de los arquitectónicos, siendo estos principalmente limitantes para la práctica de AF; dentro de estos son los espacios los que para los actores en gran medida la limitan, ya sea porque los espacios propicios para la realización de AF no existen dentro de las instituciones educativas o porque sus dimensiones son reducidas.

La concepción del espacio como una gran limitante para la práctica de AF se ve muy relacionada con la concepción de esta última, ya que muchos de los profesores ven la AF como actividades que implican grandes desplazamientos y por ende necesita de espacios amplios.

Además de la disposición de los espacios, los actores también indican que en el caso en que estos se encuentren, son utilizados con otros fines o su mantenimiento no es apropiado, por lo que los niños no los pueden utilizar para realizar AF.

Por otra parte, aunque los profesores indican haber buscado otros espacios que les permitan facilitar la AF, se han encontrado con otra limitante, la cual hace parte de los condicionantes de tipo socio-ambiental, esta limitante es la concepción de seguridad que se tiene frente al barrio donde se desenvuelve la escuela. Según los diferentes discursos el barrio donde se encuentran las instituciones educativas es peligroso, por lo que salir de las instituciones para poder realizar AF no es del todo recomendable.

Otro de los limitantes de tipo socio-ambiental que se presentan son las relaciones entre los niños con sus docentes y familiares, relaciones que son permeadas por el contexto en el que se desenvuelven, ya sean por aspectos culturales, socioeconómicos, y de actitud de los docentes y familiares.

Al ser los profesores las personas que en mayor medida interactúan con los niños en el contexto escolar, es la actitud de los profesores una gran condicionante referido por ellos mismos, que puede limitar o facilitar la práctica de AF.

En lo que hace referencia a los condicionantes de tipo estructural, algunas políticas a nivel institucional y público son vistas como limitantes para la práctica de la AF, ya que han disminuido los recursos humanos y materiales de las instituciones educativas, algo que para los actores limita demasiado la realización de AF, ya que el recurso humano profesional que se ha disminuido en gran mayoría es el de las clases que permiten realizar un mayor acercamiento a este tipo de actividades.

Los actores también hacen referencia a que las políticas impuestas desde las instituciones públicas que rigen a los colegios, ha limitado también la utilización de espacios fuera de estos, algo que como ya se mencionó anteriormente se concibe como una limitante para la práctica de AF, también indican que los tiempos para la realización de estas actividades dentro de la jornada escolar se han visto disminuidos por este mismo factor, ya que cada vez existen mayores responsabilidades de tipo administrativo que tienen que suplir los docentes, lo que indirectamente disminuye los tiempos para otras actividades, a esto se suma que los actores indican que los estándares que miden la calidad académica dentro de las instituciones educativas, dejan de lado habilidades de

tipo motor, centrándose en su mayoría en las de tipo académico, por lo que ellos como docentes deben reforzar este tipo de habilidades para cumplir con los estándares deseados, lo que también le resta tiempo a la AF .

Por último los actores indican que otra limitante que tienen para la inclusión de AF en el colegio, es la falta de materiales que tienen en las instituciones educativas, ya que los recursos económicos que se disponen en estas no alcanzan para hacerse de una adecuada cantidad de materiales que permitan que sea más fácil desarrollar la AF dentro de las clases.

De igual manera hay que indicar que aunque en su mayoría los condicionantes que se identificaron en los discursos de los docentes hacen referencia a los limitantes que se pueden encontrar para la práctica de AF, algunos actores indicaron que estos mismos podrían llegar ser facilitadores en caso en que se encuentren los espacios, los profesionales adecuados, los materiales, etc. o también si la actitud del profesor para la realización de la AF es buena lo que puede ayudar a superar algunos de los limitantes mencionados.

## ANÁLISIS DE RESULTADOS

### ACTIVIDAD FÍSICA – MOVIMIENTO

La AF como movimiento puede tener diferentes intencionalidades, según como el individuo la conciba (Requena, 2008), permitiendo definirla como un simple desplazamiento, como un movimiento que busca una mejora de aptitudes físicas o como una actividad con una intención expresiva, dándole a la AF una perspectiva mucho más amplia, evitando reducirla a un aspecto solo funcional (González J. A., 2007).

Como movimiento desde un discurso positivista, la AF se puede definir como “el desplazamiento del cuerpo en el espacio, que es cuantificable y representable” (Le Boulch, 1992), dentro de este concepto el cuerpo es visto como una máquina, que se vale del movimiento para adaptarse a su entorno, a través de diferentes demandas impuestas ya sean físicas, motoras, orgánicas o funcionales, que generan como resultado regulaciones fisiológicas. Estos desplazamientos del cuerpo, de los miembros y todos los movimientos de la vida diaria, que tengan como intención suplir las necesidades básicas de desplazamiento, son los que definen McArdle, Katch, & Katch (2004) como AF.

Algunos de los discursos de los actores se acogieron a la visión de AF como movimiento, en busca de un desplazamiento, como se puede evidenciar a continuación:

*“...si es que el ser humano es de movimiento...”*

*“todos los movimientos que pueda hacer alguno...”*

*“todo lo que tenga que ver con el movimiento...”*

*“...eso es la manera en que uno se moviliza...”*

*“...la actividad física como su nombre lo dice ¿no? Es poner en movimiento el cuerpo...”*

*“...actividad física, es todo lo que implica un movimiento corporal...”*

*“...actividad física es cualquier acción o movimiento que implique poner en razonamiento los músculos...”*

*“Es todo lo que tiene que ver con el movimiento, movimiento de las diferentes partes de nuestro cuerpo...”*

*“...actividad física... entonces ya los hemos dicho, que es un movimiento...”*

*“...yo pienso que, el niño esta desde que llega o desde que entra, está completamente en un momento actividad física, se está moviendo, y el niño se mueve para allá, se mueve para acá...”*

*“...la actividad física es muy importante esa actividad desde el vientre, que usted está haciendo movimientos, entonces para mí es muy importante...”*

*“la actividad física tiene que ver con el movimiento...”*

*“...la actividad física es la serie de movimientos que hacemos con las distintas partes del cuerpo”*

Para los siguientes actores además de movimiento, se involucra un aspecto importante que es el propósito que se tenga al realizarlo. Pareciera entonces que la intención del movimiento es lo que le da la connotación de AF.

*“...actividad física es el movimiento del cuerpo con propósitos especiales... Si los propósitos son los que hacen que tengamos una determinada actividad física, pero todo el tiempo nosotros estamos en movimiento”*

*“Es el ejercicio del cuerpo para cumplir una labor para hacer una actividad...”*

*“...pienso que la actividad física implica un movimiento coordinado y que tiene una finalidad y un propósito...”*

*“...porque la actividad física es un movimiento dirigido con un propósito, cierto...”*

*“..Digo que actividad física es el movimiento del cuerpo con propósitos especiales, ya sea para relajación, ya sea para deporte, ya sea para...motivar...”*

Adicionalmente, Romero (2003), asegura que cuando el propósito es generar un gasto energético se habla de AF. Quiere decir entonces que al considerar que cualquier movimiento produce trabajo celular y por ende el uso de energía, no necesariamente debe haber una intención para realizar el movimiento y sin embargo seguiría siendo AF.

*“es poner en movimiento el cuerpo de manera que cada órgano este en actividad...”*

*“... ¡todos los movimientos!, eso es la actividad física, incluso el dormir, es una actividad física... si, todo lo relacionado con movimiento la participación de todos los músculos y las partes de mi cuerpo.”*

Los siguientes actores hacen un claro énfasis en la necesidad de movimiento para la salud, pareciera que si no se relaciona con un movimiento que no la afecte o no produzca

excesos que la comprometan, no se podría considerar AF. Esto llama la atención frente a la AF que se hace con propósitos de orden competitivo o de rendimiento (denominada según Weineck en el 2000 como deporte), en donde en muchas ocasiones se pone en riesgo la salud, generando una serie de adaptaciones a nivel fisiológico y morfológico que van en contravía con una condición saludable.

*“La actividad física deben ser movimientos pero que no perjudiquen la salud...”*

*“la actividad física es... motivar a el cuerpo para desarrollar una unos movimientos determinados sin excederse uno en la realización de esas actividades...”*

*“Movimiento que conduce a tener una buena salud...”*

En el siguiente discurso, se resalta el movimiento con una intención que para el ejemplo es el seguimiento de una canción, se le agregan características de ritmo a ese movimiento. Pareciera entonces que además de movimiento intencionado o siguiendo una instrucción, para este actor el aspecto rítmico o secuencial de ese movimiento también es importante al hablar de AF.

*“...entonces al hablar con ellos las palabras, los sonidos que emitimos, ellos las emiten en movimiento, en la clase uno con los niños con una pinche canción ya uno está haciendo una actividad física, por ejemplo con las palmas ya también se está haciendo algún movimiento, entonces dentro de la clase uno trabaja con los niños todo el tiempo eso, ritmo, movimiento con ellos...”*

En los siguientes discursos, aunque no se expresa completamente en lo mencionado por los actores, pareciera que no solo se están refiriendo al movimiento y a la AF desde un plano biológico o morfo-funcional sino que le están agregando una connotación desde lo

espiritual o lo mental. Esto se relaciona como se muestra más adelante con una mirada de AF y movimiento como una manifestación de características subjetivas y culturales.

*“Es poner en actividad tanto la mente como el cuerpo...”*

*“También pienso que es... el movimiento que hace el cuerpo, con relación a la parte física y la mente...”*

Al generar desplazamientos se requiere de la acción contráctil a nivel muscular, para garantizar el incremento del gasto energético basal y favorecer las adaptaciones del entorno, este es un elemento fundamental para, Sánchez F. (1996), Moral (2007) y la OMS a la hora de definir la AF. Razonamiento que se hace evidente en los siguientes discursos:

*“...la actividad física es todo lo que implica un gasto calórico en el cuerpo, entonces, desde el momento en que estoy escribiendo... hay una..., pues hay un gasto por el movimiento que estoy generando...”*

*“La actividad física es todo movimiento... que aumente el gasto y es todo lo que hacemos en todo el día”.*

*“...actividad física es un ejercicio que... implique...un gasto de energía, y desarrolle mi cuerpo, todo si, mis músculos para una mejor salud...”*

*“...como tal la actividad física, un movimiento exigente que implique un esfuerzo, un gasto de energía diferente...”*

*“...hay un concepto básico que es el consumo calórico, porque... no solo es el movimiento si no que implique un aumento de la frecuencia cardiaca, puede ser uno de los factores...”*

Como se explicitó en el marco teórico, cuando los movimientos se realizan de manera e estructurada, secuenciada, y programada, con un propósito determinado se considera ejercicio físico (Blair, LaMonte, & Nichaman, 2004; López Chicharro & Lucía, 2000; Prieto & Naranjo, 2005; Sánchez R. O., 1992; Speck, 2002; The president's council on physical fitness and sport., 2001). Esta posición es evidente en algunos discursos enunciados por los participantes, donde se encuentra el elemento de organización, programación y estructuración para hablar de AF. Pareciera que para los siguientes actores la AF y el ejercicio se equiparan o son la misma cosa. No obstante, como se ha presentado en apartados anteriores, estos dos términos son diferentes.

*“Eh para mí la actividad física son, es el ejercicio, ejercicios corporales de coordinación, de lateralidad, de ubicación temporo-espacial...”*

*“la actividad física... debe ser programada, debe tenerse unos ejercicios específicos para realizar, debe tener una especie de secuencia...”*

No solo se observa una equiparación de conceptos entre AF y ejercicio sino también entre educación física y ejercicio como se presenta en el siguiente discurso:

*“...es que yo creo que educación física es meter ejercicios específicos en cada espacio...”*

De acuerdo a lo que se evidencia en el discurso presentado, se hace relevante resaltar que la AF y la Educación física son dos categorías distintas ya que ésta última hace referencia a los procesos pedagógicos de los aspectos relacionados con actividades motrices, comprendiendo el desarrollo del individuo y enfocándolo a temáticas con referente deportivo o similares, manejando los conceptos, desde esquemas teóricos y prácticos, que rodean dichas actividades (Raquel Font Llado (2006))(Contreras, 2004; Blázquez, 2001).

Además de comprender la AF desde una perspectiva de movimiento que demanda un gasto energético, un trabajo muscular y que tiene unas características de organización, se puede entender también como expresión corporal a través del movimiento, permitiendo la exteriorización de sentimientos y emociones de una forma consciente o inconsciente (Prieto & Naranjo, 2005), valiéndose del lenguaje corporal como un puente que permite esa comunicación entre el mundo exterior y el yo interior.

La expresión por medio del movimiento, permite crear y comunicar a través de él, utilizándolo para exteriorizar componentes subjetivos, los cuales se desarrollan dependiendo de la cultura y el contexto en el que se desenvuelve el individuo, permitiendo construir por medio de la AF, expresión e identidad (Castillo & Rebollo, 2009; Rueda, 2004).

Lo descrito por Castillo y Rebollo en (2009), Prieto y Naranjo en (2005) y Rueda en (2004) se hace evidente en los discursos plasmados a continuación, donde los actores encuentran un papel expresivo en la AF, que permite develar cada uno de los constructos sociales, culturales y emocionales, que rigen al individuo.

*“Pues yo pienso que es como la expresión corporal de cada ser humano... ahí es cuando el estudiante se expresa lo que siente interiormente pues porque hay niños que son muy expresivos en su movimiento...”*

*“...una persona que no tiene esas actividades físicas... no expresa lo que tiene internamente.” “...la actividad física siempre... nos permite... como la expresión, la expresión, y también tiene la facilidad de incorporar la emoción distinta de cada persona, de cada uno...” “La actividad física, es la expresión de todo lo que hay en mi interior ¿sí? Es la expresión visible de todo lo que se está desarrollando y se está construyendo interiormente en todo ser humano...”*

*“... la población indígena que tenemos aquí, ellos vienen ya acostumbrados a estar trepados prácticamente en los árboles jugando, corriendo libremente, saltando, tienen una motricidad bastante fuerte que no es comparable con otro niño de la ciudad...”*

Esta expresión se hace evidente en todo el ciclo vital, siendo la AF el medio por el cual se suple dicha necesidad, permitiendo dar salida a los sentimientos, ideas e inquietudes que se generan en el interior (González J. A., 2007), las cuales a su vez son la expresión de las vivencias culturales y sociales del individuo (Paredes, 2003).

Desde lo planteado, la expresión corporal y el movimiento comparten aspectos comunes, como lo son el tiempo empleado para realizarlo, el momento (cultural, social, económico y físico), la energía requerida para ejecutarse y los significados individuales y colectivos que estas representan (Medrano de Luna, 2001), siendo estos significados expresados en y a través de los movimientos, donde el cuerpo se concibe como un conjunto de lo psíquico, lo motor, lo afectivo y lo cognitivo, lejos de posturas mecanicistas, en el cual lo que importa es la experiencia que adquiere y desarrolla el propio cuerpo en movimiento (Gallo, 2012), constituyendo este la base fundamental de los primeros vínculos sociales.

Una AF como forma de expresión corporal, no solo le permite al individuo manifestarse y entender a los demás, si no que permite también generar en él conciencia de sí mismo, aceptación de su propio cuerpo y el del otro, permitiéndole a si mismo integrarse al contexto sociedad, siendo la AF un elemento que le permite desenvolverse en la relación con pares, y recoger de ellos y de su entorno aspectos que definirán “el yo” del sujeto, como ser individual y colectivo.

Esta relación entre la expresión corporal, movimiento y AF se hace evidente en políticas públicas a nivel distrital, como por ejemplo en la forma como la secretaria de cultura recreación y deporte entiende la AF en su política pública de deporte, recreación, y AF para Bogotá (2009-2019), en donde se manifiesta que la AF es una intención que se evidencia en el movimiento del ser humano por el que se permite relacionar su mente, su cuerpo, sus emociones y sus necesidades de interacción con otros o con el entorno en el que habita (Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte, 2009-2019). La AF surge como una posibilidad de interrelacionar las diferentes esferas del ser humano (objetiva, subjetiva e intersubjetiva). A este respecto, se encuentran discursos como:

*“...al comienzo, cuando uno inicia, primero para el reconocimiento de su propio cuerpo ¿sí?, después más adelante se hacen unos ejercicios complementarios...”*

*“...el conocimiento también del cuerpo y sus propiedades para poderse adaptar en las experiencias que vivimos...”*

*“...es el conocimiento de su cuerpo....”*

*“...la actividad física creo... permite entender las cosas del cuaderno..., proporcionando conciencia corporal...”*

En los siguientes discursos se observa cuando se le pregunta a los actores sobre los beneficios de la AF, que estos hace referencia a que la AF permite que la persona que la práctica (en este caso se toma el deporte como parte de la AF) tenga la posibilidad de entablar relaciones sociales con mayor facilidad, permitiendo una aceptación recíproca entre él y sus pares.

*“...toda esa serie de actividades que generaba en los colegios, no solamente su salud física, mental y social porque también implica actividades deportivas que permiten compartir y ser amigos”*

*“...un muchacho que tiene su desarrollo académico en convivencia porque practica deportes por decir algo, va a ser un hombre más sociable, mas aceptado y capaz de aceptar eso, en cuanto a esa partecita el muchacho en movimiento es mucho lo que se comunica, y el hombre se desenvolverá muchísimo mejor...”*

Adicionalmente a lo anterior en el siguiente discurso el actor deja ver que la AF permite que los niños aprendan a expresarse, lo que contribuye con su desarrollo de la personalidad y procesos de autocontrol.

*“...para nosotros es importantísimo, no solamente que el niño aprenda a leer y a conocer números, si no que se sepa expresar, que sepa controlarse, que sepa ser el mismo....”*

La AF desde el movimiento aparece como aquella que genera desplazamiento de segmentos corporales y que tiene como propósito modificar el gasto energético y el trabajo celular. No obstante surgen otros aspectos relacionados con la intención con que se haga esa actividad frente a los cuales ya no es solo para modificar elementos fisiológicos o anatómicos meramente, sino con el propósito de promover una condición saludable, bienestar e incluso potenciar procesos de aprendizaje no solo desde el punto de vista motor.

Adicionalmente se le suma a la intención de ese movimiento el deseo de expresar desde lo corporal, permitiendo la exteriorización de sentimientos y emociones de una forma consciente.

## **ACTIVIDAD FÍSICA- RECREACIÓN**

Para abordar este apartado, se considera importante presentar primero la forma de comprender la recreación desde la teoría para luego contrastarla con los discursos encontrados:

Waichman (2008), define la recreación como “un concepto que envuelve una actividad o un conjunto de ellas que se realiza en un tiempo en el que no exista una obligación externa implícita, y en el que el sujeto que realiza la actividad recreativa la realice por su propia decisión y en busca de placer, gusto o satisfacción”. Desde esta perspectiva, en la medida en la que se puedan satisfacer las necesidades desde lo personal eso contribuye al desarrollo desde lo humano, según esto la recreación pareciera un elemento que contribuye al DH del individuo.

Chacón (2005) concuerda con Waichman, en que la recreación debe realizarse de manera voluntaria y dentro del tiempo libre, añade que para considerar una actividad como recreativa, su realización no debe encontrarse relacionada con algún tipo de productividad ni ganancias materiales. La recreación debe ser placentera y contribuir al bienestar emocional, social, físico y mental del individuo que la realiza, además se debe desarrollar en plena libertad de escoger participar o no en ella y no como un factor fundamental para la sobrevivencia. Según lo expuesto anteriormente, la recreación al

tener un componente de libertad, permite hacerlo de manera espontánea y voluntaria, y esto contribuye a su DH.

Adicional a lo anterior, la recreación no se debe tomar como una AF, con características preestablecidas en tanto involucra al individuo, el cual es cambiante según las necesidades del entorno, por lo que se debe utilizar como un atributo de una situación que puede ser activa o pasiva, dependiendo de la demanda de movimiento implícita en ella (Pérez A. , 2002).

Al entender la recreación de esta forma, la AF se puede concebir como una actividad recreativa activa mientras no se relacione con una actividad lucrativa, pudiendo realizarse dentro del tiempo libre (Vilaú, Rodríguez, Rivera, & Amarán, 2012) e involucrando elementos de disfrute y gozo que favorezcan el bienestar subjetivo del individuo (Márquez, Rodríguez, & de Abajo Olea, 2006). Esto se relaciona con el enfoque de CV en la medida que plantea la necesidad de ejercer la autonomía en términos de aprovechar las oportunidades que el medio ambiente ofrece y en la medida que la actividad recreativa que el individuo la pueda aprovechar está haciendo ejercicio de esa autonomía y está favoreciendo a su CV.

De acuerdo a esta forma de entender la recreación, su relación con la AF y en el contexto del DH se presenta algunos de los discursos que se ajustan a esto:

*“...para mí la actividad física es algo que me implique... gozo que no sea el ejercicio por el ejercicio, si no que... yo vaya lo disfrute, para mí eso es actividad física...”*

En los discursos adicionalmente se encuentran ejemplos en los que los participantes vinculan actividades recreativas como formas de realizar AF:

*“...la actividad en el agua, muchas veces la actividad no era dirigida, era solamente el gusto, el placer, el goce de estar ahí para estos niños era supremamente importante, y en lugar de incrementarlo y apoyarlo hemos luchado con patas y manos...”*

*“...que los niños tengan una actividad de recreación no es solo de ejercicio... no es solo eso, esta uno hay presente pero ellos están en el pasamanos y uno les ayuda...”*

En el siguiente discurso se observa que el actor presenta la AF como una posibilidad de gozo y de descanso, que permita sacar a los niños de la rutina de la jornada académica, realizando esta de manera voluntaria, tal como lo expone Chacón Ramírez (2005).

*“...pues a mí me parece, si obvio, si importante, pero de pronto mirándolo de otra medida como un cambio..., como un salir del salón, de colorear..., es importante la actividad física por eso que es brindarle a los estudiantes un espacio donde puedan correr, brincar, donde lo puede hacer entre las clases...”*

El siguiente actor se refiere a que la AF no solo debe ser secuenciada y dirigida si no que tiene un componente de libertad donde lo más importante es que se disfrute la actividad que se realiza.

*“...a mí no me gusta condicionar a los niños a que vamos a estar a que aquello de arriba a abajo todo el tiempo, no, para mí la libertad en ese sentido no, a nosotros nos ha sucedido cuando vamos al Simón Bolívar... están en un espacio de libertad, en un espacio donde pocos ... han ido, ... y para uno decirles que no*

*haga que no suba que haga, que hagan caso, que silencio, que hagan tal caso, no en eso sí, también en el espacio de interacción debe ser de mucha libertad...”*

Lo expuesto permite entender que algunos docentes toman la AF como recreación, por los momentos en los que esta se realiza, momentos relacionados con el tiempo libre, el esparcimiento y cuya intención es fomentar el descanso y el gozo en aquellos que la realizan.

Desde el tipo de actividad que se promueve, la AF se podría considerar en el marco recreativo (recreación de tipo activo), pues su fin último es favorecer el bienestar, el disfrute y la relajación, satisfaciendo necesidades subjetivas de diverso orden y contribuyendo al DH.

## **ACTIVIDAD FÍSICA- JUEGO**

El juego es uno de los fenómenos más naturales del comportamiento humano, ya que este nos permite acercarnos y entender la realidad que nos rodea, principalmente en la infancia, ayudándonos a madurar, crecer, comprender, socializar y aprender. El juego se hace presente por medio de una actividad voluntaria del cuerpo, la cual permea y a su vez es permeada por la evolución de la cultura y la sociedad (Incarbone, 2005), de manera que el contexto sociocultural y todas sus simbologías determinan que el juego tome un sentido más amplio que el de adquirir habilidades motrices, observando en él un sentido que puede pasar por lo espiritual, lo lúdico y lo tradicional, mostrándolo como una forma cultural.

Al revisar los discursos de los actores participantes y en relación a esta forma de entender el juego anteriormente expuesto, se presenta la mirada de un actor, el cual expresa claramente la postura del juego como un elemento que le es dado al niño para reconocer su entorno social y cultural que contribuyen a su desarrollo:

*“yo creo que hay que relacionar la actividad física con lo lúdico, con lo sensitivo exacto, así como el niño se apropia de su vida poco a poco, esa parte de patrones culturales, a través de la lúdica el juego y el movimiento”*

Sánchez y Carmona, (2004) retoman la postura de Huizinga quien en 1972 expuso que una actividad voluntaria para ser considerada como juego debe ser realizada dentro de unos límites fijos de espacio y tiempo, (según reglas libremente consentidas pero absolutamente imperiosas), acompañada de una sensación de tensión y júbilo...”. Cagigal, J.M (1996) comparte que la actividad del juego es de tipo voluntaria, que tiene una característica de espontaneidad y adiciona la necesidad de contar con reglas dentro del juego, que se acuerdan entre quienes participan en él, y que pueden o no tener variaciones en la medida en que este juego se vaya desarrollando. Estas características, se encuentran relacionadas con la dimensión social en el DH.

Reconociendo que la actividad voluntaria para ser reconocida como juego, se debe encontrar dentro de unos límites, unas condiciones regladas, que son previamente acordadas entre quienes participan y que favorecen el desarrollo del juego se observan algunos discursos que manifiestan esos mismos elementos e involucran la AF en ellos:

*“... tienen la posibilidad... de interactuar, la posibilidad de aprender a jugar ellos mismos, bajo sus propias normas, sus propias reglas, mirar ellos como regulan o autorregulan...”*

De acuerdo a lo anterior, el juego es una actividad voluntaria, reglada (cuyas reglas pueden ser modificadas), que es fuente de júbilo, alegría y placer, en la cual su participación se percibe como libremente elegida, y que se realiza en un espacio temporo-espacial determinado.

Por otro lado las actividades de juego poseen rasgos particulares, los cuales se relacionan entre sí para otorgarle una direccionalidad definida al juego. Estos rasgos son: la acción o actividad propiamente dicha en el juego, que representa la parte motriz del mismo y que involucra la AF desde una perspectiva metabólica biológica por el gasto energético que genera; el elemento recreativo que el juego disponga, buscando este elemento principalmente el entretenimiento y gozo del individuo que involucra la perspectiva de la AF desde realizar actividades para el disfrute personal o individual, en tanto que el juego sea pasivo o activo, temas que se desarrollaran más adelante ; la incertidumbre que genera la actividad de juego en cuanto esta tenga un componente de suerte en la cual no se domina ni sus resultados ni sus consecuencias y el contexto social que está influido por el entorno, el ambiente en que se desarrolla y la cultura del individuo (Navarro, 2002).

Además de los rasgos descritos, como se mencionó los juegos pueden ser de carácter pasivo o activo según lo plantean Blanchard y Cheska (1986) esa clasificación va a depender de la combinación entre destreza física, la estrategia y la suerte que se necesitan para realizarlos. Los juegos de carácter pasivo, no realizan grandes desplazamientos, por lo que la AF no está directamente inmersa en ellos pues la carga física es muy baja y por tanto no generan mayor gasto de energía.

Los juegos de carácter activo tienen una predominancia de trabajo motriz donde la actividad principal se basa esencialmente en el movimiento que produce un gasto energético (López, López, Díez, & Carlos, 1990). De acuerdo a esta diferenciación el juego de orden activo según lo expresa Spencer se expresa mediante una AF, en donde se produce un gasto energético siendo ese gasto el objetivo principal de una actividad de orden motor (Ruiz, Ruiz, & Perelló, 2003).

En el siguiente discurso se pueda inferir que hay una relación entre el juego y el gasto energético ya que entre más activo sea este, permite al individuo desahogar la energía que este posee:

*“... pero esa parte recreativa de desahogar toda esa hiperactividad que trae, esa hiperactividad reprimida...”*

Para este actor el hecho de involucrar el juego, generar sudor y tener actividad son una forma de realización de AF:

*“...trabajamos todo lo del juego todo lo lúdico, siempre están sudando todo el día, están ehh en plena actividad todo el santo día...”*

*“... la primera infancia está basada en el juego, solo juego, yo lo hago parte de las clases, y salen cansados,..... por lo menos sería utilizar la actividad físicaa, ehh en cada una de las asignaturas hay posibilidades de... aplicar por medio del juego...”*

En el discurso expresado se hace referencia a un video juego que genera movimiento, lo que le da una connotación de juego activo, no solo pasivo como tradicionalmente se ha dicho:

*“...son unas maquinitas donde hacen diferentes actividades, donde el niño cuando ve la flecha en la maquina debe saltar, en el tapete, (este participante alude a un videojuego, pero en este caso se realiza una exigencia física, haciendo referencia al juego activo)...”*

*“...se mueven todo el tiempo tiene que ver con el juego con el estar todo el tiempo moviéndose como con el ejercicio...”*

En este discurso se infiere que el actor hace referencia a un juego de carácter activo, y se observa como lo expone López, López, Díez, y Carlos, (1990), que estos permiten generar un gasto de energía durante su realización.

*“...en 5 minutos queman un poco de energía ya los sientes mas más tranquilos, y ya es más fácil poder colocar atención...”*

Adicionalmente a lo anterior Pellegrini y Smith (1998) dan referencia al juego como una AF motriz, que debe contener un contexto lúdico combinado con una dimensión de vigor físico, que genere un aumento de la actividad metabólica en reposo.

Considerando que el juego tiene entre otras características el uso de reglas, un juego activo se considera como una AF organizada por esas reglas, en donde se generan acciones motrices variadas para poder lograr su ejecución (Omeñaca, Puyuelo, & Ruiz, 2001). Esta AF organizada permite generar beneficios a nivel biológico, funcional y social; favoreciendo el perfeccionamiento y la mejora de la coordinación del movimiento, la adquisición de capacidades físicas, y el gasto energético (Smith & Hart, 2010).

Estos elementos de socialización que comparten el juego y la AF permiten interiorizar roles, creencias, normas, y costumbres de la cultura en la que se vive, promoviendo que se genere identidad y procesos de socialización propios, favoreciendo sentimientos de solidaridad ayuda mutua y de cooperación. Se encontraron discursos en donde es evidente la relación que hacen los docentes con la idea desarrollada anteriormente:

*“... toda esa serie de actividades que generaba en los colegios, no solamente su salud física, mental y social porque también implica actividades deportivas que permiten compartir y ser amigos...”*

*“... Por ejemplo los juegos de competencia, para que ellos aprendan a trabajar en equipo...”*

En el siguiente discurso el actor hace referencia a como las reglas que se han establecido en un determinado momento pareciera que ayudan a resolver conflictos.

*“...cuando hay un momento de conflicto, como solucionan sus cosas, como se incluyen, como socializan, bueno también de hecho como cuando el otro no lo deja jugar, miremos cómo resolvemos, todas esas reglas sociales...”*

Adicionalmente el juego permite al individuo expresar emociones donde se puedan manifestar sentimientos de fracaso y éxito, mejorar la creatividad al permitir que se propongan ideas nuevas ante situaciones cambiantes e inmediatas implícitas dicho juego, además puede generar procesos de identidad en la medida que la AF permite que el individuo se sienta parte de un grupo y por lo tanto modifique sus acciones según las relaciones que establece dentro de él. Se generan procesos de empatía con sus pares y a su vez permite cambios de roles con los demás para entender los sentimientos y actitudes de ellos, sumado a esto permite adquirir conciencia del propio cuerpo y el del otro. Estas particularidades del juego como AF permiten al individuo generar bienestar

de orden psicológico, afectivo, y recreativo (García, et al., 2002; Ocampo, et al., 2012). Referente a lo expuesto anteriormente, hay discursos en los que los docentes relacionan la AF como juego, y se hace alusión al juego como potenciador del desarrollo emocional, además permiten visualizar el entendimiento de las reglas y la disciplina en los comportamientos sociales como lo exponen García, et al., (2002) y Ocampo, et al., (2012).

Referente a lo expuesto anteriormente hay discursos donde los docentes al hablar de los beneficios de la AF ejemplifican su manifestación a través del juego en el orden académico en el orden conductual, en el orden social y en el orden psicológico:

*“...aparte de lo académico... para mí en este momento también está la parte de disciplina, está siempre se maneja porque va a saber manejar el éxito y va a saber llevar el fracaso, va a saber respetar los turnos,... el hombre que juega maneja los turnos, respeta al otro...”*

*“...en la parte de los juegos, interiorizan las propias normas de conducta, normas de concepción, normas de convivencia, que deben tenerse en cuenta, ellos las van a utilizar más adelante, por sí en alguna parte que hay normas sin darse cuenta es en el juego...”*

En consonancia con lo expuesto en este apartado, se hace evidente que la AF es equiparada con el juego, si éste es de orden activo y por las características liberales que éste posee, en donde el individuo escoge participar o no en él, sujetándose a las normas previamente acordadas, lo que implica elementos comunicativos, de negociación y asertividad y contribuye a la socialización subjetiva y el desarrollo de la identidad individual y colectiva.

Es importante anotar, que entendiendo que la AF y el juego no son categorías equiparables, se cree que la razón de los actores para involucrarla como parte de los discursos relacionados con la forma de entender la AF, es porque en los niños la manifestación más cercana del juego activo es la realización de AF.

## CONDICIONANTES PARA LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Como se indicó en el marco teórico, existen condicionantes arquitectónicos, sociales, ambientales y estructurales que condicionan la realización de AF. Acerca de los primeros Sherman, Tran, y Alves (2010) observaron que los espacios físicos son una barrera para la realización de la AF, porque son escasos, algo a lo que también hacen referencia los actores que participaron en los grupos focales realizados, donde indican que no existen lugares dentro de sus colegios que permitan realizar AF y que por ende el espacio se convierte en una gran limitante para su realización:

*“Ehh los factores limitantes, de pronto yo creo que no contar con los espacios necesarios como para que ellos desarrollen su actividad física...”*

*“...estos colegios no tienen espacios y realmente ustedes saben que la mayoría de niños les fascina el deporte y el deporte para ellos es imprescindible por ejemplo el fútbol y los colegios no tienen el espacio.”*

*“...nuestro colegio... es un colegio que no tiene espacios...”*

Sherman Clay indica además que en el caso en que se encuentren los lugares para realizar AF, sus dimensiones son muy pequeñas, apreciación que también se evidencia en los discursos, donde los actores indican que aunque existen algunos espacios dentro

de las instituciones educativas, estos no tienen las dimensiones apropiadas para la realización de AF, por ejemplo:

*“...los espacios tampoco existen, tenemos un patio demasiado pequeño...”*

*“en mi colegio hay un patio, pero entonces no es suficiente para hacer educación física porque allá es una única sede y esta bachillerato y primaria...”*

*“...nosotros salimos al descanso a un medio patiecito sale todo el primer ciclo el otro ciclo se va para el parque...”*

*“...pues nosotros los sacamos al patio que es un tricitito de patio que tenemos, entonces es otra limitante porque allá no podemos eh pues hacer las actividades que quisiéramos con ellos porque nuestro espacio es muy pequeño...”*

*“...las instituciones... las hicieron pero pensando no en los niños, porque los espacios... son muy pequeños, cierto... un parque, el parque del Vergel, frente a la institución, entonces eemm aunque es un riesgo sacarlos a ese parque, pero siempre hemos trabajado porque en el colegio no ahí hay el espacio, el, el, el patio es bien reducido...”*

En el discurso se resalta la forma como se circunscribe la AF a ciertos espacios, pareciera entonces que el aula no es un espacio que se visibilice como potencial para realizar AF, por lo cual el tema de las dimensiones de los espacios externos a ella y la disponibilidad de los mismos surge reiterativamente como un factor que limita la práctica de AF en las instituciones.

Algunos discursos por otra parte muestran como el espacio es insuficiente por el número cuantioso de niños que actualmente se encuentran en los colegios:

*“...si los grupos fueran más pequeños los niños tendrían más espacio en el salón, y pues los niños en el salón ya no tienen donde jugar, y aparte hay que estar pendientes, entonces con esa cantidad de niños afecta mucho.”*

*“...son colegios que albergan muchísimos niños y a la hora del descanso no pueden estar cómodos para no solo jugar, si no para estar caminando e a diferentes partes para bailar o hacer otras serie de situaciones...”*

Surge nuevamente la distribución del espacio como un elemento que dificulta la práctica de AF, en este caso en relación al número de estudiantes que hace uso de ellos.

Además de las dimensiones de los espacios, también se hace alusión al mantenimiento de los mismos, los materiales con los que se construyeron y el riesgo que estos aspectos representan para que los niños realicen AF.

*“...en el sitio en el que yo trabajo compartimos dos colegios la misma planta física, con el camilo torres y el panamericano, y se dificultan a veces las actividades que el profesor quiere realizar porque a pesar de que los espacios son amplios, son patios con muchísimos riesgos, muchos riesgos ¿no?... y a pesar de que hay horarios, pues hay momentos en que se cruzan ¿no?, Eso eso dificulta bastante...”*

*“...acá no hay zona verde, él tiene un espacio pero como que toca adecuarlo más...”*

*“...allí no hay espacio para educación física, hay patios grandes pero llenos de cemento, se exponen los niños a muchas cosas, a caerse, a rodarse por ejemplo: no más el recreo es difícil de controlar, porque los grandes empujan a los pequeños”*

*“El espacio también cuenta, donde le pueda decir al niño bueno vamos a dar botes, no porque esto es asfalto, ¿cierto?, y casi ni correr entonces los niños no pueden, no pueden tampoco físicamente hacer ejercicio...”*

*“...estos colegios no tienen espacios y realmente ustedes saben que la mayoría de niños les fascina el deporte y el deporte para ellos es imprescindible por ejemplo el fútbol y los colegios no tienen el espacio.”*

En estos discursos el factor principal no son los espacios, sino la forma en que estos fueron construidos y el factor de riesgo que representan para la generación de lesiones además de la forma como disminuyen la práctica de AF.

Pese a que en su mayoría, los actores refirieron no contar con los espacios adecuados, hay dos casos en particular en el cual éste no es una limitante:

*“...para mí los espacios son muy buenos en el colegio, yo trabajo en el Menorah, ehh allá no puedo decir que no haya, hay extras jornadas, hay gimnasia rítmica, aeróbica, hay porras; en el colegio si, en eso si tiene amplitud, hay espacio y hay tiempo...”*

*“...en mi colegio pues tenemos el salón de lúdicas que es muy apropiado para la actividad... ayuda a facilitar, hartísimo, allí tenemos expresión corporal, danzas en ese salón...”*

Estos dos casos merecen especial atención en tanto, son colegios distritales que no tienen la misma dificultad que la mayoría de sus homónimos sino que cuentan con los espacios adecuados, aspecto que valdría la pena considerar en torno a las oportunidades que brindan para la promoción de AF.

Por otro lado, en relación a los espacios, algunas de los actores mencionaron como estrategia para solventar las dificultades de espacio, el uso de infraestructuras aledañas a la institución como los parques lo que pone de manifiesto la necesidad de contar con condiciones de seguridad que les garanticen a los estudiantes la práctica de AF sin riesgos.

*“...aprovechamos que alrededor de nuestro colegio alrededor ahí de la institución, hay varios parques entonces hay veces tenemos salidas a un parque y a otro, y también de salidas pedagógicas, vamos al Simón Bolívar, los llevamos al parque montes que queda por ahí cerca, y a veces hacemos esa caminata hasta allá y pues eso les fascina a ellos...”*

*“...podemos utilizar un parque que está al frente, entonces cuando uno quiere se puede ir al parque hay cruzando...”*

Pese a que una gran proporción de los actores mencionó el aspecto del espacio como una limitante para la práctica de AF, algunos parecieran indicar que el espacio no se puede ver como un condicionante ya que al definir la AF como movimiento, no se necesitan instalaciones especializadas para realizarla, concordando con lo expuesto en la página de la OMS donde hacen referencia a que la AF se puede realizar prácticamente en cualquier sitio (OMS), lo que pone en evidencia que a la hora de diseñar propuestas de promoción de AF en el escenario escolar, una necesidad es vincularla al aula de clase para minimizar la dificultad que la falta de escenarios pueda provocar en el desarrollo de propuestas en las instituciones educativas.

*“...no necesariamente la actividad física es que tu tengas que salir al patio a 1, 2, 3 corra, venga, no porque hay otros momentos de actividad física que tú la puedes hacer dentro del aula de clase...”*

*“en mi colegio no es muy grande, pero si permiten... que los alumnos puedan jugar, los muchachos se quedan a jugar en los espacios, ... dentro del patio o los pasillos...”*

Por otro lado los actores también hicieron referencia a los diferentes condicionantes de tipo social que se expusieron en el marco teórico, donde se tiene en cuenta las relaciones que los niños tienen con sus familiares y con sus profesores, lo que es de suma importancia al determinar la posibilidad que tienen los niños para la realización de AF.

El siguiente discurso, nos permiten dilucidar como esas relaciones afectan la realización de AF.

*“...más es la actitud del profesor que busque la manera de... cómo me invento un juego para mis chiquitos o para mis chiquitas que pueda divertirlos y que de ahí puedan ellos aprender mil cosas, entonces más que los espacios lo que tenemos es las actitudes...”*

Otro elemento emergente en los discursos es la actitud de los profesores frente a la promoción de AF, quienes pareciera no realizan las actividades con agrado, lo que disminuye la posibilidad de los niños de recibir una adecuada AF.

*“cuando estaba bachillerato a veces nos prestaban un profe... nos mandaban un profe pero desafortunadamente los profes también no le gustan los chiquitos...”*

Los siguientes actores al parecer hacen referencia a que la edad y el sedentarismo que presentan los profesores, dificulta las actividades que tienen que realizar, por lo que

simplemente optan por no realizar la AF, en cambio se concentran más en las actividades académicas.

*“...no tenemos profesor de educación física, a veces van practicantes, y somos muy sedentarias como la presente, ya uno le huye al sol y a la actividad de mucho movimiento entonces ehh... por eso es bastante limitado.”*

*“...una gran limitante que tenemos es que muchas veces nosotros los profesores ya llegamos al horario que nos está pesando y entonces como que se nos facilita más hacer clase en el salón que salir a trotar o hacer actividad física.”*

Frente a estas expresiones, es necesario reflexionar sobre la influencia que una actitud desinteresada o los argumentos frente a la no realización de AF tienen sobre los estudiantes pues se realiza una transmisión consciente y/o inconsciente de discursos relacionados con el rechazo o la pereza hacia la AF que de una u otra manera van a terminar afectando a quienes los reciben (los estudiantes), más aún si se tiene en cuenta las edades en las que estos estudiantes se encuentran.

Algunos actores, por el contrario, vieron la actitud de los profesores como un posible facilitador, en tanto tengan toda la disposición para realizar la AF, buscando que esta se fomente dentro del colegio, algo que se puede observar en los siguientes discursos.

*“...lo único que tenemos es la buena voluntad de hacerla nosotros...”*

*“...de acuerdo a cada profesor, cada profesor su compromiso que tenga ya se organiza, yo por ejemplo tengo preescolar..., desde la primera reunión, pues hablo con los papitos, bueno, necesito algo, necesito lazos, necesito una pelota, ...el día de educación física traer balón, lazo, bueno con lo que se vaya a trabajar, y siempre los saco al parque.”*

*“...muchos de los profesores fomentan dentro de las aulas juegos para los trabajos, que hagan actividades que implican movimientos y no estén todo el tiempo sentados.”*

Aquí se pone en evidencia nuevamente la influencia que la actitud tiene, pero en este caso para promover la realización de AF y cómo elementos relacionados con el espacio no constituyen ninguna barrera o limitante para ello.

El siguiente actor no solo ve la actitud de los profesores como un facilitador para la realización de la AF, sino que además la percibe como una responsabilidad de los docentes.

*“...es la responsabilidad del profesor poder intentar hacer actividades que pueden ayudar a mantener a los niños con movimiento, en el salón o fuera del salón.”*

Dentro de estos condicionantes sociales también se encuentran la situación socioeconómica de los niños y sus familias, algo que como ya se refirió en el marco teórico define la oportunidad que estos tienen para realizar la AF. Los actores hicieron evidente este factor en sus discursos, donde indican que las condiciones laborales actuales de las personas de niveles socioeconómicos bajos, disminuye el tiempo que pueden pasar los padres con sus hijos, lo que se observa como un limitante para la realización de AF.

*“...son muy pocas las posibilidades... económicas y sociales, para que estee pueda salir a parques muy abiertos, en donde tengan los recursos, que yo quiero ir al..., ir más a Mundo Aventura, ir al Simón Bolívar, eso lo harán los padres*

*que tienen...; pero son muy contados los espacios que tienen..., las condiciones económicas, los contratos en los cuales se encasillan, hoy día impiden..., a que ellos tengan que trabajar los sábados, los domingos, eee horarios cuando ellos los quieran citar, o... hay una inestabilidad laboral... entonces eso hace que tengan que dejar a los niños solos en la casa... encerrados.”*

*“...en lo social los papás no es que los lleven mucho a salir, a un espacio libre, a un parque, porque no tienen tiempo, y los niños se la pasan viendo televisión y no jugando, pero que los papás los lleven mejor a un sitio a jugar.”*

En los anteriores discursos emerge la relación entre el nivel socioeconómico con la práctica de AF, indicando que a mejor nivel socioeconómico, hay mayor práctica porque las oportunidades se incrementan.

No obstante, se ha encontrado que niños en familias con nivel socioeconómico alto también presentan aumento en los índices de sobrepeso y obesidad, no tanto como en los casos de familias menos favorecidas, pero si con un incremento considerable, lo cual puede deberse a la influencia de las posibilidades ocio-tecnológicas, que parecen favorecer el sedentarismo de los niños (Adjemian, 2006; Cantallops, Ponseti, Vidal, Borrás, & Palou, 2012).

*“...los...niños también de la misma edad, de otras situaciones económicas diferentes, el tiempo que les queda a los papas es para jugar con sus niños, para ir al parque, para salir el fin de semana, para tener un apoyo incluso diferente, los niños de gente acomodada, ellos se los ocupa en cosas diferentes en algo, en arte, en danza, en natación, porque entienden que los niños son habidos de todo lo que tenga que ver... inclusive le pagan a un fisioterapeuta para que les hagan ejercicios para crecer...”*

Aquellos esfuerzos mencionados con anterioridad, pareciera que para los siguientes actores, no se realizan en las poblaciones con niveles socioeconómicos bajos, resaltando esta falta de interés como una limitante, dado que para ellos lo que define este condicionante no es el dinero, ya que este no es indiscutiblemente necesario para que los niños puedan realizar AF, sino que por el contrario destacan como limitante la actitud de la familia, la cual parece no tener interés en que los niños la realicen.

*“...hay papas que lo mismo en su tiempo libre en toda la semana se quedó durmiendo y no saco al niño al parque, es más, porque a veces yo generalmente les pregunto bueno y que hicieron el fin de semana, no, viendo televisión, nos pusimos a jugar con mi papa en el computador, es muy raro el caso que diga mi papa me saco al parque...”*

*“...el problema es el facilismo para los padres, prefieren que los niños jueguen con los videojuegos, o viendo televisión, y no llevarlos al parque, eso también va en la parte social.”*

*“...en casa los papas no tienen de pronto las posibilidades económicas de llevarlo a un lugar en el que hay que pagar pero los parques son públicos entonces los parques, entonces ellos pueden llevar a un niño a un parque y un niño en un parque es feliz no necesita, un niño no necesita o el sitio de aquí o el sitio de allá para divertirse, para reír, para moverse entonces es más la actitud...”*

Los condicionantes de orden social de acuerdo a lo evidenciado en los discursos, vienen referidos al estrato socioeconómico, al poder adquisitivo, sin embargo no es el único elemento, se encuentra que familias con gran poder adquisitivo o niveles socioeconómicos altos no fomenta la práctica de AF, los tiempos que pasan con sus hijos

no siempre son destinados a este tipo de actividades y generalmente se emplean en actividades sedentarias, lo cual resalta el papel de la familia en la promoción de prácticas saludables o no.

Por otra parte, en lo que se refiere a los condicionantes para la práctica de AF desde el punto de vista ambiental surge en los discurso solamente dos, uno relacionado con la percepción de la seguridad de los espacios y el segundo con el aprovechamiento de los mismos.

Desde la percepción de seguridad los actores mencionan:

*“...entonces la actividad es..., o salen los niños a la calle a correr riesgos los niños..., o se quedan en la habitación del inquilinato, que muchas veces no, noo... tiene condiciones a veces, y si salen a la calle, la zona no es que presente mucha seguridad, los pocos parques que quedan aquí son el del Tercer Milenio el de la sexta cierto, y dos más hacia allá en Santa Isabel, por la tercera hacia allá, hay como tres parques más, pero son zonas reconocidas como zonas de expendio de drogas cierto, entonces muchas veces los padres tampoco quieren que también..., a pesar que es muy cotidiano en esta zona, tampoco quieren exponerlos tanto a eso, por eso prefieren que se queden adentro...”*

Con respecto al aprovechamiento de los espacios para la práctica de AF opinan:

*“...el otro ciclo se va para el parque, el parque que queda al frente entonces también es un peligro, es un peligro para nosotros como docentes estar*

*pendientes porque es, es un parque donde va mucho indigente, yo no sé yo he visto esa gran problemática...”*

*“...nuestro espacio es muy pequeño, entonces los sacamos a un parqucito que tenemos al frente y es como peligroso porque va mucha gente de la calle...”*

*“...cuando podemos ehh salimos al parque, pero ustedes saben la cantidad de problemas que hay: los perros, las personas que hay... ¿sí? muchísimos inconvenientes...”*

Los actores refirieron que algunas políticas a nivel institucional y público limitan en gran medida la participación y la realización de AF, ya que se disminuyeron el número de profesores de educación física, danza, arte etc. , algo que para ellos es un punto crítico a la hora de practicar la AF en el colegio.

*“...se limitó la actividad física, lamentablemente cuando todos los docentes gozábamos de tener muchos más compañeros de educación física en los colegios y profesores de danza, el profesor de música..., que todo eso hace que el muchacho haga movimientos de expresión corporal y demás..., la secretaria de educación en su momento que no es ahora, hace mucho rato... mando a esos docentes al aula a dictar pues sus clases, y por eso se dan situaciones como las que plantea la compañera de un profesor de biología dictando educación física...”*

*“...no contamos con maestro de educación física, maestro de danzas, no tenemos ningún tipo de apoyo en este sentido...”*

*“...no hay profesor de educación física, las cosas están guardadas... todas esas cosas se pierden si no hay quien les de vida...”*

*“...nos quitaron al profesor de educación física y este año tenemos a una compañera de la tarde que está haciendo unas horas en la mañana, ella es terapeuta ocupacional y hace unas horas pero que no son suficientes; y que no está permanente ahí...”*

*“...nos falta mucho... un profesor de educación física, y yo creo en estos conceptos ojala saquemos en claro eso, que la exigencia de nosotros es un profesor por lo menos por colegio.”*

*“...Entonces, es importante que se tengan en cuenta algunas especialidades, y que eso este claro, ósea uno sabe que siempre debe haber un maestro de educación física o un maestro de arte, porque es que para los dirigentes educativos, el arte y la educación física no es importante en los niños de primaria...”*

*“...la falta de profesor, la falta del profesor de educación física eso sí, pues creo que todos nos lamentamos de eso porque es la persona especializada”*

*“...que haya realmente las personas especializadas, por eso existe la licenciatura en educación física, para que pues para que puedan hacer los ejercicios de la edad, correspondientes al desarrollo físico, desarrollo mental y cognitivo...”*

*“...en primaria no tenemos profesores de educación física, no tenemos ni un profesor de actividad física, no hay, si no hay sino una persona de años que nos ayuda, pero no profesor de educación física, de edad ya, no tenemos nada y no tenemos materiales.”*

*“...no tenemos tampoco el apoyo de, de un profesor de educación física, ... hemos venido solicitando hace mucho tiempo, al menos una profesora... de baile”*

En el discurso surgen elementos de orden político como un factor que disminuye las posibilidades de realizar AF, específicamente por los lineamientos de la política de desarrollo y organización de la educación, pues en ella se limita la incorporación de docentes relacionados con las artes y la expresión corporal a las instituciones educativas. Esto es percibido por algunos de los actores como un factor nocivo que disminuye las posibilidades de desarrollar estrategias para promover AF, no obstante, también es un elemento que fomenta que docentes de otras áreas se involucren con esta promoción.

Algunos actores indican, de igual manera, que aunque ellos pueden realizar clases que fomenten la práctica de AF, es necesario el profesor de educación física ya que estos poseen el conocimiento y la experticia necesaria para realizarla de mejor manera y el no tenerlo limita la práctica de AF.

*“...no tenemos la capacitación en educación física, y eso pues no nos permite realmente hacer clases de educación física especializadas como la necesitan los niños, porque nosotros sacamos a los niños y los llevamos y hacemos con ellos lo que podemos, le hacemos unos ejercicios, los ponemos a hacer deporte pero nosotros si necesitamos una capacitación seria, en saber que a través de todos estos ejercicios el niño va a desarrollar esto, y a través de estos otros el niño va a crecer en esto físicamente...”*

*“...si uno le va a coger a educación física, tiene que diseñar actividades profe, y pues no es lo mismo como una persona que estudio y que se especializo en educación física profe... es la dificultad, uno trata de hacer lo que puede...”*

*“De pronto queda en el ambiente que todos hemos mencionado la falta del profesor de educación física, y ustedes se preguntan si nosotros no estamos preparados para todas las áreas, claro que estamos preparados para todas las áreas, pero igual el especialista es él y es quien conoce esa parte fisiológica de*

*los niños, y uno si sabe los beneficios de la actividad física pero sale con muchísimos miedos y riesgos, uno no siempre tan claro.”*

*“...Soy partidaria de que los niños necesitan docente de educación física como tal, nosotros como profesionales podemos realizar algunos trabajos orientados al trabajos de actividades, pero los profesores de educación física tienen más formación en esta área...”*

*“Puede realizarlo cualquiera, pero hay personas que tienen un conocimiento para tener una mejor ejecución de esto... porque los profesores de educación física pueden orientar mejor a nosotros para el manejo de la actividad pero no son los únicos.”*

Al parecer en estos discursos, se hace referencia a que la práctica de AF de calidad solo es destinada o enfocada para que la desarrollen los profesores de Educación Física, sin embargo, en uno de los discursos destacan la importancia de la preparación, lo que se constituiría en una oportunidad, si fuese el caso, para que otros docentes, de otras áreas al capacitarse, asuman el liderazgo en la institución educativa en relación a la promoción de la AF en las diferentes asignaturas.

Dentro de las instituciones, el tiempo para las clases que permitan realizar AF puede ser de igual manera un gran facilitador, tal como lo indican en sus discursos los siguientes actores.

*“...está el espacio del tiempo para la clase de educación física, eso es favorable porque por lo menos existe el espacio de las dos horas...”*

*“tengo en mi curso La hora de artes, y en el arte pues incluimos la danza y hacemos cada 8 días la entrega de un baile.”*

En lo anterior discursos pareciera que el tipo de materia que se tiene a cargo se pueda o no AF, sin ver que la AF puede ser realizada en cualquier clase si no que esta está circunscrita a cortos tipos de clases.

Sin embargo, esta es una limitante modificable debido a que el problema radica en la forma en que los actores conciben la AF, ya que si esta se toma como una actividad que se aprovecha a través del movimiento permitiendo realizar una variedad de acciones y explorar el mundo a través de este,, no necesariamente se necesita de un profesional especializado en el área para su ejecución, apreciación que apoya el siguiente actor quien indica que la ausencia del profesor de educación física no es del todo un limitante, ya que cada uno de los profesores puede facilitar la realización de AF.

*“...no necesariamente tú tienes que ser el edu físico para trabajar una actividad física con los estudiantes porque hay que tener claro que la actividad física no es solamente la clase de educación física, no es el deporte del futbol, del baloncesto, si no es la cantidad de ejercicios que van relacionados con todo.”*

De igual manera hay que resaltar que aunque se puede realizar AF sin la presencia de un educador físico no hay que desconocer la importancia que estos tienen en el momento de realizarla dentro de la escuela. Algo que resaltaron algunos actores en sus discursos al indicar que esto es un aspecto que facilita la realización de AF.

*“...hay la persona... en esta institución existe la persona capacitada para desarrollar la parte física de los niños y pues eso es un elemento importante, y pues que no todos los colegios lo tiene...”*

*“...facilita, pues que hay un docente de educación física...”*

*“...aquí nos facilitan o está el profe de apoyo de educación física...”*

*“...facilitadores, yo creo que sí tenemos un muy buen profesor de educación física.”*

*“...del Panamericano... tenemos nuestro profesor de educación física”*

Lo anterior hace pensar que la AF se considera circunscrita a una asignatura en particular, sin percibir que es una categoría que puede estar inmersa en todo el currículo de la institución, esto permite que el profesor la perciba como un elemento ajeno a su clase, denotándola como una carga extra en sus compromisos académicos.

Otra gran limitante que los actores encontraron, es la dificultad que se ha tenido para llevar a los niños a otros espacios que sean más propicios para la realización de la AF, debido a políticas impuestas desde los diferentes entes reguladores, por ejemplo.

*“...mi profe de educación física los saca a un parque que hay ahí detrás por ahí cerca del Menorah y los lleva por ahí cerca, y los lleva ahí a hacer educación física, ha tenido problemas porque secretaria de educación por que impiden que los saquen del colegio que no sé qué, que el profesor lleva la carga, le pone a uno mil cosas y mil angustias y preocupaciones...”*

*“...por ejemplo antes uno... como que a veces uno salía uno a dictar ¡vámonos al parque! Y tal, ahora es complicado sacar del colegio... tienen el espacio del parque nacional pero no se puede salir...”*

Esta limitación está supeditada a la seguridad que se debe tener para la salida de los niños fuera de su institución, por lo que en ocasiones las políticas restringen esta acción por el temor de sucesos inesperados durante estas actividades.

Además los actores hacen referencia a las salidas pedagógicas como una oportunidad para hacer AF, y que la limitante se encuentra en que estas se han restringido debido a los diversos requerimientos impuestos por parte de las instituciones.

*“...fuera del colegio esos niños, huy eso corren, saltan, van por el frente por detrás, y uno con gusto los saca, pero el colegio pide para la salida, que los seguros, que la ¡tramitología! tan tenaz para poder salir, entonces eso ha dificultado las salidas.”*

*“...las salidas recreativas ellos llegan chorreando sudor felices encantados coloraditos llegan a contarle a uno que jugaron que brincaron, pero perdónenme ustedes que vienen de secretaría de educación que no son las que dicen eso, esa agonía con que ahora se hace una salida pedagógica, eso es una tortura porque en vez de decir rico van a pasear no sé qué, es con la angustia de los profesores de que no les vaya a pasar nada porque si no ahorita viene y me cuelgan...”*

Por otro lado los actores, también indican que el tiempo que tienen dentro de la jornada escolar se encuentra limitado y, además dispuesto para otras actividades, lo que no permiten la realización de la AF.

*“...es que en la institución están pidiendo muchas cosas, ósea secretaria pide y nosotros dé, el colegio nos pide y nosotros ya tenemos que hay esta, entonces uno dice bueno entonces y aquí están las actividades. Vamos a hacer niños, lo que es más factible mientras nosotros nos sentamos a mirar el proyecto, a llenar*

*una hoja, una planilla pa poder entregar, hay que entregar hoy, hay que entregar mañana, hay que entregar...”*

*“¡Es que eso lo limita el tiempo!... porque pues porque la jornada es corta, y hay veces uno quiere tanta de pronto para poder hacerla.”*

Los anteriores actores destacan que las labores exigidas dentro de la institución no permiten acomodar su horario para incorporar o propiciar la práctica de AF en la jornada académica.

En los siguientes discursos se evidencia que la problemática del fomento de la AF se hace a raíz de un tercero que no presenta interés a que esta se realice, pero en los discursos no se es evidente a que personas del grupo estudiantil hacen referencia, evidenciando que está establecida por un política interna de la institución.

*“...pero los colegios ya casi no le colocan cuidado a eso (haciendo referencia a la clase de educación física) y en ocasiones se pone a un lado la hora de esta clase...”*

*“... la educación física no se le ha dado el mismo espacio de una hora o dos horas semanal... entonces... el espacio para la realizar actividad física la recocha... el juego,... es bastante reducido tanto en primaria como en preescolar preescolar y bachillerato...”*

*“...en la hora del descanso, prohibidos los balones por qué? Porque hay 420 niños en el patio...”*

*“...por políticas del rector no?, los niños no pueden usar balones, los niños no pueden... hacer una serie de actividades en el patio..., yo sé que hay que cuidar el jardín, pero entre cuidar un jardín y ensuciarse el niño, yo prefiero que se*

*ensucien. Los niños no pueden correr, los niños no pueden jugar, los niños no pueden, cuando salen a descanso y escasamente... si corren mucho, se llevan a uno por delante por el espacio.”*

Algunos actores también hacen referencia a los estándares que se utilizan para medir la parte académica y con lo que ellos deben cumplir, encontrando estos como factores limitantes para la realización de AF, percibiendo que la AF es una labor extra que incrementa el trabajo académico y no es vista como una herramienta que pueden utilizar para fortalecer el aprendizaje de una temática en particular.

*“...la preparación que nosotros como docentes de primaria tenemos, tenemos que ocuparnos de todas las demás materias, y que para nosotros pues es básico si estamos en un primero de primaria, si estamos en un segundo, nosotros tenemos que responder por la parte académica de esos niños en lecto-escritura, en matemáticas y eso es prioritario para nosotros, no podemos decir que no...”*

Por último, dentro de los condicionantes estructurales, los actores también indican que la falta de disponibilidad de recursos que se consideran necesarios para realizar la AF, es una limitante.

*“...los elementos que se necesitan para desarrollar, como son por ejemplo: las colchonetas de pronto no se elementos como que el profesor idóneo en esa materia nos ha hecho visualizar que patines, lasos, eh pelotas, eh aros, material más especializado, con eso no contamos a veces es con las uñas, ósea esa es una limitante...”*

*“...tampoco hay materiales para educación física, pues obviamente uno pide que lasos, que balones, pues lo que uno considera que debe ser ¿no?...”*

*“...igual los pequeñitos especialmente les gusta dar vueltas y pararse en las manos, cosa que es muy riesgosa que hagan fuera de una colchoneta... si tiene algunas colchonetas pero si le faltan por que son grupos de 30 a 40 niños, entonces toca pues adecuarlo mejor...”*

*“...si tenemos un poquito de balones, de aros, de lasos, los niños traen sus lasos de la casa y se los llevan, pero también están deteriorados la mayoría de material...”*

*“los materiales de dotación, porque es que nosotros por lo menos, una grabadora hay para 15 cursos.”*

*“...tiene uno que traer sus cosas de la casa, entonces faltan materiales...”*

*“...pero no hay los espacios, las canchas que se encuentran aquí eee es muy poco el uso, nuestra población debido a su situación tampoco es que tenga la posibilidad de tener mucho acceso a los balones, tener acceso..., aquí lo máximo que hacemos es... saltar lazo, jugar fútbol, una vez que otra cuando conseguimos que el profesor de educación física nos facilite algunos balones, de pronto organizar un partido algo así, pero no existen muchas posibilidades de hacer un ejercicio realmente bueno.”*

En los anteriores discursos, los actores limitan la práctica de la AF a actividades que requieren una diversidad de elementos para realizarla, dejando a un lado que esta se puede realizar con actividades que no requieren elementos elaborados o que no es necesario de ninguna elemento, sino que es posible desarrollarla usando el propio cuerpo.

Algunos actores por el contrario indican, que dentro de sus instituciones los recursos que poseen han sido un facilitador, por su disponibilidad y accesibilidad.

*“...allá están los implementos, hay balones, está dotado, que de pronto a veces uno dice como... yo quisiera como algo mas pero lo básico esta...”*

*“...en algunas oportunidades hacemos danzas y pues a los niños se les lleva el video y ellos aprenden a través del video a realizar las danzas y bailes.”*

*“...los niños siempre han tenido su clase..., lo hacemos también con patines, lo hacemos hasta con bicicletas oxidadas porque están guardadas y no se usan, tenemos una buena dotación de equipos, tenemos una buena dotación de colchonetas, de cosas de obstáculos, ósea realmente en equipos estamos bien...”*

*“...una salita con materiales que son balones, aros no hay tantos, no hay aro para cada niño, lasos tampoco hay para cada niño pero existen, hay unas raqueticas y pare de contar, ese es como el material que hay...”*

*“hay en internet,... videos de... danzas hay con educación física, entonces eso le colabora a uno mucho...”*

*“...nosotros en el colegio afortunadamente contamos con una muy buena ludoteca, dentro de la ludoteca tenemos buen material, que hacemos como parte de la motricidad y lo podemos llevar a clase...”*

En lo concerniente a los condicionantes para la práctica de la AF se hace notorio en la mayoría de los discursos el tema del espacio como un limitante para la práctica de la misma.

Las formas de implementarla o desarrollarla en las instituciones también aparecen como un elemento “extra” para aquellos docentes cuyas asignaturas o cuya formación no estén relacionadas directamente con ella y se materializa en espacios externos al aula de clase. En otras palabras, la AF no se evidencia en muchos de los actores como un elemento que se involucra en el aula y que puede formar parte o incluso favorecer el reforzamiento o aprendizaje de diversas temáticas.

La seguridad es otro factor que se resalta en los discursos, tanto en relación al mantenimiento y construcción de los escenarios como en el riesgo que presenten los espacios para evitar robos o lesiones o malas prácticas en frente de los educandos (como el consumo de sustancias psicoactivas).

Resalta también de los discursos la influencia que las políticas públicas tienen sobre las dinámicas de las instituciones. A este respecto, la disminución en la contratación de docentes de artes y educación física se lee como una dificultad manifiesta por los docentes para promover AF.

## CONCLUSIONES

Luego de analizar los discursos de los docentes participantes en este trabajo, se pueden realizar las siguientes conclusiones:

- En la mayoría de los discursos, no pareciera haber una diferencia conceptual bien definida entre AF, ejercicio y deporte e incluso, se encuentran discursos que la definen desde la perspectiva de la educación física. Esto permite evidenciar que si se pretende realizar una propuesta para la articulación de la AF al currículo, lo primero que se debe garantizar es una claridad conceptual y un lenguaje similar entre los diversos actores.
- Aunque el concepto de AF en la teoría se puede encontrar diferenciado del de juego y el de recreación, surgen en el discurso de los actores como tres conceptos equiparables e incluso, se consideran al juego y la recreación como las manifestaciones de la AF en las instituciones educativas. Esto pone en evidencia la necesidad de identificar en cada escenario otras formas o manifestaciones de AF, que permitan su articulación a las diferentes clases, pues si solo se considera asociada con juego y recreación, hace que se dificulte su articulación con otras asignaturas en donde estos elementos no sean tan fáciles de implementar.
- El DH se ve favorecido con la realización de AF ya que este está presente en el ciclo vital humano e influye en las diferentes esferas que constituye al ser humano, al contribuir en el desarrollo fisiológico, psicosocial y cultural del individuo, por lo que aporta en la satisfacción de necesidades de desarrollo integral que promueven las instituciones educativas. Por esta razón cualquier programa que tengan como eje central la AF, influencia diferentes dimensiones del DH y así mejorara la CV de quien la práctica.

- La actitud y la disposición de los docentes es uno de los mayores condicionantes para la práctica de AF, de acuerdo a lo encontrado en los discursos, por lo que se hace evidente que de acuerdo a como el docente la perciba, va a ver en los otros limitantes de orden social, arquitectónico, ambiental, etc. un factor que puede aprovechar para buscar solución o también puede convertirse en una barrera para no realizar AF.
- Otro de los elementos condicionantes para la práctica de AF es la seguridad, que surge como un limitante debido a las condiciones propias de la localidad. En los discursos es evidente que para los actores el sector no es seguro y en esa medida limita la posibilidad de acceder a parques aledaños que permitan la realización de AF. No obstante ese aprovechamiento de los parques no solo se ve afectado por la seguridad sino por reglamentos institucionales que prohíben a los docentes trasladar a los estudiantes a espacios externos al colegio.
- Además de la actitud del profesor, la percepción de seguridad y la oportunidad de desplazamiento, los otros elementos que surgieron como limitantes para la práctica de AF fueron la deficiencia en el espacio, la falta de recursos humanos que asuman la promoción de la misma en la institución y la falta de tiempo de acuerdo a la dinámica institucional para la práctica de AF. Las políticas institucionales y distritales para las entidades educativas dificultan la práctica de AF, ya que los estándares propuestos por ellas, en cuanto a la formación académica se centran principalmente en el desarrollo de habilidades cognitivas y no identifican que la AF puede contribuir a la mejora de ellas sino que la circunscriben únicamente al desarrollo de habilidades desde lo físico.

- Los docentes de las instituciones distritales de la localidad Los Mártires resaltan la importancia de la AF en el entorno escolar por sus beneficios a nivel biológico y socio-cultural, sin embargo en los discursos se encuentra el imaginario de que para su realización necesitan de una persona especializada por lo que no logran ponerse ellos como gestores en la práctica de AF, en la medida que se interesen por aprender cómo articularla a las temáticas de sus clases.
- La AF en el ámbito escolar, demanda de un trabajo que involucre a los docentes y las directivas de los colegios distritales. Se requiere del compromiso por parte de ellos, por su interacción permanente con los niños y su capacidad de influenciar positiva o negativamente en ellos. Son ellos quienes tienen la habilidad de ajustar las actividades a las necesidades específicas de cada grupo y a las temáticas que están manejando, debido al conocimiento que tienen de las mismas y por ende a identificar las mejores formas de articular la AF a los contenidos de las diversas asignaturas.
- Aunque en los discursos se hace evidente la importancia del docente y su participación en la ejecución de un programa de AF, no debe asumirse que ellos son los únicos responsables de la realización del mismo, ya que hay una serie de factores estructurales relacionados con el manejo de recursos humanos, económicos, entre otros, que son determinantes en la ejecución de programas y proyectos. Por lo anterior es necesaria la acción conjunta de todos los entes involucrados con la escuela, que garanticen la práctica de AF en el ámbito escolar. razón por la cual, la promoción de la AF en las instituciones educativas no es solo interdisciplinaria sino también intersectorial.

- Pareciera que desde la mirada que se tiene de AF por parte de los docentes, esta se circunscribe solamente a actividades relacionadas con el juego y la recreación, además de requerir su realización en espacios amplios que no están disponibles en la mayoría de instituciones educativas de la localidad, por lo que no ven en el aula de clases una oportunidad para integrar la AF a las temáticas de las diversas asignaturas.

## RECOMENDACIONES

Las recomendaciones se van a presentar en dos partes, una dará cuenta de las recomendaciones propias del trabajo, que van dirigidas hacia quien continúe con el proceso de investigación, y la otra sobre las recomendaciones que van dirigidas hacia la carrera y el currículum académico que existe en este momento en la carrera de Fisioterapia.

### RECOMENDACIONES EN TORNO A LA INVESTIGACIÓN

Al analizar los diferentes discursos de los actores participantes de los grupos focales, y teniendo en cuenta que este trabajo busca aportar información que sirva para orientar el desarrollo de programas para el fomento de la AF articulados al currículum se realizan las siguientes recomendaciones:

### ETAPA DE CONCERTACIÓN Y COMUNICACIÓN

- Garantizar la claridad conceptual y el lenguaje común entre los diversos actores, para lo cual es necesario desarrollar estrategias que fortalezcan la conceptualización en torno a la AF,
- Como parte de los compromisos que tienen las instituciones educativas en la formación de los estudiantes, se encuentra el fortalecimiento de las competencias ciudadanas y el fomento del desarrollo integral del individuo. Esto pone de marco la necesidad de concientizar a los diferentes actores acerca del potencial que representa la AF para el DH de los sujetos y los argumentos en torno a esto que la hacen importante para integrarla en las dinámicas escolares y curriculares.

## ETAPA DE DISEÑO DE AF EN LA ESCUELA

- El primer paso para poder aplicar AF incluida al currículo es necesario desarrollar un programa que identifique y comprometa a los interesados principales de la localidad en las siguientes áreas que representan el desarrollo del programa: los ejecutantes (aquellos que participaran en la operación del programa), los socios (aquellos que apoyaran activamente el programa), los integrantes (aquellos que recibirán o se verán afectados por el programa) y los encargados de tomar decisiones (aquellos que pueden realizar o decidir algo del programa).

Cuando se establecen los sujetos interesados, es necesario identificar como seria la participación de cada uno en la toma de decisiones acerca del programan de AF inmersa en el currículo de su escuela. Esto es necesario realizarlo para poder garantizar la voluntad política de cada uno de los interesados tanto a nivel institucional como distrital para brindar los tiempos y capacitaciones (seminarios, talleres, etc.) que los docentes requieren para generar estrategias que garanticen que sea posible articular desde cada asignatura en particular un programa de AF.

- Se requiere de una planificación o una descripción del programa de AF que se va a aplicar, la cual debe incluir 3 componentes principales. el primero es la etapa desarrollo en la cual se debe realizar una evaluación de necesidades para poder determinar cuáles de ellas puede satisfacer el programa. El siguiente componente es el planteamiento del problema el cual se basa en dar respuesta a las siguientes preguntas: ¿Cuál es la naturaleza del problema?, ¿Cuál es la magnitud del problema?, ¿Cuáles son las consecuencias del problema de salud?, ¿Qué causa el problema? y ¿Qué cambios o tendencias están surgiendo para solucionar el

problema? Por último se debe crear un modelo lógico que permita describir los componentes centrales del programa, la conexión que existe entre estos componentes y los resultados que se esperan, logrando además identificar los factores que influyen en la realización del programa.

- Al diseñar el programa se debe clarificar los principales aspectos a evaluar, e identificar las preguntas más apropiadas a formular, esto se realiza por medio de generar un banco de preguntas respecto a los aspectos a evaluar, con los principales implicados, estas preguntas seleccionadas deben ser aceptadas por la mayoría de los participantes. Estas preguntas deben realizarse en las diferentes etapas del programa con el fin de dar retroalimentación a los procesos que se están llevando a cabo.
- Es de vital importancia tener en cuenta las diferentes conclusiones presentadas en este trabajo, ya que es en base a estas que se deben realizar las estrategias que permitan incluir la AF en el currículo escolar. No hay que olvidar además que este trabajo solo presenta las conclusiones para la localidad Los Mártires y estas no se pueden extrapolar a otras localidades, dado que las condiciones en cada una de ellas son totalmente diferentes.
- Al realizar la recopilación de datos se debe considerar como obtener una mayor calidad de las actividades propuestas equilibrando la calidad y cantidad de las mismas. Así mismo es de gran importancia tener en cuenta los recursos con los que se cuentan para ejecutar estas actividades.

## RECOMENDACIONES A LA CARRERA DE FISIOTERAPIA

Al iniciar el proyecto, y en el transcurso del desarrollo del mismo, detectamos factores relacionados con la formación académica que facilitaron y dificultaron el proceso

investigativo descrito a lo largo de este trabajo, por lo que por parte del grupo consideramos importante dejar por escrito estos factores encontrados:

- Cabe resaltar la preparación que poseen los docentes con referencia a este tipo de investigación, ya que contamos con personas muy preparadas que pueden acompañar y guiar procesos de investigación cualitativa. Posibilitando y facilitando el desarrollo de trabajos de grado de orden cualitativo.
- Hay que darle un enfoque amplio y con diversas perspectivas a todas las líneas de profundización, ya que tienden a reducirse un poco y enfocar todas las investigaciones a las de corte cuantitativo, dejando a un lado el enfoque cualitativo.
- En la cátedra de epidemiología al igual que la de fundamentos de investigación, se da un primer acercamiento a lo que implica un proceso de investigación, por lo que aunque se contempla la investigación cualitativa, se le debería dar más peso con el fin de que los estudiantes vean lo importante que es este tipo de investigación y vean la relevancia que tiene en una carrera como esta.
- Es importante una formación académica que incluya las herramientas, y mayor profundidad en los métodos cualitativos que garanticen al estudiante mayor seguridad y conocimientos respecto a los mismo, para que cuando se enfrenten a una investigación de corte cualitativa tengan las herramientas suficientes para culminar este proceso a satisfacción.

## BIBLIOGRAFÍA

- Adjemian, D. (2006). Nivel socioeconómico y exceso de peso en escolares. *Universidad de Chile* (Tesis Para Optar al Grado de Magister en Ciencias Médicas, Mención Nutrición), Santiago de Chile.
- Alcaldía Mayor De Bogotá; Secretaría Distrital de Integración Social. (2011). *Fundamentación del área temática de calidad de vida secretaria distrital de integración social*. Bogotá D.C.
- Alcaldía Mayor de Bogotá; Secretaría Distrital de Integración Social; Secretaría de Educación Distrital. (2010). *Lineamiento pedagógico y curricular para la educación inicial en el distrito*. Bogotá.
- Álvarez, L. Y., Acevedo, A. I., & Durán, Á. P. (2008). Representaciones sociales de la salud y de. *Universitas Médica*, 49(3), 328-343.
- Barr-Anderson, D. J., Fulkerson, J. A., Smyth, M., Himes, J. H., Hannan, P. J., Holy, B., & Story, M. (2011, Septiembre). Associations of American Indian children's screen-time behavior with parental television behavior, parental perceptions of children's screen time, and media-related resources in the home. *Preventing Chronic Disease*, 8(5), A105.
- Bauman, A., McLean, G., Hurdle, D., Walker, S., Boyd, J., van Aalst, I., & Carr, H. (2003). Evaluation of the national 'Push Play' campaign in New Zealand – creating population awareness of physical activity. *Journal of the New Zealand Medical Association*, 116(1179).

- Bibiloni, M. d., Pich, J., Córdova, A., Pons, A., & Tur A, J. (2012). Association between sedentary behaviour and socioeconomic factors, diet and lifestyle among the Balearic Islands adolescents. *BMC Public Health*, 12, 718.
- Biondi, R. F. (2007). La importancia de la actividad física en el tratamiento de deshabituación a las drogas. *Argentina de Clínica Neuropsiquiátrica*, 14(2), 82-89.
- Blair, S. N., LaMonte, M. J., & Nichaman, M. Z. (2004). The evolution of physical activity recommendations: how much is enough? *The American Journal of Clinical Nutrition*, 79(5), 913-920.
- Blanchard, K., & Cheska, A. T. (1986). *Antropología del deporte*. Bellaterra, Ediciones S.A.
- Blázquez, D. (2001). *La educación física*. Barcelona, España: INDE.
- Boddy, L. M., Knowles, Z. R., Davies, I. G., Warburton, G. L., Mackintosh, K. A., Houghton, L., & Fairclough, S. J. (2012, Agosto 29). Using formative research to develop the healthy eating component of the CHANGE! school-based curriculum intervention. *BMC Public Health*, 12(1), 710.
- Bouchard, C., Shephard, R. J., Stephens, Thomas, Sutton, J. R., & McPherson, B. D. (2005). Exercise, fitness, and health: A consensus of current knowledge. *American Journal of Human Biology*, II(5), 588–589.
- Cagigal, J. (1996). *Obras Selectas*. Comité Olímpico Español.
- Cammisa, M., Montrone, R., & Caroli, M. (2011). Development and results of a new methodology to perform focus group with preschool children on their beliefs and attitudes on physical activity. *International Journal of Pediatric Obesity*, 6(2), 22-27.

- Cantallops, J., Ponseti, F. J., Vidal, J., Borrás, P. A., & Palou, P. (2012). Adolescencia, sedentarismo y sobrepeso: análisis en función de variables sociopersonales de los padres y del tipo de deporte practicado por los hijos. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 2-8.
- Castillo, A. (16 de Abril de 2012). *La desnutrición infantil en Colombia*. Recuperado el 15 de Agosto de 2012, de Revista Económica Supuestos: <http://revistasupuestos.uniandes.edu.co/?p=4020>
- Castillo, E., & Rebollo, J. A. (2009). Expresión y comunicación corporal en educación física. *WANCEULEN E.F. DIGITAL*, 104-122.
- Castillo, M. (2004). *Guía para la formulación de proyectos de investigación*. Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Chacón, M. E. (2005). *Educación Física Para Niños Con Necesidades Educativas Especiales* (Primera ed.). San José, Costa Rica: EUNED.
- Cohen, D. A., Han, B., Pitkin, K., Williamson, S., Marsh, T., Rudick, J., & McKenzie, T. L. (2012). Neighborhood poverty, park use, and park-based physical activity in a Southern California city. *Social Science & Medicine*, 75(15), 2317–2325.
- Cole, T. J., Bellizzi, M. C., Flegal, K. M., & Dietz, W. H. (2000). Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. *BJM*, 720(7244), 1240-1243.
- Conapo, (Consejo Nacional de Población). (2001). *Índices de Desarrollo Humano, 2000*. México.
- Contreras, O. R. (2004). *Didáctica de la educación física: un enfoque Contreras Jordán*. Barcelona: España.
- Cothran, D. J., Kulinna, P. H., & Garn, A. C. (2010). Classroom teachers and physical activity integration. *Teaching and Teacher Education*, 26(7), 1381–1388.

- de Leeuw, J. R., de Bruijn, M., de Weert-van, G. H., & Schrijvers, A. J. (2010). Internet and game behaviour at a secondary school and a newly developed health promotion programme: a prospective study. *BMC Public Health, 10*, 544.
- Delgado, M., & Tercedor, P. (2002). *Estrategias de intervención en educación para la salud desde la educación física*. Barcelona, España: INDE.
- Demetriou, Y., & Höner, O. (2012). Physical activity interventions in the school setting: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise, 13*(2), 186-196.
- Donnelly, J. E., & Lambourne, K. (2011). Classroom-based physical activity, cognition, and academic achievement. *Preventive Medicine, 52*, S36-S42.
- Donnelly, J. E., Greene, J. L., Gibson, C. A., Smith, B. K., Washburn, R. A., Sullivan, D. K., . . . Williams, S. L. (2009). Physical Activity Across the Curriculum (PAAC): A randomized controlled trial to promote physical activity and diminish overweight and obesity in elementary school children. *Preventive Medicine, 49*(4), 336-341.
- Duperly, J. (2000). actividad física y obesidad. *Acta Medica Colombiana, 25*(1), 31-43.
- Durán, P. A., & Suárez, N. Z. (2007). Las expresiones motrices como herramienta potenciadora de las dimensiones del desarrollo humano en la básica primaria. *Monografía para optar al título de especialista en educación física: actividad física y salud, Universidad de Antioquia, Instituto de Educación Física, Medellín, Colombia* .
- Eather, N., Morgan, P., & Lubans, D. R. (2011). Improving health-related fitness in children: the fit-4-Fun randomized controlled trial study protocol. *BMC Public Health*.
- Escartí, A., Pascual, M. d., & Gutiérrez, M. (2005). *Responsabilidad personal y social a través de la educación física y el deporte*. Barcelona, España: Editorial GRAO.

- Gallo, L. E. (04, 05 7 06 de Octubre de 2012). Motricidad, Educación y Experiencia. *CPQMH*.
- Ganann, R., Fitzpatrick-Lewis, D., Ciliska, D., & Peirson, L. (2012). Community-based interventions for enhancing access to or consumption of fruit and vegetables among five to 18-year olds: a scoping review. *BMC Public Health, 12*(1), 711.
- García, A., Ruiz, F., Gutierrez, F., Marqués, J., Román, R., & Sámper, M. (2002). *Los juegos en la educación física de los 12 a los 14 años: primer ciclo de la E.S.O.* Barcelona, España: INDE.
- García, L. V., & Ospina, J. (2008). Imaginarios de las personas en situación de discapacidad en torno a la actividad física. *Revista Ciencias de la Salud, 6*(2), 51-63.
- Gerards, S. M., Dagnelie, P. C., Jansen, M. W., van der Goot, L. O., de Vries, N. K., Sanders, M. R., & Kremers, S. P. (2012). Lifestyle Triple P: a parenting intervention for childhood obesity. *BMC Public Health, 12*, 267-274.
- Gil, S. M., & Irazusta, J. (2005). Crecimiento, maduración y ejercicio físico: factores relacionados. Estado actual y perspectivas para el futuro. *I Congreso Virtual De Investigación En La Actividad Física Y El Deporte*, (págs. 1-15). Victoria-Gasteiz.
- González, J. A. (2007). La actividad física orientada a la promoción de la salud. *Revista de ciencias de la actividad física y el deporte.*, 28, 72-78.
- González, J. M. (2003). *Actividad física, deporte y vida: beneficios, perjuicios y sentido de la actividad física y del deporte.* Etor-Ostoa.
- Griew, P., Page, A., Thomas, S., Hillsdon, M., & Cooper, A. R. (2010 ). The school effect on children's school time physical activity: The PEACH Project. *Preventive Medicine, 51*(3-4), 282-286.

- Guthold, R., Cowan, M. J., Autenrieth, C. S., Kann, L., & Riley, L. M. (2010). Physical Activity and Sedentary Behavior Among Schoolchildren: A 34-Country Comparison. *The Journal of Pediatrics*, 157(1), 43-49.
- Gutiérrez, M., Rodríguez, B., Martínez, M., García, Ú., & Sánchez, M. (2013). Perception of the environment for physical activity of schoolchildren in the province of Cuenca, Spain. *Gaceta Sanitaria*, 1-7.
- Hassink, S. (2010). *Obesidad infantil: Prevencion, Intervenciones Y Tratamiento En Atencion Primaria*. Madrid, España: Médica Panamericana.
- Hernández, G. M. (2011). Prevalencia de sobrepeso y obesidad, y factores de riesgo, en niños de 7-12 años, en una escuela pública de Cartagena Septiembre- Octubre de 2010 (Tesis de Maestría en salud pública). *Universidad Nacional de Colombia*, Bogotá.
- IDRD. (2011). *Instituto Distrital para la Recreación y el Deporte (IDRD)*. Recuperado el 2 de 10 de 2012, de Muévete Escolar: [http://www.idrd.gov.co/htms/seccion-muvete-escolar\\_256.html](http://www.idrd.gov.co/htms/seccion-muvete-escolar_256.html)
- Incarbone, O. (2005). *Juguemos en el jardín. El juego y la actividad física en la educación inicial*. (Segunda ed.). Buenos Aires, Argentina : Editorial Stadium S.R.L.
- Janssen, I., Katzmarzyk, P. T., Vereecken, C., Mulvihill, C., Roberts, C., Currie, C., & Pickett, W. (2005). Comparison of overweight and obesity prevalence in school-aged youth from 34 countries and their relationships with physical activity and dietary patterns. *Obes Rev*, 6(2), 123-132.
- Jodelet, D. (1986). La representación social: fenomenos, concepto y teoria. En S. Moscovici, *Psicología Social II* (págs. 469-493). Barcelona, España: Paidós.

- Kibbe, D. L., Hackett, J., Hurley, M., McFarland, A., Schubert, K. G., Schultz, A., & Harris, S. (2011). Ten Years of TAKE 10!®: Integrating physical activity with academic concepts in elementary school classrooms. *Preventive Medicine*, 52(Supplement), S43-S50.
- Le Boulch, J. (1992). *Hacia una ciencia del movimiento humano: Introducción a la psicokinética* (Vol. III). Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Llado, R. F. (2006). *Preparación de oposiciones primaria: Educación Física*. Barcelona, España: INDE.
- López Chicharro, J., & Lucía, A. (2000). *Bases conceptuales de la actividad física en relación con la salud*. Madrid, España: Inversiones editoriales de Dossat.
- López, J., López, M., Díez, M., & Carlos, L. (1990). *Educación física escolar: (temario desarrollado para las Oposiciones a los Cuerpos Docentes de Profesores de Enseñanzas Medias y de E.G.B. en Educación Física)*. Madrid, España: Lib Deportivas Esteban Sanz.
- Mahecha, S., & Rodríguez, V. K. (2008). *Actividad física y obesidad: prevención y tratamiento*. (M. S. Mahecha Matsudo, Trad.) Rio de Janeiro, Sao Paulo: CELAFISCS.
- Mansfield, E. D., Ducharme, N., & Koski, K. G. (2012). Individual, social and environmental factors influencing physical activity levels and behaviours of multiethnic socio-economically disadvantaged urban mothers in Canada: A mixed methods approach. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, IX(42).
- Marín, B. (1995). *Actividad física y deporte durante el crecimiento*. Universidad de Oviedo.

- Márquez, S., & Garatachea, N. (2009). *Actividad física y salud*. Madrid, España: Díaz de Santos.
- Márquez, S., Rodríguez, J., & de Abajo Olea, S. (2006). Sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física. *APUNTS Educación Física y Deportes*, 12-24.
- Mayan, M. J. (2001). *Una introducción a los métodos cualitativos: Módulo de entrenamiento para estudiantess y profesionales*. Iztapalpa, Mexico: Qual Institute Press.
- McArdle, W. D., Katch, F. I., & Katch, V. L. (2004). *Fundamentos de fisiología del ejercicio segunda edición* (Segunda ed.). Madrid, España: McGraw-Hill.
- Medrano de Luna, G. (2001). *Danza de Indios de Mesillas*. Mexico: El Colegio de Michoacán A.C.
- Ministerio de la Protección Social; Instituto Colombiano de Bienestar Familiar; Instituto Nacional de Salud; Instituto Colombiano del Deporte. (2010). *Encuesta nacional de la Cituación Nutricional en Colombia (ENSIN)*.
- Montoya, L. N. (2012). La lúdica como estrategia para el desarrollo de las competencias ciudadanas. *Trabajo de grado para optar de título de licenciada en educación preescolar, Corporación Universitaria Lasallista, Licenciatura en educación preescolar*, Caldas, Colombia.
- Mora G., S. (2004). *MANUAL BÁSICO DE TÉCNICOS DE AERÓBIC Y FITNESS* (Tercera ed.). Barcelona, España: Paidotribo.
- Mora, M. (2002). La teoria de las representaciones sociales de Serge Moscovici. *Athenea Digital*, 2, 1-16.
- Moral, S. (2007). *Manual Básico de Técnicos de Aeróbic y Fitness* (Tercera ed.). Barcelona, España: Paidotribo.

- Murcia, N., & Guillermo, J. E. (2005). Imaginarios del joven colombiano ante la clase de Educación Física. *Revista Digital - Buenos Aires*, 83(10).
- Nakamura, H., Ohara, K., Kouda, K., Fujita, Y., Mase, T., Miyawaki, C., . . . Ishikawa, T. (2012, Junio 13). Combined influence of media use on subjective health in elementary school children in Japan: a population-based study. *BMC Public Health*, 12, 432.
- Navarro, V. (2002). *El afán de jugar: Teoría y práctica de los juegos motores*. Barcelona, España: INDE.
- Ocampo, M. L., Sánchez, M. d., Ramos, D. M., Bonilla, J. F., Maldonado, M. A., & Escalante, J. V. (2012). Reflexiones del desempeño profesional del fisioterapeuta en el campo de la actividad física. *Revista Ciencias de la Salud*, 10(2), 243-252.
- Ocampo, O. L., Pava-Ripoll, N. A., & Bonilla, O. P. (2012). La dimensión lingüística comunicativa: eje para el desarrollo humano. *Cultura del Cuidado*, 8(2), 58-66.
- Omeñaca, R., Puyuelo, E., & Ruiz, J. V. (2001). *Explorar, Jugar, Cooperar: Bases Teóricas y Unidades Didácticas para la* . Barcelona, España: Paidotribo.
- OMS (a). (s.f.). Recuperado el 06 de 05 de 2013, de <http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
- OMS (b). (s.f.). Recuperado el 31 de Mayo de 2013, de [http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_myths/es/](http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_myths/es/)
- Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud. (2002). *Guía Regional para la Promoción de la Actividad Física: Promover un estilo de vida para mayores; actividad física para un envejecimiento activo*.
- Paredes, J. (julio de 2003). Desde la corporeidad a la cultura. *efdeportes.com*, 9(62).  
Obtenido de <http://www.efdeportes.com/efd62/corpo.htm>

- Pellegrini, A. D., & Smith, P. K. (1998). Physical Activity Play: The Nature and Function of a Neglected Aspect of Play. *Child Development*, 69(3), 577-598.
- Peregrin, T. (2001). Take 10!: Classroom-Based Program Fights Obesity by Getting Kids Out of Their Seats. *Journal of the American Dietetic Association*, 101(12), 1409.
- Pérez, A. (2002). Tiempo, tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual. *VII Congreso Nacional de Recreación - II ELAREL*. Cartagena de Indias: FUNLIBRE.
- Pérez, A. I. (2007). La Teoría De Las Representaciones Sociales. *Psicología-Online*.
- Pinzon, L. (9 de Diciembre de 2011). *Se conocen resultados del censo de talla y peso a los estudiantes*. Recuperado el 14 de Agosto de 2012, de bogota.gov.co: [http://portel.bogota.gov.co/portel/libreria/php/frame\\_detalle.php?h\\_id=47841](http://portel.bogota.gov.co/portel/libreria/php/frame_detalle.php?h_id=47841)
- Pluhar, Z. F., Piko, B. F., Uzzoli, A., Page, R. M., & Dull, A. (2010). Representations of the relationship among physical activity, health and perceived living environment in Hungarian urban children's images. *Landscape and Urban Planning*, 95(4), 151-160.
- Preobrayensky, I., & Gillman, Y. (2005). *Actividad física: nuevas perspectivas*. Buenos Aires, Argentina: editorial DUNKEN.
- Prieto, A., & Naranjo, S. P. (2005). *Cuerpo movimiento: perspectivas*. Bogotá D.C., Colombia : Universidad del Rosario.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, (PNUD). (1990). *Informe sobre Desarrollo Humano 1990: Concepto y medición del desarrollo humano*. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo.

- Ramírez, W., Vinaccia, S., & Suárez, G. R. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de Estudios Sociales*, 18, 67-75.
- Ramos, I. A., Zanolli, M. d., Antonio, M. Â., Moreno, A., & Porto, M. (2011, Noviembre). Obesity and cardiovascular risk factors in school children from Sorocaba, SP. *Rev. Assoc. Med. Bras*, 57(6), 674-680.
- Requena, M. (2008). *El Malestar de Los Jóvenes: Contextos, Raíces y Experiencias*. Madrid, España: Díaz de Santos.
- Ridgers, N. D., Salmon, J., Parrish, A.-M., Stanley, R. M., & Okely, A. D. (2012). Physical Activity During School Recess: A Systematic Review. *American Journal of Preventive Medicine*, 43(3), 320-328.
- Roberts, C. K., Freed, B., & McCarthy, W. J. (2010). Low Aerobic Fitness and Obesity Are Associated with Lower Standardized Test Scores in Children. *The Journal of Pediatrics*, 156(5), 711-718.e1.
- Rodríguez, P. L. (2006). *Educación física y salud en primaria: Hacia una educación corporal significativa y autónoma*. Barcelona, España: INDE.
- Romero, A. (2003). Actividad física beneficiosa para la salud. *efdeportes*, IX(63).
- Rueda, B. (2004). La expresión corporal en el desarrollo del área de educación física. En E. Castillo Viera, & M. Díaz Trillo, *Expresión Corporal en Primaria* (págs. 11-30). Universidad de Huelva.
- Ruiz, F., Ruiz, A., & Perelló, I. (2003). *Educación Física. Volumen III. Profesores de Educación Secundaria. Temario Para la Preparación de Oposiciones*. Barcelona, España: MAD-Eduforma.
- Salgado, A. C. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *LIBERABIT*, 71-78.

- Sánchez, F. (1996). *La actividad física orientada hacia la salud* (Primera ed.). Biblioteca Nueva.
- Sánchez, J., & Carmona, J. (2004). *Juegos motores para primaria -8 a 10 años*. (Primera, Ed.) Barcelona, España : Editorial Paidotribo.
- Sánchez, R. O. (1992). *Medicina del ejercicio físico y del deporte para la atención a la salud*. Madrid, España: Ediciones Díaz de Santos.
- Sansolios, S., & Mikkelsen, B. E. (2011). Views of parents, teachers and children on health promotion in kindergarten--first results from formative focus groups and observations. *Int J Pediatr Obes*, 6(2), 28-32.
- Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte. (2009-2019). Política Pública de Deporte, Recreación y Actividad Física para Bogotá 2009-2019. *Bogota mas activa*.
- Serpentino, C. (2011). "The moving body": a sustainable project to improve children's physical activity at kindergarten. *Int J Pediatr Obes*, 6(2), 60-62.
- Sherman, C. P., Tran, C., & Alves, Y. (2010). Elementary school classroom teacher delivered physical education: costs, benefits and barriers. *Physical Educator*, 67(1), 2-17.
- Sisson, S. B., Broyles, S. T., Baker, B. L., & Katzmarzyk, P. T. (2011). Television, reading, and computer time: correlates of school-day leisure-time sedentary behavior and relationship with overweight in children in the U.S. *J Phys Act Health*, 8(S2), 188-1897.
- Smith, P. K., & Hart, C. H. (2010). *The Wiley-Blackwell Handbook of Childhood Social Development* (second ed.). John Wiley & Sons.
- SPARC. (s.f.). *Sport New Zealand*. Recuperado el 10 de Junio de 2013, de <http://www.sportnz.org.nz/en-nz/communities-and-clubs/Push-Play/>

- Speck, B. (2002). From exercise to physical activity. *Holistic nursing practice, 17*(1), 24-31.
- Springer, A. E., Hoelscher, D. M., Castrucci, B., Pérez, A., & Pérez, A. (2009). Prevalence of physical activity and sedentary behaviors by metropolitan status in 4th-, 8th-, and 11th-grade students in Texas, 2004-2005. *Prev Chronic Dis, 6*(1), a21.
- Strauss, A. L., & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa: técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Medellín, Colombia: Universidad de Antioquia.
- The president's council on physical fitness and sport. (2001). Toward uniform definition of wellness: a comentary. *Research Digest, 3*(15), 1-8.
- Turrel, G., Haynes, M., Burton, N. W., Giles-Corti, B., Oldenburg, B., Wilson, L.-A., . . . Brown, W. J. (2010). Neighborhood Disadvantage and Physical Activity: Baseline Results from the HABITAT Multilevel Longitudinal Study. *Annals of Epidemiology, 20*(3), 171-181.
- van Stralena, M. M., Yıldırma, M., Wulpa, A., te Veldeb, S. J., Verloignec, M., Doesseggerd, A., . . . Chinapawa, M. J. (2013). Measured sedentary time and physical activity during the school day of European 10- to 12-year-old children: The ENERGY project. *Journal of Science and Medicine in Sport, 1*-6.
- van Vliet, M., Heymans, M. W., Von, I. A., Brandjes, D. P., Beijnen, J. H., & Michaela, D. (2011). Cardiometabolic risk variables in overweight and obese children: a worldwide comparison. *Cardiovascular Diabetology, 10*, 106.
- Vásquez, A. (2012). Representaciones sociales, inclusión de género y sexo en los juegos recreativos tradicionales de la calle de Caldas-Antioquia, Colombia. *Estudios pedagógicos (Valdivia), 38*(1), 371-391.

- Vilaú, L. Á., Rodríguez, L., Rivera, R., & Amarán, J. E. (2012). Plan de actividades físico-recreativas para ocupar el tiempo libre en jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 16(3), 62-81.
- Vitale, A. (2011, Octubre). Children's play: a tool for public health interventions. *International Journal of Pediatric Obesity*, 6(S2), 57-59.
- Waichman, P. (2008). *Tiempo libre y recreación: Un desafío pedagógico* (Vol. 1). Buenos Aires, Argentina: EDITORIAL CCS.
- Weineck, J. (2000). *Salud, Ejercicio Y Deporte*. Barcelona , España: Paidotribo.
- Zapata, Ó. A. (1989). *El aprendizaje por el juego en la escuela primaria*. México, México: Pax Méxic.

# ANEXOS I

## TRANSCRIPCIÓN GRUPO 1 (PROFESORES JORNADA MAÑANA)

**MODERADOR (A):** ¿Para usted que es la actividad física?

**Actor 1:** Es poner en movimiento el cuerpo pero de manera quee, que los cada órgano que los órganos estén en actividad saludable, ¿sí?...Y que esto contribuya para la salud del cuerpo.

**Actor 2:** La actividad física deben ser movimientos pero que no perjudiquen la salud, en mi caso yo, hay movimientos que no puedo hacer, entonces para mí por ejemplo en la clase de educación física es un poco impedimento hacerla porque no debo hacer ciertos movimientos.

**Actor 3:** Bueno, es difícil contestar la pregunta, no se me ocurrió rápido la respuesta pero creo que la actividad física es como un complemento que tenemos los seres humanos para podernos desarrollar y que la actividad física debe estar presente en nuestra vida cotidiana no solamente en momentos especiales sino en todo momento, dentro del trabajo específico con los niños pienso que la actividad física tiene que ser permanente, constante sobre todo con los niños chiquitos, nosotros en el colegio tenemos unas dietas, digamos como unas dietas de ejercicios que hacemos todos los días y que hacemos en los cambios de clase precisamente para poder tener la atención de los niños, para poder centrarlos, para poder calmarlos a través de la actividad física, ósea

contrario a lo que se piensa que la actividad física los acelera más, la actividad física nos ha ayudado o es un soporte para mejorar los niveles de atención, de concentración, de tranquilidad en los niños entonces es un elemento supremamente... en la vida cotidiana escolar no solamente en la hora específica de educación física o de expresión corporal sino que debe estar presente en todo momento dentro del aula.

**Actor 4:** Digo que actividad física es el movimiento del cuerpo con propósitos especiales, ya sea para relajación, ya sea para deporte, ya sea paraa, ehh motivar ¿sí?, Si los propósitos son los que hacen que tengamos una determinada actividad física, pero todo el tiempo nosotros estamos en movimiento.

**MODERADOR(A): ¿Cuál es tu nombre?**

**Actor 5:** Nosotras con la compañera Claudia somos acá las anfitrionas, bienvenidas a este también su colegio en cualquier momento, ehh la actividad física se entiende como algo indispensable y necesario para el desarrollo de cualquier persona, ósea desde que nacemos la actividad física es importante para los bebés, para el niño pequeño, el más grande, el adolescente y por supuesto para el adulto, entonces eso forma parte no solamente de su desarrollo sino del aprendizaje, nos hemos dado cuenta que los niños tienen tanto dificultad con ehh problemas de aprendizaje, fácilmente con un trabajo ehh bien programadito puede mejorar toda esta dislexia y toda esta disgrafía es con la actividad física, por eso tan importante es la clase de actividad física y tan poca peso que pues se le da en las instituciones distritales, nosotras como proveedoras de primaria que nos toca hacer todo, es muy complicado pero la clase de educación física si se puede la verdad sacarle más más provecho.

**Actor 6:** Considero que la actividad física como su nombre lo dice ¿no? Es poner en movimiento el cuerpo, mm me parece que es algo supremamente importante para el desarrollo de todo ser humano, específicamente para los pequeños a través del desarrollo físico del ser es como se logra que el niño tenga comoo mejor motricidad, mayor capacidad para aprender, mayor concentración en la actividad que se hace en el aula. Ehh considero que debe ser como programada ¿sí?, debe tenerse como unos ejercicios específicos para realizar...,ósea debe tener como una especie de secuencia..., un calentamiento, ehh bueno... y considero que no todo movimiento que uno hace ósea mm, el hecho de que uno camine de pronto de la casa al colegio o del colegio a la casa, no requiere como ósea como que noo no se, no sirve para el ejercicio físico cuando no se hace una programación específica para eso ¿sí?, eso es lo que yo pienso de la actividad física.

**Actor 7:** Para mí la actividad física es como una relajación, motivar a el cuerpo para desarrollar una unos movimientos determinados sin excederse uno en la realización de esas actividades, que sea permanente y constante en la vida diaria de todo ser humano, tanto de los niños como uno de adulto, y en cualquier momento..., que si esa actividad física la requiere uno y cuando uno ha perdido cierta capacidad en su salud, más la añora no poder realizar ciertas actividades.

**Actor 8:** Para mí la actividad física es la serie de movimientos que hacemos con las distintas partes del cuerpo, y que es indispensable para un mejor función cerebral y cardiovascular, y además de eso produce descanso y sueño conciliado de mejor manera, mm lamentablemente en los últimos tiempos los aparatos de la tecnología nos han generado mucho sedentarismo a los adultos y a los niños, y pues me encanta estar aquí en esta capacitación y pues ojala pues se regrese a toda esa actividad, no solo nosotros los de la tercera edad jaja, si no que los niños vuelvan por toda esa serie de actividades

que generaba en los colegios, no solamente su salud física, mental y social por que también implica actividades deportivas que permiten compartir y ser amigos..., sino que mm va a generar una serie de elementos que nosotros estamos extrañando en la actividad académica... entonces...

### **MODERADOR(A): ¿Cómo cuáles?**

**Actor 8:** Los niños están muy sedentarios en los cursos y ya casi que el sedentarismo llega hasta la pronunciación, sacarles unos términos o una expresión en cuanto a cualquier actividad, por decir algo: describa lo hay en el tablero, casi que hay que sacarlo como con tirabuzón, por que como están enseñados a ver un aparato cuadrado que tengo al frente que se llama televisión u otro que se llama computador, que no estoy en contra de nada de eso pero que solo los está manejando para que sean demasiado pasivos, entonces hasta la actividad de expresión se ha terminado, eso ha generado en nosotros o yo lo percibo así, como muchísimos inconvenientes para interactuar con ellos en clases, ya las clases son monólogos y nos miran como los actores de la televisión a los docentes, con quienes no pueden compartir ni hablar sino que se limitaron a mirar, son espectadores y hasta ese punto ha llegado la negativa a la actividad física ni siquiera quieren hablar.

**Actor 9:** Pues para mí la actividad física es un hábito que debe tener uno en la vida desde muy niño y que genera en ellos pues...unas rutinas y una necesidad, entonces ya al generarse un hábito pues se sabe que todos los días se tiene que hacer, esto ayuda para el desarrollo pues físico, cognitivo y anímico de cada ser humano y en los niños mucho más, en los niños cuando es la hora de educación física ellos todo perdonan menos esa hora, entonces es una necesidad.

**MODERADOR(A):** Muy bien entonces ahora pasamos a la siguiente pregunta que es:

**¿Dónde usted trabaja, que factores, ósea todo tipo de factores personales, sociales, culturales, económicos... todo tipo de factores, donde usted trabaja que factores considera que favorecen y/o limitan la práctica de actividad física en la comunidad educativa?**

**Actor 9:** Ehh los factores limitantes, de pronto yo creo que no contar con los espacios necesarios como para que ellos desarrollen su actividad física. Se cuenta con unos patios amplios pero por decir algo los elementos que se necesitan para desarrollar, como son por ejemplo: las colchonetas de pronto no se elementos como que el profesor idóneo en esa materia nos ha hecho visualizar que patines, lasos, ehh pelotas, ehh aros, material más especializado, con eso no contamos a veces es con las uñas, ósea esa es una limitante, y algo que facilita pues que hay la persona... en esta institución existe la persona capacitada para desarrollar la parte física de los niños y pues eso es un elemento importante, y pues que no todos los colegios lo tiene...

**MODERADOR(A):** ¿Cuántas veces hay actividad física en el colegio?

**Actor 9:** Ehh por primaria dos horas.

**Actor 5:** Preescolar no tiene.

**Actor 9:** Ahh, esa es una limitante..., preescolar no tiene y es donde más se necesita..., y es un curso inicial que es básico, se necesitaría... esa es otra limitante.

**Actor 5:** Lo que pasa es que en bachillerato hubo.... (No se entiende en el audio)... y hay profesores que son de sociales y les toca dictar educación física... (No se entiende en el audio).

**Actor 8:** Bueno empecemos por lo que facilita ¿no?, ¿que facilita la actividad física?..., la disposición que siempre los niños tienen, como decía la compañera para ellos es....,ellos son movimiento. Otra cosa que facilita, pues que hay un docente de educación física, emm eh en el sitio en el que yo trabajo compartimos dos colegios la misma planta física, con el Camilo Torres y el Panamericano, y se dificultan a veces las actividades que el profesor quiere realizar por que a pesar de que los espacios son amplios, son patios con muchísimos riesgos, muchos riesgos ¿no?

**MODERADOR(A): ¿Cómo cuáles?**

**Actor 8:** (No se entiende el inicio) ... de zanjas..., dee desniveles, muchas escaleras, tubos, huecos, ehh mallas rotas, entonces eso dificulta mucho, pues también los enfrentamientos que se están dando en los colegios, ósea que los grandes quieren ser futbolistas todo el tiempo y entonces le quitan el espacio a los pequeños, a pesar de que hay horarios, pues hay momentos en que se cruzan ¿no?, Eso eso dificulta bastante..., ehh ya que estamos en coordinación con la universidad nacional, que pues como tan líder en todas estas cosas y están en coordinación con la secretaria de educación, yo como docente me alegro que estos espacios se den y ojala sean ustedes con todo el

respeto, voceros de lo que extrañamos para saber por qué se limitó la actividad física, lamentablemente cuando todos los docentes gozábamos de tener muchos más compañeros de educación física en los colegios y profesores de danza, el profesor de música..., que todo eso hace que el muchacho haga movimientos de expresión corporal y demás..., ehh la secretaria de educación en su momento que no es ahora, hace mucho rato... mando a esos docentes al aula a dictar pues sus clases, y por eso se dan situaciones como las que plantea la compañera de un profesor de biología dictando educación física, en cuanto estamos hechos para todo, ellos tienen su idoneidad en su área, conocen muchas más cosas que nosotros, entonces que ojala se volviera por esos docentes, para que se bajara también los índices de violencia y en los colegios... los niños se enamoraran más de sus colegios, porque es muy rico estar o en el grupo de danzas, o el de deportes, o en el de coros, o en el de música y ahí bajarían los índices de violencia y el matoneo del cual hablamos hoy...

**Actor 7:** Ehh bueno, para mí los espacios son muy buenos en el colegio, yo trabajo en el Menorah, eh allá no puedo decir que no haya, hay extras jornadas, hay gimnasia rítmica, aeróbica, hay porras; en el colegio si, en eso si tiene amplitud, hay espacio y hay tiempo..., y en especial la capacitación de cada uno de los docentes, porque de por si nosotras allá, por la exigencia del colegio, pues uno trata de que las niñas cada vez que va a haber un cambio de clase o una motivación..., uno hace una actividad física con las manos, con los pies, con la cabeza para que no sea solamente cuaderno, tablero, cuaderno, tablero, sino diferentes momentos..., de pronto el limitante que hay, que uno pues tampoco, por que le toca de por si a uno dictar todas las áreas, pero debería si de pronto si hubiese un experto como decimos nosotros, los expertos que son especialista en cada una de sus de su especialidad, los que son de danzas de danza, porque uno lo hace pero de acuerdo a lo que uno sabe, y sí, allá hay profesores de educación física tanto de primaria como de bachillerato, si, dos horas semanales de educación física. Yo lamentablemente, yo les dicto educación física a mis chiquitas a pesar de que tengo una

limitación, que pues cuestiones de la vida pero si...,allá están los implementos, hay balones, está dotado, que de pronto a veces uno dice como... yo quisiera como algo mas pero lo básico esta, si el colegio si esta, de pronto si lo que faltaría es como actividad física para los docentes, porque también el estrés para nosotros...,ehh también como para los padres de familia, porque a veces como que los padres de familia también quieren que todos los malos del paseo somos los docentes, sea en cualquier institución ellos no buscan que si el niño o la niña tienen una dificultad, entonces que la dificultad la tenemos es los maestros, ellos no miran de donde viene el problema.

**Actor 6:** Yo trabajo en el colegio San Francisco de Asís, eh desafortunadamente para los niños y para nosotros, no contamos con maestro de educación física, maestro de danzas, no tenemos ningún tipo de apoyo en este sentido, emm tampoco hay materiales para educación física, pues obviamente uno pide que lasos, que balones, pues lo que uno considera que debe ser ¿no? Los espacios tampoco existen, tenemos un patio demasiado pequeño...,cuando podemos ehh salimos al parque, pero ustedes saben la cantidad de problemas que hay: los perros, las personas que hay..., ¿sí? muchísimos inconvenientes, lo único que tenemos es la buena voluntad de hacerla nosotros, emm noo no tenemos nosotros somos toderos, cada uno hace su grupo, tenemos dos horas a la semana solamente, ehh pues aparte de la educación física nosotros si tenemos un momento que se llama el momento de paz que lo hacemos cuando entramos de recreo entonces aprovechamos para que los niños se relajen, haga respiración y pues como que encaucen toda su actividad a el trabajo que vamos a realizar... ¿sí?, ósea todos sus sentidos los tengan pues para la clase, y se concentren en las actividad académicas que vamos a realizar, hacer también dentro de las clases hacemos una pausas activas, donde les enseñamos ehh mas o menos ehh pues depende de la situación que se presente en el aula, pero más o menos entre unos 20 minutos 15 minutos depende les hacemos unas pausas para que los niños se distensión en y como que nuevamente vuelvan a centrar su atención, todos los maestros lo hacemos allá, emm aprovechamos también el refrigerio

¿no?, pues para hacer el ..., ayudarles a los niños como debe consumirlo y pues también que les ayude a que no sea solamente pasar, si no pues les hablamos también de la importancia de consumirlo y también de hacer el ejercicio para evitar pues la obesidad...,ahh se me olvido decir...,a veces hacemos danzas, ósea no todas las veces hacemos educación física..., en algunas oportunidades hacemos danzas y pues a los niños se les lleva el video y ellos aprenden a través del video a realizar las danzas y bailes.

**Actor 5:** Para complementar un poco lo que dice la profe Claudia, pues aquí nos facilitan o está el profe de apoyo de educación física, sin embargo uno siempre quisiera más para estos chicos, y hay algunos recursos pero si me parece que en la expresión corporal y de danza si debería haber así fuera una horita a la semana, porque eso comoo les gusta..., tanto a pequeños como a grandes entonces pues eso sí me parece que la expresión corporal..., alguna vez hubo una profesora de danza, duro muy poco tiempo, pero eso fue muy interesante para ellos, la idea estos colegios como ustedes lo ven tan grandes ellos solo juegan futbol, a ellos no les gusta otra cosa no hay nada diferente para los muchachos porque este colegio si es mixto.

**MODERADOR(A): ¿Las niñas entonces no hacen nada?**

**Actor 5:** No también juegan futbol, no en su mayoría, pero en general siempre es el niño brusco que todo el tiempo quiere jugar futbol, que agrede a sus compañeritos, las niñas traen su muñequito y por ahí están por los lados, y pues hay la que no pues se integra y se mete a jugar con ellos, pero acá también se ha buscado que no solo sea el futbol y eso ha sido imposible tanto en bachillerato como en primaria, hay torneos pero de futbol y de micro porque pues lo profesores también apoyan eso, y los espacios pasivos como les

llamamos ellos juegan aquí en cualquier lado así se les diga que aquí no, el profe se ha preocupado que por traerles los patines, los aros, los lasos, él tiene un espacio grande pero pues toca adecuarlo más, como para hacer como un gimnasio entre comillas porque igual los pequeñitos especialmente les gusta dar vueltas y pararse en las manos, cosa que es muy riesgosa que hagan fuera de una colchoneta, acá no hay zona verde, él tiene un espacio pero como que toca adecuarlo más, él si tiene algunas colchonetas pero si le faltan por que son grupos de 30 a 40 niños, entonces toca pues adecuarlo mejor; pero sii hemos tenido mucha dificultad con lo del futbol, porque a mí me parece estos chicos le han pegado a los pequeños porque acá el espacio es para todos a la misma hora, entonces van pasando es más hasta a los profesores, uno está mal parqueado y también le pegan, entonces si deben haber momentos en los que no sea solo futbol y como motivar a otra cosa a otras actividades.

**Actor 4:** En mí colegio hay un patio, pero entonces no es suficiente para hacer educación física porque allá es una única sede y esta bachillerato y primaria, entonces es muy difícil el profesor tenemos gracias a dios tenemos el profe de educación física para primaria y allí si se les dicta a los niños pequeños, por eso le decía yo a la profe pues disminuir la hora para el resto, digamos organizar el horario para que puedan tener acceso a esa educación física los pequeñitos porque ellos lo necesitan más, hasta ahora se están desarrollando los músculos, están en crecimiento y de todo eso, a ellos también les fascina son como hiperactivos y les gusta todo eso, mi profe de educación física los saca a un parque que hay ahí detrás por ahí cerca del Menorah y los lleva por ahí cerca, y los lleva ahí a hacer educación física, ha tenido problemas porque secretaria de educación por que impiden que los saquen del colegio que no sé qué, que el profesor lleva la carga, le pone a uno mil cosas y mil angustias y preocupaciones; el profesor se hace responsable de ellos y dice yo me voy me llevo mis niños.

Materiales hay muy pocos, si tenemos un poquito de balones, de aros, de lasos, los niños traen sus lasos de la casa y se los llevan, pero también están deteriorados la mayoría de material, mm que más le puedo decir..., les fascina su educación física, el profe tiene un carisma con esos chicos y lo disfrutan precioso y todo eso; aprovechamos que alrededor de nuestro colegio alrededor ahí de la institución, hay varios parques entonces hay veces tenemos salidas a un parque y a otro, y también de salidas pedagógicas, vamos al Simón Bolívar, los llevamos al parque montes que queda por ahí cerca, y a veces hacemos esa caminata hasta allá y pues eso les fascina a ellos, nosotros los maestros también lo disfrutamos. Como una de las profesoras, a mí por lo menos me gusta el deporte, me gusta la gimnasia y me hace falta, y yo sé que a todos los maestros nos gustaría dejar un poco el sedentarismo, así que deberíamos tener un..., desde secretaria deberían de darnos un espacio para esa parte de actividad física, sé que en otras localidades como ciudad bolívar han implementado eso para los docentes, y pues digo deberían hacerlo con todas las localidades, porque las necesidades es para todos los maestros, no para una sola localidad; y para que también los padres de familia, para que se integren, para que vivan más relajados que vivan también en forma, para que gocemos la vida.

**Actor 3:** Bueno, yo trabajo en la república de Venezuela, es un proyecto que lleva muchos años en la integración de niños con autismo y con déficit cognitivo, durante la creación del proyecto siempre le hemos dado una gran importancia al taller de expresión corporal y siempre habíamos tenido un especialista en el tema de expresión corporal, los niños siempre han tenido su clase de expresión corporal, lo hacemos también con patines, lo hacemos hasta con bicicletas oxidadas porque están guardadas y no se usan, tenemos una buena dotación de equipos, tenemos una buena dotación de colchonetas, de cosas de obstáculos, ósea realmente en equipos estamos bien, hasta el año pasado que nos quitaron al profesor de educación física y este año tenemos a una compañera de la tarde que está haciendo unas horas en la mañana, ella es terapeuta ocupacional y hace unas horas pero que no son suficientes; y que no está permanente ahí,

desafortunadamente en lugar incrementar el trabajo físico, de coordinación, de equilibrio, de contención se nos ha ido año tras año perdiendo, nosotros íbamos mínimo una vez al mes a una de las piscinas de Bogotá, o íbamos a Lourdes, o íbamos a todas, pregúnteme cualquiera porque yo conozco todas a todas he ido con los niños; en este momento a partir del año pasado fue la última vez que fuimos, porque ya incluso las piscinas en Bogotá se han acabado, ahora para ir a la piscina de Sausalito tenemos que sacar una póliza de 3 millones de pesos cada vez que vamos, por si algo le pasa al parque ni siquiera por si le pasa algo a los niños, entonces yo si veo que las políticas educativas y las mismas políticas sociales no están ayudando a que esto se incremente, esto se posibilite, yo le digo nosotros íbamos una vez al mes a veces dos veces al mes a piscina, y nosotros veíamos los efectos de la salida a piscina en estos niños, porque se visten se desvisten, cuidan su ropa, la actividad en el agua, muchas veces la actividad no era dirigida, era solamente el gusto, el placer, el goce de estar ahí para estos niños era supremamente importante, y en lugar de incrementarlo y apoyarlo hemos luchado con patas y manos, porque sabemos la importancia de esas cosas y todo eso como que se ha ido perdiendo por las mismas políticas educativas, entonces si tenemos tantos maestros entonces la cobertura no da, entonces el maestro sobra y en lugar de mirar como organizamos y como pensamos en el niño, no el presupuesto, estamos pensando siempre es en que gastemos menos, en que los maestros nos exijamos más en cosas que no podemos hacer, o que si las podemos hacer deberían hacerla expertos en el tema, que tenga un proyecto que responda al PEI del colegio, a la misión, a la visión pero realmente no hay el apoyo porque no hay políticas que deja que esto permanezca; nosotros si tenemos esas condiciones, sabemos la importancia y vemos que como que esos recursos se van terminando y se van desconociendo, entonces las personas que llevamos muchos años como yo que llevo muchos años, 30 años en este trabajo pues voy y peleo a la secretaria, hago la carta, pero llega un momento en el que uno se cansa. Entonces ya no hay piscina, no hay profesor de educación física, las cosas están guardadas, uno trata de hacer lo que puede y se dañan imagínense las bicicletas estaban nuevas y se usaban ya no se usan están guardadas, los 30 pares de patines que

conseguimos con proyectos están ahí, porque no hay quien lo movilice, las mismas colchonetas, el parque infantil todas esas cosas se pierden si no hay quien les de vida, entonces eso se va perdiendo por que las políticas educativas no están mirando como esa parte física sino que el maestro haga, haga y haga dentro de su aula, a veces sin tener las condiciones mínimas para hacerlo.

**Actor 2:** Resulta que el colegio, como todos conocen el Colegio Antonia Santos, estamos en problemas por la sede A que ahorita está en el Restrepo, comenzando por el sector, nosotros sabemos que es un sector completamente difícil, compañeros enfermos porque mucha contaminación por todos los lados, allí no hay espacio para educación física, hay patios grandes pero llenos de cemento, se exponen los niños a muchas cosas, a caerse, a rodarse por ejemplo: no más el recreo es difícil de controlar, por que los grandes empujan a los pequeños; bueno hay elementos, y de hecho yo no me pongo a saltar por qué no lo debo hacer, pero yo le indico a los niños con pelotas, es que yo creo que educación física es meter ejercicios específicos en cada espacio, entonces yo los saco a actividades, lanzan, los pongo en competencias bueno, saltan, hacen todo lo que realmente pues uno medianamente sabe ¿no?, porque yo no soy especialista en educación física, ha sido un..., eh..., una pelea siempre solicitamos educación física, danza, canto, yo soy una amante del canto, me gusta cantarle a los niños, yo les hago cantidad de monerías que les encantan, pero de ahí lo uno puede ¿no?, pero realmente falta especialistas, ha sido una lucha constante ahí, cuando estaba en bachillerato a veces nos prestaban un profe, nosotros decimos, la base es la que hay que empezar a fomentar, a veces nos mandaban un profe pero desafortunadamente los profes también no le gustan los chiquitos, digo la verdad, un niño necio, cuando llegaba al salón, me lo llevaba: a ¡este niño no lo acepto! Y uno: como así profe, no no lo acepto decía el profe de educación física, entonces también teníamos esa dificultad, ellos mismo dicen profe vamos después de matemáticas, y les digo claro y los saco al parque, les saco balones, les saco lasos, y empiezan a jugar entre ellos, pero uno hace lo que puede hacer, estamos

detrás de un especialista, de un profesor de educación física..., además hay una cosa yo tengo este año por el peso creo que con la profe fuimos a esa capacitación, desde preescolar, no es que los niños yo los tenga sentados no quiero dejar esa imagen..., ehh..., tengo niños muy obesos y yo no soy especialista y yo realmente no lo voy a hacer nunca, a los papas les dije en reunión: de mí no esperen ejercicios de educación física así como tan especializados, porque yo no voy a buscarme un infarto de un chiquito de estos, después nadie lo defiende a uno, ni nadie entonces que pasa, yo tengo una cantidad y los niños son obesos, ahorita la última reunión yo les puse eso en el tablero, les dije mire pegue una imagen en el tablero de niños obesos, porque yo tengo una campaña que conozco desde el año pasado los niños de por favor mire no me le mande paquetes y me pongo brava; una mamá me dijo: ay usted ya me está volviendo a la niña anoréxica, que ya no quiere ni comer, entonces yo le dije: mamá yo te mande fue a nutrición ya te dije que no me le mandes paquetes, no me le mandes dulces, no me le mandes chokolatinas, los niños cuando requieran, requieren por ahí un dulce, por ahí una chokolatina pequeña pero para la hora de las onces, pero no me le manden..., entonces les mandan paquetes, les mandan coca-cola, les mandan Pony Malta, a nosotros no nos dan desayuno, de eso si estamos pendientes, sin embargo los chiquitos allá son conscientes, allá yo les he dicho mi amor cuida tu corazón se te va a engrasar, bueno entonces cuando a veces el chocolate esta dulce me dice: Ay profe eso está muy dulce, no me lo voy a tomar. Yo le digo: entonces, vaya dígale a la señora que esta allá que es la jefe, y ella dijo: Ay esa es la fórmula y entonces le dije bueno mi amor entonces no te lo tomes, entonces allá en el colegio estoy en esa campaña de mirar como hagan más movimiento, pero yo los saco mucho, yo los pongo a saltar, a mí me encanta cantar, no sé cómo lo hago pero me encanta, y ellos desde que llegamos empiezan: cantemos la llorona loca, porque yo los pongo a moverse, entonces como que si nos falta mucho mucho un profesor de educación física, y yo creo en estos conceptos ojala saquemos en claro eso, que la exigencia de nosotros es un profesor por lo menos por colegio.

**Actor 3:** Lo que yo decía, desde que no sea una política distrital, nacional, del ministerio o de la secretaría que debe existir el maestro de educación física desde preescolar a quinto, y que es supremamente importante, eso se vuelve a lo que haga el rector, si el habla con los de la secretaría, es una cosa más como personal, que no debe ser, sino debe ser una política.

**Actor 2:** Pero allá ha sido difícil, mira allá tienen problemas de lectura, sabemos que empieza con la parte de la motricidad, el ritmo, las notas, todo eso pero no nos han puesto cuidado, el tal parámetro nos tiene en la olla...

**MODERADOR(A): ¿qué es el parámetro?**

**Actor 3:** Es por tantos niños, un maestro, no importa de qué especialidad sea, si hay por decir hay 200 niños, entonces para esos niños deben haber tantos maestros. Sin importar de que sea. Entonces, es importante que se tengan en cuenta algunas especialidades, y que eso este claro, ósea uno sabe que siempre debe haber un maestro de educación física o un maestro de arte, porque es que para los dirigentes educativos, el arte y la educación física no es importante en los niños de primaria, es que ellos no son pedagogos.

**Actor 2:** Pero es que miremos que allá arriba no hay pedagogos, es gente que de lo que sabe es de gerencia y de administración no más.

**Actor 3:** Entonces vamos con el menor costo.

**Actor 1:** Bueno..., ya es poco lo que voy a decir, porque igual como que nosotros sabemos que se recogen las mismas falencias en las instituciones, entonces es muy generalizado, son muy pocas las instituciones que realmente ya están organizadas, de manera que se tengan los medios y los docentes que se necesitan realmente para el desarrollo y el crecimiento de los niños a nivel pedagógico, físico, etc.... emm las preguntas eran dos, las cosas favorables y las desfavorables, favorables desafortunadamente son muy pocas, está el espacio del tiempo para la clase de educación física, eso es favorable porque por lo menos existe el espacio de las dos horas, aunque debería ser mucho más amplio, pero por lo menos está el espacio de las dos horas que para los niños es poco, ¿cierto?, pero bastante, y pues realmente no se puede por horarios y todo ese tipo de cosas; no se puede extender los horarios de educación física..., ehh pero digamos que está el espacio, eso podría ser favorable, y favorable también en la institución que yo estoy también en el Liceo Nacional Antonia Santos, favorable que hay algunos materiales, hay una salita con materiales que son balones, aros no hay tantos, no hay aro para cada niño, lasos tampoco hay para cada niño pero existen, hay unas raqueticas y pare de contar, ese es como el material que hay, emm de manera que favorables no hay más; desfavorables desafortunadamente son muchas, como es la falta de profesor, la falta del profesor de educación física eso sii, pues creo que todos nos lamentamos de eso porque es la persona especializada, emm y también desfavorable me parece a mí, que es la preparación que nosotros como docentes de primaria tenemos, tenemos que ocuparnos de todas las demás materias, y que para nosotros pues es básico si estamos en un primero de primaria, si estamos en un segundo, nosotros tenemos que responder por la parte académica de esos niños en lecto-escritura, en matemáticas y eso es prioritario para nosotros, no podemos decir que no, o por lo menos en mi caso, entonces se vuelve para nosotros una prioridad eso y no tenemos la capacitación en educación física, y eso pues no nos permite realmente hacer clases de educación física especializadas como la necesitan los niños, porque nosotros sacamos a los niños y los llevamos y hacemos con ellos lo que podemos, le hacemos unos ejercicios, los ponemos a hacer deporte pero nosotros si necesitamos una capacitación

seria, en saber que a través de todos estos ejercicios el niño va a desarrollar esto, y a través de estos otros el niño va a crecer en esto físicamente, y además en la relación que hay con su desarrollo pedagógico en lecto-escritura, etc., etc.... de manera que eso es como básicamente, ¿sí?, mm es muy importante que nosotros tengamos una persona, o que nosotros ehh recibamos una capacitación, que a estas alturas ya puede ser un poco tarde, yo creo que eso es necesario contemplarlo en la educación pedagógica de los futuros maestros, y es que si ya como bien dice la compañera por parámetros no vamos a tener profesores de educación física, por que la secretaría lo primero que cubre obviamente es el salón de clases, que haya un maestro para cubra todo el curso primero o segundo o tercero etc.... por parámetros van a escasear los profesores especializados en las áreas que nosotros consideramos son muy pero muy importantes, artes, educación física, entonces debería existir, una preparación a nivel de universidad en esa área de educación física, con miras al desarrollo del desarrollo de la lecto-escritura en los estudiantes, por ejemplo: En los niños.

**Actor 3:** (No se entiende en el audio)... no es suficiente que nosotros los maestros tengamos la voluntad y tengamos el conocimiento de la importancia de la actividad física en los niños, sino que haya realmente las personas especializadas, por eso existe la licenciatura en educación física, para que pues para que puedan hacer los ejercicios de la edad, correspondientes al desarrollo físico, desarrollo mental y cognitivo, ósea no es como muchas veces se hace, por que la voluntad del maestro esta en sacar las pelotas y miren haber que hacen durante la hora de la clase, por que el maestro se siente comprometido con esa actividad física, pero no es suficiente tener el compromiso y tener la voluntad, sino que hay que tener también la preparación para poderlo hacer de la mejor manera para que redunde en el desarrollo de los niños.

**Actor 5:** Yo tengo una observación que hacer, a nosotros en los colegios distritales nos piden que los niños rindan como los niños de los colegios privados, preguntan qué ¿porque estamos quedados?, uno se pone a pensar y cuando uno va a un colegio privado, el que sea uno se encuentra con todo el apoyo, con todos los recursos que tiene por que ellos cuentan con todos los recursos y la secretaria de educación solo piensa en cuantos maestros tengo que entregar, y cada vez somos menos, esta es la realidad que tiene esta localidad y me imagino que otras, y la esperanza es que vengan de estos colegios privados a que... (No se entiende el audio)..., dependiendo del alcalde uno roba u otro no.... (No se entiende el audio)..., los muchachos que estudien esto, que les va a tocar, nombran a cualquier profesional en un cargo acá de coordinador, de rector, hasta de profesor entonces, los que si estamos especializados ¿qué va a pasar?, y fuera de eso no nos podemos igual no solamente por la jornada, son los recursos y son las personas....

**Actor 1:** El espacio también cuenta, donde le pueda decir al niño bueno vamos a dar botes, no porque esto es asfalto, ¿cierto?, y casi ni correr entonces los niños no pueden, no pueden tampoco físicamente hacer ejercicio.

**Actor 8:** De pronto queda en el ambiente que todos hemos mencionado la falta del profesor de educación física, y ustedes se preguntan si nosotros no estamos preparados para todas las áreas, claro que estamos preparados para todas las áreas, pero igual el especialista es él y es quien conoce esa parte fisiológica de los niños, y uno si sabe los beneficios de la actividad física pero sale con muchísimos miedos y riesgos, uno no siempre tan claro....

**MODERADOR(A):** Considera que la actividad física juega un papel importante en el rendimiento académico de los niños ¿cómo y porque?

**Actor 1:** Es un hecho y es evidente que la educación física va relacionada con el desarrollo intelectual del niño, y el desarrollo de la lecto-escritura, ehh por que el niño el niño necesita bueno yo no podría dar una explicación científica, ¿cierto?....

**MODERADOR(A):** Pero dentro de lo que tú entiendes.

**Actor 1:** Pero influye por que el niño necesita desarrollar su motricidad gruesa y su motricidad fina, ¿cierto?, lo necesita desarrollar primero a través del movimiento, no más podemos ver que el niño que no ha gateado al momento de caerse, reacciona más bien no reacciona igual que un niño que realmente ha tenido contacto con la tierra, y no ha podido tener movimientos físicos, yo creo que neurológicamente eso va conectado, en el desarrollo motriz grueso fino, con el desarrollo en la lecto-escritura, yo considero que realmente es importante, pero necesitamos la especialidad, necesitamos conocer que es lo que tenemos que hacer para que realmente podamos desarrollar en los niños lo que se necesita.

**Actor 2:** Para mi es básico claro, y uno que ha sido mamá desde que nace él bebe, necesita mucha estimulación, eso es lógico y nosotros en primaria por eso peleamos, nos hace falta las artes, la música, el baile, uno trata de hacerlo a su manera, porque yo creo que todas nosotras lo hemos hecho alguna vez, y hemos tratado de hacer las cosas, lo que pasa es que los especialistas..., yo personalmente a la misma rectoría le he dicho, porque ya tenemos casos terribles como en toda parte, entonces ella dice: ustedes son para eso, pero no señora, cuando a uno le mandan un niño con un dedito malito, lo mandamos a un especialista..., porque si es clave desde que el niño nace y desde antes, con la estimulación temprana para que se despierte, entonces nosotros sabemos que sí.

**Actor 3:** Si, realmente ya lo hemos dicho en toda la conversación, pero tenemos que hacer énfasis que el desarrollo del niño tiene que ser un desarrollo integral, donde la parte cognitiva y de desarrollo físico, el desarrollo emocional, el desarrollo socio-afectivo están ligados íntimamente, entonces mientras no haya un desarrollo armónico dentro de todas estas dimensiones en el desarrollo del niño, pues obviamente su aprendizaje, su evolución no va a ser armónica como se esperaría para el curso, para el nivel en el que están, entonces sí creo que es fundamental el desarrollo físico, para el desarrollo cognitivo de los niños, el desarrollo es integral, va de la mano el uno del otro en todos los aspectos entonces hay que trabajar, por eso cuando decimos que dos horas no es suficiente, el trabajo tiene que ser también en espacios equitativos, donde se pueda dar este desarrollo tanto de la parte física como de la parte de cuerpo.

**Actor 4:** Yo estoy muy de acuerdo con que la educación física es muy importante para el ser humano, el movimiento y todo esto, y con mayor razón para los niños que están en esa etapa de crecimiento y desarrollo, y no solamente físico sino mental, emocional e integral como decía mi compañera, un niño por ejemplo con educación física, el maestro sabe que necesita desarrollarle en un ambiente especial, que el niño aprenda a desempeñarse en el espacio, en la parte alta, baja, derecha, izquierda, todo esto lo necesita desarrollar, para que él pueda después trabajar en un espacio más pequeño como es el cuaderno y así saber cuál es la derecha y la izquierda, arriba, abajo; toda esa parte yo sé que trabajando la parte de educación física, él va a interiorizar eso en su mente y va a trabajar en un espacio muy pequeño, entonces es muy importante.

**Actor 3:** Ayy yo quiero decir algo, y es que los niños de ahora no son los niños de antes, porque, por ejemplo, en la localidad de nosotros los espacios de los niños son espacios reducidos, son habitaciones pequeñas donde están encerrados, esta es una localidad

donde hay mucho peligro y mucho riesgo en la calle, donde los niños o están encerrados o están hacinados en el centro AMAR, donde son 50 y 100 niños, donde almuerzan y donde están la tarde, están a toda hora hacinados, la calle no le es permitido, porque o están encerrados en la pieza o en estos centros, y nosotros vamos y los encerramos en el salón, ahí es donde tenemos que mirar que estos niños a veces uno dice es que yo le hago y le hago y nada porque toda esta parte del manejo del cuerpo, del manejo topológico, el manejo espacial, de reconocimiento y de manejo que no se está pudiendo dar por los espacios y los lugares, y nosotros mismos no somos conscientes de que estos niños son diferentes, en otros lugares donde las cosas fluyan.

**Actor 5:** Bueno, yo tuve la oportunidad de estar en la capacitación de la liga contra la epilepsia, y allí nos hablaba la fonoaudióloga, la fisioterapeuta, la psicóloga, y ellos a estos niños con tanta dificultad, y como es importante todo este desarrollo físico que apunta al desarrollo motriz y todas las implicaciones que esto tiene, cuando ellos tienen esas limitaciones neurológicas como hay que trabajarlas, pero eso también aplica para estos niños, con todo lo es que el desarrollo propioceptivo, del manejo del espacio, de la lateralidad, del equilibrio, del salto, todo eso tiene que ver con el desarrollo, no solo físico sino cognitivo, por ejemplo ustedes ven estos salones tan grandes, pero ustedes vieran como se atropellan estos niños, imagínense en un espacio más pequeño, yo comparto lo que dicen mis compañeras sobre el espacio, no es el apropiado para los niños, uno está acostumbrado a otros espacios en otros barrios, y parques en este pedacito al menos no hay, toda esa estimulación vestibular en el rodadero es muy importante, y acá en el salón uno le toca quieto que trabaje, todo ese manejo propioceptivo estamos lejos de alcanzarlo. Y eso se evidencia en los chicos de bachillerato, los problemas de leer y escribir, los niños que tenemos la mayoría son hijos de vendedores ambulantes, entonces la idea es que el niño no esté en la calle, entonces vamos al centro AMAR, al centro RENACER, y tampoco se le exige a los centros normas mínimas, dicen las mamás los niños que allá aprenden más mañas, así que

prefiero tenerlos encerrados en el cuarto, pero como les están exigiendo que no permanezcan solos, y en estos sitios aprende el hablado y demás...

**Actor 6:** Pues yo creo que ya muchas de las cosas que han dicho ¿no?, considero que la educación física es importante en el desarrollo cognitivo de los niños, es como la base, porque a través de la educación física desarrollan todos los sentidos, y ellos como aprenden a través de los sentidos; si hay educación física el niño aprende bien, y allí se aprenden nociones sobre el espacio, el equilibrio, el reconocimiento de su cuerpo, emm el esquema mejor dicho todos los esquemas se tratan en educación física, si esto no se da pues obviamente la parte académica es bien difícil de captar; yo no sé si a ustedes les pasa pero lo reducido que es el espacio donde viven los estudiantes, entonces ellos llegan los lunes y es fatal o por lo menos eso pasa en este colegio, porque están sábado y domingo todo el día encerrados, a los niños no los sacan al parque, la familia no tiene tiempo para ellos, y por eso nosotros tenemos que hacer de verdad el trabajo mejor dicho tenemos que hacer maravillas, prácticamente para que los niños salgan.

**Actor 7:** Ehh si es de gran importancia la actividad física para el desarrollo de todas las actividades, y para poder tener un buen aprendizaje, aquí como las condiciones del colegio pues son diferentes a todo lo que prácticamente ya hemos escuchado, entonces si tocaría como enfocarlo un poquito para la actividad física también para los papitos, porque ellos piensan que llevar los niños a los colegio es como ir a la guardería, acá me les tienen que exigir, que para la comida, que hagan que se vistan, no solo es para que vayan allá, sino también el papá ponerse en el papel del niño, y a nosotros es a los que nos toca trabajar con los aprendizajes previos, porque cada niño es un mundo diferente, entonces toca retomar.

**Actor 8:** Bueno, la pregunta ¿que si la actividad física está relacionada con el rendimiento académico?, un estudiante que al menos maneja el equilibrio, pues va a manejar necesariamente el renglón, un estudiante que tiene definida su lateralidad, no me va a confundir b con d, o la letra, o con la letra p con la q, un estudiante que tiene ubicación espacial, pues va a tener muy alto área de sociales ¿no?, un estudiante que maneja la destreza motriz, va a facilitársele muchísimo la escritura y va a tener una mejor grafía, que el que no la maneja, el niño que salta en educación física, va a saber de ubicación no solo temporo-espacial sino temporal básicamente, tiene claro que es el ahora que es el después, un muchacho que tiene su desarrollo académico en convivencia porque practica deportes por decir algo, va a ser un hombre más sociable, mas aceptado y capaz de aceptar eso, en cuanto a esa partecita el muchacho en movimiento es mucho lo que se comunica, y el hombre se desenvolverá muchísimo mejor; aparte de lo académico que para mí, ahí para mí en este momento también está la parte de disciplina, esta siempre se manejara porque va a saber manejar el éxito y va a saber llevar el fracaso, va a saber respetar los turnos, el hombre que canta va a tener autocontrol claro está, sublima el alma, el hombre que juega maneja los turnos, respeta al otro, la persona que baila se le descubren otros talentos, cuantas veces tenemos el gran bailarín pero que nos produce de pronto nada en las áreas básicas, pero se puede desempeñar bien así, él va a tener la actividad de educación sexual, por que va a aprender a mirar el cuerpo del otro, con el shortcito, con la pantaloneta, pero en lo artístico no con morbo, no se le va a ver con irrespeto el cuerpo del otro..., mm pero puede tener muchísimo futuro en eso de la actividad deportiva, nosotros tenemos grandes deportistas como un Falcao, representándonos muy bien en Colombia y en el exterior, quien quita que tengamos más de un Falcao en los colegios, botan muchísima agresividad que es el lio 1<sup>a</sup> de los colegios, y además de eso se enamora de sus colegio, porque si nosotros nos devolvemos en el tiempo sencillamente que nos enamorábamos de nuestro colegio por pertenecer al grupo de danza o al grupo de deportes o competencia sana de colegio a colegio, hoy hablamos de competencia ciudadanas y esas se quedaron en los escritos, libros muy bien hechos pero en la práctica cero ejecución, aparte de eso es un hombre que sabrá

competir pero sanamente, y como ya dije respetar al otro, critico que estas ya no son aulas son jaulas en donde si salimos de ella, solo encontramos pavimento.

**Actor 9:** Elvira dijo todo jaja, porque igual lo que se necesita es la parte física, vemos por qué tanta violencia, por eso, por carencia de espacios físicos, por carencia de trabajo físico, que lo que sirve para el niño es estimularlo y relajarlo, recrearlo y es una necesidad...

### **TRANSCRIPCION GRUPO 2 (PROFESORES JORNADA MAÑANA)**

**MODERADOR (A):** Vamos a darle inicio a la actividad, para darle inicio a la actividad de grupo de trabajo, la idea es que queremos conocer, de parte de ustedes que piensan por algunos tópicos los cuales vamos a trabajar, entonces la una dos cosas aclaratorias para el inicio del grupo, ¿cierto?, Cuando la persona va a hablar, necesito que por fa todos, quiero escucharlos, quiero escuchar la posición de cada uno en primera instancia y que digan su nombre cada vez que vallan a hablar, para que dentro de lo que estamos hablando siempre estemos manejando la información de que es lo que ustedes conocen, ¿porque es importante conocer para nosotros?, porque lo que vamos a trabajar en las 3 sesiones, el objetivo que va a cumplir es que todo viene... va enlazado y que es formarnos en toda la parte de actividad física y alimentación saludable, la primera pregunta que les tenemos a ustedes y queríamos escucharlos, ¿para ustedes que es la actividad física?, vamos a empezar a mencionar, entonces dime tu nombre.

**Actor 10:** Pues actividad física en una, puede ser ejercicio.

**MODERADOR (A):** Ejercicio, ¿ejercicio de que tipo?

**Sujeto 10:** Ejercicio ese que a uno le ponen, ¿este?, resistencia.

**Actor 11:** Todo lo que tenga que ver con el movimiento fino, equilibrio, resistencia velocidad ehh motricidad, o estabilidad para la motricidad.

**Actor 12:** Ehh todo, ehh en movilidad, todo todo todo, cuando vamos caminando ehh ¡cantando!, corriendo, todo escribiendo, todo estamos haciendo movimiento.

**MODERADOR (A):** Todo, ¿para usted todo eso sería actividad física?

**Actor 12:** Actividad física, lo que hacemos a diario.

**MODERADOR (A):** Listo

**Actor 12:** Eso es la manera en que uno se moviliza hacia determinado lado, buscando todos los (no se entiende) y lo mismo para ejercitar el cuerpo.

**MODERADOR (A):** Sii.

**Actor 13:** Es el ejercicio del cuerpo para cumplir una labor, para hacer una actividad; entonces habrán actividades por ejemplo: la lectura, la escritura sin que haya desplazamiento, estamos moviendo los músculos de los ojos, estamos pensando, estamos haciendo una serie de cosas, para mí eso es movimiento.

**MODERADOR (A):** ¿Y eso sería actividad física?

**Actor 13:** Claro es actividad física porque es movimiento.

**Actor 14:** ¡Todos los movimientos!, eso es la actividad física, incluso el dormir, es una actividad física.

**MODERADOR (A):** ¡Es una actividad física!, ¿cuándo estoy durmiendo estoy haciendo una actividad física dice la profesora Sandra?

**Actor 14:** Si, todo lo relacionado con movimiento la participación de todos los músculos y las partes de mi cuerpo.

**MODERADOR (A):** Ujum

**Actor 15:** Actividad física, ehh todos los movimientos que pueda hacer alguno, igual.

**MODERADOR (A):** Ujum, lupita cuénteme.

**Actor 16:** Para mí la actividad física son todos lo los ejercicios que incluyen caminar ehh la y por por actividad física también puedo ehh, pero más allá de eso, para mí la actividad física es algo que me implique, que me implique gozo que no sea el ejercicio por el ejercicio, si no que yo valla lo disfrute, para mí eso es actividad física.

**MODERADOR (A):** Aja si eh, retomando lo que dice la profe lupita y lo que todos eh han mencionado, ¿cuál sería ese fin que tiene la actividad física, cierto?, la profe lupita dijo para mi es disfrute y goce jummm, para ustedes cual dentro... y que me dieran ejemplos ¿cierto?, dentro de esa actividad física, ¿que buscan con esa actividad y cual sería ese objetivo?

**Actor 11:** Recreación, para los niños lo primero recreación.

**MODERADOR (A):** Si.

**Actor 10:** También la salud.

**MODERADOR (A):** Ujum.

**Actor 13:** Conocimiento de su cuerpo.

**MODERADOR (A):** Si.

**Actor 12:** El relajamiento (relajación dicen al fondo), eso, relajación.

**MODERADOR (A):** Relajación, ósea y aquellos serían, ¿cuáles serían los objetivos que para ustedes plantearían dentro de lo que verían como actividad física, listo?, y que formas existen de realizar esa actividad física.

**Actor 12:** Al comienzo al comienzo, cuando uno inicia, primero para el reconocimiento de su propio cuerpo ¿sí?, después más adelante se hacen unos ejercicios complementarios para que lleve una coordinación, ehh visio-motora ehh, ¿eso es más o menos?

**MODERADOR (A):** Ujum, si, lo que ustedes entiendan, ¿que entienden ustedes y que formas utilizarían ustedes para hablar de actividad física?

**Actor 16:** Acompañado por ejemplo la música, ehh con el ritmo con el cuerpo y (no se entiende).

**MODERADOR (A):** Ujum

**Actor 13:** El conocimiento también del cuerpo y sus propiedades para poderse adaptar en las experiencias que vivimos.

**MODERADOR (A):** Listo, les voy a hacer es la segunda pregunta que va muy relacionada a la anterior, ¿listo?, ¿en donde ustedes trabajan que factores personales, sociales o culturales consideran que favorecen y/o limitan la práctica de la actividad física en la comunidad educativa donde ustedes están?, porque ¿cada uno viene de un colegio diferente cierto?, entonces quiero que miren desde cada una de sus comunidades ¿cierto?, Que factores, les permiten, ¿cierto?, o no les permiten les limitan o les facilitan hacer la actividad física, desde la parte personal social o cultural .

**Actor 10:** Pues la danza, por lo menos allá están otros espacios (en tono de risa), y uno no esta tan tan encerrado con los niños.

**MODERADOR (A):** ¿Ósea que ese espacio facilitaría?

**Actor 10:** Claro, si a mi modo de ver claro facilita porque ehh lo que le, ¡es un gozo! primero mío, ¿sí?, y fuera de eso para los niños también, y que con la edad de ellos se hacen maravillas y se relajan ¿sí?, Los movimientos, y no...

**MODERADOR (A):** ¿La profe de que asignatura es?

**Actor 10:** Yo soy de todas.

**MODERADOR (A):** ¿De todas?, ¿y todos dictan de todas las áreas?

**(Contestan todos):** De todas las áreas.

**MODERADOR (A):** ¿Si?

**Actor 10:** Y tengo en mi curso La hora de artes, y en el arte pues incluimos la danza y hacemos cada 8 días la entrega de un baile, y a la vez me parece tan importante, porque la cantidad de música y eso trae al final algún evento, y que ayuda también a los niños.

**MODERADOR (A):** Eso sería un factor que facilita, ¿hay alguno otro factor que facilita o hay algún factor dentro de su institución educativa que limite el desarrollo de la actividad física?, ¿No?

**Actor 11:** ¡Es que eso lo limita el tiempo!

**MODERADOR (A):** El tiempo, ¿porque el tiempo profe??

**Actor 11:** Porque pues porque la jornada es corta, y hay veces uno quiere tanta de pronto para poder hacerla.

**MODERADOR (A):** Aja, ¿ósea que el tiempo sería una limitante para poder desarrollar la actividad física?, ¿qué otros factores pueden limitar o facilitar la actividad física profe?

**Actor 11:** De pronto el espacio, una cancha, un espacio, una zona verde ¡grande grande!, con espacio que sea grande como en los colegios que tienen acceso y que tiene una zona verde grande allá delimitada.

**MODERADOR (A):** Si.

**Actor 11:** Entonces nadie, una zona verde bonita que sea llena de pasto donde el niños puedan....

**MODERADOR (A):** Desarrollar su actividad física, porque son solamente tienen los espacios estructurales, aja.

**Actor 12:** Los espacios y los materiales de dotación, porque es que nosotros por lo menos, una grabadora hay para 15 cursos, entonces una extensión no la hay, tiene uno que traer sus cosas de la casa, entonces faltan materiales para que el profesor pueda, y el espacio también porque el patio está ocupado entonces también uno está rogando pa donde la coordinadora, y decirle mire... (No se entiende).

**MODERADOR (A):** Si ujum, su nombre.

**Actor 17:** Ehh ya en mi colegio pues tenemos el salón de lúdicas que es muy apropiado para la actividad.

**MODERADOR (A):** ¿Entonces diríamos es una facilitador?

**Actor 17:** Ayuda a facilitar, hartísimo, allí tenemos expresión corporal, danzas en ese salón, ehh para educación física también tenemos, hay si ya hay un limitante porque están dos patios, están dos tres patios pero coincide que está ocupada por mucho tiempo, tiene camionetas, carros, y tenemos lúdica que es la que más utilizamos, y el aula múltiple.

**MODERADOR (A):** ¿Algún otro limitante que nos lleve a que nuestros niños no realicen actividad física?

**No tal vez no (contestan varios)**

**Actor 12:** Pues uno no es muyy experto en nada, pero sería bueno que de momento lo guiaran, porque (no se entiende)

**MODERADOR (A):** yo le hago la pregunta a la profe Vilma cuando menciona lo de danza, ¿solamente podría desarrollarse la actividad física con la danza???

**(Todos)** Nooooooooo

**Actor 12:** Pero yo opino que también ehh podemos estar faltando mucho, y la sociedad los bloquea mucho, los niños de 3 y 4 años (no se entiende).

**MODERADOR (A):** Si.

**Actor 12:** Entonces ellos de hecho desperdician muchas cosas que no les parecen fascinantes, y si el niño desde pequeño no aprende o si ya después coge que le gusta mucho el deporte, hay es que hay que coger esas habilidades de esos niños y desarrollarlas.

**MODERADOR (A):** Ujum profesora.

**Actor 13:** Bueno yo veo que una limitante es que las mismas políticas educativas priorizan el desarrollo de la secundaria, para secundaria hay música, para secundaria hay profesor de danzas, para secundaria hay educación física, concursos, porras etc. etc. En cambio para la primaria, esto está así, ¡no hay nada! Maestro defiéndase como pueda, con lo que le que pueda, con lo que tenga en su casa, y ahí tiene un patio lleno de cemento donde hay 4 o 5 cursos, unos jugando otros en educación física y así. Entonces

para nosotros que ha sido nuestra pelea durante no sé cuántos años, llegamos reclamando lo mismo, que sea la básica primaria quien tenga todos estos maestros especializados, porque para nosotros es importantísimo, no solamente que el niño aprenda a leer y a conocer números, si no que se sepa expresar, que sepa controlarse, que sepa ser el mismo.

**MODERADOR (A):** Ujum

**Actor 13:** Y esto no se da a través de simplemente un tablero acá lleno de letras y de cosas, sino que hay necesidad de hacer muchas actividades lúdicas, pero las circunstancias como ahora hacen las construcciones solas de cemento, no se ve una matica ni siquiera de casualidad.

**MODERADOR (A):** Si.

**Actor 13:** Entonces

**MODERADOR (A):** Aquí hay que ver muchas limitaciones institucionales y estructurales para el desarrollo de programas de actividad física, ¿jumm? Profesora.

**Actor 14:** Lo mismo, es que estábamos en la misma discusión.

**MODERADOR (A):** Pero que más cree, que más cree usted dentro de los limitantes o dentro de los facilitadores, ¿hay algún facilitador que permita desarrollar programas de actividad física?

**Actor 14:** Pues uno con los niños hace, insiste en lo que puede ¿sí?, pero uno como hablábamos en alguna ocasión, un médico ehh general, de pronto diagnostica una enfermedad, pero cuando ya le sale específico para eso está el especialista, pero a nosotros nos toca hacer de todo, entonces si uno le va a coger a educación física, tiene que diseñar actividades profe, y pues no es lo mismo como una persona que estudio y que se especializo en educación física profe, entonces es la dificultad, uno trata de hacer lo que puede pero como se dice zapatero sin zapatos, lo que digo nosotros tenemos orquesta por ejemplo en el colegio, la orquesta de bachillerato como es lo de mostrar, es lo que gana concursos es lo que no sé qué. Pero donde están los niños de primaria, nunca los incluyen.

**MODERADOR (A):** ¿Esta orquesta es un facilitador para los estudiantes de secundaria pero no para los de primaria?

**Actor 14:** No, porque los niños no tienen acceso, porque la sede A esta en el Restrepo, llevan ¿5 años?, Construyendo la sede y no la han terminado.

**MODERADOR (A):** Listo profesora, profesora.

**Actor 18:** Haber ehh en mi institución, relativamente la verdad tenemos unos espacios muy bonitos y una zona verde, pero.

**MODERADOR (A):** ¿Ósea no hay limitantes estructurales?

**Actor 18:** Ehh sí, pues realmente no, y allí nos distribuimos de manera que, ehh unos cursos salen, tenemos horarios de descanso distintos pues para que no nos crucemos en el patio, además podemos utilizar un parque que está al frente, entonces cuando uno quiere se puede ir al parque hay cruzando. ehh una gran limitante que tenemos es que muchas veces nosotros los profesores ya llegamos al horario que nos está pesando y entonces como que se nos facilita más hacer clase en el salón que salir a trotar o hacer actividad física.

**MODERADOR (A):** ¿La limitante va desde el profesor?, ¿el profesor de pronto ya no puede hacer actividad física?, ujum.

**Actor 18:** A veces en el colegio la educación física es dejarlos salir, sin embargo hacen que hagan ejercicio es cuando quieran, no orientarlos no dirigirlos, entonces realmente sí, y no de que se lleva al chico, entonces sería bueno ganarse uno pues las herramientas y volver tener como esas dinámicas y ese entusiasmo para hacer las cosas, y si no pues hasta luego mijo.

**MODERADOR (A):** Profesora

**Actor 12:** Yo no creo que las limitantes sean los profesores, entonces no es que tu no tengas ánimos, pero yo digo, yo digo que nos ha perjudicado, el interés el interés de los profesores, que si nosotros tenemos una (no se entiende)¿si? pero es que no la hay nosotros no tenemos, en primaria no tenemos profesores de educación física, no tenemos ni un profesor de actividad física, no hay, si no hay sino una persona de años que nos ayuda, pero no profesor de educación física, de edad ya, no tenemos nada y no tenemos materiales.

**MODERADOR (A):** ¿Y si yo no tengo profesor de educación física y no tengo profesor de artes, yo no podría facilitar la actividad física en los niños?

(Todos hablan al tiempo y no se entiende)

**MODERADOR (A):** Porfa de a uno para escuchar

**Actor 18:** Hay hay en internet, hay videos de de danzas hay con educación física, entonces eso le le colabora a uno mucho, pero uno muchas veces no lo utiliza.

**MODERADOR (A):** Ese es otro facilitador, tenemos los medios para generar, profesora.

**Actor 15:** Ehh mm nosotros por ejemplo, cualquier día cogemos, nosotros somos arrimados en un colegio, en el colegio Camilo Toro, el colegio panamericano es de

acá de la localidad 14, pero estamos arrimados en el colegio Camilo Toro, en ese porque el colegio es súper grandísimo, los salones son inmensos y pues hay una (no se entiende) pero entonces tras del hecho, yo llevo un año en ese colegio y vengo de un colegio donde existe todo, donde existe todo porque hay es un colegio particular y pues cada, hay hay existe en el panamericano hay profesor de educación de educación física por esa parte la tenemos, pero entonces el colegio en sí y se ha dado uno nuevo por que como no es de nosotros, ese es otro colegio entonces hay limitaciones es decir nosotros estamos en un espacio, el Camilo allá y nosotros acá, ustedes tienen este espacio utilícenlo, pero por ejemplo esta semana que el Camilo Torres está en semana camilista, entonces cuando nosotros salimos, y ellos no no, es que tenemos partidos esta semana, y este es nuestro horario, y es que a nosotros nos corresponden ósea ¡no!, ustedes no tienen en cuenta el horario de nosotros y están ocupando en el horario que nos corresponde, y nos dicen ustedes se complican pero entonces, yo por eso yo decía, yo le decía a los compañeros, yo dije nosotros estamos en un sitio donde tenemos al alcance museos, el parque nacional esta hay en el lado y, pero entonces !otro limitante!, Por ejemplo antes uno uno, como que a veces uno salía uno a dictar ¡vámonos al parque! Y tal, ahora es complicado sacar del colegio, ¿Por qué?, Porque tú vas a salir del colegio y tienes que avisar, tienes que llamar a laa orientadora no se, para avisar que vamos a salir tantos niños, que la profesora que título tiene, que tatatatata, para poder salir a la otra esquina, entonces es uno adaptarse a otro lugar, cuando uno vámonos al parque nacional, entonces listo tenemos todo listo cuando ¡que aguacero!, Noo que vamos a salir así, esta semana de nuevo tenemos la visita de, vamos para el nacional, vamos para que soliciten el seguro pa poder salir de aquí mm, y allá arriba y allá hay otro ritmo, no pudimos salir porque no había todavía el permiso y hay entonces son limites, tienen el espacio del parque nacional pero no se puede salir, tenemos los museo, pero entonces toca todo con tiempo, ósea uno no puede decir vamos mañana pasado o hoy está el día hermoso salgamos, no podemos así como inesperado, si no toca todo planeado, y muchas veces le dije a la compañera porque de pronto, por decir ósea una de pronto algunos hablaran o no se hablara, y por eso posiblemente no había grabadoras en

las instituciones, cuando (no se entiende) pero no había esa presión de que había mucho trabajo y uno necesitaba (no se entiende) pero lo que una hacia antes, lo hemos perdió se ha perdido, de pronto una actividad, entonces nosotros también como ella, como hablábamos ahorita con la compañera entre nosotros, es que en la institución están pidiendo muchas cosas, ósea secretaria pide y nosotros dé, el colegio nos pide y nosotros ya tenemos que hay esta, entonces uno dice bueno entonces y aquí están las actividades. Vamos a hacer niños, lo que es más factible mientras nosotros nos sentamos a mirar el proyecto, a llenar una hoja, una planilla pa poder entregar, hay que entregar hoy, hay que entregar mañana, hay que entregar, entonces ósea es muchas cosas.

**MODERADOR (A):** ¿Ósea no solo son estructural sino institucional los limitantes?, ¿profesora que limitantes y que facilitadores ve usted en su colegio?

**Actor 16:** Aquí en el colegio como ustedes podrán observar están todos los patios, pero los patios mantienen ocupados, porque hay tres patios el de jardín y primero hemos solicitado la compañera de preescolar, pero no ehh dicen que ehh para preescolar no tendría docente, sin embargo nosotros insistimos insistimos aunque nos digan que no pero, yy ese es sacamos a los niños, procurando no el horario en que están los de bachillerato, evitando un balonazo, entonces nos toca andar esquivando los balones, el parque hasta ahora pues esta, hasta ahora con el cambio de rector, el parque nos lo entregaron nuevo, pero porque entraba todo el mundo lo dañaron, hasta han visto muchachos hay tomando en el parque, porque actualmente el parque está muy peligroso hay puntillas en los rodaderos, para que los niños tengan una actividad de recreación no es solo de ejercicio ejercicio, no es solo eso, esta uno hay presente pero ellos están en el pasamanos y uno les ayuda pero ya un niño seme corto con una puntilla, digamos que eso es la primera limitante. la otra es también es que a nosotros nos gustaría gestar en pleno centro de Bogotá otros espacios, porque este espacio a pesar que es un poco

peligroso tiene mucha riqueza cultural, pero lo que dice la compañera, ¡salir es un camello! Ya el seguro, el carnet de la mama, hay que pedir la autorización a la mama, todo es una mamera, y que la EPS y hay que llevarle todo y hay gente que no tiene un papel.

**Actor 14:** Y tampoco pedirles plata para una salida, porque esta prohibido.

**MODERADOR (A):** De a uno, profesora.

**Actor 17:** Teníamos programada una salida junto a primaria, al cerro de Guadalupe, le pedimos la autorización de los padres, la mandaron ¡todos! Contentos, si claro profesora no seque no se cuantas, antes ya nos iban a dar plata y todo para transporte, ¡y no! llevo una orden de secretaria, ¡no se puede pedirle un peso a los papitos! Nada, no se hizo nada y yo había preguntado.

**MODERADOR (A):** Sigue siendo de orden institucional, ósea es que es una limitante, yo les he oído limitantes, pero dentro de lo que ustedes ven de sus espacios de sus áreas ¿cierto?, Hay facilitadores que les permitan realizar actividad física, miren la profe mencionaba aquí la clase de artes ¿cierto? Mencionan que algunos espacios pero que otros facilitadores ven.

**Actor 10:** ¡no! ¡no! ¡no! Facilitador y me disculpan me ehh procedo porque yo soy incluida en mi caso, ¿no?, pero ya como tal en la primaria donde yo trabajo, barrio Eduardo santos, colegio antiguo ¿sí? El profesor de primaria de educación física saca

los niños al parque , y los saca bajo su responsabilidad porque el espacio de la institución, a pesar o que belleza, es un sitio muy agradable, pero no hay para la educación física, el profesor de bachillerato hace la educación física en el patio ¿sí?, y el de primaria se va con los niños de primaria para la calle, hay al lado del Menorah, entonces facilitadores, yo creo que sí tenemos un muy buen profesor de educación física.

**MODERADOR (A):** Pero retomando lo que dice la profesora Mariela, ehh ¿la actividad física se relacionaría únicamente para la clase de educación física? O dentro de lo que yo hago como docente ¿puedo y estoy haciendo actividad física con los niños del colegio?

**(Contestan todos)** Claroooooo

**Actor 18:** Con todo me aplica la educación física y para mí en lo poquito que he aprendido a pesar de mi experiencia, es creo la educación física es lo fund, ¡no! La actividad física es todo esto, lo fundamental hasta para que los niños aprendan ¡huy! Es básica, entonces generalmente por lo menos los niños ya se acostumbran a meterle ejercicio en rutina, nos paramos, nos sentamos, movemos la cabecita y después, es complejo por el tiempo, ehh el por qué mueven su cabecita por que mueven los piecitos. Pero es básica y es diaria, y yo digo que es la base fundamental para el aprendizaje del niño.

**MODERADOR (A):** La profesora Mariela me está mandando a la tercera pregunta, entonces voy a unir la tercera con la pregunta, porque la tercera dice ¿consideran ustedes

que la actividad física juega un papel imperante en el rendimiento académico de los niños y niñas de los planteles académicos donde ustedes están? Entonces quiero escucharlo acá, ya oíamos a la profesora Mariela que nadie lo comento, listo, oímos a la profesora.

**Actor 11:** Miren el gusto y el interés de los niños por la actividad física hace que disfrute mucho con interés.

**MODERADOR (A):** Si, ¿pero cómo influye en el aprendizaje?, ¿Por qué usted cree que eso influye en el aprendizaje? ¿Usted cree que influye en el aprendizaje para la parte cognitiva realizar la actividad física? ¿Por qué?

**Actor 11:** Porque es más activo, más despierto.

**MODERADOR (A):** Profe

**Actor 17:** Si aquí tenemos un televisor en enterito ahí que se dispone, tenemos una grabadora también, en cada curso contamos con esos instrumentos, entonces que lograremos de eso, entonces cada 20 minutos los niños ya están cansaditos, se hace una actividad y quedan paff, 20 minutos pa lado y lado le toca a uno cambiar, entonces les ponemos un videíto de descanso y ellos están haciendo la actividad inclusive bailan o cantan, o lo que sea que estén viendo en el videíto y eso es valioso, van aprendiendo otra cosa.

**MODERADOR (A):** Listo, me voy a saltar por que ya la profe Sandra me está diciendo que no la dejé de últimas, si no que me voy así direccional y ella dice que no, solo rotando, si, tranquila tranquila, eso vamos a ir saltando.

**Actor 14:** Ehh bueno yo pienso que todos nosotros, tenemos, el ser humano es tiene movimientos, tiene ritmo todo el tiempo.

**MODERADOR (A):** Si

**Actor 14:** Entonces al hablar con ellos las palabras, los sonidos que emitimos, ellos las emiten en movimiento entonces mm, en la clase uno con los niños con una pinche canción ya uno esta haciendo una actividad física, por ejemplo con el las palmas ya también se está haciendo algún movimiento, entonces dentro de la clase uno trabaja con los niños todo el tiempo eso, ritmo, movimiento con ellos, no necesariamente ehh, uno tampoco tiene que ser la actividad física ehh por fuera, que salte que corra que no, ¡dentro del salón también la podemos hacer! Al pintar al untar, bueno que se yo.

**MODERADOR (A):** ¿considera usted que eso favorece el rendimiento académico de los niños?

**Actor 14:** Claro.

**MODERADOR (A):** ¿porque?

**Actor 14:** Por quee, ehh yo siento que para ellos debe ser algo agradable algo que sea significativo, para ellos que no sea algo, como algo tradicional, si no que el niño se vea involucrado y el niño pueda a partir de de pronto de un canto pueda aprender, o al contrario, un ejemplo, nosotros en preescolar trabajamos ehh lo que es aprender las vocales dentro de las palabras, entonces ehh hicimos con la imagen por ejemplo de una vaca, hicimos la canción de la vaca lola, entonces vamos a escribir la canción de la vaca lola solo con vocales, entonces ya empezaron con las palmas, empezamos a cantar y ellos empezaron a decir la A , lA vAcA otra A, otra A y ya que lo cogían y cuando, y empezaban a cantar la vaca lola, entonces es significativo, están aprendiendo están jugando y es algo novedoso para ellos.

**MODERADOR (A):** Ujum, profesora.

**Actor 18:** Es que el simple hecho de que es un niño, también el niño aprende, está manejando buen espacio está manejando buen tiempo y lo esta llevando después a la mente del niño para que realmente tengan más disponibilidad.

**MODERADOR (A):** Entonces profesora consuelo me estaba diciendo la relación entre el hacer actividades y la relación del aprendizaje.

**Actor 18:** Por lo general uno siempre hace actividades antes del horario, a un cuaderno, a un espacio, ellos manejan por su puesto sus actividades para luego plasmarlos en una hoja en un cuaderno, entonces ahí (no se entiende) porque por ejemplo las vocales que

yo dibujo en el aire con el dedo, ¿sí? Todos esos movimientos mejoran el conocimiento, y todas esas cosas me pueden conformar actividad.

**MODERADOR (A):** Listo perfecto, profesora.

**Actor 13:** Bueno yo voy a comenzar con mi experiencia con algunos niños y la motricidad tiene como un, es muy débil en su desarrollo entonces a veces recurre uno a las cosas que están de moda, no????, con los niños, en este momento hay un rompecabezas que es un rectángulo y que eso, entonces yo compre unos para el día del amor y la amistad, algunos los rifamos, algunos los ganaron, pero como premio ¿no?, cada vez que terminabas alguna actividad (no se entiende) pero entonces el que va terminando, va mirando allá con ellos como se hace el perro y como hacemos la cruz, por la motricidad, como ellos tienen que mirar a sus fichitas digamos, eso es lo que hemos, y a mí me parece que esas cosas hacen que los niños trabajen con interés, rapidito, rapidito, y se esmeran por hacerlo bien porque si lo hacen mal entonces no pueden jugar, entonces yo creo que (no se entiende) para que el niño este emocionado, para que el niño no se sienta aburrido en el salón también.

**MODERADOR (A):** Listo, no quiero que se salga ninguno entonces me voy devolviendo, profesora.

**Actor 15:** Haber yo pienso que, el niño esta desde que llega o desde que entra, está completamente en un momento actividad física, se está moviendo, y el niño se mueve para allá se mueve para acá, ni siquiera cuando está haciendo una actividad y a veces son muy pocas las circunstancias en las que hay una concentración, sentado, y hay dices

nadie se está dejando de mover y si te demoras el niño esta hay en movimiento moviéndose, a lo último después de ellos tanto moverse entonces uno termina diciéndole, quieto, oye no hables, oye no juegues, y pues eso conduce a que no se muevan, entonces malo si se mueve mucho, malo si no se mueven, entonces yo les digo oye pero muévete trabaja , dale.

**MODERADOR (A):** Pero dentro de eso que esta mencionando, usted ve que si se hace actividad física mejora el rendimiento académico del niño o es igual que si no se hace.

**Actor 15:** No pues no es igual, pero pues, Como te digo en determinados chicos, porque hay chicos que la educación física, si como actividades físicas se ven esos movimientos que uno trabaja , pero hay unos osea , la actividad física, unos que humm nada , que no, la caligrafía para uno llegar a ver si pasa a segundo y! todavía le falta!, entonces uno ve que deberían seguir en ´primero , entonces hay allí uno confirma y dice , oye pero yo ya hecho esto y esto y nada. A veces falta mucho también la ayuda de la familia, no?? La ayuda del padre, porque dentro de la familia también va eso, porque yo tengo un chico que él te maneja trabajos de copiar, y el copia y escribe y copia bonito, pero entonces el abuelo, el que tiene el niño, el que lo está cuidando, el abuelito el no escribe, él no sabe y tanto que una vez un trabajo, y me estaba haciendo una letra que no iba y me coloco vaca con B, y yo decía, imagínate, no mi abuelito y él decía mi papa me ayudo , entonces uno dice imagínate la ayuda, entonces eso también va en la cultura de la familia.

**MODERADOR (A):** ¿Ósea que también hay factores familiares en medio de todo eso proceso?

**Todos:** ¡CLAROOOOOOO!

**MODERADOR (A):** Profesora que me la salte.

**Actor 12:** Bueno hoy en día los niños son hiperactivos, (no se escucha bien) Pero es decir falta es que estos muchachos, uno los saca al patio, y entonces, los pone uno a dar vueltas hasta el cansancio, porque ellos se mueven como muñecos, y disfruta con ellos en diferentes cosas, rapidito, porque todo lo quieren hacer corriendo (no se entiende) como decía una compañera, yo llevo 26 años enseñando y hay unos que son terribles, a nosotros nos toca, porque en realidad nos toca, pero yo he escuchado compañeras que se quejan de lo mucho que se mueven.

**MODERADOR (A):** Pero retomando lo que estábamos planteando, que si ellos hacen actividad física como usted menciona, por lo que ellos tienen tanta actividad, mejora el rendimiento académico de los niños.

**Actor 12:** CLAROOOOOOO, (hablan todos al tiempo y no se entiende) se mejora sus habilidades incluso la motricidad fina.

**MODERADOR (A):** Profesora.

**Actor 16:** Yo pienso que la actividad física los relaja, aquí hay un espacio en el salón que es aparentemente Grande pero es estrecho, y es difícil bajarlos , pero cuando unos

los llevan al patio y los pone a hacer algunos ejercicios o a jugar, cuando llegan al salón, llegan como calmados, más relajados, mejora la disciplina, definitivamente la actividad física es muy importante esa actividad desde el vientre, que usted está haciendo movimientos, entonces para mí es muy importante porque yo me acuerdo, a mí no me enseñaron bien motricidad fina, y yo tengo problema que aún no uso izquierda y derecha porque esas cosas no se las dan por ninguna parte y (no se entiende), Y aquí en Bogotá el primero (no se entiende) esa jeta porque se le aparecía el diablo, Eso a uno le quedaba marcado, entonces....., definitivamente la actividad física es muy importante y fundamental y genera una mejora en cuanto a disciplina en cuanto a atención, bueno muchas cosas.

**MODERADOR (A):** Bueno profesora disculpe.

**Actor 10:** Bueno es una pregunta.

**MODERADOR (A):** Pregunte.

**Actor 10:** ¿Hay el papel importante que la actividad física juega mientras estoy con el niño?, ¿Demasiado?

**MODERADOR (A):** ¿Por qué profesora Mariela?

**Actor 10:** Por que como todo, todo el niño lo recibe por los sentidos, hasta con solo una mirada, los ojos, el tacto, el gusto entonces digo hay que tener como ese parámetro para estar acá con estos niños de hoy en día ¿sí?, y fuera de la cantidad de problemas que ellos traen de la casa, entonces esa percepción es tal y yo creo y felicito en el alma a ese colega la cantidad de voluntad que tiene de dar para todo lo que necesitan con estos niños, entonces para mi si en la actividad física la percepción, hay que tenerla como una base para poder verdad tratar con estos niños.

**MODERADOR (A):** Así como plantea la profe Mariela el ejemplo de la percepción, ¿desde que otro punto de vista ven ustedes que la actividad física favorece el rendimiento escolar de los niños?

**Actor 11:** La lateralidad cuando hay atención espacio-temporal, (no se entiende porque hablan al tiempo) (habla de la importancia de la lateralidad en la lectoescritura-según el relator).

**MODERADOR (A):** Profesora.

**Actor 13:** No, yo digo quee en el papel de la lateralidad y el movimiento está el éxito del desarrollo del individuo, por que un niño que tiene la lateralidad confundida no tiene como leer como escribir, un niño que tiene alterada su lateralidad por que no se identifica, uno le dice gire a la ala derecha y entonces gira al otro lado, es objeto de broma y de burla de los compañeros que lo hacen bien, y la profesora también está influyendo en eso, yo pienso que de la parte más importantes en el desarrollo de un

individuo está el movimiento, el auto conocerse y por qué es que ahí se regula el niño También entonces.

**MODERADOR (A):** Profesora.

**Actor 18:** Bueno, quiero exponerles una situación que yo tengo en el salón, yo tengo un niño que lleva una cantidad de cosas y tiempo, y el niño no ha sido capaz de manejar su edad, siempre es así y no todavía no no, son seis años y el no, no domina espacios no domina (no se entiende) sobre todo, se le ha hecho de todo, ya le estamos tratando psicológicamente y motrizmente, bueno eso se le han hecho una cantidad de exámenes, ¡pero! , A mí me preocupa por que es que me mandan un reporte donde me dicen que yo que no siempre debe estimularle todo lo que haga el niño ehh, como quien dice yo no le puedo decir papito volvamos aquí o volvamos allá a hacer, ¿sí? porque es que ya lo traumatizo, ¿sí? entonces a mí me preocupa que manejo le tengo que dar yo a ese chico para que realmente mejore sus habilidades.

**MODERADOR (A):** Claro y uno de los objetivos que vamos a ir mirando y que va a ser de estas sesiones va a ser mirar como la actividad física de la alimentación saludable y las estrategias de aprendizaje motriz nos van a ayudar para manejar los niños y por eso es que el centro de lo que ella está planteando es uno de los problemas vitales ¿cierto? Que queremos mirar entre los grupos escolares.

**Actor 18:** Si porque, a mí me dicen que no gritos, que no humillaciones que no sé qué, y eso no es lo que se hace realmente.

**MODERADOR (A):** Que son casos especiales ¿cierto? Dentro de los grupos escolares que tenemos y a veces esos casos ya van más allá del manejo básico que hacemos dentro de los estudiantes.

**Actor 18:** Pero entonces que pasa, que el chico también aprovecha eso porque dice “no pues ya como me mandaron un trato diferente, entonces ya la profesora no me dice nada”, entonces el no hace nada, porque él era un niño muy juicioso que a pesar de sus dificultades él trabajaba y hacía a su manera sus cosas y a veces entonces ya ¡no!, ya no por que como entonces, yo digo entonces que hago (habla otra persona pero no se entiende).

**MODERADOR (A):** Profesora.

**Actor 16:** Bueno es que de verdad yo ahora (habla del caso especial anteriormente tratado por la profesora consuelo, y si se debe o no hacer un acto disciplinario al docente según el relator, pero no se entiende bien).

**MODERADOR (A):** Bueno pero yo voy a tratar de volver a centrarlas un poquitico porque nos fuimos un poquitico por todo lo que sería el problema ya institucional, pero yo quiero que miremos más desde todo lo de como esa actividad física jugaría ¿cierto? En el papel del rendimiento que era lo que estábamos hablando y estaban dando ejemplos de cómo ehh la actividad favorecería el rendimiento.

**Actor 15:** Yo creo en la medida ehh, lo más importante también va en la alimentación, desde que el niño está en el vientre de su mamá se alimenta, la alimentación de la mamá, el niño nace, la alimentación materna ya sea que la tenga o no la tenga y lo próximo es el proceso de la alimentación en su crecimiento, pero toda la alimentación es como muy deficiente ya sea que si la compra de todos modos tiene químicos ya no es como la de antes, que le daban a los niños, Que era como sin químicos, sin métodos ehh fumigantes ni nada, la leche inclusive era mejor, que aunque hubiera niños que no tenían, por lo menos la generación de nosotros ¿no? ,que muchos no tenían para carne ni huevos, y hay yo les he preguntado a mis estudiantes, yo les pregunto que comieron, porque apenas llega el refrigerio yo lo primero que hago es, para la actividad y acaban el refrigerio, pensando que posiblemente hay algunos que no han comido entonces a la hora que llega dejo que coman porque, eso limita sus ganas de jugar por que no pueden jugar con hambre.

**MODERADOR (A):** ¿Y usted ve que esta falta de alimentación y esta falta de actividad pueden afectar el rendimiento?

**Varias personas:** Si claro, claro.

**MODERADOR (A):** Profesora.

**Actor 10:** Yo veo como una clara falencia, y la problemática de limitación de la actividad física en los niños de hoy en día, viene de la casa, donde las (no se entiende) que hay que ahorrar energía, y también el trabajo de los papás, con las actividades que ellos tienen que desarrollar, hoy día el niño está limitado a un cuartico, pongámosle de 2

x 2, y le está impidiendo su limitación física y todo lo que se tenga que hacer, yo creo que, no se si pensarán diferente, que el niño que se concentra mentalmente pero su actividad física, ¡sí! está moviendo los ojitos y las manitos y esta la concentración pero, yo creo que esa es una (no se escucha).

**MODERADOR (A):** Que iría hacia el punto que estábamos hablando, se acuerda de las limitantes que están institucionales.

**Actor 10:** que pena con usted

**MODERADOR (A):** No, no hay problema porque eso es importante, no importa que nos estemos devolviendo porque esto es importante dentro de lo que estamos discutiendo, ya que este limitante, todo está relacionado porque es el limitante social, cierto? Y es el ambiente cultural de los niños porque son los espacios en los cuales está viviendo. No, siga tranquila profe.

**Actor 10:** (No se entiende por qué hablan dos personas) en el colegio casualmente el docente debe estar preparado y mirar que estrategias utilizar para que estos niños de verdad, aprovechar ese corto tiempo en el colegio aunque la responsabilidad es de casa, si?, hay papas que lo mismo en su tiempo libre en toda la semana se quedó durmiendo y no saco al niño al parque, es más, porque a veces yo generalmente les pregunto bueno y que hicieron el fin de semana, no, viendo televisión, nos pusimos a jugar con mi papa en el computador, es muy raro el caso que diga mi papa me saco al parque.

**Actor 11:** Y es que el problema es el facilismo para los padres, prefieren que los niños jueguen con los videojuegos, o viendo televisión, y no llevarlos al parque, eso también va en la parte social.

**MODERADOR (A):** La parte social y cultural; ¿profesora iba a decir algo?

**Actor 18:** No.

**MODERADOR (A):** ¿No? Bueno.

**(Risas)**

**Actor 18:** No, pues venga, que la motricidad de los niños se está desarrollando en el computador, es porque ellos lo ven como algo divertido, yo por lo menos los dejo un rato, pero ellos quieren durar todo el tiempo ahí, y es en eso en lo que realmente se concentran.

**MODERADOR (A):** Pero retomando lo que ustedes están planteando tanto de los ehh, factores que están llevando a que los niños, están limitados para desarrollar la actividad física, por ejemplo los aspectos en la casa ehh el trabajo sobre los computadores, ¿cierto? ¿Podríamos diseñar estrategias que los lleven a ser más activos físicamente en esos espacios?, en el colegio o en sus propias casas.

**MODERADOR (A):** Cómo son profe, cuéntenos.

**Actor 16:** Son unas maquinitas donde hacen diferentes actividades, donde el niño cuando ve la flecha en la maquina debe saltar, en el tapete, (habla de un juego que requiere movimientos pero no se entiende) a mí me parece interesante, los niños aprenden y seguramente cuando lo podamos implementar en el colegio será novedoso.

**MODERADOR (A):** ¿Pero usted ve que el rendimiento mejora cuando ellos hacen ese tipo de actividades?

**Actor 16:** Pues yo veo que sí, pero para mí la actividad física, por mí por mí lo que realmente sirve es las salidas pedagógicas, cuando yo tengo la oportunidad llevar a los niños de preescolar al parque nacional a diferentes partes cuando tuvimos el (no se entiende) cuando los llevamos los niños llegaban de esos parques, aprendieron ósea, el aprendizaje fue mucho mayor con las salidas pedagógicas.

**MODERADOR (A):** Profesora

**Actor 15:** Si nosotros cambiáramos el espacio aprovecharían mucho más, ehh uno en el salón no se puede trabajar lo mismo, porque lo mismo, en cambio si de pronto ustedes salen, y nosotros en la mañana por la mañana estamos en el colegio, de las 12:30 en adelante afuera, todo el tiempo afuera, que que bueno, teníamos que ir al hospital, que si vamos al parque, que si vamos al museo de no sé dónde, vamos aquí, que ir allí cuánto vale, que vamos allí profe que cuánto vale, tanto, bueno no importa vamos, esos pelados

es increíble como afuera ellos entienden más, porque hay no teníamos que estar aquí viendo la historia, y servía porque ellos quieren ir que al museo de allí que al museo de allá, y quieren ir al parque de acá, íbamos a muchas partes, al parque Jaime duque, ellos conocían a Bogotá, y decían yo fui a la plaza de Bolívar, porque muchos no tienen la posibilidad de ir porque o ponen problemas en el colegio, estamos en una institución porque son papas que solo se la pasan trabajando, unos llegan a la casa, y los niños dicen no profe es que no teníamos con que comer, pero yo les digo a los papas, son museos que piden 1000 pesos o 500 pesos y que los niños realmente aprenden porque salen de estas 4 paredes, y aprendieron mucho de Bogotá por que salimos a la candelaria, muchos no la conocían y la conocieron, salieron ósea ósea, y aprendieron.

**MODERADOR (A):** Pero ehh mirando eso en términos de las actividades extras, ¿cierto?, por fuera de la institución, a las que hacemos en la institución las dos nos permitirían lograr mayor actividad física para mayor rendimiento, tanto intraescolares, como por fuera de la institución, ahora. ¿Señora?

**Actor 10:** Como una posible alternativa, para decir algo de una posible solución, ¿no?, ya que ustedes eh al parecer quieren colaborar, podemos hacer esa proyección, y que no sea solamente hacer esto con los profesores de los colegios, si no hacer una con los mismos padres de familia, eso puede ser una buena alternativa porque los niños interiorizan lo que ellos dicen, porque ellos mismos comunican todo, pero si sería posible que vayan dela institución, y así para darle esta charla a los padres por colegio y que tomen también conciencia, ¿sí?, esa puede ser una alternativa.

**MODERADOR (A):** Si, y la idea es por eso nosotros, la idea parte de trabajar con ustedes.

**Actor 12:** Pero la salida pedagógica (no se entiende bien) porque fuera del colegio esos niños, huy eso corren, saltan, van por el frente por detrás, y uno con gusto los saca, pero el colegio pide para la salida, que los seguros, que la ¡tramitología! tan tenaz para poder salir, entonces eso ha dificultado las salidas

**Actor 13** Además esos colegios que están construyendo ahora, son solo cemento, no se ve una matica pero ni por equivocación

**MODERADOR (A):** ¿Ósea que hay unas limitantes estructurales para ustedes?

**Actor 13:** No ponen ni una matica con una florecita.

**MODERADOR (A):** No, y retomando lo que mencionaba ahorita la profe Mariela, uno de los objetivos de nosotros con esto que estamos haciendo ahorita, es mirar y buscar herramientas que nos permitan ayudarles a ustedes, dentro de toda esta implementación de actividad física y alimentación saludable, como estrategias para mejorar el rendimiento escolar de los niños, que es lo que buscamos y es lo que queremos saber, que ustedes nos cuenten, por eso partimos desde esta primera conversación con ustedes, porque nos parece muy importante escucharlos a ustedes que son los que están en la relación permanente con los niños.

**Actor 12:** Entonces que pasa que los niños (habla de problemas institucionales porque para todo toca pedir permiso, hasta para entrar al baño, principalmente de problemas institucionales, no se entiende bien pero se extrae esto dela relatoría).

**MODERADOR (A):** Ósea que son problemas también institucionales, bueno, les hago la última pregunta porque ya con lo que he escuchado ustedes me han respondido, pero si quiero como tomarla textualmente, es, ¿desde las asignaturas que ustedes manejan, consideran que la actividad física se puede involucrar como parte de estas asignaturas?

**Actor 12:** Si, a toda hora, en todo.

**MODERADOR (A):** ¿cómo? Sí, ¿pero cómo?

**Actor 13:** Con los parques por ejemplo, los rompecabezas, todo eso, la música, la música, el movimiento, las dramatizaciones, el movimiento que le corresponde a las artes también.

**MODERADOR (A):** Profesora.

**Actor 10:** No, y fuera de eso pues aprovechar aunque sea salgan alrededor del salón, cierto? entonces usted va aprovechar mejor dicho la pirámide en todo momento, ósea que el niño hace y hace en cada momento, pero va dejando de hacer, un factor que yo le veo negativo y creo que aquí hay que incluir a los niños, es que los niños a veces están

insatisfechos con los trabajos y cogen tiran los cuadernos y se tiran al piso, y hay que hacer entonces más actividades por ejemplo con la historia patria si yo le digo al niño, este es simón bolívar y tatata, pero ellos así no atienden, es mejor que siempre se estén movimiento (no se entiende bien).

**MODERADOR (A):** Si no, todo eso nosotros estamos llevando consigna de todo, pero, quiero que me sigan contando ¿como pueden involucrar la actividad física en sus asignaturas? Como más bien, quiero oírlos a todos. Profesora.

**Actor 17:** En todo momento uno está aplicando actividad en transición, en el preescolar integra todo aplicando actividad, uno trabaja algo de motricidad está metiendo brazos está metiendo los hombros, está metiendo todo y todo está integrado, ósea que nosotros tenemos que hacer diario las actividades, y es que quieren que dividamos por materias que no sé qué, y como uno en preescolar vamos a hacer las cosas por materias, eso tienen que ir es un plan ya todo integrado, todo eso va a ahí y en todo momento estamos haciendo actividad.

**MODERADOR (A):** ¿Quién más seguía?, profe, ¿nada?

**Actor 16:** Es que ya está dicho porque en preescolar trabajamos es por dimensiones, y es que nosotros debemos integrar no podemos separar, el cuerpo uno tiene que integrar, empezando por lo que es la expresión corporal también entra en todas las áreas, entonces nosotros no podemos separar que aquí, ni que allá nada, entonces desde el inicio desde el primer día se están manejando las habilidades físicas, desde el vientre, desde que llegan

allá al colegio, desde el saludo, desde enseñarles el cuerpo , el cuerpo como ser social, es decir está implícito en todas las áreas.

**MODERADOR (A):** Listo, Yo quiero que me especifiquen un poquitico, porque ustedes me dicen en todo, por ejemplo para algunas materias que ustedes dan, matemáticas, como utiliza la actividad física para enseñar matemáticas, profe.

**Actor 10:** ehh con loterías, rompecabezas ehh, ejercicios, supongamos ahorita estamos entrando en el proceso de la medición, entonces van a medir el salón, mida la cama, mida, están emocionadísimos con el metro, si? en matemáticas, Si , ehh con loterías, ya, con rompecabezas ehh quien cree, y yo creo que si también influye, ahorita ya están sacando ejercicios para la prueba saber, con ejercicios de pensamiento, ya vemos que han aprendido a medio analizar con salidas alrededor del colegio, si, por lo menos comencé una experiencia maravillosa (no se entiende) para llegar al plano, yo dije bueno así el rector me regañe, y me fui con los niños a recorrer el barrio Eduardo Santos que vieran como era el barrio Eduardo Santos si ,el lugar donde viven, a donde estudian y yo trabajo, y fue una experiencia maravillosa porque después a dibujar y estábamos viendo que a veces se integran y a veces se desintegran porque hay vimos integrado matemáticas, vimos sociales, vimos geometría, vimos artes, vimos todo y entonces después les dije bueno dibujen como vieron el barrio Eduardo santos, unos alcanzaron a dibujar con una habilidad y dijeron, mire yo vi la avenida tal, la calle tal, la carrera tal, la casa esquinera y dibujaron entonces se sientan a dibujar (no se entiende)Entonces es matemáticas, y casi para todo si? En español, en español a veces jugamos a los mimos, si?, el mimo que es tan difícil de representarlo jugamos al mimo así sea hagamos mímica, si?, entonces en todas las áreas se integra.

**MODERADOR (A):** Profe gracias.

**Actor 13:** Hay jueguitos muy queridos como el ahorcado, ese es muy querido por que ahí el niño tiene la palabra, la piensan van haciendo el dibujito y los otros van adivinando, eso es muy gracioso, cuando dicen oraciones alrededor de eso y finalmente expresan como se sintieron.

**MODERADOR (A):** Pero como mezclaría ahí todo lo que es el desarrollo de actividades con ellos.

**Actor 13:** Pero es que nada más se los imagina uno ahí, todos encima tratando de participar que no que yo paso primero que yo digo la a o la m, todo eso es movimiento, todo eso es actividad y además tiene muchísimo interés, desarrollan ese deseo de de yo si se, yo si se, yo si puedo, el que gana siempre hace una fiesta, brinca, salta, levanta los brazos, los amigos lo aplauden eso es una belleza.

**MODERADOR (A):** Profesora.

**Actor 12:** Nada más el movimiento en matemáticas, entonces uno llega que por favor se paren y vallan al tablero y pues caminan, ahora ehh los números entonces se paran y hacen los pies con los pies el tres, el cuatro la otra actividad, el desplazamiento físico (no se entiende).

**MODERADOR (A):** Profesora.

**Actor 17:** Quería contarle, comentarle como trabajamos actividad con un canto, que adelante, atrás, derecha, izquierda, arriba, abajo, con un canto se trabaja español ,si?, Comunicativa se trabaja , educación física, se trabaja de todo, si?. Y después de todo eso que se han integrado todas las áreas.

**MODERADOR (A):** Bueno yo me voy a salir del módulo acá y ahora les voy a adelantar una pregunta a ustedes ya para terminar, para usted dentro de su vida regular la actividad física es importante también? ¿Y la practican?

**Contestan todos:** A veces.

**MODERADOR (A):** Aja, a veces, pero no es una constante, aja no es una constante.

**Actor 15:** Lo que pasa es que, sean perdido muchos espacios para realizarla actividad física.

### **TRANSCRIPCION GRUPO 3 (PROFESORES JORNADA TARDE)**

**MODERADOR(A):** Entonces mi nombre es Edgar Cortes de la Universidad Nacional soy fisioterapeuta... me presento, conmigo van a trabajar esta tarde. La primera

pregunta, que es muy importante para nosotros dentro de todo el programa, qué es actividad física... qué se entiende por ese concepto?... el que quiera empezar, el nombre...

**Actor 19:** Soy docente de aquí... del colegio Agustín Nieto Caballero, para mí qué es actividad física, es todo lo que implica un movimiento corporal, ehh... no solamente lo que tiene que ver un movimiento rápido y exhaustivo, si no también, a veces las pausas activas son consideradas, para mí..., como parte de la Actividad Física.

**MODERADOR(A):** Aja... por acá.

**Actor 20:** Yo trabajo en el Eduardo Santos, ehh para mí la actividad física es todo lo que implica un gasto calórico en el cuerpo, entonces, desde el momento en que estoy escribiendo ehh hay unaa, pues hay un gasto por el movimiento que estoy generando, mm... en el momento que estoy hablando, pues obviamente cuando estamos hablando de actividad física estamos hablando de unos niveles... de bajos, medios, moderados, dependiendo de las clases de movimientos quee.... realizo a diario en el trabajoo...

**MODERADOR(A):** Profesora...

**Actor 21:** ... Soy también docente del Eduardo Santos. Yo diría que actividad física es cualquier acción o movimiento que implique poner en razonamiento los músculos.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 22:** Buenas tardes mm... Movimiento que conduce a tener una buena salud.

**MODERADOR(A):** Estamos mirando que hay varios conceptos claros que estamos manejando, miremos del gasto energético, del movimiento, del movimiento hacia la salud, ¿qué otros conceptos tienen ustedes por que como lo entienden la actividad física?

**Actor 23:** Soy del colegio Eduardo Santos. Yo pienso que actividad física no es... más gasto de energía, no es... que mm, movimientos suaves no, es más gasto de energía, es actividad cardio, cardio, cardiovascular, que me desarrolle mí, mii... mis músculos y mii mí cuerpo, no?... que me hagan más sentir como ejercicio, cuando estamos muy sedentarios, yoo... camino y hago, pero eso no es actividad física, actividad física es un ejercicio quee que implique un... ehh un gasto de energía, y desarrolle mi cuerpo, todo si, mis músculos para una mejor salud.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 24:** Soy del Liceo Santos, ehh... actividad física para mí es todo movimiento, movimiento dirigido, porque nos estamos moviendo todo el tiempo, pero eso noo... sería como tal la actividad física, un movimiento exigente que implique un esfuerzo, un gasto de energía diferente ehh con las actividades diarias, entonces que al caminar 30 minutos, ehh pero que sea consciente, que sea consciente que esa actividad física para

que sea benéfico para nuestro organismo. Obviamente la actividad físicaa debe estar para mover y cuidar el cuerpo...

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 25:** También soy del liceo Eduardo Santos. También pienso que la actividad física implica un movimiento coordinado y que tiene una finalidad y un propósito.

**MODERADOR(A):** Profesora, es que no la he oído y me interesa su opinión

**Actor 26:** Soy del colegio san Francisco de Asís. Estaba yo pensando en la actividad física... y a mí me tocó ayer..., porque ayeer..., en el colegio a cada profesor le toca repartir los refrigerios un día, y a mí me tocó ayer..., y entonces quince salones y cada uno de a treinta y pico, y yo tengo primero..., y entonces yo me llevé a mi chiquitos, todos los hombres, por que los hombres son terribles y no los puedo dejar en el salón, me los llevé para que ellos subieran las canastas, y cuenten y cuenten, y los niños a agarrar..., eso es una actividad fisca terrible.

**MODERADOR(A):** Un ejemplo directo de actividad física?

**Actor 26:** Yo llegué al salón que ya no podía más...

**MODERADOR(A):** Un claro ejemplo de actividad física... profesora...

**Actor 27:** Soy del colegio técnico Leonardo. La actividad física es todo movimiento que aumente el gasto y es todo lo que hacemos en todo el día.

**MODERADOR(A):** Profe.

**MODERADOR(A):** entonces voy a empezar por el otro lado para escucharlos a todos... profe...

**Actor 28:** Es que hay un concepto básico que es el consumo calórico, porque no solo es el movimiento si no que implique un aumento de la frecuencia cardíaca, puede ser uno de los factores....

**MODERADOR(A):** Con respecto a los conceptos..., ahora les voy a plantear una pregunta un poco más específica... ¿en donde ustedes trabajan qué factores personales, sociales o culturales consideran que favorece o limita la práctica de la actividad física en la comunidad educativa?... listo... ahora vamos a comenzar de allá para acá, o si alguien quiere comenzar, lo podemos hacer así que no hay problema. Profe.

**Actor 21:** Hay tres factores que son pertinentes para la realización, que son estructurales y organizacionales. Nuestro colegio... es un colegio que no tiene espacios, tiene en sus jornadas aproximadamente de, niños no tienen espacios, fuera de tener espacios, por

políticas del rector no?, los niños no pueden usar balones, los niños no pueden ehh hacer una serie de actividades en el patio..., yo sé que hay que cuidar el jardín, pero entre cuidar un jardín y ensuciarse el niño, yo prefiero que se ensucien. Los niños no pueden correr, los niños no pueden jugar, los niños no pueden, cuando salen a descanso y escasamente... si corren mucho, se llevan a uno por delante por el espacio.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 22:** Ya lo que la compañera mencionó, ehh hay un factor social, aparte de un factor social y cultural, bueno un factor social y cultural en cuanto a la concepción a la actividad física dentro de la escuela, no, y administrativo pues por que la educación física no se le ha dado el mismo espacio de una hora o dos horas semanal, ehh entonces ehh... el espacio para la realizar actividad física la recocha eh el juego, mm es bastante reducido tanto en primaria como en preescolar preescolar y bachillerato, entonces precisamente el espacio del salón es importante porque noo....

**Actor 19:** Sii... en cuanto ahh los espacios que tenemos allí..., entonces uno se da cuenta dentro de esta institución son bastante limitados, no hay una especie de semi-parque... infantil, que en este momento estamos viendo también que está restringido su uso... para los niños de preescolar entonces desde primero en adelante no lo tiene a su servicio, entonces eso limita, entonces mi compañera no los saca..., eso es cierto, en el sentido de que la población indígena que tenemos aquí, ellos vienen ya acostumbrados a estar trepados prácticamente en los arboles jugando, corriendo libremente, saltando, tienen una motricidad bastante fuerte... que no es comparable con otro niño de la ciudad, ehh son bastante dinámicos, muy activos, entonces el hecho de venir a limitarlos y sentarlos a que tienen que estar rodeados en cuatro paredes, para ellos es

totalmente enclaustrante y a la vez es frustrante, y para uno como profesor es frustrante en el sentido de no poderlos tener un poquitico quietos, o sea le cambiamos total las reglas del juego de una forma muy brutal, eso hace que seaa... En cuanto a nosotros mismos como docentes, nosotros estamos prácticamente de pie todo el día, noo... vamos a decir que estamos sentados, no porque estamos de pie, estamos caminando alrededor del aula, nos estamos moviendo todo el día, para arriba, para abajo, subiendo escaleras, se podría decir que es una actividad física, noo resalta como tal, en el sentido de que es una rutina de todos los días, pues ya deja de ser un ejercicio benéfico y se convierte en eso, en rutina, ya deja de ser algo que aporte a la salud como tal, y cae uno dentro de la rutina diaria de siempre a la misma hora, de las mismas actividades. La participación de los docentes como tal, en dentro de la clase de educación física, tenemos nuestro profesor de educación física y Héctor maneja sus actividades con cada grupo, es quizás... ese es el único momento que nosotros tenemos otro tipo muy diferente de, estar de tiempo..., y hacer otras actividades diferentes, muy diferentes de estar siempre con los niños. En sí, en sí, lo que tú dices, organizacionalmente, estructuralmente mm existen muchas limitaciones en un aula, en un colegio, más de este tipo, donde la arquitectura es antigua, dondee..., no estaba hecha para asimilar a un colegio, y si que mucho menos para cursos pequeños, sino, mirar otro tipo de poblaciones que se manejaban en ese momento, y simplemente se hicieron las adaptaciones que se consideraron en ese momento. Pero no hay los espacios, las canchas que se encuentran aquí eee es muy poco el uso, nuestra población debido a su situación tampoco es que tenga la posibilidad de tener mucho acceso a los balones, tener acceso..., aquí lo máximo que hacemos es... saltar lazo, jugar fútbol, una vez que otra cuando conseguimos que el profesor de educación física nos facilite algunos balones, de pronto organizar un partido algo así, pero no existen muchas posibilidades de hacer un ejercicio realmente bueno.

**MODERADOR(A):** ¿Bueno, otro?

**Actor 27:** Considero que no se le da importancia a la actividad física, se cree que es una pérdida de tiempo, y mi trabajo en la Venezuela, y como por la tarde son más poquitos estudiantes por una cuestión que se llama parámetro, que es legal..., no tenemos profesor de educación física, a veces van practicantes, y somos muy sedentarias como la presente, ya uno le huye al sol y a la actividad de mucho movimiento entonces ehh... por eso es bastante limitado.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 23:** Ehh... en los colegios también se ve mucho más, por ejemplo los parques para los niños pero entonces no están en zonas adecuadas, pero prefieren colocarles zonas flores y jardines, matas y flores que darles un espacio para que jueguen. Además tienen un parquecito hay actividad física pero noo..., eso los sacan y se forma el desorden..., en lo social los papás no es que los lleven mucho a salir, a un espacio libre, a un parque, por que no tienen tiempo, y los niños se la pasan viendo televisión y no jugando, pero que los papás los lleven mejor a un sitio a jugar.

**MODERADOR(A):** La profe ha tocado algo crucial que es la parte social y cultural en los niños, y el entorno familiar. ¿Ese entorno familiar para ustedes es un papel importante para la actividad física o es un limitante para esto?...

**Actor 23:** Claro, claro porque..., pues la mayor parte del tiempo están en la casa, entonces allá tienen mayores cosas, pero como los papass, que viven con los abuelitos entonces..., los papás están más trabajando, cuando tienen un poco de tiempo quee... que le dedican a ayudar y a regañar porque no hacen en la casa.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 19:** Exactamente, lo que ya dijeron. La mayoría de nuestros, del personal que vivían en esta localidad, viven en inquilinatos, trabajan de sol a sol, salen a las 6 de la mañana y llegan a eso de las 10 de la noche, exclusivamente a conseguir lo del diario, entonces la actividad es..., o salen los niños a la calle a correr riesgos los niños..., o se quedan en la habitación del inquilinato, que muchas veces no, noo... tiene condiciones a veces, yy si salen a la calle, la zona no es que presente mucha seguridad, los pocos parques que quedan aquí son el del Tercer Milenio el de la sexta cierto, y dos más hacia allá en Santa Isabel, por la tercera hacia allá, hay como tres parques más, pero son zonas reconocidas como zonas de expendio de drogas cierto, entonces muchas veces los padres tampoco quieren que también..., a pesar que es muy cotidiano en esta zona, tampoco quieren exponerlos tanto a eso, por eso prefieren que se queden adentro. Lo que tú dices es verdad, la inactividad es bastante fuerte, que les queda a los niños, no pueden salir con los adultos porque están trabajando constantemente, o están dentro de los trabajos de las fundaciones que están en contra-jornada, y lamentablemente estas fundaciones no trabajan si no de lunes a viernes y los fines de semana están en sus casas, ehh o están en sus casa jugando, televisión, o a veces jugando Nintendo, y aquí se ha dado que a veces antes de entrar al aula de clases como tal, los niños permanecen jugando aquí en el centro comercial, por que esas son sus actividades favoritas, porque no hay más en que desempeñarse.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 25:** En mi colegio no es muy grande, pero si permiten quee... que los alumnos puedan jugaar, los muchachos se queden a jugar en los espacios, quee dentro del patio o los pasillos, ehh muchos de los profesores fomentaan dentro de las aulas juegos para los trabajos, que hagan actividades que implican movimientos y no estén todo el tiempo sentados.

**MODERADOR(A):** Voy a hacer una pregunta, para organizar lo de antes, que ya varios de los compañeros que han relacionado la actividad física con el docente de educación física, o sea para ustedes la persona quien debe manejar la parte de actividad física son...

**MODERADOR(A):** De a uno..., me interesa escucharlos..., porque todo esto es muy importante..., quiero escuchar todas sus opiniones por que es muy importante.

**Actor 25:** Puede realizarlo cualquiera, pero hay personas que tienen un conocimiento para tener una mejor ejecución de esto... porque los profesores de educación física pueden orientar mejor a nosotros para el manejo de la actividad pero no son los únicos.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 24:** Estoy de acuerdo con la profe , loo que pasa con educación física nos compete también a nosotros, porque... a ver, los niños no pueden estar todo el día sentados, desde que llegan hasta que se van, allá intentamos sacarlos, hacer cosas moviéndolos intentamos hacer actividad física, porque la actividad física es un

movimiento dirigido con un propósito, cierto... haciendo juegos, movimientos dentro del salón, fuera del salón pueden jugar, correr, hacer cosas que no se pueden dentro del salón..., los niños practican un deporte, vemos más a las niñas que juegan a las muñecas, a maquillarse, los niños les gusta correr más, de un lado para el otro lado, claro que ehh no... no es la generalidad es la proporción, pero se ven más niños que niñas... y también es por la moda, por que a veces se ven jugando a las cartas, a tirarlas con las monedas a arrojarlas, cuando pasa eso juegan a otra cosa...

**Actor 25:** uno de los espacios, los espacios que tienen la escuela no es el adecuado, y para hacer cosas de actividad física es complicado por que se pueden caer... yy, pero también es falta de compromiso para los niños por parte de los padres, porque en ocasiones no los sacan a parques y los mantienen encerrados en la casa.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 28:** También es importante que el docente pueda articular su..., su maya curricular con actividades lúdicas, que permiten a los chicos moverse y entender los conceptos..., además entender el desarrollo familiar, intentar implementar la actividad física dentro de sus clases, chicas y chicos, tienden a hacer las actividades, se tiene el concepto que se aumenta la frecuencia cardiaca, pero también permite un mejor entendimiento de las actividades que les puede dictar los maestro, y conoces cuál es la motivación que ellos tienen...

**MODERADOR(A):** La escuchamos...

**Actor 29:** Yo trabajo en el colegio Menorah. Yo pienso que las limitaciones en el colegio es muy poco, es un colegio femenino, por allá aparte del parque que tienen las niñas, tiene educación física, el colegio cuenta con un programa que tienen los sábados y domingos con proyectos artísticos deportivos, como porras, baloncesto, voleibol, tienen barras, canchas, y los papás son muy comprensivos en ese sentido, y piensan que, ellas tiene muchos modos para realizar actividad física.

**MODERADOR(A):** Recopilo de lo que me habla la profe Lorena y los demás para contextualizarlos a todos porque ehh, escucho, es que me han hablado más de limitadores para la actividad..., que facilitadores... ustedes consideran que en sus espacios hay facilitadores...? Profe.

**Actor 21:** No sé si sea algo arbitrario, y ehh es que en sentido personal, muchas veces los docentes, no sé si es por temor a que no conozcamos algunas prácticas para hacer ejercicio de una forma más segura, es la responsabilidad del profesor poder intentar hacer actividades que pueden ayudar a mantener a los niños con movimiento, en el salón o fuera del salón.

**Actor 30:** No quiere decir que no haya maestro de educación física o sea veterano no lo haga, porque lo que es que los niños no se aguantan toda una tarde, ya sea yo la más retrograda, pero uno trata, uno trata de ayudar, yo hago yoga trato de con los niños hacer yoga, cuando cambio de actividad trato de hacer actividad con los niños, uno trata de hacer algo de actividad física...

**Actor 19:** Pero entonces, volviendo a la parte del profesor de educación física, lo que pasa es que nosotros nos apoyamos, o nos queremos apoyarnos bastante en ellos, es porque se supone que es la persona que se ha preparado para orientar mejor el trabajo, si todos saben un trabajo físico mal orientado puede llegar a causar más daño que el beneficio que puede llegar a aportar..., más con los niños, más con los niños, lo mejor es que sea él que oriente el trabajo, por lo menos yo con los muchachos trabajo en el aula cuando los veo cansaditos, hago pausas activas ayudar hacer estiramientos, de pronto un poquito de pie, volver a sentarnos, pausas activas, para poder reiniciar, pero eso no es lo mismo que un trabajo fuerte en una clase de educación física.

**Actor 28:** Es importante reconocer que, el ejercicio inicial del juego, la actividad cierto, conceptos para el desarrollo..., como conceptos entre lo práctico y lo pragmático, y en ese sentido se puede manejar desde el juego.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 27:** Ehh, yo quiero agregar un poco a lo que decía la compañera, nosotros tenemos una ludoteca, pues en la ludoteca llevamos a los niños, donde trabajamos todo lo del juego todo lo lúdico, siempre están sudando todo el día, están ehh en plena actividad todo el santo día, están en actividades lúdicas, que para arriba que para la ludoteca que para acá, todo el día están en movimiento, y en actividad si la coordinadora lo ve a uno dirá que se la pasan en el colegio.

**MODERADOR(A):** Profe no la he oído.

**Actor 31:** Yo soy de aquí del colegio, soy partidaria de que los niños necesitan docente de educación física como tal, nosotros como profesionales podemos realizar algunos trabajos orientados al trabajos de actividades, pero los profesores de educación física tienen más formación en esta área, y es necesario que los niños tengan esta clase, pero los colegios ya casi no le colocan cuidado a eso y en ocasiones se pone a un lado la hora de esta clase. Y más en los niños del primer ciclo porque eso contribuye en el desarrollo de ellos.

**MODERADOR(A):** Bueno..., muy bien lo que nos están diciendo, sé que ya lo han mencionado en todo lo que están planteando, pero nos interesa mucho conocer. ¿Consideran ustedes que la actividad física juega un papel imperante en el rendimiento de los niños?

**Actor 19:** Si es importante. Una persona que está en constante movimiento es capaz de reaccionar más rápidamente frente a otras circunstancias, es capaz de tener capacidad de atención, es capaz de concentrarse en algunas cosas, una persona que permanece estática, quieta pues obviamente está durmiente, está como somnoliento, no responde de la misma manera, no tienen la capacidad de respuesta como tal, entonces yo si considero que la actividad física es muy importante, como le digo a nivel de los niños, aquí decir que tenemos niños tranquilos y calmados que podemos tenerlos en el aula quietos no, eso no existe, eso no existe para nada, los niños los niños son bastante activos, se podría llegar, sin decir que es un problema, llegar a la hiperactividad, muy activos en todo momento tiene que estar en constante movimiento, si logras tenerlos sentados por 10 minutos date por bien servido, porque del resto tiene que estar en constante movimiento, y para ellos que un día por X o Y circunstancia no tienen la clase de educación física, es mortal, ellos necesitan de por sí..., en este tiempo que ya están próximos a la semana de receso..., no sé porque ya se sienten un poquito más

cansados, más de todo, entonces toca también negociar espacios pequeños de salida, digamos media hora al final de las clases, para poder salir al patio in momento, cosas así por el estilo negociar con ellos, por que ya la parte académica como tal se empieza a anular totalmente, se acaba si uno negocia esos espacios así chiquiticos entre las clases.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 23:** Pues dentro de la actividad física creo que ellos van trabajando su motricidad, permite entender las cosas del cuadernoo, proporcionando conciencia corporal, cuando ya en sus actividades comoo su escrituraa..., suu, la motricidad como tal, su ubicación, su ubicación espacial, gracias a que ya ha interiorizado a nivel grande, a nivel macro, ya pueden plasmar a nivel dee a producir en el cuaderno.

**MODERADOR(A):** Ujum..., profe.

**Actor 31:** La actividad física está muy ligada a desde la primera infancia, pienso que esa primera etapa ellos aprenden mucho más rápido, están más sensiblees a lo que les decimos, de la escritura, dee... como la actividad física también.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 22:** ehh... es importante, para no hablarles y sobre todo de la actividad física que es tienen un fiin, un propósito, de activo relacionado con la salud, ehh pues hay personas que pueden estar haciendo, que pueden estar todos los días yendo al trabajo en sus bicicletas, pero no están generando, creando el habito saludable si no que están haciendo

las cosas acá y haya..., a lo que voy es que cuando se tiene niños activos, en la etapa más, en la etapa de la infancia, entre los primeros 5 años el niño es mas donde absorbe el niño, donde se realiza toda la parte física, a ver todas las posibilidades motrices que puede conseguir.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 21:** hay una parte dentro de la actividad que siempre el niño lo atrae..., no solo nos referimos en la parte académica exactamente, si no en la parte de los juegos, ehh interiorizan las propias normas de conducta, normas de concepción, normas de convivencia, que deben tenerse en cuenta, ellos las van a utilizar más adelante, por sí en alguna parte que hay normas sin darse cuenta es en el juego, que tanto es malo en el juego, eso no se copia, eso se aprende, otro tipo de normas ya no serán más difíciles, eso es una parte importante. Además que un niño tiene una actividad, en los chiquitos si que se nos presta más eso, porque si los niños, ehh en 5 minutos queman un poco de energía ya los sientes mas más tranquilos, y ya es más fácil poder colocar atención.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 28:** No sé si es un poquito arriesgado decir que la actividad tiene una relación con el desarrollo cognitivo, pero muchos niños que tienen parálisis cerebral o que tienen una limitación física o motora, pero tienen unos procesos cognitivos puees sobresalientes, entonces me parece que es un poco arriesgado pues relacionarlo directamente con el desarrollo cognitivo, por que?, porque es un niño que tiene una distinción, pero también también se desarrollan capacidades cognitivas fácilmente por eso también es importante

la dirección como se hace el trabajo de la imagen corporal, eso por un lado, lo corporal y lo físico.

**MODERADOR(A):** Ujum..., profe.

**Actor 29:** Pues a mí me parece, si obvio, si importante, pero de pronto mirándolo de otra medida como un cambio, como una salir del salón, de colorar..., es importante la actividad física por eso que es brindarle a los estudiantes un espacio donde puedan correr, brincar, donde lo puede hacer entre las clases...

**MODERADOR(A):** Para guiarla a la pregunta..., un niño que hace actividad física y es activo físicamente..., es un niño que pueda rendir mucho más...

**Actor 29:** Si claro por que permite el desarrollo...

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 27:** Uno como maestro siempre tiene un propósito, cuando se maneja la lateralidad por ejemplo, para hacer juegos con las matemáticas, y se le maneja mucho... es importante, muy importante.

**Actor 23:** Como que el ejercicio físico como que le abre a uno la mente, como que le relaja, como una terapia para, para captar las cosas del medio ambiente, le abre más la mente que a las personas que están todo el tiempo quietas y hay, obvio no todos los

niños, que generalmente esos niños que son hiperactivos que hay que pueden tener un problema a nivel cognitivo, en los niños, en términos normales digamos, le abre más la mente másss...

**MODERADOR(A):** La siguiente pregunta la hago directamente en lo que ya han mencionado, ehh entre las asignaturas que ustedes tienen, las que manejan en este momento, cierto..., consideran que la actividad física se puede involucrar dentro de esas asignaturas?... hay dos conceptos uno como se vincula con el currículo, y como las acciones culturales puede ayudar en ese proceso y el otro, que lo mencionó la profesora... Azucena en término de todo lo que implica dentro de la clase. Entonces la pregunta es que entre las asignaturas que ustedes dictan, ustedes creen... que ustedes pueden... ¿que puede ser integrado y ser parte de?

**Actor 28:** El juego viene siendo una estrategia que permite establecer una forma para llegar a los niños con los conocimientos...

**Actor 19:** El juego es principal, y además dependiendo del tipo de actividad usted puede enfocar un determinado tema, como por ejemplo si lo ponemos a jugar a jalar la cuerda, uno al lado y uno al otro, pudo enseñarles conceptos de resistencia, puede enseñarles conceptos también hasta de palancas, dependiendo el tipo de juego, si estoy enseñándoles rebote les puedo enseñar otros tipos de de conceptos de física, ehh sii, incluyo la parte de colores que solamente las bolas azules dentro del juego tirarlas, estoy integrando una cantidad de conceptos que puedo ir trabajando durante el juego, y generalmente... a nivel de los grados básicos necesariamente una actividad física.

**MODERADOR(A):** Quiero escuchar a la profesora, por que no la he escuchado, no la han dejado hablar...

**Actor 26:** Estoy poniendo atención...

**MODERADOR(A):** Si pero cómo ve usted que la actividad física puede estar integrada dentro de sus asignaturas, y como... si lo ha hecho... si realmente no le vee que puede ser integrado a...

**Actor 26:** No..., sii yo he practicado, el año pasado estuvee en ese programa de dee... niños activos, y entonces con el material que nos dieron..., teníamos en la semana que trabajarle esas actividades en el salón, les comentaba con casos imposibles porque como no puede hablar, entonces tienen unos cosas que hacen ruidos, entonces se pierden en la razón, y en el patio es imposible porque el profesor de educación física está haciendo su clase, entonces no hay espacio mientras él esté trabajando ahí, entonces tocaba en el salón 20 minuticos eso tocaba hay sin quee.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 23:** No pues, ehh siiii uno puede mediante el juego, incluso con los pequeñitos, realizar muchos conceptos, muchas ayudas, por ejemplo matemáticas, el hecho de una golosa en donde ellos puedan identificar los numero, oo para conceptos de lateralidad, arriba, abajo, adelante, atrás, por medio de un juego, que pase la pelota arriba, abajo, adelante, atrás, todo está muy ligado al juego de los niños para diferentes conceptos.

**MODERADOR(A):** Ujum... quien más.

**Actor 21:** Yo creo que realmentee, o para mí, por lo menos sería utilizar la actividad físicaa, ehh en cada una de las asignaturas hay posibilidades de... aplicar por medio del juego, empezando que los niños aprenden muchísimo jugando.

**MODERADOR(A):** Ujum.... Si básicamente jugando..., pero como lo integra al proyecto usted, como en clase de sociales.

**Actor 21:** Por ejemplo los juegos de competencia, para que ellos aprendan a trabajar en equipo, ahh lograr algo ehh en trabajo en equipo, en matemáticas lo que tú decías con la golosa, que la guerra de colores para que ellos aprendan los colores, hay muchas cosas con las que uno puede apoyarse....

**Actor 19:** Como apoyarse con juegos que requieren conteos, como saltar la cuerda por ejemplo, eso hace que se genera cambios y uno genera cambios, o sea, digamos no empezando de 1 si no empezando de 10 en 10, cada salto contar de 10 en 10, y va uno manejando alternativas, todo dependee... como uno pueda preguntar un determinado tema dentro de una estrategia de juego... que ya conocemos todos.

**Actor 23:** Prácticamente los niños quieren es jugar, uno puede quedarse en el salón si quiere, mire a ver qué hace, preguntarle a los niños, eso es muy desmotivante para los niños...

**MODERADOR(A):** Lo que entienden por actividad física, cierto..., como un movimiento que genere un gasto energético asta ya, con un movimiento, con unos determinantes de prescripción, cierto... viéndolos de esa manera... la pregunta es: ¿cómo involucraría yo... la... más la actividad física en las cátedras que ustedes tienen?... que ya han planteado hasta el momento...

**Actor 31:** Las actividades físicas involucrarlas en el salón; el juego es la equivalencia del trabajo en el adulto, la parte lúdica en el niño es el propósito para el trabajo físico, ellos deben estar en actividad casi constante, lo que se debe es cambiar la actividad, y la actividad en donde ellos tengan movimientos y son hechos con un propósito.

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 28:** Es que tampoco se ha podido acceder a las creencias ahh los conceptos que ellos tiene, como proyectarlos sobre la salud y bienestar..., involucrando los hábitos, los estilos de vida saludables, la práctica de actividad física como como algo llevados hacia un objetivo, que mire que la actividad física hace como el bienestar, un trabajo en el organismo, entonces como que va más allá de...

**MODERADOR(A):** Profe.

**Actor 24:** ¿Que se entiende como actividad física y como este concepto pueda integrarse a la clase?... por que si definitivamente se puede llevar a un previo ante un espacio en donde se pueden llevar a los niños, como vamos a ponerlos a mover si no hay, como

complicado, aparte la acústica de los salones no es la adecuada, es terrible, otra cosa los docentes no tenemos mucho tiempo para descansar y pasar de un lado a otro. Y hay problemas de queee no ensucien esto, no dañen estoo....

**MODERADOR(A):** Agradezco los aportes que han hecho cada uno..., ya damos por concluido la dinámica de este día, gracias...

#### **TRANSCRIPCION GRUPO 4 (PROFESORES JORNADA MAÑANA)**

**MODERADOR(A):** Como nosotros no los conocemos a ustedes necesitamos saber primero qué es lo que ustedes piensan... y qué es lo que ustedes opinan sobre estos temas, o si no vamos a estar trabajando sobre cosas quee pensamos nosotros y consideramos nosotros, y no sobre el contexto de lo que ustedes hacen cierto?... por eso es importante esta información. Y luego ya pasamos a la sesión siguiente se va a realizar una actividad, una... una actividad, perdón la redundancia, una actividad en actividad física, listo... entonces la pregunta a la que vamos hablar, para ustedes que es la actividad física?

**Actor 32:** Ehh... mi nombre es Martha Sarmiento. Es poner la actividad tanto la mente como el cuerpo, básicamente eso..., poner en actividad física todo el cuerpo.

**Actor 33:** Soy orientadora del Antonio Santos. Es todo lo que tiene que ver con el movimiento, movimiento dee de las diferentes partes de nuestro cuerpo, pues... y relacionado con la mente.

**MODERADOR(A):** Una integración de la mente y... movimiento. Quien más nos quiere comentar.

**Actor 34:** Soy del Antonio Santos. También pienso quee es como, es... el como... el movimiento que hace el cuerpo, con relación a la parte física y la mente.

**MODERADOR(A):** Alguien que quiera complementar...

**Actor 35:** Es de la actividad física.

**MODERADOR(A):** Alguien más... de las compañeras que no han hablado piensan algo diferente de la actividad física... ¿ninguna?

**Actor 36:** No porque... ya han dicho. Es ejercitar todo el cuerpo para mantenerse, para mantenerse como ehh, yo le digo, despierto... mm eel como... activar la sangre, como... ehh si... tener la mente... mente y cuerpo abierto para, para...

**Actor 33:** Con buenaa, si tiene... si tiene buena actividad física pues tiene un buen desempeño también...

**Actor 34:** Yo pienso quee... en el ejercicio lo básico es encontrar..., lo más importante, es como para lograr una armonía... ehh entre..., a nivel corporal, sii una armonía

**MODERADOR(A):** Ella ya nos habla de armonía...

**Actor 37:** Que yaa ya no correspondería la pregunta, porque... si tú dices ¿qué es actividad física?, entonces yaa los hemos dicho, que es un movimiento. Cierto. Ya lo que se consigue... ya le correspondería, bueno... cuales serían los objetivos, que se consigue ya con... con...

**MODERADOR(A):** Los que quieren hablar de esa parte, lo pueden hacer, lo podemos escuchar.

**Actor 37:** Ahh... ok, entonces... ya en ese sentido... pues ahí si... para que sirve una actividad física?, lo más importante en la actividad física es... es la armonía que uno tiene, la conexión entre el espíritu, la mente, la energía, toda laa... la espiritualidad..., el desarrollo de uno como ser humano, y no es solamente el hacer por hacer, sino que ya cuando uno... tienen una disposición distinto frente al trabajo, frente al manejo de las actividades cotidianas y en ese caso solo se consigue, solo se consigue a través de la actividad física..., una nivelación muy chévere, es... es como, o sea es muy difícil de describirlo, solo el que lo hace es el que lo siente..., pero ess algo muy vital, los maestros si deberíamos estar en esas actividades, porque no es quee... pues nosotros decimos que... que hacemos mucha actividad, noo, el corre corre no es actividad, el hecho que nosotros estemos de aquí para allá, eso no es actividad.

**MODERADOR(A):** Interesante.

**Actor 32:** También es importante quee que la actividad física, lo ideal sería que tuviera una conexión perfecta entre la mente y el cuerpo, y toda actividad física...

**Actor 37:** En ese sentido hay que tener mucho cuidado... con el tipo de movimiento que uno hace, porque no es lo mismo que yo les diga a los niños, hacer... yo les traiga una dinámica o un tipo de preparación, hallar una actividad física como tal, es lo más delicado que puede existir... porque uno no sabe, psicológicamente hablando, los niños a qué tipo de lesión pueden estar predispuestos, y uno a veces dice, bueno vamos a hacer una cosa, tal cosa, tal otra, después uno está desarrollando y resulta que, no profe mi hijo tenía tenía esto y mire que por más movimiento el médico me dijo esto... tal cosa..., y en ese sentido si es una promoción... de actividad física... yo creo que ustedes si deben que estar centrados en que todos... no tenemos los conocimientos, que yo sé que... las compañeras de preescolar y dee básica primaria licenciadas, si tiene algunas bases, algunos, algunos elementos, sobre este tipo de actividad física en los niños, pero el resto noo... entonces si hay que tener, hay que enfatizar mucho cuales son los, los objetivos de, de este tipo de actividad física y hasta donde podemos nosotros acceder, un mal movimiento puede producir una lesión.

**Actor 35:** Complemento con algo muy corto, que ehh la actividad física siempre... nos permite... como la expresión, la expresión, y también tiene la facilidad de incorporar la emoción distinta de cada persona, de cada uno... y también debemos tener en cuenta la edad, la edad de niños para poder desarrollar las actividades, es muy importante.

**Moderador(a):** Bueno, veo cada uno de los demás más o menos qué es lo que consideran de actividad física... que se encuentran unos beneficios, también tienen como puestas unas... pautas para poder llegar..., para poder hacer algo en el aula. Ustedes como docentes.

(En este momento se corta el audio por fallo en la grabadora).

**Actor 32:** Todos los niños, desde preescolar hasta cuarto, de esa sede, pasan por un aula, eh por una zona de ludoteca, allá hay un salón grande donde hay solo juegos, patinetas, bicicletas, una casa gigante, almohadas, todo tipo de juguetes que ustedes se puedan imaginar, que han sido muchas veces... contruidos por los docentes y algunas personas mayores, que muchas veces algunos hijos ya no juegan con los juguetes, todo eso ha ido a para allí..., aunque uno no vea muñecos sin calzones, sin brazos, sin piernas... pero para ellos... es un juego muy chévere, entonces ellos en esa horaa... Es muy didáctico, entonces uno les dice que hagamos otra cosa, esa horaa es lo máximo para ellos, ellos tienen 2 horas a la semana.

**Actor 36:** El profesor de educación física tiene su... aula para los chicos de primero a quinto... y amm y primera letra, él si tiene toda una cantidad de... de juguetes, de juegos, tiene patines, tienen todo material para jugar con los chicos... muy bueno...

**Actor 32:** Esa hora del martes, tienen derecho desde preescolar hasta cuarto, está basada para el juego, se tiene poca posibilidad de salir con los niños, se aprovechan esa ahora que van saliendo del aula, y básicamente en una hora arranco el grupo, además también... trae una pantalla gigante..., un... tablero inteligente, que es una gran ayuda porque la proyección es grande... ya que tiene acceso a varios docentes.

**MODERADOR(A):** En el aula?

**Actor 32:** En la ludoteca. Fuera de ello, los niños también tienen a la semana 2 horas... de un taller exclusivo de arte..., exclusivo de arte, donde ven pintura, donde ven..., todo lo que tenga que ver con el arte, de hecho es manejado por una profesora muy juiciosa en ese aspecto, que es especialista en... que, que trabaja desde preescolar hasta cuarto, son dos clases, que, que, como los niños son tan habidos a eso. Porque entre otras cosas allá, los niños no viven en apartamentos, ni tienen su parque..., ellos viven en inquilinato, entonces le dicen: quédese quieto, no moleste, no salte, no canse con la pelota, el único... los únicos momentos que tienen... son estos. Existe un parque muy pequeñito que sea privilegiado de preescolar a primero porque los grandecitos, que son de segundo y tercero, se llevan a los chiquitos, no hay parque para tantos, entonces le aprovechamos con todo lo de la ludoteca, con todo de la clase de arte y aparte de eso también tiene su clase de educación física... pero son clases en las que tiene.... Y cada quien pelea la hora de la ludoteca, como ellos son muy movidos por el juego, pues ellos tienen sólo esos espacios y me parece que es una gran cosa, de alguna manera, para suplir la dificultad de los espacios tan pequeños.

**MODERADOR(A):** Gracias. Vamos... tú, y luego sigues tú...

**Actor 34:** Pues escuchando todo esto, siento que los menos beneficiados somos nosotros, noo? no sé, lo que me ha impresionado muchísimo a mí, es, es ver a esos niños cuando salen un momentico como al... como al aire, como al campo abierto, si?... ellos se suben, ellos trepan, ellos... es más, la misma edificación del colegio..., nos toca estar pilas porque ellos, porque ellos es a subirse, a treparse, a tirarse, hay unos arcos... a

tirarse del segundo piso, hay unos arcos de, de las canchas de futbol, de la cancha de baloncesto, y uno tiene que estar allá, Por qué?, porque en el colegio no ahí hay el espacio, el, el, el patio es bien reducido, y... igual cuando los vamos a sacar a educación física, coincide con otros cursos que están, entonces se forma la pelea por ell, porque ellos son muy agresivos, son niños que vienen de inquilinatos, por ejemplo hay un inquilinato que tiene 55 habitaciones, donde no pueden hacer ruido de nada, entonces son niños supremamente agresivos, uno los saca..., por ejemplo yo he querido hacer una clase formal de educación física con sus actividades de calentamiento, luego con... no, no se puede porque ellos los saca uno..., así en el salón los haya advertido, vamos a hacer calentamiento, vamos a hacer tal cosa..., ellos salen y de una vez a subirse, a treparse, a correr, o sea se vuelven inmanejables cuando estamos en ese tipo de actividad, y... igual hemos luchado por un parquecito... que queremos, nos lo han prometido muchas veces y hasta ahora no, no, no tenemos aula así como ustedes... nada... no tenemos nada.

**Actor 33:** Para complementar lo que está diciendo la profe, no tenemos tampoco el apoyo de, de un profesor de educación física, pues lo que se hace es... es que tenemos un apoyo de informática y... y nos falta también eso, y eso que hemos venido solicitando hace mucho tiempo, al menos una profesora de baile, baile, uno sabe que los niños botan cantidad de energía, y llegan más relajados y tranquilos al salón, entonces lo mismo en la hora del descanso, prohibidos los balones... por qué? Porque hay 420 niños en el patio, y como... ¿cuales son los baloncitos de ellos?, las... las botellas de Pony-Malta, peor porque puede causar un daño mayor.

**MODERADOR(A):** Que más factores limitantes, o si ustedes encuentran que de pronto hay algo que los están facilitando....

**Actor 33:** No... yo veo más limitantes, lo mismo en las horas de la tarde... en los centros... van ahh a los centros comerciales, no los centros comerciales, sino los papás trabajan acá en el san Andresito, que vienen a quedarse encerrados, o encerrados en la habitación viendo televisión.

**MODERADOR(A):** Es muy interesante conocer sus opciones, vamos a centrarnos en la actividad física desde los procesos que haya, desde los ejemplos... sigue la profesora...

**Actor 38:** Pues el Panamericano está en estado crítico... primero porque estamos funcionando con pocos profesores, estamos compartiendo con varios colegios..., eh tenemos nuestro profesor de educación física, el parque bueno... compartido todo el tiempo..., si en el parque hay que compartirlo hay muchas personas..., no hay salón, no hay material, los pocos elementos que hay... una colchoneta que está muy mala por el deterioro, bueno..., esa es una limitante muy grande, eh... otra limitante muyy... grandísima, que yo veo, es que los maestros mm... descargamos esa en general esa calidad como el profesor de educación física, la hora de educación física es por allá... y nosotros dentro del aula..., algunos, uno trata de hacer cosas pero no tiene... no tiene el espacio, no tiene... el conocimiento, que hablaba la compañera, de pronto un mal movimientoo, la enfermedad que tiene el niño, las circunstancias, el estado nutricional, entonces... además de tantas cosas, porque es que, las tareas, estar en el comité, es demasiado lo que uno tiene... cumple aquí y cumple aquí... es bastante... entonces básicamente eso es lo que descargaste a los docentes... y más con la situación que tenemos que compartir el parque...

**MODERADOR(A):** Con quién lo comparte?...

**Actor 38:** Con el Camilo Torres, además el colegio es viejo..., es bueno, pero al mismo tiempo el que agregó esas escaleras, los muchachos se esconden, se pierden, nooo...

**MODERADOR(A):** Pero de pronto... quien más quiere hablar...

**Actor 35:** Pues allá en el colegio San Francisco de Asis, en la sede de nosotros... o sea primaria queda separada de bachillerato, ehh es una sede nueva, bonita, pero... como las instituciones ahora, o sea..., las hicieron pero pensando no en los niños, porque los espacios que ellos estén, pues son muy pequeños, cierto... pero de todas maneras siempre en el colegio se ha tratado... de, de estar como pendiente de lo que el niño necesita, entonces siempre hemos trabajado, queda un parque, el parque del Vergel, frente a la institución, entonces mm aunque es un riesgo sacarlos a ese parque, pero siempre hemos trabajado, de que por ejemplo un curso..., tenemos dos, porque son por días, por decir algo... nosotros que somos de preescolar, cualquier día podemos hacer... la educación física, o uno la educación física la pide todos los días, y entonces se turna, por ejemplo si un grupo está en el patio del colegio el otro grupo debe salir al... al parque obligatoriamente, para que podamos trabajar, ehh pues en cuantos elementos, la tarde eee gozan más de..., de esta actividad porque hay profesor de educación física, en la mañana noo porque tenemos el apoyo del Inglés, pero pues ya de acuerdo a cada profesor, cada profesoor... su compromiso que tenga ya se organiza, yo por ejemplo tengo preescolar, y ehhh, desde la primera reunión, pues hablo con los papitos, bueno, necesito algo, necesito lazos, necesito una pelota, pero esos elementos me los guardan en casa, y yo cada 8 días... mañana... ehh el día de educación física traer balón, lazo, bueno con lo que se vaya a trabajar, y siempre los saco al parque...

**MODERADOR(A):** El profesor de educación física no hayy....

**Actor 35:** En la mañana no en la tarde sí. De todas maneras uno trabaja con cualquier elemento... y aprovechando el parque..., entonces, qué hago yo, una parte con el elemento que pido, y la otra parte que utilicen los elementos del parque, para que suban, trepen, por debajo..., es decir, utilizar todos los elementos que son importantísimos, porque sabe uno que se va construyendo nuestra identidad, al mismo tiempo el aprendizaje del niño..., porque el hecho de suba, baje, tiene que estar pilas... a estar pensando en que voy hacer, entonces también... cognitivamente...

**MODERADOR(A):** De pronto ya hemos escuchado, ya para finalizar, ehh muchos factores que son como limitación, más que todo cierto..., ya hemos escuchado sacar unos personajes, algunos ambientes..., pero no si de pronto algunos de ustedes quisiera contar factores que se vieran como de... desde lo social o de lo personal de los niños. Tú nos comentabas algo como por ejemplo de la postura de los padres... si alguien nos quiera contar más enfocado a....

**Actor 37:** Pues mira... de todas formas la situación juega un papel importante, en el sentido de los inquilinatos, me refiero..., eso encaja perfectamente con lo que estaba diciendo en lo social, porque todos viven en los inquilinatos, todos tienen que estar en las habitaciones, donde los espacios son muy restringidos..., y no es solamente a nivel de la localidad eso es a nivel nacional, son muy pocas, los que están en colegios distritales..., son muy pocas las posibilidades... económicas y sociales, para que este pueda salir a parques muy abiertos, en donde tengan los recursos, que yo quiero ir al..., ir más a Mundo Aventura, ir al Simón Bolívar, eso lo harán los padres que tienen...; pero son muy contados los espacios que tienen..., las condiciones económicas, los contratos en los cuales se encasillan, hoy día impiden..., a que ellos tengan que trabajar los sábados, los domingos, ehh horarios cuando ellos los quieran citar, o... hay una

inestabilidad laboral... entonces eso hace que tengan que dejar a los niños solos en la casa... encerrados...

**MODERADOR(A):** Alguna otra profe... listo... ahora vamos a mirar... ustedes consideran que la actividad física juega un papel importante, importante en el rendimiento académico de los niños y de las niñas?... la profesora.

**Actor 34:** Bueno yo pienso que en el preescolar es básica la actividad física por la parte de motricidad fina.

**MODERADOR(A):** ¿Por que?

**Actor 34:** Porque eso les va ahh, ehh uno con la experiencia ve eso, uno debe desarrollar el el los estamentos para la lectura y la escritura. Si no queremos que ellos no desarrollen la actividad física con como..., si ellos no saben hacer pistas si no saben hacer saltos, si no saben todo eso que la lateralidad, la ubicación espacial, todo eso ellos lo necesitan en el aprendizaje de la lectura, mm.

**Actor 37:** En ese sentido las bases de una formación escolar están en los primeros años de vida hasta los 7 años los niños reciben... la información; pese por ejemplo en mi caso que no soy licenciada en básica primaria..., en función social..., pero mi nombramiento, así le pasan a mucho de mis compañeros, que estamos en la misma situación, que estemos en básica primaria, pero hay un saber que solo lo manejan las profes de preescolar y su formación en formación en preescolar... 5 años quemándose las pestañas,

no es cualquier cosas para implementar y para saber cualquier cantidad de cosas que los demás licenciados no tenemos, está de más que los que están en preescolar y en grado primer es para quitarse el sombrero con cualquier maestro que pase por allí, porque es que esas son las formaciones..., hay o formamos o deformamos para el futuro de los estudiantes, entonces si no se desarrolla desde esos, desde esos, primeros años de vida unaa... actividad física llamase desde donde..., desde la infundación que usted quiera desde la general hasta la específica, de ahí para adelante será un desastre como persona, como estudiante como todo, porque es que somos integrales, entonces como seres integrales nos tenemos que desempeñar en diferentes campos y como desde ahí no tenemos las bases no estamos en nada, entonces por eso de pronto muchas veces las instituciones se ve que nosotros enfrentamos a primaria..., estamos todo el tiempo alegando que pilas... y nosotros en donde..., porque siempre las los conflictos en las instituciones están en bachillerato, bachillerato tiene problemas, bachillerato le falta, bachillerato, bachillerato, bachillerato y todo bachillerato, y a la primaria. Cuando nosotros, cuando nosotros tenemos algún conflicto, o los compañeros pues en el rendimiento académico directamente la culpa la tiene primaria, pero porque por las de primaria como nosotras somos tan autónomas, tan juiciosas, tan respetables entonces como que noo... hay necesidad que nos presten mucha atención, entonces en eso sii, por eso nosotros peleamos muchísimos porque miren, miren lo que está sucediendo, miren la la condición de la incidencia miren las problemáticas que nosotros tenemos, con respecto a que primaria le busque a, ahh... preescolar porque nosotros..., ha cambiado un poco esa cultura porque de todas formas, ehh... por ejemplo en mi institución, muchos de los niños que recibimos y más recibido por el sistema, muchos de los niños no llegan, no pasan por preescolar si no que el sistema los rebota de una vez a primero y no pueden escoger a devolverse, entonces empieza el choque con que, bueno el niño no tiene muchas bases, que desarrollan en preescolar, entonces bueno pero no es tanto, no es culpa que... el maestro tenga o no tenga, haya hecho o no haya hecho, si no que ya son cuestiones ehh de secretaria que ya se nos salen a nosotros de las manos.

**MODERADOR(A):** Bueno... como es tu nombre?...

**Actor 38:** Bueno a ver, incluir que realmente es un proceso grande, porque... precisamente por esas políticas educativas, llegan a primero... niños con 6, 7 años 8..., que no han hecho un preescolar, no tienen ninguna base, entonces como tiene 7 años o 6 y medio, entonces póngalo en primero, jamás vienen a ver la problemática... entonces es una lucha para el profesor de primero, o segundo, porque no solamente pasa en primero, también pues pasan en otros grados, lo ubican sin un criterio, sin ninguna valoración, sin ningún ehh análisis, y entonces le toca a uno tratar de hacer lo que ya han hecho regular, bien o mal los otros, yy... el grupo nunca es homogéneo, jamás, los alumnos son mundos diferentes pero pues como no tienen las conductas mínimas básicas para arrancar con otros hechos, es un problema grandísimos, y uno se ha quejado y ha dicho no es justo, va para allá y le tocó, le tocó y asuma y punto.

**MODERADOR(A):** Bueno, profe.

**Actor 39:** En el preescolar, si la verdad antes si hemos tenido esos problemas, dee haber tenido chicos de 7 años, que nos tocó ya en el evaluarte de informar, porque, no el niño es nuevo o viene del campo entonces no sabe nada. Y la actividad física....

**MODERADOR(A):** Me repites.

**Actor 39:** ¿Cómo?...

**MODERADOR(A):** La última parte no te comprendí.

**Actor 39:** Que muchos niños vienen del campo, muchas mamitas traen los niños, y allá no han hecho nada, y en primero no lo quieren recibir, porque lo primero que preguntan es que si hizo preescolar, no..., a entonces no lo recibimos, ya que de verdad que este año nos tocó como, como niños de 7 años que no saben leer ni escribir, pero vienen es a molestar y dañan a todo el curso, pero esas profesoras si quieren que estén en preescolar. La actividad física si... porque, mire, porque si trabajamos motricidad, si trabajamos línea gruesa, lateralidad ya van a manejar muy bien el cuadro, yo no sufro con el manejo del renglón del espacio porque yo lo trabajo, nosotros lo trabajamos en el parque, tenemos el parque libre para nosotros, entonces nosotros trabajamos que derecha que izquierda, que arriba que abajo, que encima que adentro que afuera, y ya en el manejo del cuaderno es rápido, en el salón es lo que hemos trabajado en el patio, y quemamos un poquitico esa energía y ellos van a estar más tranquilos, yo trabajo un poco en el patio y ya me vengo luego al salón, porque ya están un poquitico más calmados y lo primero que ellos llegan hacer aquí es al parque, bueno vamos al parque, primero un ratico de, de, de rutina y sáquelos ya ellos se van a abrir, es como quemarles un poquito esa energía que traen ellos.

**Actor 37:** Tampoco hay que ser tan extremarte...

**MODERADOR(A):** En qué sentido...

**Actor 37:** En la actividad física, a mí eso sí me parece que es condicionar, a mí no me gusta acondicionar a los niños a que vamos a estar a que aquello de arriba a abajo todo el

tiempo, no, para mí la libertad en ese sentido no, a nosotros nos ha sucedido cuando vamos al Simón Bolívar, pues por ejemplo que al niño lee... digan, cuando ciertas actividades son dirigidas y pretenden y que los niños estén todo el tiempo haciendo todo lo que ellos digan, noo, no porque no..., o sea, están en un espacio de libertad, en un espacio donde pocos nunca han ido, en donde en un espacio en el que van con gente de su edad, y para uno decirles que no haga que no suba que haga, que hagan caso, que silencio, que hagan tal caso, no en eso sí, también en el espacio de interacción debe ser de mucha a libertad.

**MODERADOR(A):** Como se ve la actividad como usted la piensa, así como tú la piensas puede ser importante en el rendimiento... o ¿puede influenciar en el rendimiento académico?

**Actor 37:** Es básico porque en todas formas, tienen la posibilidad de que ellos tienen de interactuar, la posibilidad de aprender a jugar ellos mismos, bajo sus propias normas, su propias reglas, mirar ellos como regulan o autorregulan cuando hay un momento de conflicto, como solucionan sus cosas, como se incluyen, como socializan, bueno también de hecho como cuando el otro no lo deja jugar, miremos cómo resolvemos, todas esas reglas sociales, pues ustedes ya ustedes saben que los colegios son una representación de lo que es Colombia, todos los días con sus pro y sus contras estamos aquí en una representación, todos los niños muestran lo que pasan en sus casas, de mirar y expresarse yo como sujeto, como persona autónoma como empezó a..., a desempeñarme.

**MODERADOR(A):** La profesora.

**Actor 33:** Estamos hablando del rendimiento físico vs el rendimiento académico... realmente el rendimiento académico es muy bajo y nos damos cuenta que si es por la falta de actividad física en los niños, la falta de la lateralidad, la ubicación en el espacio, el equilibrio, nos estamos dando que los niños tienen muchos problemas de dislexia, la confusión de la B y la D, la P y la Q, ehh la unión de las palabras, la inversión de palabras, que pasa ahora con la ley... de la promoción automática, la otra ley... 30..., bueno... la ley tiene un, un nombre..., pasan los niños como fuera supiera leer o no supieran a leer, y hay vemos los problemas en el bachillerato en la universidad, todo eso es como un ciclo, los niños pasan mal cada año, el rendimiento es grave, es terrible.

**Actor 34:** Yo quisiera agregar algo, No le echemos todo a la falta de la actividad física, porque también lo que estamos viviendo ahora es la falta de apoyo por parte de los papás, sumado a la actividad física y la falta de apoyo que rendimiento académico podemos tener.

**MODERADOR(A):** Muy bien... la profesora.

**Actor 35:** Yo pienso que la falta de apoyo de los papás también es la falta de afecto, todas las problemáticas familiares que tienen los niños tienen mayor dificultad, la actividad física pienso que si es importante para el aprendizaje porque, por ejemplo uno está en una actividad dentro del aula pero uno hace otra actividad en el patio afuera a dar una vuelta, algo diferente, que vengan nuevamente con ánimos sii, siempre pienso yo que hay que incentivarlo que hay que inyectar ese animo a los niños, como esa diversión como ese juego para que sea divertido y piense que sea divertido, muy bonito combinar con una cosa y la otra, como que estoy en la actividad de matemáticas y en la actividad estoy en un juego, haciendo la dinámica como con más interés.

**Actor 37:** Yo diría dos cosas. Está también dado por una excelente disposición y estabilidad emocional del maestro, porque un maestro que no esté bien en sus emociones, y que no tenga un lugar institucional agradable, llega un momento en que se agota, y por mas disponibilidad su energía ya no le da para más, para afrontar la cantidad de problemas que tienen los niños, uno... de una manera intenta resolver y proveer lo que en sus hogares no les están dando. Y la segunda... ya sería una pregunta... bueno ya sería una pregunta, para las profes de preescolar, quee un reinicio de año del grado primero... ¿porque en preescolar no se puede hacer, eh se puede hacer, un reinicio de año...?

**MODERADOR(A):** Bueno... antes de responder a lo que la profesora nos está planteando, vamos a escuchar a la profesora.

**Actor 32:** La población que nosotros manejamos son niños deprimidos, son niños faltos de muchas cosas, los papás un tiempito que les queda a los papás, el tiempo que les queda llegan es a regañarlos porque no tienden la cama, porque no hacen esto, mire que los niños, niños también de la misma edad, de otras situaciones económicas diferentes, el tiempo que les queda a los papas es para jugar con sus niños, para ir al parque, para salir el fin de semana, para tener un apoyo incluso diferente, los niños de gente acomodada, ellos se los ocupa en cosas diferentes en algo, en arte, en danza, en natación, porque entienden que los niños son habidos de todo lo que tenga que ver... inclusive le pagan a un fisioterapeuta para que les hagan ejercicios para crecer. Y nosotros como maestros, en verdad que admiro a algunos compañeros que tengo, y tengo otra profesión diferente que no tiene que ver con la educación.

**MODERADOR(A):** Que profesión tienes...

**Actor 32:** Yo soy abogada. Pero entonces yo veo un poco de maestras, que por dios, trabajan con las uñas, que si no estas no son instituciones que se caractericen porque nos puedan dar televisores con todas las comodidades, colchonetas, juguetes plastilinas, cosas para los niños, sino que tienen una capacidad para ingeniárselas para hacer que los chicos puedan aprender así sea, no siempre sea con movimiento físico, pero así sea con un poco de fichas, unos mini computadores, unas cartulinas que le regalan a los salones, con poco de frijoles, albergas, con las cosas que vienen en el mismo refrigerio, yo soy una admiradora de ellas, gente que lleva 30 o 40 años de trabajo, que yo digo que estoy en pañales comparada con ellas, pero admiro la recursividad que tienen, y es que, es ahí donde digo, por dios es que maestro no es cualquiera, somos pocos, y tenemos que tener vocación para pagar nuestro entendimiento, es que llegamos a tener niños que tienen papá, mamá, tíos, abuelos en la cárcel, yo que voy a pedirle a este que sea un techado en el estudio si ha recibido es solo maltrato en la vida, que puede dar ese angelito..., y uno como maestro viene a saber cosas de ellos, llegan medio lavada la carita, pero al menos les encanta ir al colegio porque allá le(s) dan refrigerio por que si le preguntan ¿porque te gusta tu colegio?..., por el juego, por los amigos, el compañero, el refrigerio, hay muchas cosas..., y básicamente ellos mencionan porque juego los compañeros, tengo amigos, para ellos no es suficientemente satisfactorio sentarse en 4 paredes pequeñas con un televisor al frente, noo..., son niños que como no van a ser agresivos si son maltratados, abandonados, que allá tiene que estar el bienestar corriendo semanalmente..., a 2 o 3 niños los recoge el bienestar porque ya los tienen bajo tutela, ven un riesgo y pum se los lleva, y quien es el que viene un momento dado a superar, a ayudarlos, así sea pañitos de agua tibia pero algo, con ayuda, el maestro... dependiendo de los recursos que uno posea. Y eso de quejarnos y quejarnos como que... ya eso ya nadie nos escucha, como es que uno que puedo hacer yo pro por estos niños, como que mi conciencia me dice... Dios me puso frente a estos niños que puedo hacer por ellos...

que al menos tengo la conciencia tranquila que hice lo que pude hacer, no pude más pero bueno hice lo que creí que pudo ayudarlos en algo.

**MODERADOR(A):** Muy interesante... y ¿cómo la ludoteca puede influenciar en el rendimiento académico?

**Actor 32:** Hay una cosa muy importante..., si recuerdan la profesora que ganó, ganó el premio de Compartir..., ella ganó ese premio por que motivaba a los niños..., por que animaba a realizar las clases por medio de cosas lúdicas. Hay una ludoteca en la institución, donde pueden hacer cosas diferentes y divertidas, y esto es una forma de incentivarlos..., saben que si no hacen las cosas rápido y si no las hacen bien pierden una hora de ludoteca, entonces ahí si pueden, ahí si hacen, ahí si trabajan, hasta el más lenteja vuela para no quedarse atrás y no estar en la ludoteca.

**MODERADOR(A):** Muchas gracias... continuamos con la compañera.

**Actor 35:** No podemos decir que, como en preescolar se practica la actividad y los niños que no pasan por ahí entonces tenemos que hacer, pero debemos como profesores de hacerlo, hay niños de 6, 7 años que están en primero y no pasan por preescolar, tenemos... que ayudarlos con eso, pero al menos tenemos... que darles una oportunidad al ver eso, apoyarlos en ese proceso..., en formas de actividad física... o en darles una oportunidad de estar al nivel de los niños del salón...

**MODERADOR(A):** Bueno...

**Actor 37:** Una cosita, que decía la profesora, de que nosotros nos quejamos y nadie nos escucha, yo diría que en ese sentido, ehh no estaría de acuerdo en los siguiente, no es tan a nivel macro es a nivel instituciones es que lo hace, y pues obviamente hablando aquí en lo particular, si nosotros como los maestros en muchas de las ocasiones dentro de las instituciones se nos presentan dificultades entre nosotros, entre los directivos en fin, si no hay un clima laboral agradable si no..., es fundamental para el desarrollo para que una persona sea activa, para que una persona sea bien, se requiere un trabajo en equipo, si no hay un trabajo en equipo dentro de las instituciones y entre nosotros mismos muy difícilmente se pueden crear estos espacios, yo creo que el espacio que usted se ha ganado, ese espacio es por el trabajo en equipo, no de una sola persona, no una sola persona no llama golondrinas, no una sola persona en el trabajo, eso se ha visto en el magisterio, por más que una persona le haga se meta y todo eso, que esté durante un año y el resto jummm, se rompió, cada uno se fue por un lado cada quien hizo..., en eso la autonomía del maestro..., entonces cada quien cogió un rumbo totalmente distando..., entonces ahí no se ve lo que, lo que vaya a hacerse a conciencia. Pero desafortunadamente muchas instituciones no contamos con ese trabajo, pero que estamos en disposición de hacerlo, claro que sí y hay que mirar nosotros mismos, pero es muy desgastantes querer hacer muchas cosas que no queden a nivel institucional.

**Actor 35:** Perdón... Para concluir la actividad física si influye en el aprendizaje pero no es lo único que está.

**MODERADOR(A):** Digamos... como ustedes decían en general..., si influye pero, pero no puede ser un esfuerzo partícula, individual si no general, bueno... y es uno de los factores que influyen, significativamente dentro de..., bueno vamos a finalizar con una pregunta muy interesante para nosotros... y para ustedes también... y es saber... y es saber ahora..., bueno ya nos la han venido contestando en el transcurso del de este

conversatorio, pero es saber desde las asignaturas en que ustedes dan..., pues me imagino que todas dan todas las asignaturas, desde los que ustedes trabajan con los estudiantes... si consideran que la actividad física se puede involucrar como parte de las asignaturas... cierto, matemáticas... y como... sii... y el cómo, y si ya lo están haciendo, pues cuéntenos esas experiencias... Profesora.

**Actor 34:** Yo pienso que en preescolar, todo, todo es con educación física, física, si tú vas a trabajar por ejemplo ubicación espacial., lateralidad conceptos arriba abajo, yo todo lo hago en el patio, siii, y luego lo hago..., si estamos trabajando conceptos lecto-escritura...

**MODERADOR(A):** Danos ejemplos...

**Actor 34:** Por ejemplo..., si vamos a trabajar ubicación espacial yo primero hago calentamiento, lo que les decía, es difícil hacerlo porque allá los niños les abro la puerta y ellos de una vez salen corriendo, quieren es trepar, sii..., o vivir arrastrados en el piso, dando botes en el piso eso parecen gusanitos, después de que logre como calmarlos un poquito, les digo que vamos a hacer líneas rectas en el patio, a hacer círculos, nos ubicamos en la cancha de basquetbol, entonces que vamos a saltar adentro, que arriba, abajo, afuera, con objetos, por ejemplo si sacamos los aro, luego vamos al salón a trabajar, por ejemplo en el libro que vamos a colorear los objetos dentro del círculo, lo vamos a plantear en el cuaderno, cierto..., y así con todas las reglas.

**Actor 32:** Quiero compartir una experiencia con estudiantes de fisioterapia de la Universidad Nacional, es algo nuevo en mí, es que ellos trabajan con la que se llama dieta sensorial.

**MODERADOR(A):** Ahh.... La dieta sensorial...

**Actor 32:** Sii cuando los chicos están muy hiperactivos, se paran, hablan, molestan, esas son las dificultades que uno más maneja en el aula, sii ellas llegan con una dieta sensorial que ellas llaman, que incluyen un palillito que tiene un olor, y lo colocan ahí, eso ya es un olor como referente, colocan una música bajita, entre ellos más gritan y molestan más baja es la música, yo he notado que eso los calma, y también hace unos apoyos con esos chinos que son cansones, que de pronto se le hace la chica por detrás del chico y le hace esto (masaje en la espalda), y ellos son muy dados al contacto físico, y de una me los calma, es una cosa totalmente diferente a lo que yo hacía, que era manos arriba, manos abajo...

**MODERADOR(A):** Una preguntaa..., ¿tú has ido incorporando esto?, digamos... no es solo dependiente que esté la estudiante de practica...

**Actor 32:** Para mí ha sido algo nuevo que no manejaba, yo les daba una vuelta, siiii o un muñequito allá que en vez de estar pronunciando la voz, y le hace toques y movimientos con el muñeco, automáticamente se calman, con una serie de actitudes y de movimientos del cuerpo que ayudan, de hecho han tenido toda una carrera en eso, por eso son terapeutas, terapeutas ocupacionales..., pero ha sido un aporte muy bueno en la dinámica que he traído y la experiencia que han traído, que yo veo resultados, veo que en cada

salón de la escuela de República de Venezuela, que hay 5 o 6 niños integrados, que tienen déficit cognitivo muy marcado o síndrome de autismo, ellos tienen tutores sombra, son niños con déficit cognitivo que logran... mucho y son porque tienen un apoyo muy grande por los papás, veo que ha funcionado perfectamente con la niña con que he trabajado...

**MODERADOR(A):** Perdón... vamos... nos quedan 10 minuticos... entonces vamos a aprovechar en el compartir de las experiencias, claro cuando ella habla... a uno le, le, le genera muchas preguntas... de verdad que si... yo ya iba a hacer una pregunta, pero no nos debemos salir del tema...

**Actor 37:** Claro..., uno si se sale del tema, pero es que esto es más importante, porque nos están llegando, muchos niños con cualquier cantidad de déficits, algunos van con diagnósticos, otros es una briegaa... porque para los papás no es fácil... que asuma..., que oigan su hijo..., miren que algo le esta está pasando y ellos son muy descuidados, muy tercos, y la labor es para uno, y dicen que esa profesora es una mamona, pero bueno... y no piensan en su hijo, y entonces para uno cuando encuentran estas experiencias es porque... porque... bueno es que a las instituciones nos están llegando año tras años y uno no tiene conocimiento alguno a esto...

**MODERADOR(A):** Los invito a que sigamos compartiendo lo que nos queda de experiencias en cuanto a actividad física y al final, ya cuando... hacemos las, las preguntas que nos están surgiendo yaa..., yo tengo una preguntica que hacerles.... bueno... que otra profesora nos quiere comentar... la profesora ...

**Actor 35:** Yo, la actividad física sí se puede integrar con las diferentes asignaturas, por ejemplo por si va a hablar de algo como las frutas, yo los saco al patio haciendo una ronda emm... hablando de las frutas el niño se está moviendo, está diciendo donde está la fruta, estamos integrando la actividad física ante lo que estamos aprendiendo.

**MODERADOR(A):** Ustedes creen... que la actividad física se puede involucrar en las asignaturas, o que... es más producto de algunas...

**Actor 35:** En todas, yo creo que en todas...

**MODERADOR(A):** Profesora.

**Actor 36:** Una actividad en matemáticas que hago, yo los saco al patio y es actividad física porque nos agrupamos de a dos, de 3, de a 4 y hasta 5, luego, les doy una tarjetica y les digo quien tiene el número 1, y se empiezan a... a buscarse, y se van agrupando por números, vamos a mandar a este niño para acá, bueno vamos sumando, cuantos van, vamos quitando, y estamos en movimiento, me parece que todas las materias, no me parece lo hago, en español, con el nombre estamos recordando nombres, se va el niño para un rincón entonces quien es, que repita el nombre, quienes fueron, con que letra empieza el nombre del niño, en todas, no hay una que no se tenga, la primera infancia está basada en el juego, solo juego, yo lo hago parte de las clases, y salen cansados, pero los papás cuando lo ven sin hacer tareas en la casa, preguntan que porque no le coloqué tarea, y ellos no entienden que lo que hicieron en la clases fue... ya la hicieron ahí.

**MODERADOR(A):** Muy bien...

**Actor 33:** La actividad física es lúdica, lúdica... la actividad física significa lúdica.

**MODERADOR(A):** Gracias por sus experiencias...

### **TRANSCRIPCIÓN GRUPO 5 (PROFESORES JORNADA MAÑANA)**

**MODERADOR (A):** Soy... de Secretaría de Educación, nos acompaña también... referente de salud física de salud al colegio, nos acompañan también dos de nuestros compañeros futuros profesionales.

**MODERADOR (A):** La idea en este momento es que vamos a socializar como lo dijo..., tú sabes un poco, yo sé un poco y todos podemos hacer un gran talego. Vamos a arrancar con unas digámoslo así inquietudes que salen desde nuestro corazón para ver si estos procesos en donde pretendemos integrar actividad física procesos de alimentación saludable y desarrollo de procesos cognitivos si tienen una incidencia o no en nuestro quehacer pedagógico, considero que para ser dinámico jugaremos al reloj de Jerusalén, es decir, por este lado y luego nos devolvemos por este lado, bueno? vale todo sobretodo sus experiencias, nuestra compañera nos va a estar haciendo

**MODERADOR (A):** Por favor nos colaboran con la escarapela, cada intervención de ustedes puede durar alrededor de dos minutos para que no se nos alargue

**MODERADOR (A):** Sí señora ella nos va a colaborar con el tiempo. Entonces queridos compañeros, para cada uno de ustedes qué es la actividad física

**Actor 40:** La actividad física, es la expresión de todo lo que hay en mi interior ¿si? Es la expresión visible de todo lo que se está desarrollando y se está construyendo interiormente en todo ser humano y especialmente en un estudiante ósea que la actividad física nos da la pauta, nos ayuda a medir y ha como a identificar cómo está dándose cómo se está viviendo o si no se está viviendo interiormente X o Y proceso.

**Actor 41:** Pues yo pienso que es como la expresión corporal de cada ser humano eh motriz eh de manera motriz fina y motriz, motriz gruesa ahí es cuando el estudiante se expresa lo que siente interiormente pues porque hay niños que son muy expresivos en su movimiento, hay otros que son más pasivos y pues esa es como la vivencia que uno tiene de los niños en el movimiento.

**MODERADOR (A):** Muchas gracias

**Actor 42:** Para mí es como un arte ¿no? El arte del movimiento, eh el arte de poder expresarse porque no solamente lo hacemos en movimiento porque nosotros nos podemos expresar de otras maneras entonces también eso sería una actividad física porque también estamos utilizando la mente para realizar determinadas actividades entonces para mi es un arte esa expresión física es un arte.

**Actor 43:** Bueno la actividad física tiene que ver con el movimiento y en nuestros niños es, ellos se mueven todo el tiempo y es una de las, de la manera de llegar a ellos con el aprendizaje ellos pueden aprender moviéndose porque se mueven todo el tiempo tiene que ver con el juego con el estar todo el tiempo moviéndose como con el ejercicio y pues nosotros tenemos que buscar la estrategia de que de encaminar ese tipo de ejercicio para aprovecharlo y para que ellos lo aprovechen.

**MODERADOR (A):** Gracias.

**Actor 44:** Eh para mi la actividad física son, es el ejercicio, ejercicios corporales de coordinación, de lateralidad, de ubicación temporo-espacial y estos ejercicios a la vez te dan a ti también un ejercicio mental, que es un relajamiento mental, la manera que tú haces actividad física pues tú tienes salud mental entonces la salud mental esta para mi está dentro del concepto de actividad física.

**Actor 45:** Ya me quitaron todas las ideas (risas) bueno creo que a mi me parece que cuando los niños y los jóvenes se expresan en su actividad física da cuenta o da señales muy importantes del estado de su mente y su corazón de como, de cómo hay un equilibrio interno da, da muchas señales de eso.

**MODERADOR (A):** Muy bien. En donde ustedes trabajan qué factores, personales, sociales, culturales, considera que favorecen o que pueden limitar la práctica de la actividad física en la comunidad educativa.

**Actor 44:** ¿Que puedan limitar?

**MODERADOR (A):** ¿Que la favorezcan o que la limiten? sabemos que en nuestro contexto escolar nos enfrentamos a varias situaciones y en este preciso momento vamos a dar esos factores desde lo que es nuestra realidad en la comunidad educativa que puedan favorecer o limitar la práctica de la actividad física y acá quiero ser enfática en eso, ¿listo?

**Actor 45:** Eh creo que tanto afortunada como desafortunadamente la familia influye muchísimo los niños que están diezmados emocionalmente llegan al colegio a mostrar como mucha, mucha resistencia a expresarse con el cuerpo a veces no saben jugar cooperativamente a veces tienen dificultad para actividades de asuntos de motricidad fina eh entonces cuando los niños son bien cuidados notas como esos factores de cuidado en la familia se expresan de manera muy favorable en el colegio pero al contrario los niños que son maltratados, desnutridos o descuidados, se les nota todas esas falencias también cuando están en las diversas actividades físicas del colegio.

**Actor 44:** Bueno yo pienso que la actividad física en el entorno de los estudiantes es muy importante, es importante porque a ellos les gusta, cualquier tipo de movimiento cualquier tipo de ejercicio o un juego para ellos es, la actividad lúdica para ellos es muy importante en el colegio es el espacio donde lo pueden hacer donde tienen la libertad de movimiento de hacerlo pienso que en la casa es donde son más estáticos es donde están pegados de la tecnología del televisor entonces hay una pereza física y una pereza mental, en el colegio pienso yo que son los espacios donde ellos pueden expresar y tener todos estos tipos de movimientos, que somos nosotros los pioneros en ayudarles a ellos a, a trabajar.

**Actor 43:** Bueno pues todo ser humano necesita, ósea todos los factores que lo rodean siempre lo afecta o lo mueve o hace que su vida sea eh más positiva con situaciones mejores entonces los factores que pueden intervenir son la familia, los compañeros, los profesores en el colegio tenemos con las niñas espacios en los que las niñas las podemos llevar a jugar y de hecho pienso que todos los colegios los tienen más es la actitud del profesor que busque la manera de como, cómo me invento un juego para mis chiquitos o para mis chiquitas que pueda divertirlos y que de ahí puedan ellos aprender mil cosas, entonces más que los espacios lo que tenemos es las actitudes, en casa los papas no tienen de pronto las posibilidades económicas de llevarlo a un lugar en el que hay que pagar pero los parques son públicos entonces los parques, entonces ellos pueden llevar a un niño a un parque y un niño en un parque es feliz no necesita, un niño no necesita o el sitio de aquí o el sitio de allá para divertirse, para reír, para moverse entonces es más la actitud, entonces lo que creo que debemos trabajar en esta sociedad es la actitud de las personas, los adultos que somos los que estamos en el proceso formación de los niños, los adultos no sólo los maestros sino la familia el contexto en el que los niños está, es formar a la gente en la actitud porque las cosas se pueden hacer.

**MODERADOR (A):** Gracias.

**Actor 42:** Bueno eh pues yo miro otra problemática ahorita en los mega-colegios en los colegios grandes que han hecho estos colegios no tienen espacios y realmente ustedes saben que la mayoría de niños les fascina el deporte y el deporte para ellos es imprescindible por ejemplo el fútbol y los colegios no tienen el espacio.

**MODERADOR (A):** ¿En tu colegio?

**Actor 42:** No, no hay el espacio por ejemplo nosotros salimos al descanso a un medio patiecito sale todo el primer ciclo el otro ciclo se va para el parque, el parque que queda al frente entonces también es un peligro, es un peligro para nosotros como docentes estar pendientes porque es, es un parque donde va mucho indigente, yo no sé yo he visto esa gran problemática aunque hay otras formas de uno realizar actividades físicas por ejemplo tenemos el salón de artes allá lo podemos hacer pero también hay actividades físicas que se deben desarrollar al campo, a campo abierto porque es donde los niños más les gusta si uno está encerrado en un salón y los va a sacar a otro encierro a otro salón pues no me parece como, cómo que ellos no lo ven como muy bueno entonces esa problemática la he visto yo.

**MODERADOR (A):** Pero en ese sentido entonces ¿ustedes creerían que igual si se podría por ejemplo hacer actividades que pues se realizaran en el aula?

**Actor 42:** Si las hacemos en el aula pero los niños cómo van a jugar por ejemplo un fútbol que ellos es, ese es el deporte que ellos a grito lo piden siempre lo piden entonces es algo que se está privando de que ellos practiquen determinado deporte y el deporte ayuda que el estudiante como que deje un poquito la agresividad porque vienen de un encierro de vivir en apartamentos, de estar toda la tarde solos, entonces el niño ve en su colegio ven donde yo puedo ir a hacer lo que quiero mientras que ellos viven solos no tienen ni con quien hablar nada, entonces el colegio es para ellos la maravilla pero entonces se encuentran también con que hay determinadas cosas que no las pueden hacer y los estamos privando de eso.

**MODERADOR (A):** Gracias profe.

**Actor 41:** Bueno en nuestro medio de, de nuestra escuela hay niños que están muy limitados porque viven en una sola pieza en dos piezas eh, entonces cuando ellos llegan, llegan al colegio llegan como eufóricos a expresar ese encierro que tienen en casa entonces en el colegio pues nosotros los sacamos al patio que es un trisito de patio que tenemos, entonces es otra limitante porque allá no podemos eh pues hacer las actividades que quisiéramos con ellos porque nuestro espacio es muy pequeño, entonces los sacamos a un parquecito que tenemos al frente y es como peligroso porque va mucha gente de la calle, es terrible no hay ese espacio que quisiéramos tener en nuestra escuela para poder hacerle una buena educación física, unos buenos ejercicios, entonces tenemos esa gran limitación en nuestro colegio quisiéramos pues que los espacios fueran como, cómo más grandes para poder hacer la educación física más expresiva más lúdica, pero tenemos esa dificultad.

**MODERADOR (A):** Gracias, profesora.

**Actor 40: (Risas)** ¿Dificultades? Pues lamentablemente es cómo lo que más predomina y es a los tres niveles ¿no? De la institución, de la familia, inclusive de las mismas políticas del estado ¿no?, ósea por lo menos hablo del colegio no? Hay niños que viven en inquilinatos, en lugares muy reducidos donde el movimiento es mínimo y quieren llegar al colegio a sacar pues toda esa energía acumulada y en el colegio pues los espacios son pequeños hay mucha escalera se cruzan con los de bachillerato hemos tenido problemas porque los de bachillerato lógicamente ven así y se llevan por delante a los chiquiticos que les dan acá, otra cosa es la interpretación del contacto físico entre los niños si? que muchas veces ellos no lo hacen por mal, por ser agresivos si no su mismo proceso de desarrollo que todavía no controlan el impulso del cuerpo pues los lleva a tener sus problemitas si? entonces muchas veces se maneja y yo sé que no es

mala intención como que el me pegó y lo que fue digamos no trata de que sea bueno el accidente hay que tener cuidado, a veces termina siendo manejado como un problema de convivencia pero es precisamente por ese apretujamiento por esa cosa y tratar de evitar problemas que el ventanal roto entonces esos pobres niños la poca ventaja que creo yo es que hay unos parques cerca pero medio desbaratados y llenos de los habitantes de la calle pero sin embargo, cuando sale uno los ve felices y las salidas recreativas ellos llegan chorreando sudor felices encantados coloraditos llegan a contarle a uno que jugaron que brincaron, pero perdónenme ustedes que vienen de secretaría de educación que no son las que dicen eso, esa agonía con que ahora se hace una salida pedagógica, eso es una tortura porque en vez de decir rico van a pasear no se qué, es con la angustia de los profesores de que no les vaya a pasar nada porque si no ahorita viene y me cuelgan, y este sistema malvado, perdónenme por dárselas de ay cómo controlamos, resulta que la pita se rompe por lo más delgado que son los profesores, que pecado, yo los defiendo a mi no me importa que haya unos bravitos ofuscados yo los defiendo mucho, porque los que les toca pagar los platos rotos ellos conocen más que nadie, yo soy orientadora, yo creo que se notó ya, la angustia de tener niños encerrados, eso de que hagamos una actividad en el salón de clase por favor no, no la actividad física es al aire libre donde puedan brincar, donde se puedan estirar todo eso, si? esa cosa de que cuadremos, no, cuando está lloviendo y toca en el salón, yo digo ay Virgencita ayúdalos pobrecitos con este chiquiterio allá encerrados si? pero si por lo menos hubieran salidas que allá el nivel central como les dicen a ustedes las apoyaran inclusive psicológicamente con más ánimo no con esa angustia que, que si le pasa algo a este chiquitico me lo van a cobrar vivo la vida no sería como tan caótica ni y también que dicen, yo no sé quien es el de esa idea, perdónenme me desahogo con ustedes, ay saquen diez de este curso, y lleven otros 10 de otro, que es ese descuartizamiento, no, allá cuando salen sale el curso completo, si porque es una mini familia, es como esa pequeña familia, yo les digo hagan de cuenta que la profesora es como su mama, la mama del grupo, yo soy la tía metida que quiere que todos estén bien, entonces sino sacan todo el grupo , quedan con ese dolor de que se nos quedó el compañerito, y hay

salidas que yo comprendo, pero hay otras que son por necesidad de desarrollo, pero como todo esta tan limitado desde allá, y todo esta tan dado que nada valla a salir mal y que hay que tener a todos cerca, entonces entonces terminando no disfrutando esas salidas, entonces toca tener quieto al muchachito brincon que uno sabe que necesita correr, si, pero surge entonces (no se entiende por qué hablan varios al tiempo) que ira a pasar dios mío, por favor Dios mío que no pase nada que todo salga bien que así como van lleguen.

**(No se entiende)**

**Actor 46:** Para salir regañado, pues a mi no me parece, entonces siempre que los lleva uno a una salida y le digo Dios mío señor llévamelos con bien pero yo los voy a dejar que disfruten, que jueguen, que brinquen, que hagan todo lo que no han hecho en el colegio porque no lo pueden hacer, porque cuidado con los vidrios, cuidado se cae por las ventanas, porque esas ventanas que hicieron ahora son puros vidrios (no se entiende porque hablan al tiempo) con miedo allá para salir al patio hay una puerta de vidrio , cierto? y esa puerta se va sola y una vez casi le quita un dedo a un niño.

**Actor 43:** Esas son cosas que nos toca manejar, si los grupos fueran más pequeños los niños tendrían mas espacio en el salón, y pues los niños en el salón ya no tienen donde jugar, y aparte hay que estar pendientes, entonces con esa cantidad de niños afecta mucho.

**Actor 40:** (No se entiende) en la hiperactividad entonces calcule, para salir con niños con esas características es cosa seria.

**MODERADOR (A):** Listo. Muchas gracias, profe ¿considera que la actividad física juega un papel importante en el rendimiento académico de niños y niñas?

**Actor 40:** Si, si, y creo que si porque eso le ayudaría a canalizar muchas cositas ¿no? ehh una actividad física organizada que sea motivante los va ayudar a estar, van a estar bien en el momento porque acuérdense que los espera más tarde tal cosa, pero aquella cosa que sea siempre en el aula o en clase, es más uno piensa ay si quiera salió ya a descanso si? Uno lo dice porque quiere decirles que vayan que corran, eso es de cualquier ser humano yo creo que es por nuestro mismo diseño genético ¿si?

**MODERADOR (A):** Profe.

**Actor 48:** Pues yo pienso que la actividad física es una de las cosas importantes en el ser humano porque eso ayuda a la lateralidad, a la direccionalidad, ayuda al equilibrio emocional y mental perdido, porque ahí es cuando el niño en ese momento Comienza a dirigir, a dirigir sus pensamientos, porque la la expresión física es lo que hace que el ser humano direcciona muchas cosas ¿si? Porque si una persona que no tiene ehh esas actividades físicas (no se entiende por que como no han tenido ese desarrollo en esa parte, entonces el niño se va como quedando ósea no expresa lo que tiene internamente.

**Actor 46:** Bueno esa actividad física a mí me parece súper, súper importante yo siempre he peleado en mi colegio por tener a un profesor de educación física, porque allá nos toca a nosotras dictarles clase de educación física y hay determinadas limitaciones, ya que el niño no juegue aquí, que no juegue aquí entonces yo les he dicho a ellas que para

mí la actividad física es súper importante porque el niño como viene de esos encierros y todo el niño necesita así como moverse, como dejar llevar su cuerpo y entonces esa falta hace que el niño viva como como inquieto, porque hay niños que viven como inquietos, uno los ve como moviéndose y el otro tranquilo, todos impacientes por que el niño no ha tenido esa disciplina, ósea en casa no hay disciplina, ósea no lo llevan al parque, no lo llevan a ningún lugar entonces no hay una disciplina y al no haber esa disciplina el niño cree como no está el padre en el colegio, el cree que allá va a llegar a hacer lo mismo, entonces sino hay esa actividad física el niño créame que no va a tener como esa habilidad mental, porque es desarrollarla parte mental en el estudiante, entonces ahí es la base, es la base porque muchos preescolares desarrollan con la actividad física la lateralidad, la motricidad, todo se desarrolla por parte de la actividad física.

**Actor 43:** Si es que el ser humano es de movimiento ,el ciclo 1 por ejemplo en los demás no sé pero en el ciclo 1 este año se les da las bases fundamentales para que los niños tengan un desarrollo cognitivo adecuado, el desarrollo cognitivo adecuado es parte del movimiento del niño de cómo puedo o en la casa se implementan estrategias y mecanismos se incentiva se se hace mil cosas para que el niño tenga una buena habilidad motriz gruesa porque es que eso trae la habilidad motriz fina pero si es un niño que la mama desde el embarazo no lo quería eh la mama lo tuvo y entonces lo metió en un jardín en el que solo lo ponen a dormir todo el día , eh luego llega al colegio en un espacio muy reducido .entonces a qué horas el niño puede desarrollar esa habilidad o movimiento que obviamente sii es muy importante en su desarrollo cognitivo que se ve y se nota en los niños cuando crecen pero por que estos niños, porque se les explica esto de una manera o de la otra porque no, porque no están motivados, porque no están motivados hoy en día, uno habla con los compañeros de los grados grandes y uno dice por eso me gusta trabajar con los chiquitos, porque con los chiquitos a pesar de todas esas cosas que uno encuentra ellos han salido a flote, ellos siguen con ganas de ir a su colegio porque uno no ve a un niño de ciclo 1 que no tenga ganas, uno no ve a un niño

de ciclo 1 que no se emocione y grite por que se sacó una buena nota o que se preocupe porque se sacó una mala nota mientras que uno ve a los grandes como que eso ya no les importa, entonces hay que pasar algo de pronto es necesario que miremos que es lo que pasa con tercero, cuarto y quinto que son los cursos grandes ya pierden esa motivación, algo pasa.

**MODERADOR (A):** Si profe, es necesario que revisemos que puede estar pasando.

**Actor 44:** bueno yo pienso que la actividad física es el hilo conductor de los procesos de aprendizaje, definitivamente ehh la actividad física ehh ya lo había dicho son los ejercicios físicos que nosotros hacemos, pero todo va e relacionado con la mirada, es la parte deee digamos que la ubicación de las neuronas, de una parte mas específica que que podría explicarnos y darnos el concepto verdadero de por que la relación de la actividad física tiene que ver con la parte cognitiva porque porque si lo tiene que ver. Cuando tu tienes una tu tienes una una actividad física, tienes una salud mental, entonces para los niños en si todas las actividades del ciclo 1 hay que estar relacionadas con la actividad física, ósea uno no puede pretender tener un estudiante por ejemplo que este en un salón sin tener que moverse no y el proceso de la ubicación temporo-espacial y de la lateralidad es el hilo conductor del proceso lector y escritor de los niños del ciclo 1, entonces nosotros si tenemos que estar muy bien, ósea el propósito de nosotros por eso te digo el hilo conductor es esa parte, si nosotros no trabajamos la actividad física en los niños se les va a dificultar el proceso lector y escritor, y hay muchos de los ciclos en el, en los cursos superiores van a tener ese problema de la actividad física, entonces a veces hay muchos profesionales que dicen que pereza hacer la actividad física, le da pereza porque yo no soy el edu físico no?, no necesariamente tú tienes que ser el edu físico para trabajar una actividad física con los estudiantes porque hay que tener claro que la

actividad física no es solamente la clase de educación física, no es el deporte del futbol, del baloncesto, si no es la cantidad de ejercicios que van relacionados con todo.

**MODERADOR (A):** Gracias.

**Actor 45:** Ehh me parece, estoy muy de acuerdo, el asunto de la actividad física, me gusta mas cuando la actividad física es entendida como un poco mas amplio que el deporte, me parece que la danza, el teatro, el juego, ayuda a que los niños se desarrollen de una forma mucho mas amena con su aprendizaje y su colegio, definitivamente también estoy de acuerdo con la reflexión de la actividad física en colegios como los nuestros es una reflexión totalmente diferente a niños mas favorecidos, nuestros colegios han sido construidos como se construye la vivienda social en Colombia , con el mayor con la mayor optimización de espacio y la mayor economía donde quepan muchos niños, entonces son colegios que albergan muchísimos niños y a la hora del descanso no pueden estar cómodos para no solo jugar, si no para estar caminando e a diferentes partes para bailar o hacer otras serie de situaciones .el cambio, el cambio de edades me parece que es un factor determinante e he visto como en los niños pequeños hay niños que que saben e que hay momento de jugar y de expresarse y otro momento de aprender, en los niños grandes veo que el asunto cambia, e particularmente este año tenemos los mejores equipos de futbol están relacionados con los niños que peor van en su estudio dicen .yo quiero ser futbolista, yo quiero ser futbolista y descuidan el el ,la estructura de sus pensamiento, entonces e tener un pensamiento estructurado que se diversifique en todas las aéreas y se dedican solo solo al futbol, al futbol, al futbol a tal punto que prefieren estar en el patio a toda hora que en clase, creo que desafortunadamente, cuando van creciendo se bifurca la lala el esa compatibilidad de la actividad física y el aprendizaje y diría que incluso se vuelve un factor adverso, pero,

pero, depende de cómo uno, de cómo el colegio como estructura educativa canalice esa situación con los niños.

**Actor 44:** Alguien que quería aportar a lo que él dice?, lo que pasa es que hoy en día la educación tiene una mirada empresarial una una mirada, no una mirada del ser humano como tal, sino es una mirada de estrés, como si yo trabajara con un producto y tuviese que sacar un resultado, entre mas cantidad, entre mas tengo pues mas te da, asi trabaja uno estrés, entonces está cambiando la visión de que la educación se trabaja con seres humanos y no con máquinas, lo que hace una empresa es lo contrario, que es desafortunadamente, el propósito de la educación se ha vuelto mas empresarial que la parte mas.

**MODERADOR (A):** Bueno profe, ehh ya como para cómo seguir en esta dinámica y cerrar este ciclo, viene una pregunta que va a su diario que hacer, desde las asignaturas que ustedes manejan, consideran que la actividad física se puede involucrar como parte de estas asignaturas?, que asignaturas están, todas.

**Actor 45:** Yo soy psicólogo, docente de apoyo para la inflexión de niños integrados pero no tengo asignaturas a cargo, creo que definitivamente hay unas asignaturas que son más factibles que otras, ósea, a veces cuando se dice hay que ponerle lúdica al cálculo en decimo, yo digo, me parece que es bien difícil, ehh y es más fácil en otras áreas, entonces pienso que depende del área y del momento, la actividad física ayuda mucho a que los niños pequeños se relacionen mucho mejor con todas las competencias que están desarrollando , entonces creo que la actividad física unida a un currículo en niños pequeños de manera estructurada y pensada, puede ocasionar muy buenas cosas,

pero cambiar una clase por salir solo a jugar sin una conexión entre el contenido y la actividad física, totalmente en desacuerdo y contra productivo.

**Actor 44:** Yo manejo todas las áreas, menos el inglés y la informática, permanezco con mis estudiantes todo el tiempo, a mi si se me facilita la verdad, uno cuando está trabajando con las chiquis y cuando tú te sientas a planear hay muchas cosas que tu puedes integrar, entonces cuando uno maneja la integración y cuando el profesor es permanente con las estudiantes, uno puede hacer muchas cosas , y retomo lo que dije inicialmente con una de tus preguntas, para mí la actividad física si es el hilo conductor del aprendizaje, no necesariamente la actividad física es que tu tengas que salir al patio a 1, 2, 3 corra, venga, no porque hay otros momentos de actividad física que tú la puedes hacer dentro del aula de clase sin necesidad de tanto desplazamiento, por ejemplo, nosotros en el colegio afortunadamente contamos con una muy buena ludoteca, dentro de la ludoteca tenemos buen material, que hacemos como parte de la motricidad y lo podemos llevar a clase o las chiquis pueden ir la ludoteca, y podemos hacer una buena clase, lo que pasa es que todo parte del tiempo y de planeación, pero cuando tú lo tienes planeado, lo puedes hacer, y para mí sí, yo retomo lo que el compañero dice, en el ciclo 1 si la actividad física es prioritaria, y si nosotros la trabajamos bien, los muchachos van a superar muchas cosas, y de ahí para allá se despejan, por eso se dice que en el ciclo 1 es la base de la parte del adaptación al aprendizaje.

**Actor 43:** Bueno pues es que la actividad física, respecto sobre lo que hemos estado hablando, los niños del ciclo 1 juegan todo el tiempo, y dentro de la actividad física está el juego, y yo con el juego puedo trabajar desde la matemática, hasta la clase, bueno cualquier clase que yo pueda hacer con juego, para los niños el aprendizaje siempre va a ser inolvidable, igual nosotros tenemos que pensar que tenemos una responsabilidad muy grande frente a la clase, si yo no busco la manera de dar una buena a nivel

matemático, en procesos importantísimos como el análisis y solución de problemas, pues eso y todo lo que tiene que ver con las matemáticas si ellos desde chiquitos no tienen una buena base, ellos van a tener dificultades cuando estén grandes, entonces nosotros tenemos que estar pendientes que lo que hagamos, cuando planeemos una actividad que tenga que ver con el juego, claro que podemos y comparto lo que dice Mauricio, que nosotros debemos tener una razón de ser para el juego, el juego no es solo pa que salgan al patio y jueguen, hay mil cosas, y mil maneras de hacer un juego con los niños, y los niños de los cursos de nosotros se dan para eso, pero hay que tener una razón de ser por que las bases que nosotros vemos, el aprendizaje de la lectura y la escritura, por ejemplo de la comprensión de lectura, si los niños no tienen buenas bases ellos van a tener dificultades, entonces pues se puede como todo.

**Actor 42:** Bueno pues en primer ciclo es imprescindible la lúdica, por medio del juego el niño aprende como con más facilidad, y no solamente como decía la compañera son los ejercicios no porque uno puede manejar otro tipo de juego donde el niño desarrolla su habilidad mental, también por medio de la danza, por medio de la música, como saber escuchar, eso también forma esa parte de esa lúdica, porque si el niño no sabe escuchar y ellos por ejemplo les fascina cantar porque es la etapa donde el niño le gusta cantar, donde el niño expresa su movimiento sin pena sin nada, ellos uno les dice, bueno vamos a ver cada uno va a escuchar y según lo que escuchan van a mover su cuerpo, nosotros en el colegio realizamos una actividad después de que ellos entran de descanso y hacemos los momentos de paz, en los momentos de paz ellos van se les pone música clásica, se les pone a hacer ejercicio suave, entonces eso nos ha funcionado muy bien, y no solamente con el primer ciclo, sino con el segundo ciclo y también con quinto, y como se promoviendo la actividad por que los niños que después que vienen del recreo ehh a través de la música clásica tienen como ese elemento de relax, en donde el está tranquilo, esta relajado por que como vienen del patio eufórico, caliente la cabeza, caliente, esos cachetes rojos, entonces en ese momento el niño va atajando ese, esa

ansiedad que trae del patio, y se empieza ya calmando todo, pues cuando llega la siguiente clase que el niño ya está más calmado más tranquilo, y uno pues puede dictar la clase con más tranquilidad y ellos están más atentos, y más relajado, pienso que la actividad física también está implicada en todas las áreas, porque cuando uno va a preparar una actividad y una clase, tiene que ir como engranada en toda las actividades, porque de igual manera cuando usted va a hacer un momento de motivación para la clase, eh puede hacer una actividad lúdica, y hay el niño que se motiva más a través del juego está adquiriendo los conocimientos que uno va buscando en esa área, esto también la actividad física si no va ligada a las áreas, la clase nuestra no tendría como sentido, porque el niño se motiva a través de la lúdica, va a prendiendo todo a través de la lúdica, entonces yo pienso que dentro de nuestras áreas tenemos la parte física.

**Actor 40:** Yo estoy de acuerdo que es clave la actividad física, para que los estudiantes asimilen e interioricen toda serie de conceptos, desde los más simples hasta los más complejos, porque es una forma de generar una motivación, y la manera de motivarlos es cuando ellos logran palpar de alguna manera en su cuerpo lo que están escuchando, si porque algo que decían que es importante actividad física no es solo que muevan (no se entiende), si esa es una parte pero algunas actividades que es una actividad física de motricidad fina que eso cambia un poco los (no se entiende), es actividad a ellos les va agradar también visual y auditivo, que yo creo que hay que relacionar la actividad física con lo lúdico, con lo sensitivo exacto, así como el niño se apropia de su vida poco a poco, esa parte de patrones culturales, a través de la lúdica el juego y el movimiento, también lo hace en los conceptos y en la parte pedagógica, yo recuerdo cuando podían hacer las salidas como sin tanta asfixia psicológica a los docentes, los niños ellos llegaban a contarle a uno ellos llegaban y le decían, “orientadora mire que fuimos a visitar una”, te cuento una salida de las actividades económicas básicas, ¡y no se les olvida!, y no se les olvida porque lo que queda de allá hay quedado, entonces yo creo que no hay una sola área del conocimiento, que no se junte con realidad y el tener un

contacto con esa realidad a través de su cuerpo, ya sea activamente o pasivamente, eso es lúdica eso es movimiento eso es ejercicio, eso le va ayudar a que el niño aprenda porque se motivó, es que lo que no se ejercite y no se interiorice a través de su propio cuerpo, bueno no se gravo, sus sentidos exacto, es fundamental, pero esa parte recreativa de desahogar toda esa hiperactividad que trae, esa hiperactividad reprimida, esa alevosía, es otra parte que también es muy importante para que después hagan como decía la profesora, entran ya relajados a la clase que sigue, entonces hay que hacerles ( no se entiende), eso yo lo hago cuando actividades con ellos, y yo digo “trabajamos rápido y pueden salir a jugar”, y ellos inmediatamente se auto controlan y controlan a los demás, “acuérdense que tenemos que ir a jugar”, y terminan el trabajo rapidito, o cuando se les dice vamos a estirar un rato para la segunda parte, es imposible no poner movimiento, porque somos movimiento, ¿si? Ya.

**Actor 43:** Es que un niño pequeño, no lo podemos tener una hora sentados, hay que hacer algo, uno puede tenerlo máximo 20 minutos, lo demás tiene que hacer juego, hagamos aquí hagamos allá, porque ellos clase después de 20 minutos ya lo que logro, toca aprovechar esos 20 minutos y allí el niño aprendió y aprendió bien , lo demás tiene que ser con pre un post, lo que sea pero uno no puede tener a estos chiquitos que entonces una hora, porque la verdad se pierde en ese sentido el resto del tiempo.

**Actor 48:** Lo que pasa es que los niños son hiperactivos, son súper hiperactivos, no se pueden quedar quietos, entonces ya querer uno tener un niño hay estático pues a mí no me parece.

**MODERADOR (A):** ¿A que se debe esa hiperactividad en los niños de ahora?

**Actor 48:** Pues para mi hay parte de la alimentación y parte de la juventud que esta estática, como que hay un sedentarismo en muchos hogares debido a lo que habíamos explicado antes de los espacios, y hay espacios en los que se dedican a ver televisión a los juegos a las maquinitas y a mas nada, entonces llegan a un lugar en donde no les dejan explotar esa parte de ellos del juego, de esa motivación que ellos tienen.

**Actor 43:** Yo pienso que no es que ellos sean hiperactivos, son niños que no como a nosotros que no tuvimos una cantidad de estímulos externos, que nosotros éramos más quietos cuando estudiábamos, porque no teníamos esos estímulos externos que hoy tienen estos niños, entonces no es que ellos tengan hiperactividad si no que , ellos son muy inteligentes ellos tienen una cantidad de cosas acá guardadas que cuando uno les dice quédense quietos lo que está haciendo es troncándole esa oportunidad de aprender, porque es que hay más estímulos de los que teníamos nosotros cuando nos formamos , entonces ellos hoy en día, usted hoy en día puede entrar a un programa a jugar matemáticas, la ponen en una manera de juegos, un niño de cuatro años y yo no podía creer que ya manejara el mouse con una agilidad y lo manejan y son más hábiles que uno, ósea que hacen primero con una sola clase de informática si ellos son mucho más hábiles que uno, entonces ellos no es que sean hiperactivos sino que tienen una cantidad de estímulos externos que de pronto nosotros no tuvimos, que no tuvimos ósea en nuestra formación cuando estábamos estudiando.

**Actor 44:** Eso puede ser un argumento, yo pienso que hay muchos argumentos sobre eso porque también te puedo decir que hoy en día los muchachos, no es la palabra pero lo voy a decir, son perezosos, lo que yo llevo con los muchachos, yo creo que los adolescentes, yo observo en el colegio que los adolescentes les da como pereza hasta levantar un brazo como que lento, como por que yo veo que el entorno de ellos, y lo retomo el entorno es la maquinita son los jueguitos, ósea es en ese tipo de juegos, el

computador, da otra habilidad que pienso es la cognitiva, la de conocimiento, pero en su parte física en su entorno hay muchos factores que la afectan, uno de esos, retomo, los espacios, el sitio es muy pequeño, otra parte que es bien importante, es que los papas se van a trabajar y llegan en la noche, entonces los muchachos se tienen que quedar en la casa con tareas que no son de ellos, que tareas por ejemplo, llevar el hermanito o recogerlo al jardín, darle el almuercito, lavar la loza, yo conozco estudiante que se vuelven autosuficientes, que ellos mismos no tienen ni si quiera acompañamiento de sus papas porque no lo pueden, y llegan al colegio y yo pienso desde mi experiencia como docentes, que lo que no han podido en la casa que con esa limitación llegan al colegio, entonces ellos quieren hacer muchas cosas porque no está la mirada del papa ni la mirada de la mama, entonces son libres, entonces quieren en el colegio hacen, corren, vienen, y yo siempre he dicho que nuestros muchachos o el ser humano tiene doble personalidad, nuestros estudiantes en la casa son unos y en el colegio son otros, entonces en el colegio tienen libertad, quieren correr quieren hacer, pero en la casa tienen limitaciones, porque?, debido a la sociedad de consumo en la que estamos los papas trabajan y los pequeños tienen mucha responsabilidad, muchos niños tienen que salir a trabajar, entonces veo que eso también les da pereza entonces se vuelven pasivos, pasivos y si no hay juego en la escuela, en ese medio, un profesor o alguien que les abra les pase les voltee y les ayude, yo creo que hasta ahorita es que los medios comunicación, están tratando en las propagandas de decir, oiga mire tome agua, salga, vea, porque hay unos resultados y la cantidad de enfermedades que te vienen por ser uno sedentario es grande, ese es como mi argumento de esa parte.

**Actor 40:** Yo quiero reforzar esa es una parte que a mí me parece bastante preocupante, que los niños están llegando sin unas pautas de crianza, que les falta los límites de normas de valores de su familia, y discúlpeme, y lamentablemente una cosa que yo veo , que el estado les ha metido la idea bien clara de que, la que se las tiene que dictar es el colegio, y entonces ellos llegan a que sea el profesor, la profesora, la orientadora, el que

resuelva todo, a mi alguna vez me toco ser algo grosera y decirle, “yo no he firmado la carta de adopción”, de verdad, lamentablemente el estado les ha metido la idea de que el colegio es el parqueadero, hay se los dejo y cuidado me lo devuelven rayado, al contrario si usted me lo puede polichar bien se los agradezco, pero no me pueden cobrar nada, entonces los niños no saben que es bueno que es malo, nada, ellos no saben que hay un momento para cada cosa y cada cosa en su momento, hay que recobrar el valor de la familia.

## ANEXOS II

<b>CATEGORÍA PRINCIPAL</b>	<b>NOMBRE DE LA CATEGORÍA</b>	<b>NUMERO DE VECES REPETIDAS</b>	<b>POSIBLES AGRUPACIONES</b>	
Concepto de AF	AF= Movimiento	38	1.(ejercicio, cualidades físicas, movimiento muscular, gasto energético, intensidad de movimiento)	AF: Mirada fisiológica
	AF: Desarrollo humano.	5		
	AF= Deporte	9		
	AF= interrelación cuerpo, mente y sentimientos.	6		
	AF= socializar y compartir	1		
	AF= Habito saludable	2	2. (desarrollo humano, socializar y compartir, contexto cultural,)	AF: Mirada social
	AF =ejercicio	9		
	AF= cualidades físicas	1		
	AF = recreación	2		

	AF= juego	14		
	AF= conciencia corporal	1	3. (recreación, juego, expresión corporal, arte, deporte)	AF: mirada cultural
	AF= Movimiento muscular	2		
	AF= procesos metabólicos	1		
	AF= arte	3		
	AF= educación física	8	4.(interrelación cuerpo, mente y sentimientos, conciencia corporal)	AF: Mirada integral
	AF= esparcimiento	5		
	AF= proceso de aprendizaje	12		
	AF= gasto energético	5		
	AF= contexto cultural	1	5.(educación física)	Mirada: clase o materia educativa
	AF=intensidad de movimiento	1		
	AF= juego- actividades lúdicas	7	(proceso de aprendizaje) (hábitos saludables)	
	AF= expresión corporal	1		
Factores que favorecen la AF	recursos tecnológicos	2	1.(recursos tecnológicos, medios de comunicación)	Medios de comunicación y avances tecnológicos
	Personal capacitado.	11		
	actitud de los profesores	7		

	Espacio y colegio.	2	2.( espacios, y recursos del colegio, políticas institucionales)	Institución
	Recursos y colegio	3		
	Recursos.	3		
	Espacios	6	3. (apoyo de los padres, practicas familiares)	Núcleo familiar
	organización de horarios	1		
	apoyo de los padres	1		
	practicas familiares	6	Actividad de los profesores ¿???	
	políticas institucionales	2		
	medios de comunicación	1	Personal capacitado	
Factores que limitan la AF	espacios	37	1.(tecnologías, uso del tiempo libre)	Uso del tiempo libre
	Tecnología.	1		
	recursos	6	2. educación concebida como empresa, políticas institucionales)	Institución
	Políticas institucionales	16		
	Seguridad	14		
	Personal capacitado.	21	3. integración familia, acompañamiento de los padres, practicas	Núcleo familiar
	Integración Familia	4		

	tiempos	2	familiares)	
	Actitud de los profesores	5	(Personal capacitado)	
	aportes energéticos	1		
	uso del tiempo libre	9		
	Condiciones económicas	6	(Condiciones económicas)	
	Educación concebida como empresa	1		
	Trabajo con pares	1		
	Acompañamiento de los padres	1		
	Practicas familiares	6		
Beneficios de la AF=	Mejora coordinación y aptitudes físicas.	3	1.( coordinación, y aptitudes físicas, desarrollo de la motricidad, desarrollo físico, control motor)	DESARROLLO HUMANO
	Concentración.	3		
	Aprendizaje	7		
	relajación	5		
	Desarrollo de la motricidad.	4	2.(concentración, facilita memoria,	PROCESOS EDUCATIVOS
	Mejora procesos de control motor	6		

	Estimulación temprana- activación.	1	aprendizaje)	
	mejora el rendimiento	1	3.(salud, Salud mental)	SALUD
	facilita la memoria, concentración	2		
	Espacio-tiempo	1		
	autoconciencia	7	4.( desarrollo de reglas y comportamientos sociales, disciplina)	ENTORNO SOCIAL
	disminuye la violencia	1		
	Salud	1		
	desarrollo fisico	3		
	motricidad fina	2	Autoconciencia	
	Descargan energía con la AF	1		
	Mejora y crea la disciplina	2		
	propiciar el desarrollo de reglas y comportamientos sociales	3		
	Salud mental	1		