

INFLUENCIA DE UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN SECUNDARIA SOBRE LOS CONOCIMIENTOS APLICADOS A LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA RELACIONADA CON LA SALUD COMO PUNTO DE REFLEXIÓN CRÍTICA DEL DOCENTE.

Isaac J. Pérez López (Profesor de E.S.O. en el colegio Ntra. Sra. de la Consolación - Granada-, y alumno del Master universitario de Educación Física y Deporte -Universidad de Murcia-)

Manuel Delgado Fernández (Departamento de Educación Física y Deportiva de la Universidad de Granada)

Introducción

A lo largo de la Historia de la E.F. si ésta se ha caracterizado por alguna circunstancia especial ha sido la de desarrollar un currículum eminentemente práctico, dejando *completamente* de lado la dimensión conceptual, y provocando, por tanto, una gran laguna en la formación del alumnado. De hecho, se han sucedido diversas corrientes que continuamente han estado salpicando con nuevas “versiones” posibles de E.F. Hernández Álvarez (1996) indica que en la actualidad coexisten cuatro de ellas: el deporte, la condición física, la psicomotricidad y la expresión corporal. Es evidente que a la hora de buscar responsables ocupa un lugar destacado la concepción dualista (Barbero, 1989, 1996, 1997), que desde tiempos inmemoriales ha existido e impregnado el pensamiento humano. Pero ¿en qué actividad no participa el cuerpo?

Ante esta situación existe la necesidad de poner en práctica, sin más demora, todas y cada una de las experiencias y tareas específicas y no específicas que configuran la E.F., para desarrollar en los alumnos las distintas capacidades cognitivas, motrices, sociales, afectivas, etc., que los hacen avanzar en la construcción de su identidad de manera integral. Pues la E.F. cuenta con argumentos suficientes como para justificar su presencia dentro del currículum actual sin necesidad de *venderse* mediante una imagen “atractiva”, pero vacía, haciendo gala de su condición de “maría”, lo que provoca que el alumnado, en general, *carezca* totalmente de *conocimientos* básicos sobre la teoría de la materia (Téllez, 1998). Circunstancia que incluso llega a no sorprender a muchos profesionales como Naul (1988) debido al encasillamiento al que se ha visto sometida ésta área.

De esta manera, las clases de Educación Física deben estar preparadas y organizadas teniendo en cuenta la totalidad de ámbitos de la persona y de posibilidades que ofrece la E.F., pues su singularidad hace posible el desarrollo de unos mediante la utilización de la otra, siempre y cuando exista una programación adaptada a tales requerimientos. Tampoco sería adecuado dar un giro radical de 180 grados en el que se acabe primando la vertiente teórica de la materia en perjuicio de ese otro apartado físico predominante hasta el momento, sino en desarrollar paralela y armónicamente tanto la capacidad motriz como la cognitiva (además del resto de ámbitos que configuran a toda persona).

Es más, desde el Borrador de Decreto por el que se modifica el currículum de la E.S.O. en Andalucía, y en concreto dentro del área de E.F., ya se advierte de que “el desarrollo motriz debe tratarse vinculado al desarrollo cognitivo”. De hecho, qué sentido puede tener el que los alumnos sepan realizar, por ejemplo, un determinado ejercicio si en realidad no saben con qué objetivo lo hacen ni cuántas repeticiones debe realizar para cumplir dicho ejercicio,

etc. Reflexión apoyada por diversos autores entre los que se pueden destacar a Brynteson y Adams (1993), que creen que aquellos alumnos con una determinada base conceptual tendrán mayor posibilidad de tomar decisiones correctas en cuanto a la salud, fitness y comportamientos sobre la actividad física, resaltando, además cómo a lo largo de los años también ha habido otros autores partidarios de dicho enfoque (Carr y Walker, 1968; Corbin y Laurie, 1978; Flath y Leigh, 1966; Hallatt y Koenig, 1967). En este mismo sentido el conocimiento coetáneo a la práctica ha resultado ser favorable en la enseñanza-aprendizaje de deportes colectivos (Lillo, 1999; Naul, 1988; Solá, 1996). Bajo este prisma no se estaría apostando por una base teórica sin conexión alguna con la práctica, ni aplicabilidad cotidiana para el alumno, sino más bien de un conocimiento práctico que le posibilite comprender y desarrollar a corto, medio y largo plazo, con garantías de salud, su propia actividad física de manera autónoma.

Por lo que, al hilo de lo comentado, el objetivo del presente estudio ha sido valorar los efectos que tendría en el aprendizaje de los alumnos una intervención más intencionada en los contenidos conceptuales de la E.F., principalmente en lo referente a sus implicaciones con la salud.

METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Se empleó un diseño cuasiexperimental de Dos Grupos No Equivalentes (grupo experimental y grupo control) con medidas pretest y postest para ambos, propio de las situaciones en las que la investigación se realiza en contextos reales con grupos naturales (Pérez Samaniego, 1999). Este tipo de diseño, ampliamente utilizado en investigación educativa, permite trabajar con grupos que ya están constituidos y no pueden ser formados aleatoriamente, por lo que no son totalmente equivalentes.

Como herramienta de toma de datos se utilizó la encuesta-cuestionario, analizando la frecuencia de respuestas adecuadas respecto a creencias y conocimientos de actividad física relacionada con la salud. Se trató de la prueba objetiva de evaluación inicial realizada tanto al grupo experimental como al grupo control, y que al final de la intervención volvió a pasarse (postest). El cuestionario consta de 25 preguntas cerradas con cuatro posibles respuestas a elegir únicamente una, o en su defecto ninguna, de no conocer la opción correcta entre las presentadas. Como marco de referencia se contempló y se trató de dar respuesta al Decreto 106/92 de la Junta de Andalucía sobre las enseñanzas mínimas en Educación Secundaria Obligatoria y concretamente en el área de Educación Física, y el reciente Real Decreto 3473/2000 de la misma temática, teniendo presentes aquellos conocimientos que en él vienen reflejados como prioritarios a desarrollar en el nivel educativo en el que se iba a trabajar (cuarto de E.S.O.). Dicha encuesta fue llevada a cabo por el propio profesor que les imparte la asignatura de educación física. Con una duración aproximada a 45 minutos.

SUJETOS EXPERIMENTALES Y CONTEXTO

Participaron en el estudio alumnos de cuarto de E.S.O. del colegio Ntra. Sra. de la Consolación de Granada, con edades comprendidas entre los 15 y 17 años. El grupo experimental lo conformó el grupo "A", con un número total de 23 alumnos, de los cuales

había 16 alumnas y 7 alumnos, y el grupo control lo formó el grupo “B”, con 25 alumnos (20 alumnas y 5 alumnos).

El centro educativo, Ntra. Sra. de la Consolación, es de carácter mixto (privado-concertado al 100%), situándose en una zona relativamente periférica de la ciudad de Granada, y recogiendo alumnos de similar status, pues provienen todos del barrio de *La Chana*, de clase media-baja y, siendo el centro de tipo dos, con doble línea por curso. Abarca los niveles educativos que van desde educación infantil hasta el final de la E.S.O., con un total de alumnos de 680.

VARIABLES DEL ESTUDIO

La intervención docente de la asignatura fue la variable independiente, mientras que los contenidos conceptuales con relación a la actividad física orientada a la salud determinaron la variable dependiente. Con una duración de un trimestre (20 sesiones en total). Divididas en dos sesiones semanales de una hora cada una de ellas.

Variable independiente: *intervención docente en educación física orientada hacia la salud*

Los diferentes contenidos curriculares que para esta etapa dispone la L.O.G.S.E. (considerando las últimas recomendaciones del Real Decreto 3473/2000, de 29 de diciembre, por el que se modifica el Real Decreto 1007/1991, de 14 de junio, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la educación secundaria obligatoria) han servido como pilar básico, tratándose los diferentes bloques de contenidos de manera intradisciplinar para el desarrollo de cada uno de los contenidos del bloque de salud. A través de una metodología eminentemente reflexiva.

Programa de intervención aplicado al grupo experimental:

La estructura del programa ha estado condicionada en gran medida por los intereses de los alumnos, grado de implicación y objetivos a alcanzar (facilitando de este modo, desde el principio, la participación y desarrollo del ámbito personal, haciéndoles partícipes del proyecto y partiendo de sus gustos y capacidades).

Durante las sesiones se fueron introduciendo, de modo progresivo, todos aquellos conceptos que estaba en estrecha relación con el objetivo que se pretendió en ese momento, a través de contenidos que aportaban cierta transferencia futura, o válidos a la hora de dotarlos de aplicación práctica, para que de este modo significativo se fueran construyendo unos sobre otros, de tal modo que posteriormente pudieran crear enlaces para una mejor comprensión de las actividades que nacieran sobre conceptos semejantes o se rigieran por parámetros parecidos. Su tratamiento se facilitó, por un lado, gracias a la utilización de *trípticos* (en un total de cinco ocasiones), que posibilitaron, durante el desarrollo de las sesiones, reforzar la comprensión de nuevos contenidos conceptuales y procedimentales mediante actividades de reflexión. Y, por otro, a través de materiales de recopilación (actividad complementaria de refuerzo) en la que el alumno, teniendo el ordenador como soporte, aprovechará para organizar sus ideas sobre lo trabajado en clase. Llevó el nombre de “Cuaderno de bitácora”, y consistió en una recopilación de lo trabajado en clase, a modo de diario, con la doble intención de que el alumno fuera construyéndose, personalmente,

unos apuntes de clase, así como ofrecer la posibilidad al profesor de un seguimiento más real del trabajo de éstos.

Es preciso añadir, a toda esta secuencia, un elemento más que entró en juego, como es la creación de foros de debate mediante grupos de correo electrónico. Un grupo de correo es una dirección de correo aparentemente como otra cualquiera, pero con la particularidad de que cuando se envía un mensaje a esa dirección lo reciben todos los que están suscritos al grupo, interactuando al mismo tiempo con todos ellos. Es una manera sencilla y práctica de intercambiar información, opiniones y dudas con personas que comparten tus mismas inquietudes y aficiones, además de desarrollar todas las capacidades que cualquier acto comunicativo requiere: reflexión, síntesis, análisis de la información, etc.

Esta herramienta se utilizó para aumentar la motivación de los alumnos, por lo actual y especialmente atractivo que para ellos supone todo lo referente al fenómeno Internet, como a un mayor seguimiento del trabajo los alumnos y de la comprensión de los contenidos que está teniendo lugar por parte del profesor.

Concretamente, incluyó dos posibilidades de acción, o secciones, trabajando siempre en pequeños grupos, según las necesidades del tema y el alumnado:

- “*El avituallamiento*”. Material informativo a través de un documento de apoyo sobre el tema trabajado en clase que completará o ampliará los nuevos contenidos que se vayan sucediendo, con la finalidad de consolidar los conocimientos adquiridos previamente en la práctica. Una vez leído por los integrantes de cada grupo, y en el caso de suscitar dudas, el profesor les orientaría para la resolución de las mismas. Facilitándosele a los alumnos en cinco ocasiones a lo largo de todo el trimestre.
- “*Reflexiones desde el banquillo*”. Debate de actualidad que ayudará a la reflexión crítica acerca de diversos aspectos concernientes a la actividad física relacionada con la salud. Desarrollándose a través de tres temas diferentes. E intercalándose con la sección anterior, la cual también originó diferentes reacciones y opiniones en torno a los temas presentados.

A ellas se añadió un juego semanal, durante todo el programa, con la intención de dar mayor unidad a los contenidos y como medio para el repaso de los contenidos por parte de los alumnos, así como feedback más para el profesor al poder ir valorando semanalmente si los contenidos se van asimilando por el grupo de clase. Este juego se denominó: “*The great wiseman*” (“*El gran sabio*”), en el que por medio de las preguntas que el profesor fue haciendo, sobre los contenidos trabajados en sesiones anteriores, los alumnos fueron acumulando puntos para lograr el título de “*The great wiseman*”.

Finalmente, comentar que se ha comparado la valoración global del cuestionario con una prueba T de muestras relacionadas para la comparación pre-post de cada grupo, y la prueba T de muestras no relacionadas para la comparación entre los dos grupos en las medidas pre y post, respectivamente. Así mismo se presenta la estadística descriptiva en cuanto a porcentaje de aciertos y errores en diferentes preguntas muy representativas del cuestionario.

Análisis y discusión de los resultados del estudio

Una vez presentada y justificada la razón de ser del actual trabajo se mostrarán a continuación los resultados globales del estudio.

En la tabla 1 se puede apreciar que se confirma el bajo nivel que en este caso obtuvo el grupo sobre el que se realizó el estudio (tanto el grupo experimental, $8,51 \pm 2,32$, como el grupo control, $8,12 \pm 1,94$, en el pretest), pues sobre un total de 25 preguntas los alumnos que obtuvieron mejores resultados (dos en concreto) tan sólo respondieron adecuadamente a un total de 13 de ellas, lo que representa una calificación numérica de un 5'2 sobre 10.

Tabla 1.- Resultados globales del cuestionario de conocimientos

TOTAL	Pre	Pos	p. valor
G. EXP.	$8,12 \pm 1,94$	$15,7 \pm 3,62$	$P < 0,0001$
G. CNT.	$8,51 \pm 2,32$	$8,68 \pm 2,8$	0,30
p. valor	0,21	$P < 0,0001$	

El número de respuestas correctas oscila entre los 48 alumnos de la muestra, en una franja que va desde las 4 respuestas contestadas de manera acertada (por un 2'1% de los sujetos) hasta las 13 mencionadas (con un porcentaje de un 4'2%). Situándose el número de respuestas positivas mayoritariamente alcanzado en 8, con un total de 9 alumnos, es decir, un 18'75%, que si lo extrapolamos a la calificación equivalente viene a ser un 3'2 sobre 10. Resultado muy por debajo de lo esperado y deseado, puesto que ni siquiera se acerca a un nivel mínimo de suficiencia en el conocimiento y comprensión de aspectos relacionados con el ámbito de la E.F. y la salud. Como puede apreciarse en la figura 1:

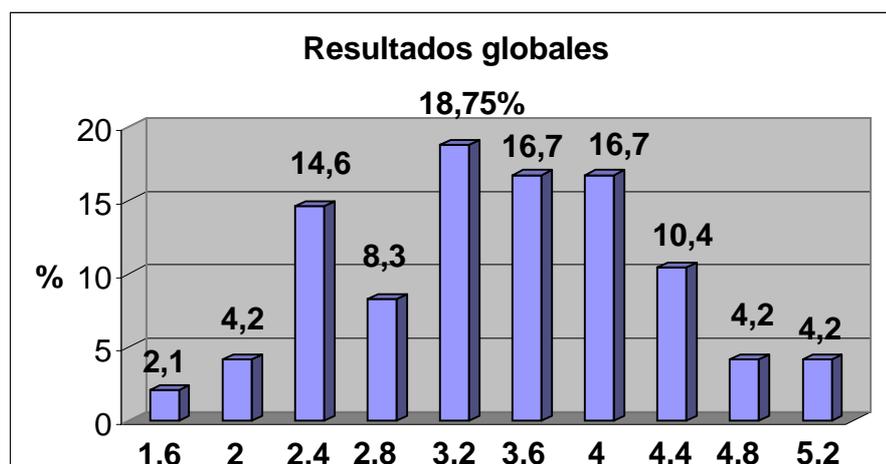


Figura 1.- Porcentaje de alumnos en las diferentes calificaciones del cuestionario

Mientras que, por clases, los resultados quedaron del modo que a continuación se ofrece, pudiéndose destacar la gran similitud existente entre los dos grupos dado que las diferencias

son mínimas en referencia al número de respuestas correctas conseguidas por los alumnos, así como por los porcentajes obtenidos por cada una de ellas (figura 2):

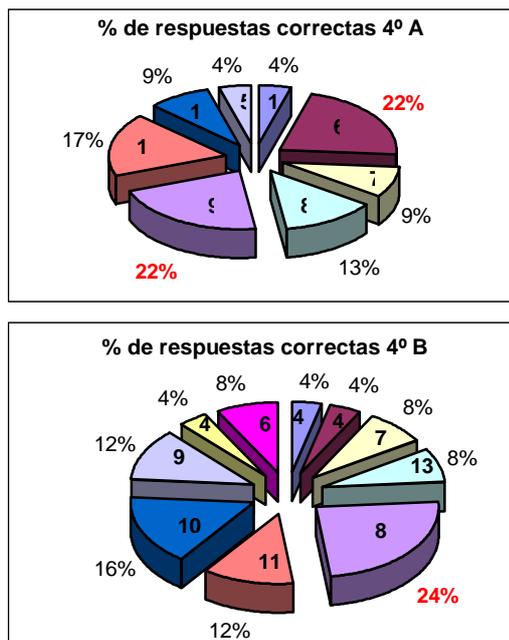
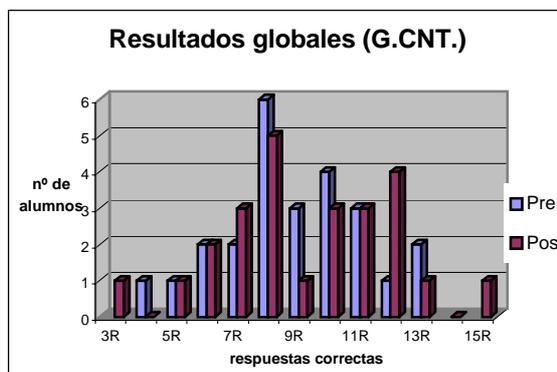


Figura 2.- Porcentaje de respuestas correctas en el grupo experimental y control (pretest)

Por el contrario, una vez finalizada la intervención, los resultados de ambos grupos en el postest acabaron siendo muy dispares, pudiéndose comprobar como mientras en el grupo control los valores resultaron ser muy parecidos a los alcanzados en el pretest, en el grupo experimental se observa una significativa evolución en el nivel de conocimientos mostrados por este grupo, pasando de moverse en unos valores de entre 5 y 12 respuestas correctas y un valor medio en torno a 9, a situarse las respuestas señaladas correctamente por los alumnos entre 11 y 22, con una media por encima de 15 (figura 3):



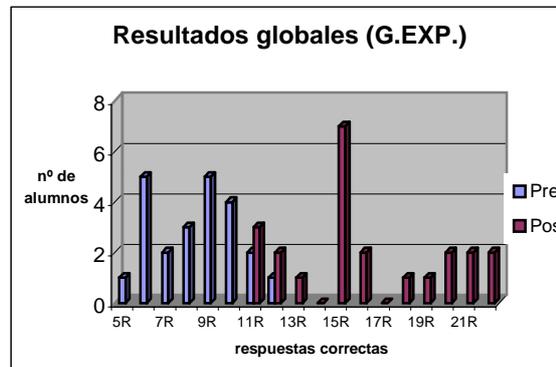


Figura 3.- Comparación (pre-post) de los resultados obtenidos en el cuestionario por ambos grupos

Conclusión y orientaciones para la intervención docente

Aún así, puede quien a pesar de todo se planteé dónde reside la relevancia de todo lo expuesto. Pues bien, principalmente en el estancamiento en el que la E.F. escolar aún se encuentra inmerso y las terribles consecuencias que este hecho conlleva; no acabando de acompañar a la enorme proyección, que mientras tanto, está teniendo el mundo de la actividad física y el deporte, lo que origina un doble peligro:

- Seguir alimentando el porcentaje de analfabetismo, en cuanto a cultura física se refiere, en el que se encuentra integrada gran parte de la población (como demuestra esta investigación). Súbditos, muchos docentes, de una mayor estima social y una menor complejidad educativa (ya sea por unos motivos u otros), lo cual da cobijo al complejo fenómeno del currículum oculto en el mundo educativo.
- Y, por otro lado, la dificultad de asimilar y contener el torrente de información con el que la publicidad nos apunta y seduce diariamente, como solución a las opresivas exigencias con las que la sociedad actual nos interpela. Dejándose llevar, un elevado número de ella, por determinados criterios que llegan impuestos sin saber ni cómo, ni por quién, al no contar con los debidos conocimientos que les permitan optar y desarrollar una opción reflexiva.

Y, todo ello, únicamente será posible a través de un cambio en los planteamientos metodológicos que movilizan el currículum de E.F., donde *"es función trascendente del maestro-educador hacer pensar a los alumnos"* (Wein, 2000, lo que también corrobora Lillo (2000). Lo cual no significa, utilizando una idea semejante de Pino, Vegas y Moreno (2001), que se deba banalizar el papel del educador, sino de democratizar el aprendizaje de los sujetos. De esta forma, continúan argumentando que, los verdaderos protagonistas han de ser los alumnos, mientras que el profesor ha de actuar como mediador y ayudante, erigiéndose en el guía de la actividad.

Pudiendo observarse, en el presente trabajo, una nueva forma de actuar y planificar las sesiones de E.F., así como los beneficios que dicho enfoque ha propiciado en el grupo sobre el que se ha desarrollado la intervención, con una evolución en el grupo experimental muy significativa en cuanto al bagaje conceptual en temas relacionados con la actividad física y

la salud con respecto al grupo control. Y todo ello a través de una metodología integradora y eminentemente reflexiva del currículum de E.F., donde los alumnos se convierten en los verdaderos artífices de su aprendizaje, bajo la tutela y mediación del profesor. Teniendo como premisa de referencia permanente la significatividad y funcionalidad necesarias que todo programa requiere.

Por tanto, finalizar secundando las palabras de Fontecha y Rico (1998:247) en las que queda resumido de un modo conciso y claro la voluntad y esperanza con la que se iniciaba, y ahora termina, esta comunicación: “es en el ámbito del *pensamiento del profesor* donde se encuentra la clave de la reorientación sustancial y profunda que garantiza el establecimiento de la nueva concepción y tratamiento de la educación física (...) contribuyendo de manera efectiva en la consolidación de un **cambio real y profundo**”.

Referencias bibliográficas

- Barbero, J.I. La cultura del consumo, el cuerpo y la educación física. En D. Ayora; J. Campos; J. Devís y A. Escartí (comps.) *Aportaciones al estudio de la actividad física y el deporte*, I.V.E.F., Valencia, (1997), 213-235.
- Barbero, J.I. *Cultura profesional y currículum (oculto) en educación física: reflexiones sobre las (im)posibilidades del cambio*. Revista de Educación, (1996), 311, 13-49.
- Barbero, J.I. *La Educación Física, materia escolar socialmente construida*. Perspectivas de la Actividad física y el Deporte, (1989), 2, 30-34.
- Borrador de Decreto por el que se modifica el currículo de Educación Secundaria Obligatoria en Andalucía, por el que se modifican los Decreto 106/1992, de 9 de junio y 262/1996, de 28 de mayo, por los que se establecen las enseñanzas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria en Andalucía.
- Brynteson, P., Adams, T. *The Effects of Conceptually Based Physical Education Programs on Attitudes and Exercise Habits of College Alumni After 2 to 11 Years of Follow-up*. Research Quarterly for Exercise and Sport. (1993), Vol. 64, 2, 208-212.
- Decreto 106/1992, de 9 de junio, por el que se establecen las enseñanzas correspondientes a la Educación Secundaria obligatoria en Andalucía. BOJA 56, de 20 de junio de 1992.
- Fontecha, C., Rico, I. *Las responsabilidades en el futuro de la educación física*. En: García, A.; Ruiz, F.; Casimiro, A. (coord.) *La enseñanza de la educación física y el deporte escolar*. Almería, (1998).
- Hernández Álvarez, J. *La construcción histórica de la Educación Física: el currículo de la LOGSE, ¿una nueva definición de la Educación Física escolar?* Revista de Educación, (1996), 311, 51-76.
- Lillo, J.M. *Aspectos del entrenamiento del joven futbolista en su formación*. Revista Training-Fútbol. (2000), 48, 18-33.
- Lillo, J.M. *Consideraciones de aplicación al entrenamiento de la táctica*. Training fútbol, (1999), 44, 8-13.
- Naul, R. *Learning about sports: A cognitive approach and its evaluation in the German Grammar School physical education currículum*. International Journal of Physical Education. (1988), Vol. XXV, 1.
- Pino, J., Vegas, G., y Moreno, M. I. *La formación conceptual del deportista en los deportes de equipo en la fase de iniciación*. [http://www.efdepotes.com/Revista digital](http://www.efdepotes.com/Revista%20digital), nº 41. Buenos Aires, (2001)

Real Decreto 3473/2000, de 29 de diciembre, por el que se modifica el Real Decreto 1007/1991, de 14 de junio, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la educación secundaria obligatoria.

Solá, J. *Formación cognoscitiva y rendimiento táctico*. Apunts: Educación Física y Deportes, (1998), 53, 33-41.

Téllez, C. *Preparación teórica: influencia para la mejora de la práctica y formación del alumnado sobre temas relacionados con la actividad física-salud*. En: La enseñanza de la Educación Física y el Depore escolar. II Congreso internacional. García, A., Ruiz, F., Casimiro, A. (coord.) Almería, (1998)

Wein, H. *La necesidad de utilizar otro estilo de enseñanza en la formación del futbolista*. Revista Training-Fútbol. (2000), 49, 40-46.