

**LA EDUCACIÓN FÍSICA Y SU PROCESO PEDAGÓGICO VIRTUAL: UNA  
SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIAS PEDAGÓGICAS EN EL GRADO DECIMO  
DE LA IED EL CARMEN DE GUASCA CUNDINAMARCA.**



**GABRIEL ALEJANDRO RAMÍREZ FLOREZ**

**CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN**

**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIO Y DEPORTE**

**BOGOTÁ D.C.**

**2021**

**LA EDUCACIÓN FÍSICA Y SU PROCESO PEDAGÓGICO VIRTUAL: UNA  
SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIAS PEDAGÓGICAS EN EL GRADO DÉCIMO  
DE LA IED EL CARMEN DE GUASCA CUNDINAMARCA.**

**GABRIEL ALEJANDRO RAMÍREZ FLOREZ**

**SISTEMATIZACION PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADA EN EDUCACIÓN  
FISICA, RECREACION Y DEPORTE**

**ASESOR**

**MGR. HENRY ALEXANDER BABATIVA SALAMANCA**

**CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN**

**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FISICA, RECREACIO Y DEPORTE**

**BOGOTÁ D.C.**

**2021**

**Nota de aceptación**

---

---

---

---

---

---

---

---

Firma de presidente del Jurado

---

Firma del jurado

---

Firma del jurado

Ciudad y fecha: \_\_\_\_\_

## **Agradecimientos**

Es la oportunidad para agradecer a la Corporación Universitaria Minuto de Dios por todo el apoyo que me ha brindado en estos años de educación.

También quiero agradecer a mis colegas que me han motivado para apostarle al deporte como una estrategia de transformación individual y colectiva, y como un estilo de vida sano y lleno de retos.

Quiero agradecer a mis familiares que me han motivado, que me han acompañado en todo este proceso de formación académica.

Y por último y no menos importante, quiero agradecer a la institución académica El Carmen y a los estudiantes de Décimo Grado, que, pese a las circunstancias adversas, a las limitaciones de la tecnología y a las problemáticas derivadas de la pandemia, fueron fuente de inspiración a lo largo de estos meses. En ese sentido, quiero darle las gracias al docente de la institución educativa y a mi tutor Henry Babativa, ya que ambos me brindaron el espacio y me dieron toda la guía para el trabajo.

## **Dedicatoria**

Este trabajo de investigación y esta experiencia pedagógica están dedicados a los jóvenes de la institución El Carmen, ubicada en Guasca Cundinamarca, y ha el docente encargado de la asignatura en educación física, con ellos se completo el trabajo y se vivió el proceso de las practicas educativas, a mi tutor como guía del desarrollo de la sistematización y para todos aquellos que

que me inspiraron, para los que me han permitido compartir y para los que van a triunfar en el futuro, aquellas personas interesadas por la educación, que fomentan la actividad física y promuevan actividades deportivas.

**RAE**

**Resumen Analítico Educativo**

**1. Autores**

Gabriel Alejandro Ramírez Flórez

**2. Director del proyecto**

Babativa Salamanca Henry Alexander

**3. Título del Proyecto**

La educación Física y su proceso pedagógico virtual: una sistematización de experiencias pedagógicas en el grado decimo de la IED el Carmen de Guasca Cundinamarca

**4. Palabras clave**

Educación Virtual, Educación Física, Procesos, Zona rurales, Pandemia, Metodologías, Pedagogías virtuales emergentes, Capacidades motrices, Clases asincrónicas, Herramientas tecnológicas, Entrevista

## 5. Resumen de proyecto

En la presente sistematización se encuentra una reflexión de la enseñanza en la educación física con una metodología asincrónica, que logra analizar los factores que afectan a las poblaciones rurales y como los docentes encargados de esta área logran desarrollar un proceso virtual, de esta misma manera la población con la que se llevó este proceso fueron jóvenes entre los 15 a 16 años. Se desarrolla con un enfoque crítico social, permitiendo un acercamiento directo con los actores sociales y con los fenómenos en cuestión, con el fin lograr comprender e interpretar la realidad. De tal manera se busca llevar un proceso virtual donde los estudiantes desarrollen sus habilidades y capacidades físicas frente a esta nueva experiencia, identificar cuales son las falencias de las zonas rurales en medio de la educación virtual, espacio y tiempo dedicado a la asignatura e identificar la importancia de la educación física como un espacio deportivo de aprendizaje.

## 6. Grupo y Línea de Investigación en la que está inscrita

Educación física virtual

## 7. Objetivo General

Reflexionar sobre la incidencia de la virtualidad en los procesos de enseñanza y aprendizaje de la educación física en la institución educativa el Carmen, ubicado en el municipio de Guasca Cundinamarca- zona rural.

## 8. Referentes conceptuales

Uno de los trabajos de investigación que se relaciona con el tema tratado en la sistematización, se titula *Didáctica de la educación física para la educación básica*, escrito por Pinzón (2017) de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, el cual consiste en identificar situaciones que se presentan en la educación física, las cuales se puedan desarrollar en el entorno educativo relacionado con la formación inicial de los educadores. De esta manera, este trabajo aporta con grandes objetivos para la sistematización logrando identificar las didácticas educativas en un medio de observación.

A partir de los procesos educativos virtuales que se tratan en la presente sistematización, es pertinente hablar sobre la siguiente investigación titulada *El trabajo colaborativo virtual: herramienta de formación del profesorado de educación física*, escrito por Hernando, M. M., Catasús, M. G., & Arévalo, C. G. (2013) de la universidad \*Universitat Oberta de Catalunya, \*\*INEFC de Barcelona, el texto tiene como problemática, de qué manera influye el proceso colaborativo que se desarrolla en una comunidad virtual en medio del aprendizaje, para crear y mejorar el aprendizaje curricular de los docentes en la asignatura de educación física, cuyo objetivo se enfoca en analizar la influencia de este proceso social en una modalidad virtual de aprendizaje, el texto identifica mejoras durante el desarrollo del proceso ya que encuentra una manera de innovar en sus propuestas académicas y encontrar la manera para que las herramientas tecnológicas logren ayudar a el aprendizaje virtual.

Continuando con el contexto rural y los procesos educativos, se relaciona la siguiente investigación titulada, *La formación del profesorado para la Escuela Rural: una mirada desde la educación física*, escrito por los autores Chaparro Aguado, F. & Santos Pastor, M.L. (2018) de la Universidad de Castilla La Mancha, Universidad Autónoma de Madrid. Esta investigación consiste cuestionar cómo es la formación de los docentes en las zonas rurales y qué tipo de metodología utilizan para desempeñar su rol de docente en estas instituciones, y su relación con la educación física. Lo que busca la investigación es lograr que los docentes de educación física lleven una planificación de las actividades donde relacionen metodologías que ayuden a los estudiantes a mejorar sus actitudes escolares en medio de movimientos.

## 9. Metodología

Enfoque Critico Social

## 10. Conclusiones

Uno de los alcances identificados, es la comunicación con los estudiantes y los dispositivos que cada uno tiene a disposición. En ese sentido, la planificación y el desarrollo de las actividades tienden a tener una mayor dificultad. una de las premisas de la educación física es el aprendizaje motriz mediante el desarrollo de una buena técnica impartida por el practicante o profesional. Sin embargo, al trabajar con los estudiantes del área rural y en medio de la virtualidad. La principal problemática es la identificación de las falencias en la técnica de los estudiantes al momento de desarrollar las actividades propuestas. Es imperativa la necesidad de transmitir esta incidencia en los practicantes y futuros profesionales del área de formación de la educación física. Debido a que este tipo de disciplina en los jóvenes, es fundamental para su formación y debe ser prioritaria en el pensum académico.

## 11. Referencias bibliográficas

Adell, J., Castañeda Quintero, L. J. (2012). Tecnologías emergentes, ¿pedagogías emergentes? tendencias emergentes en educación. Recuperado de: <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/45413/realidad%20aumentada%20y%20educacion.pdf?sequence=1>

Gómez-García, Rodríguez-Jiménez, Ramos-Navas-Parejo, (2019) la realidad virtual en el área de educación física. Recuperado de: [http://www.journalshr.com/papers/Vol%2011\\_suplemento/JSHR%20V11\\_supl\\_01\\_16.pdf](http://www.journalshr.com/papers/Vol%2011_suplemento/JSHR%20V11_supl_01_16.pdf)

Gutierrez-Sanchez, Jose-Angel, (2019) Programación anual de educación física. Recuperado de:

<https://hdl.handle.net/10953.1/11518>

Hernando, M. M., Catasús, M. G., & Arévalo, C. G. (2013). El trabajo colaborativo virtual: herramienta de formación del profesorado de educación física. *retos. Nuevas Tendencias en Educación física, Deporte y recreación*, (24), 24-27.

Recuperado de : <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732290005.pdf>

Luciano, H. L. (2013). La Educación Física en la escuela secundaria rural desde un entorno virtual. In *X Congreso Argentino y V Latinoamericano de Educación Física y Ciencias (La Plata, 2013)*. Recuperado

de: [http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/39638/Documento\\_completo.pdf?sequence=1](http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/39638/Documento_completo.pdf?sequence=1)

## Tabla de Contenido

<b>Introducción</b> .....	13
<b>1.....Contextualización</b>	
15	
<b>1.1.....Macro contexto</b>	
16	
<b>1.2.....Micro contexto</b>	
18	
<b>1.3.....Descripción de los sujetos con los que se hace la practica</b>	
19	
<b>2.....Temática de la práctica que se sistematiza</b>	
20	
<b>2.1. Descripción de la practica .....</b>	20
<b>2.2.....Justificación de la sistematización</b>	
24	
<b>2.3.....Objetivos</b>	
26	
<b>2.3.1.....Objetivo general.</b>	
26	
<b>2.3.2.....Objetivos específicos.</b>	
26	

3.....	<b>Marco referencial</b>
26	
3.1. Marco de antecedentes de la sistematización de la práctica .....	27
3.2. Marco teórico del tema de sistematización .....	34
3.2.1. Educación física.....	35
3.2.2. Pedagogías virtuales emergentes .....	38
3.2.3. Aulas virtuales. ....	40
3.2.4. Didáctica de la educación física: .....	42
3.2.4. Habilidades básicas motrices-específicas.....	43
4.....	<b>Marco metodológico</b>
45	
4.1. Estrategia o tipo de sistematización.....	45
4.2. Instrumentos de recolección de información de la práctica .....	48
5.....	<b>Sistematización de la práctica</b>
50	
5.1. Organización de la información.....	50
5.3.....	<b>Organización de la información</b>
<b>¡Error! Marcador no definido.</b>	
5.4.....	<b>Interpretación crítica</b>
56	

5.4.1.....	<b>Reconocimiento de la educación física como un área pedagógica pertinente para el desarrollo integral del ser humano.</b>	56
5.4.2....	<b>Metodología de la educación física virtual un desafío relevante en épocas de pandemia.</b>	57
5.4.3...	<b>Alcances pedagógicos en la formación integral por medio de la educación física virtual.</b>	59
5.5.....	<b>Conclusiones</b>	60
6.....	<b>Referências bibliográficas</b>	63
7.....	<b>Anexos</b>	65

## **Introducción**

Desde el primer trimestre de 2020 el mundo cambió. La llegada masiva de un virus hizo que los hábitos de todas las personas cambiaran radicalmente. Durante meses, inclusive hasta hoy en día, las personas se vieron en la obligación de aislarse en las casas y detener la mayoría

de las actividades cotidianas, y esperar las instrucciones de los gobernantes para decidir cómo se continuaba con la vida. Había llegado la pandemia del Covid 19.

No era fácil saber qué iba a pasar y mucho menos cómo se debería retomar la vida. Aspectos tan importantes como el comercio, los viajes, el transporte, el entretenimiento y la educación se vieron afectados por la declaratoria de la pandemia. Sin embargo, empezaron a surgir alternativas para volver a una normalidad. Y fue así como el reinicio de muchos aspectos se hizo basados en la virtualidad.

Uno de los temas más complejos y que más dudas generó fue la educación virtual, particularmente en jóvenes de colegios, teniendo en cuenta que el colegio, más que un lugar para recibir información, es una experiencia de vida clave en su formación. ¿Cómo hacer viable la educación en términos virtuales? De manera particular, surgió la inquietud de cómo realizar la clase de educación física en la que es muy importante las actividades grupales, al aire libre y donde los detalles de movimiento son de gran importancia.

A lo anterior hay que considerar lo complejo que es para un país como Colombia, donde en la ruralidad o en la periferia, la virtualidad se vuelve aún más compleja por la falta de acceso a la tecnología o por las dificultades para acceder a la internet.

Es en ese contexto donde surge esta práctica académica, en la que el practicante hizo una sistematización de la experiencia pedagógica virtual en la educación física. Para eso, se trabajó con el grado décimo de la IED del Colegio El Carmen, ubicado en la zona rural del Municipio de Guasca en el departamento de Cundinamarca.

## **1. Contextualización**

El presente trabajo investigativo se centra en el contexto escolar, fijando su atención específicamente en los procesos de enseñanza y aprendizaje de la Educación física bajo la metodología virtual, tomando como macro contexto al Municipio de Guasca, en el

Departamento de Cundinamarca, la Institución educativa del Carmen y como micro contexto el grado décimo que participó de dicho proceso.

### **1.1. Macro contexto**

El Municipio de Guasca se encuentra ubicado en el Departamento de Cundinamarca – Colombia. Se trata de un pueblo cuyo nombre es de origen muisca y sus asentamientos se establecen en la época precolombina. Guasca fue fundado en junio de 1600 por el Oidor de la Real Audiencia don Luis Enríquez. Actualmente se encuentra comprendido por 15.003 habitantes. El municipio cuenta con una geografía diversa, lo que hace que tenga una significativa diversidad de flora y fauna, lo cual es característico de las zonas rurales de dicho departamento.

Por otro lado, se encuentra la institución educativa departamental el Carmen ubicada en la Vereda San José sector 1251210. Esta institución se encuentra en un contexto rural, y la jornada de trabajo educativa se ofrece en horas de la mañana. La población que abarca es de ambos géneros, y hay clases de especialidades académicas de primaria, secundaria, educación media, e incluso abarca proceso de enseñanza con programas de educación para adultos.



A partir de estos lineamientos institucionales, la educación física adquiere un papel de formación integral, cuyos procedimientos se basan siempre en asegurar que los educandos vivencien, experimenten y hagan reconstrucción de conocimientos orientados por el profesor ya sea de manera presencial o virtual.

## **1.2. Micro contexto**

A partir del macro contexto anteriormente descrito, es importante señalar el punto central en el cual se basa esta sistematización, para explorar y comprender cómo se desarrollaron los procesos de enseñanza y aprendizaje de la educación física bajo una metodología virtual. Es por esta razón necesario describir el micro contexto, el cual se reflejó en el grado 10 de la institución educativa en mención.

En primer lugar, hay un dato de gran relevancia y es que la mayoría de estudiantes son mujeres (76%) y el restante son hombres (24%). Se pudo observar que se trata de un grupo bastante activo y participativo en las sesiones de clase, lo que demuestra un gran interés por aprender sobre la educación física y su ejecución durante las actividades propuestas por el docente y el practicante. A pesar de la modalidad virtual que se presenta en el momento, los alumnos manifiestan estar pendientes de la asignatura e ingresan a clase la mayoría de estudiantes que tienen la oportunidad, teniendo en cuenta que en las zonas rurales la conexión a internet o los elementos como computadores o celulares es limitado.

### **1.3. Descripción de los sujetos con los que se hace la practica**

Son jóvenes los cuales presentan una edad de 15 años, activos físicamente, la mayoría les atrae el ciclismo como un medio de transporte y de manera competitiva, pues la zona rural donde habitan es muy conocida por las prácticas de ciclismo deportivo y por las travesías ciclo turísticas, gracias a las montañas cercanas al municipio y por los paisajes aldeanos a su población.

Según los comentarios durante las sesiones de clase, a los alumnos les atrae la educación física porque la mayoría tiene presente mantener un estilo de vida saludable y deportivo. También expresan que les genera inquietudes conocer cómo trabaja el cuerpo durante los diferentes gastos energéticos que se presentan cuando ejecutan una actividad que involucre el cuerpo como un estado físico y mental. Los estudiantes destacan que es importante un espacio libre de la monotonía, en el sentido de escribir y leer, pues la mayoría de sus clases tienen esta metodología. Dan a conocer ciertas características donde pueden interactuar en conjunto con el curso y reconocer el deporte como una forma sociable de expresarse, de conocer personas y ayudar a los demás por medio de un espacio deportivo pedagógico.

En el grado decimo hay 19 mujeres y 6 hombres cursando, el estrato social al que pertenece la mayoría de los estudiantes es el estrato 2, y en su mayoría habitan en las veredas cercanas al colegio. En sus tiempos libres, estos jóvenes realizan diferentes labores de agricultura y con esto contribuyen con la económica del hogar. Varios comentaron que suelen cosechar fresas, papa, tomate y entre muchos otros. La mayoría de los estudiantes manifiesta un gusto por

la lectura y por aprender temas nuevos que desconocen, así mismo investigar y relacionarlo con el entorno.

## **2. Temática de la práctica que se sistematiza**

A continuación, se explica en que consistió la practica pedagógica, su pertenencia en el contexto y a nivel disciplinar junto con los objetivos que se formularon para poder reflexionar sobre la incidencia de la educación virtual en los procesos de enseñanza y aprendizaje de la educación fisca virtual.

### **2.1. Descripción de la practica**

En medio de la pandemia derivada del Covid 19, se han generado modificaciones en los hábitos de todas las personas. Dadas las circunstancias, en el medio educativo se debe enfrentar una variedad de problemáticas, retos y nuevas responsabilidades. Se ha hecho un énfasis sobre una nueva manera de transmitir el aprendizaje, acudiendo a herramientas tecnológicas que hacen posible la realización de clases por medio de la virtualidad remota, así como el desarrollo de actividades lúdicas y pedagógicas que se presentan en las aulas de clase. Estas herramientas virtuales, brindan un apoyo constante e innovador a los educadores, ya que logran llevar la educación a cualquier parte.

Esta sistematización de la práctica se realiza por medio de una asignación a la fundación de Comunidades de Aprendizaje (CDA), las cuales su desarrollo se practica por medio de una

inducción a los conocimientos y metodologías que esta fundación presenta. La duración de las sesiones en CDA, es de 4 clases inductivas a lo largo de un mes en el semestre. Al momento de adquirir los conocimientos previos de la fundación, se pasa al segundo plano, y en este momento se realiza la asignación de una de las instituciones en las que se lleva a la práctica, una formación por parte del aprendizaje dialógico como lo presenta CDA. Al momento de elegir la institución, se asigna la materia correspondiente en la cual se realiza el proceso de práctica de la sistematización.

Para este caso, se planea desarrollarla en una de las instituciones educativas que está ubicada en una vereda del Municipio de Guasca Cundinamarca. Así mismo, con el docente a cargo de la institución se mantiene una comunicación semanal constante para poder llevar a cabo una buena planificación y dirección de las respectivas clases, permitiendo de esta manera participar como practicante, ejerciendo funciones de observación durante la clase de educación física. Con el docente de la asignatura se logró un acuerdo que consiste en que, a partir de las siguientes sesiones, se planifican los contenidos y temas por abordar en el correspondiente grado, donde el practicante ejerce como docente y realiza la parte central de las planificaciones, con el fin de llevar un seguimiento en medio de la observación y participación constante, el formato en el cual se desarrolla los contenidos de las planificaciones para cada sesión es el siguiente:

<b>NOMBRE DEL PRACTICANTE:</b>		<b>CURSOS O GRUPO</b>
<b>TEMA</b>		<b>FECHA</b>
<b>OBJETIVO GENERAL</b>		
<b>Objetivos específicos:</b>		
<b>RECURSOS</b>		
<b>INDICADORES DE LA UNIDAD DIDACTICA:</b>		
<b>MÉTODOLOGÍA DE ENSEÑANZA:</b>		
<b>PARTE</b>	<b>ACTIVIDADES ESPECIFICAS</b>	<b>GRAFICA</b>
<b>CALENTAMIENTO</b> <b>Tiempo</b> _____	<b>Entrada en calor:</b> El grupo trabaja individualmente realizando skipping bajo durante dos minutos al ritmo de la música mientras el docente indica el movimiento siguiente. Después de los 2 minutos, realizará un desplazamiento hasta la pared en trote y volverá al punto de inicio. <b>Juego de coordinación:</b> El participante deberá utilizar la pelota de tenis o que rebote, rebotándola en el piso 5 veces y lanzarla contra la pared para atraparla con la mano no dominante. <b>Y</b> El jugador deberá hacer el mismo ejercicio pero lanzarla y atraparla con la misma mano. <b>Estiramientos dinámicos:</b> El estudiante realizará estiramiento de acuerdo a las indicaciones que dará el profesor en la pantalla.	©
<b>PARTE CENTRAL</b> <b>Tiempo</b> _____		
<b>PARTE FINAL - RETROALIMENTACION</b> <b>Tiempo</b> _____		
<b>BIBLIOGRAFIA O REFERENCIAS</b>		
<b>Nombre del docente encargado</b>		<b>Link de clase:</b>
<b>Observaciones: (del docente encargado)</b>		

Imagen 2. UNIMINUTO. (2020). Formato de planeación sesiones de clase [formato]. Recuperado: <https://mail.google.com/mail/u/0/?tab=wm&ogbl#search/anderson/FMfcgxwJXfpqhjPmrmJGrcPRLdkspRJG?projector=1&messagePartId=0.2>

La educación física en una modalidad virtual remota presenta problemáticas, retos y dificultades, particularmente cuando se trata de clases con personas en edades tempranas. Durante los procesos de observación, se evidencia que algunos estudiantes no desarrollan de una manera adecuada los ejercicios, afectando la postura durante la realización y ejecución. Es importante que los estudiantes hagan consciencia sobre la realización adecuada de actividad física deportiva, ya que, al momento de trabajar el cuerpo, se exigen zonas musculares que aún no se han fortalecido y con mayor importancia cuando se trabaja en edades tempranas como los niños y jóvenes. Esta problemática se vuelve un desafío para los educadores físicos, ya que, al momento de realizar las clases, se evidencia ciertas fallas con la conexión de internet y algunas plataformas virtuales que maneja la institución, no logran adaptarse a la necesidad del

docente, debido a que las sesiones de clase son virtuales y se realizan a estudiantes de zonas rurales, en donde la mayoría de ellos tiene dificultades con el acceso a la clase. Se identifican varios problemas, entre ellos el más importante es lograr una conexión acertada en la señal del internet, como se explica anteriormente, estas clases educativas, se presentan en zonas rurales.

Por lo anterior, y en el contexto de la pandemia derivada del Covid 19, el docente de educación física juega un rol muy importante en el desarrollo de la planeación, y a través de la pedagogía contribuye para que los estudiantes sean conscientes de lo importante que es la práctica deportiva. Esta labor se debe ejecutar con buenas bases que beneficien el estado corporal de los estudiantes. Así mismo, el docente tiene la función de resaltar los beneficios de la práctica y la manera de cómo se debe tener una alimentación adecuada al momento de practicarla.

La modalidad virtual en medio de la educación física presenta varios problemas que afectan al desarrollo de la práctica. Una situación es que, como este proceso se realiza en zonas rurales y no todos los estudiantes tienen acceso a la Internet o es común que pierden la conexión. Derivado de lo anterior, el practicante no puede visualizar el desarrollo de las planificaciones, los estudiantes no tienen un control específico de las actividades que se proponen y realizan los ejercicios de manera dinámica sin tener presente algunos factores que influyen como lo es la postura al momento de ejecutar alguna acción física.

Lo anterior hace que no sea posible, en todos los casos, obtener los resultados esperados por el docente a cargo de la asignatura en educación física. Es claro que esta modalidad es una herramienta de aprendizaje, que beneficia a la comunidad educativa y así mismo logra expandir el uso tecnológico de estas herramientas; pero se debe tener en cuenta que, en medio de la pandemia, estas herramientas llegan a un límite y presentan fallas internas, las cuales, afectan el desarrollo de la clase en educación física.

## **2.2. Justificación de la sistematización**

Con esta investigación se busca identificar aquellas falencias que se presentan a nivel educativo en una modalidad virtual remota, ya que es importante tener claro las problemáticas que se presentan y cómo en el papel de docente de educación física se puede transformar para desarrollar metodologías que ayuden a mejorar el proceso virtual en el contexto actual del Covid 19. Estas mejoras presentan cambios importantes en las herramientas tecnológicas en cuanto a la realización durante las sesiones de clase, cómo el docente de educación física crea alternativas apoyándose de estas herramientas para realizar las clases sin inconvenientes, y que se presenten de una manera eficaz en el desarrollo de las actividades físicas coordinativas, sin afectar la integridad de los estudiantes al ejecutar la acción durante el ejercicio. Es importante tener en cuenta el seguimiento a los estudiantes por la parte virtual, ya que los docentes a cargo de la asignatura tienen como objetivo, y más en el contexto de la pandemia, realizar actividades que involucren el beneficio de la actividad física como medio alternativo con el cual puedan mejorar su estado de forma y a la vez desarrollar actividades físicas que involucren a la familia en los tiempos libres.

Uno de los grandes aportes que realiza este proceso de sistematización en la educación física, es lograr crear nuevos hábitos saludables que involucren actividad física, no solo en los estudiantes, también lo es socializar lo aprendido con la familia, crear un estilo de vida con hábitos deportivos, que sea dinámico, saludable, y que ayude a manejar el tiempo libre que los estudiantes no tenían antes de empezar la pandemia. Así mismo utilizar como medio alternativo la virtualidad para desarrollar las sesiones de clase y poder compartir los conocimientos sobre el cuerpo sus habilidades y capacidades físicas, es importante poner en contexto la virtualidad, pues es un fin, el cual muchos docentes están utilizando de una manera alternativa para poder desarrollar las sesiones e ir aportando conocimiento en cada clase para que los estudiantes puedan ejecutar las actividades propuestas por el docente , con el acompañamiento pertinente y asesoría virtual presente, cabe resaltar que la educación física es un proceso pedagógico que involucra y expresa en la mayoría del tiempo, movimientos motrices para realizar el ejercicio y es importante estar presente durante la ejecución de la actividades con el fin de mejorar posturas , técnicas y movimientos que involucren un gesto deportivo impecable y sea desarrollado de la mejor manera posible, así se trata de evitar futuras lesiones y movimientos no deseados durante la práctica.

## **2.3.Objetivos**

### **2.3.1. Objetivo general.**

Reflexionar sobre la incidencia de la virtualidad en los procesos de enseñanza y aprendizaje de la educación física en la institución educativa el Carmen, ubicado en el municipio de Guasca Cundinamarca- zona rural.

### **2.3.2. Objetivos específicos.**

- Describir las prácticas pedagógicas virtuales de la educación física con grado decimo (10) de la institución educativa el Carmen.
- Analizar los alcances de la virtualidad en el fortalecimiento de las habilidades motrices básicas de los estudiantes.
- Identificar las problemáticas que tiene la modalidad virtual en la asignatura de educación física.

## **3. Marco referencial**

Para poder tener un concepto más completo sobre el tema de sistematización, es pertinente acudir a la pesquisa de trabajos de investigación relacionados, ya que de esta manera se facilita la comprensión y análisis de la práctica pedagógica, por esta razón se desarrolla el siguiente marco de antecedentes y teórico.

### **3.1. Marco de antecedentes de la sistematización de la práctica**

Uno de los trabajos de investigación que se relaciona con el tema tratado en la sistematización, se titula *Didáctica de la educación física para la educación básica*, escrito por Pinzón (2017) de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, el cual consiste en identificar situaciones que se presentan en la educación física, las cuales se puedan desarrollar en el entorno educativo relacionado con la formación inicial de los educadores. Esa investigación también aborda la importancia de llevar un equilibrio en la formación disciplinar y la influencia de estrategias didácticas y pedagógicas para representar su aprendizaje, con el fin de fortalecer ciertas estrategias didácticas en los practicantes pedagógicos de esta área. De esta manera, este trabajo aporta con grandes objetivos para la sistematización logrando identificar las didácticas educativas en un medio de observación.

Desde otra perspectiva, el siguiente trabajo de investigación titulado *Comunidades de aprendizaje: una práctica educativa de aprendizaje dialógico para la sociedad de la información*, cuyo autor es Valls (2000) de la universidad de Barcelona. Esta investigación tiene como problemática enfrentar una desigualdad producida por la variedad de modelos pedagógicos que llevan al fracaso escolar y que se relaciona con un cambio social durante la evolución de la información. El objetivo de esta investigación es implicar una reflexión innovadora con la sociedad y su manera de enfrentarse a los nuevos cambios educativos, con el fin de integrar el entorno educativo en una manera más comunicativa y sociable a todos aquellos integrantes de este espacio, como lo son padres de familia, educadores, tutores y personas que quieran apoyar este nuevo método pedagógico como solución, se relaciona con el proceso de sistematización ya

que lo que se busca es indagar sobre problemáticas que tienen los procesos educativos en medio de una comunidad rural.

Acudiendo a otra óptica, existe un proyecto de investigación que se titula *La colaboración virtual docente para diseñar situaciones de aprendizaje mediadas por TIC en educación física*, escrito por los autores Monguillot, Gonzales, Guitert (2017) de la Universidad de Oberta de Cataluña. Esta investigación sugiere cómo diseñar e implementar aprendizajes por medio de las TIC en educación física, para diseñar un ecosistema en la educación por medio de una colaboración con los docentes que responda a las necesidades del currículo competencial. El objetivo de la investigación es diseñar un proceso evaluativo de las situaciones que se presentan en el aprendizaje mediadas por las TIC a través de un entorno colaborativo de los profesores, para así mismo brindar soluciones a las necesidades educativas de competencia en la actualidad. Su relación con el proceso ayuda bastante ya que busca investigar los modelos pedagógicos en el aula, llevando un proceso del desarrollo en el profesional encargado. Esta investigación tiene como objetivo dar respuestas adecuadas a las preguntas y problemas relacionados con la educación dentro de las aulas y su manera de relacionarlo con el aprendizaje de los estudiantes en el entorno.

Otra investigación relacionada es *La educación física en la escuela secundaria rural desde un entorno virtual*, escrito por Luciano (2013) del Congreso Argentino y Latinoamericano de Educación Física y Ciencias. En este documento se identifica como problemática la modalidad virtual a las que tienen acceso los estudiantes de las zonas rurales en Rio Negro, en la Argentina. El objetivo de la investigación es contribuir de manera efectiva y construir ciudadanía

respetando el derecho de identidad, ayudando a las familias de las zonas rurales a que sean parte de un sistema educativo innovador y se pueda facilitar el aprendizaje en estas zonas en medio de una modalidad virtual remota, esta acción se realiza por medio de docentes a cargos que graban sus sesiones de clase y las suben a una plataforma virtual, para que otro docente actúe de manera presencial en estas áreas y proyecte las clases a los estudiantes que asisten a instituciones rurales, este proceso ayuda a contribuir a la investigación en varios aspectos, ya que se da por medio de la observación y participación con los estudiantes de zonas rurales en el municipio de Guasca Cundinamarca, los cuales son estudiantes que la mayoría viven en el campo y no muchos no tienen acceso a la tecnología que le permita desarrollar su clase y aporte conocimientos previos de cada asignatura, la idea es desarrollar nuevos métodos pedagógicos para la realización de estas herramientas tecnológicas.

A partir de los procesos educativos virtuales que se tratan en la presente sistematización, es pertinente hablar sobre la siguiente investigación titulada El trabajo colaborativo virtual: herramienta de formación del profesorado de educación física, escrito por Hernando, M. M., Catasús, M. G., & Arévalo, C. G. (2013) de la universidad \*Universitat Oberta de Catalunya, \*\*INEFC de Barcelona, el texto tiene como problemática, de qué manera influye el proceso colaborativo que se desarrolla en una comunidad virtual en medio del aprendizaje, para crear y mejorar el aprendizaje curricular de los docentes en la asignatura de educación física, cuyo objetivo se enfoca en analizar la influencia de este proceso social en una modalidad virtual de aprendizaje, el texto identifica mejoras durante el desarrollo del proceso ya que encuentra una manera de innovar en sus propuestas académicas y encontrar la manera para que las herramientas tecnológicas logren ayudar a el aprendizaje virtual.

Por otro lado, en el siguiente trabajo de investigación se relaciona el proceso que se lleva en la sistematización, se titula, la realidad virtual en el área de educación física, escrito por Gómez García, G., Rodríguez Jiménez, C., & Ramos Navas-Parejo, M. (2019), de la universidad de granada, esa investigación relata cómo el mundo virtual crea nuevas oportunidades en medio de herramientas para el manejo de la educación física en una modalidad virtual, hace referencia a el uso de las TIC como una ayuda para manejar el desarrollo de esta modalidad virtual, cuyo objetivo es hacer una análisis con las herramientas tecnológicas y evidenciar el proceso que llevan los estudiantes con el uso de las herramientas tecnológicas y apoyándose de las TIC en la asignatura de educación física, en conclusión esta investigación quiere dar a resaltar que la nueva realidad virtual se presenta como una investigación científica que logra comprender y mejorar estas herramientas para un futuro desarrollar varias aplicaciones que puedan llevar a cabo una educación tecnológica innovadora.

Desde las actividades de planificación en la educación física, vale la pena relacionar esta otra investigación titulado *Programación didáctica anual: educación física*, escrito por Sánchez, D. B. (2006). El texto consiste en plantear el aprendizaje en medio del movimiento corporal para posibilitar procesos corporales en la toma de decisiones individuales y colectivos con los estudiantes de diferentes niveles educativos, enfocándose en la creatividad, en la imaginación y en emoción a través de ejercicios corporales de expresión y comunicación con el la parte corporal. En ese sentido, lo que se busca es crear un entorno social donde no se discrimine de ninguna manera y se pueda desarrollar planificaciones formativas en educación física, la relación de este proceso con la sistematización es crear posibilidades de nuevos aprendizajes y desarrollar

en medio de dinámicas corporales que puedan expresar los estudiantes durante las sesiones de clase y desarrollen habilidades motoras en diversas actividades que se desarrollan por parte de la educación física.

El siguiente trabajo investigativo se titula, *Metodología de investigación en las ciencias de la actividad física y el deporte: ampliando horizontes*, escrito por Blasco Mira, J. E., & Pérez Turpin, J. A. (2007) Editorial Club Universitario. Este libro consiste en identificar qué tipos de metodologías se pueden desarrollar de una manera óptima para que los docentes en educación física logren desarrollar nuevas experiencias en cuanto a los procesos formativos de los estudiantes. Durante el desarrollo del texto se habla de cómo los estudiantes logran identificar cierto métodos de enseñanza para transformarlos y desarrollarlos de la mejor manera, con el fin de cambiar los procesos en lo que algunos estudiantes no logran adaptarse, hay estudiantes que no se relacionan con la actividad física y la dejan a un lado, el texto quiere lograr cambiar el diseño curricular de los docentes para poder obtener resultados que sean positivos y logren dar una mirada diferente a la actividad física.

La actividad física propiciada en la clase de EF a nivel rural es muy importante para poder orientar el proceso de investigación, por esta razón se menciona este trabajo denominado *Motivos y hábitos de práctica de actividad física en escolares de 12 a 16 años en una población rural de Sevilla*, escrito por Lora, M. D. H., & Corrales, B. S. (2007), de la Universidad Autónoma de Madrid. Este texto tiene relación con el proceso de sistematización de la práctica debido que enfoca metodologías de la educación física en escuela rurales. La investigación hace un análisis que identifica ciertas problemáticas en cuanto a se habla del tema de estado corporal de los estudiantes en edades tempranas. Este análisis busca interpretar cuáles son los índices de

disertación en la actividad física, qué genero practica con frecuencia la actividad física y si hay prioridades escolares que alejen a los estudiantes de la ejecución del ejercicio ciertos días a la semana. A lo largo del texto se logra comprender que varios estudiantes dejan de realizar actividad física por que le pierden gusto al ejercicio debido a influencias dentro del vínculo familiar, las cuales enfocan su tiempo con una mayor intensidad, dejando a un lado el bienestar y salud físico de los hijos. El resultado de esta investigación es que logra relacionar con la sistematización en varios aspectos; uno de estos es la incidencia en el tiempo que los estudiantes que le dedican al ejercicio en las zonas rurales, y en la falta de conocimiento en cuanto a la ingesta alimentaria de una manera adecuada. En medio de los procesos de observación se logran identificar varias falencias en los estudiantes de las intuiciones rurales.

Continuando con el contexto rural y los procesos educativos, se relaciona la siguiente investigación titulada, *La formación del profesorado para la Escuela Rural: una mirada desde la educación física*, escrito por los autores Chaparro Aguado, F. & Santos Pastor, M.L. (2018) de la Universidad de Castilla La Mancha, Universidad Autónoma de Madrid. Esta investigación consiste cuestionar cómo es la formación de los docentes en las zonas rurales y qué tipo de metodología utilizan para desempeñar su roll de docente en estas instituciones, y su relación con la educación física. Lo que busca la investigación es lograr que los docentes de educación física lleven una planificación de las actividades donde relacionen metodologías que ayuden a los estudiantes a mejorar sus actitudes escolares en medio de movimientos. La investigación establece que la expresión corporal ayuda a identificar ciertas características y cualidades en los estudiantes, con el objetivo de innovar en medio de sus planificaciones e interactuar de una manera diferente y ofrezcan perspectivas que ayuden a influir nuevos modelos pedagógicos.

En virtud al presente tema de sistematización, se hace necesario citar el siguiente trabajo de investigación llamado *La Educación Física en las Escuelas Rurales de Santiago del Estero*, escrito por Llapur, E. D. (2017), de la Universidad Nacional de la Plata. En este documento se lleva una relación amplia para el proceso que se evidencia en esta sistematización. La investigación se llevó es a cabo en instituciones rurales, en donde el autor de la investigación plantea las experiencias que surgieron durante su proceso investigativo. En el texto se identifican varias problemáticas como las metodologías didácticas de algunos docentes, el espacio de práctica para la realización de la clase, los recursos con los que se realiza la ejecución de la práctica y una de las problemáticas más referencias en el texto, es la socialización de los docentes dentro de un espacio compartido para lograr la superación del trabajo en un espacio interdisciplinario y la toma de decisiones, “*Pensar en la escuela rural requiere tomar en consideración el territorio en el que se localiza, así como los sujetos involucrados en sus actividades.*” (Especialización Superior en Educación Rural, 2009: 3). Esta relación ayuda bastante al tema de investigación, pues se identifica en un espacio rural y crea soluciones para poder desarrollar las actividades de los docentes de educación física de una manera óptima y eficaz con el apoyo social que esta misma necesita.

Por último, se hace referencia a la pedagogía evidenciada en las zonas rurales de Colombia, con un enfoque hacia el contenido de la coordinación en general. Se titula *Programa de educación física rural para el abordaje de la coordinación dinámica general*, escrito por el autor Arenas (2018) de la Universidad Católica de Manizales. El texto se refiere a la importancia de la pedagogía, particularmente en las zonas rurales, donde los estudiantes tienen un acceso limitado a las escuelas, donde la mayoría de los estudiantes no terminan sus estudios y donde se

presentan algunas falencias en el aprendizaje. El autor hace énfasis en el desarrollo motor en edades tempranas, y resalta la importancia de la pedagogía por medio de juegos en educación física, y muestra que los docentes de la asignatura EF deben priorizar en edades tempranas la coordinación dinámica general en los estudiantes, por medio de juegos que ayuden a desarrollar habilidades coordinativas desde una temprana edad. Se hace mención de que en las zonas rurales varias personas tienen problemas con la parte coordinativa del cuerpo. Esto crea una investigación en la cual se desarrollan diferentes tipos de metodologías para la creación de sesiones que se basen por medio del juego y logren cambiar estas falencias que se presentan con un índice alto en las poblaciones rurales.

### **3.2. Marco teórico del tema de sistematización**

Como es común en proceso de sistematización de experiencias, es indispensable contar con unas teorías y conceptos específicos que se relacionen con el tema de investigación, los cuales se van a evidenciar durante este proceso formativo virtual que se va a realizar en la institución el Carmen en el Municipio de Guasca Cundinamarca, en una de las sedes de este entorno rural en donde los estudiantes experimentan este medio como una solución a la pandemia derivada del Covid 19. En esta coyuntura los mecanismos virtuales van a ser parte de la solución para atender esta problemática, con el fin de seguir promoviendo el espacio académico en los estudiantes y el desarrollo del aprendizaje interactivo durante las sesiones de clases, motivo por el cual a continuación se definen los siguientes conceptos:

### **3.2.1. Educación física.**

La educación física se caracteriza por ser un proceso formativo que implica varias capacidades y habilidades del cuerpo durante el desarrollo de cierta actividad que se enfoca en el movimiento. Lo que pretende la educación física es enriquecer a las personas consigo mismo, con el entorno que lo rodea, mejorando la personalidad el desarrollo físico y moral del practicante, como lo plantea (Parlebas 1997). La educación física, aunque no es una ciencia, hace parte de muchas disciplinas que enriquece la educación por medio de acciones motrices en las personas. El profesor de educación física plantea una forma de educar el cuerpo desde diferentes perspectivas; de aquí nace la acción de influir en los estudiantes de una manera positiva siendo un ejemplo como educador físico, para que los estudiantes puedan llevar un estilo de vida saludable, activo y amigable con el medio ambiente. El autor (Le Boulch 1961). plantea un método racional y experimental en la educación física el cual consiste en crear una educación física funcional, que se enfoca en diferentes funciones las cuales se basan en una acción pedagógica para lograr una adaptación física en función a la edad de los practicantes, con el fin de desarrollar el cuerpo como un instrumento perfecto el cual se logra crear un proceso de adaptación en la persona a un medio físico y social gracias a una adquisición de las habilidades el cual logra desarrollar con precisión los gestos o movimientos adecuados en cualquier actividad o involucre movimiento y se pueda definir como un dominio fisiológico para diferentes adaptaciones a una situación por realizar.

La educación física en edades tempranas logra educar el cuerpo en diferentes aspectos. Desde estas edades se logra ver procesos donde los estudiantes demuestran mejores habilidades que otros. La educación física es clave para el desarrollo de habilidades motrices en edades

tempranas, esta educación del cuerpo lleva un fin específico el cual realiza adaptaciones en los estudiantes para que en medio de su crecimiento vayan realizando movimientos que puedan ir mejorando en su proceso de crecimiento.

Por otro lado, la educación física es una motivación para tener un estilo de vida saludable, y es una disciplina pedagógica que, en medio de su ejecución de ejercicios prácticos y físicos, se presenta en medio de los deportes, y ayuda a los estudiantes a la motivación de un desarrollo físico, emocional y social. La educación física sirve como herramienta que está dentro un currículo educativo para poder comprender a través de los deportes en equipo, que refleja un compañerismo como un valor necesario para la vida esta formación se da tanto en mujeres como hombres integrales, ya que se miran desde un plano físico del cuerpo como intelectual, tiene como fin aprovechamiento propio y de los demás al ser influenciado en proceso de motivación

La educación física abarca un desarrollo en las aptitudes físicas como la movilidad, la elasticidad, agilidad, fuerza y habilidades motoras. La educación física logra adquirir una responsabilidad con el cuerpo ya que se tiene en cuenta la manera de educar y llevar una disciplina con el cuerpo, tanto en la alimentación como en el proceso de los ejercicios que se van realizando.

Los docentes que se encargan de esta disciplina tienen la función de mejorar el desarrollo del cuerpo en base a movimientos, destrezas y habilidades. Este proceso es muy importante, debido a que las personas dependen de algunas funciones básicas para poder realizar trabajos o acciones que se presentan en la vida cotidiana. Muchas personas no tienen en cuenta el óptimo desarrollo de las fases motoras y crecen con ciertas falencias en cuanto hablamos del movimiento y coordinación durante la acción de esta.

Personas de otras generaciones utilizaban esta rama de la educación para poder fortalecer sus cuerpos y crear ciertas características físicas que, además de ayudarlos durante las guerras con un óptimo estado físico, las utilizaban para trabajos funcionales que les permitían sustentar necesidades de manera rápida y eficaz. Un ejemplo es la vida en el campo, en donde una persona fuerte implica una mayor contribución al momento de realizar actividades propias. Otro ejemplo, desde un punto de vista físico y atractivo hacia las mujeres, un cuerpo fuerte y bien entrenado permite reflejar ciertas características físicas en el cuerpo humano. Esta enseñanza muestra un conjunto de estrategias didácticas que ayudan a la participación de varias disciplinas, que promueven el acondicionamiento físico con actividades que mejoran las destrezas motoras del cuerpo.

En los colegios un currículo básico de educación física suele contemplar tres sesiones durante el semestre académico. Se recomienda que durante la primera fase se realice un acondicionamiento físico con el desarrollo de ejercicios individuales, como el atletismo, ejercicios pliométricos o rutinas que ayuden a mejorar la resistencia aeróbica. Durante la segunda fase académica es óptimo realizar actividades rítmicas y que ejecuten expresión corporal. Un ejemplo es la gimnasia artística. En una fase final del semestre académico se suelen practicar deportes grupales con el fin de afianzar el aprendizaje teórico sobre la anatomía humana que logra integrar lo aprendido durante este proceso. Wuest & Bucher (1999) afirma: “un proceso educativo que emplea la actividad física como un medio para ayudar a los individuos que adquieran destrezas, aptitud física, conocimiento y actitudes que contribuyen a su desarrollo óptimo y bienestar”. (p.8).

### **3.2.2. Pedagogías virtuales emergentes**

Estas pedagogías son una clave funcional para el desarrollo de las tecnologías como medio educativo. Es evidente que el mundo está en un constante cambio y, en medio de la pandemia del Covid 19, hay una tendencia hacia la virtualidad. En ese sentido, las aulas y la manera de dirigir la educación van experimentado un cambio para poder suplir estas necesidades actuales, y en ese contexto, la pedagogía emergente en un escenario en el cual se aprovecha al máximo las normas educativas TIC. Las normas educativas TIC contribuyen en generar una perspectiva amplia en el potencial comunicativo, interactivo, creativo e innovador desde una nueva cultura del aprendizaje. En medio de este proceso lo que se quiere lograr es preparar a los centros educativos y sus estudiantes para un nuevo tipo de entorno y ofrecer herramientas tecnológicas las cuales se pueden desarrollar desde un ambiente familiar como el hogar, oficinas y escuelas.

Como se refiere George Veletsianos (2010), estas tecnologías son herramientas, conceptos, innovaciones y avances que son utilizados en diferentes centros educativos con un amplio servicio en relación con el aprendizaje, tanto las nuevas tecnologías como las que ya se han experimentado están en una constante evolución. la cual se evidencia por medio de ciclos de sobre expectativa, es decir no están totalmente comprendidas ni investigadas. Estas tecnologías pueden ser aplicadas en aplicaciones (hardware y software) para correcta utilización en proceso formativo educativos, realizando reflexiones que logran enfocar ciertas características en la pedagogía emergente desde una perspectiva analítica.

Hay diversas definiciones de cuándo se quiere establecer si la pedagogía emergente es o no nueva en la educación; quizás sea muy pronto hacer la afirmación, debido a que este es un

proceso que se va ajustando dependiendo de las necesidades del aprendizaje, o a que la virtualidad es un medio en el cual se puede expresar esta práctica pedagógica, su manera de ayudar a el aprendizaje resulta ser muy optima ya que las personas pueden estudiar y experimentar el proceso desde diferentes partes sin tener que encontrarse en una zona específica. Esto resulta positivo en el aprendizaje ya que brinda una oportunidad de realizar diferentes trabajos o actividades durante el día y seguir con el aprendizaje en un medio virtual. La educación en el mundo virtual ha logrado evidenciar un cambio drástico en las instituciones, debido a que no todas las personas tienen acceso a este medio práctico o no lo saben utilizar.

De hecho, en Colombia hay diversidad de municipios o de lugares en los cuales es escaso el acceso a un computador o a un celular móvil de buena calidad con los que se pueda trabajar, o en diferentes sedes de las instituciones rurales no hay buena señal para los dispositivos. Todo lo cual complica este proceso formativo el cual se quiere llevar a cabo de una manera virtual. En este sentido, los profesores evidencian y se manifiestan en relación varias falencias con los medios que utilizan.

Sin embargo, no todos los aspectos son negativos; como bien se ha venido explicando, la evolución de estas herramientas logra ser positiva en otros aspectos. Por ejemplo, las clases en algunas aplicaciones quedan grabadas para que los estudiantes puedan observar el desarrollo de la misma cuando tenga la oportunidad de hacerlo, o varias instituciones adaptan estos medios pedagógicos y además brindan la oportunidad en algunas instituciones, de adquirir por medio de proyectos, herramientas tecnológicas para beneficiar a sus estudiantes con el medio virtual.

### 3.2.3. Aulas virtuales.

Las aulas virtuales son medios de interacción hacia el aprendizaje que busca la evolución en un medio educativo para mejorar procesos formativos en los estudiantes. Estas aulas tienen ciertas características que mejoran el desarrollo pedagógico con el fin de ayudar al medio ambiente y desarrollar ciertas habilidades en las personas. Las aulas virtuales manejan un concepto de educación en el cual los estudiantes aprenden a manejar ciertas destrezas en un mundo virtual. Este aprendizaje a distancia antes de la pandemia del Covid 19 era visto como algo no convencional ya que se consideraba que no tenía la importancia en comparación con lo presencial.

Este modelo es categorizado como un modelo de aprendizaje de educación a distancia es caracterizado por ser práctico, ágil y por la cantidad de contenidos de los cuales se aprende, por la calidad de sus contenidos y sus diversos niveles, y por un aumento en la actualidad.

La evolución de un entorno propicio para la formación educativa online (*aula virtual*) es un espacio dirigido a los resultados, con herramientas específicas que colaboran a los estudiantes o practicantes en obtener conocimiento. Así mismo, es muy importante mejorar los recursos que los docentes utilizan en sus procesos de aula de una manera óptima y eficiente. El *aula virtual*, es una herramienta que logra ser comparada a un aula presencial o convencional, ya que, funciona de una manera positiva que logra interactuar e intercambiar aprendizajes. Tiene un beneficio adicional en su práctica, el cual favorece a los docentes y estudiantes, y es que cuenta con herramientas significativas que no se dan de manera presencial en los espacios físicos. En estos espacios virtuales los estudiantes logran acceder a diferentes herramientas como lo son temas favoritos, compartir y desarrollar dudas con docentes a cargo en la asignatura en un tiempo

rápido, hacer comentarios y preguntas, desarrollar evaluaciones y cuestionarios con mayor frecuencia, tener acceso a contenidos ya estudiados, entre muchos otros.

En el medio virtual estas herramientas son diseñadas enfocándose en el desarrollo de enseñanza y aprendizaje. Una de las características principales más importantes dentro de las aulas virtuales es el *foro de discusión*, dado que en esta se evidencia unos cursos libres, como orientaciones, entretenimientos que logra llevar una interacción con los participantes en un entorno social. Este medio debe relacionarse con estudiantes y docentes ya que deben tener una comunicación para poder intercambiar experiencias al momento de compartir los datos. Este proceso tiene como objetivo lograr intercambiar conocimientos, y funciona de manera sencilla para solucionar inquietudes. El foro de discusión ayuda a manejar de una manera responsable la interacción entre personas de un determinado curso virtual.

Otra herramienta que mejora el proceso educativo virtual es el *mapa mental o modelo de diagrama* esta es utilizada para gestionar el conocimiento, se desarrolla en un espacio virtual pedagógico, permite a las personas entender los procesos a seguir, como los objetivos de ese tema que se está explicando y las estrategias las cuales deben tenerse en cuenta para llegar a los objetivos planteados. Esta herramienta está enfocada en el *coaching* ya que proyecta en forma de diagrama y ayuda a la visualización del contexto que pueda ocurrir en el curso. El *mapa mental* es un modelo que identifica consecuencias de seguir un determinado tema de estudio. Esta herramienta puede lograr crear un espacio en el entorno virtual de aprendizaje, y así mismo en los procesos de enseñanza tradicional, dado que varios docentes profesionales en el área de educación dictan clases en espacios delimitados geográficamente y desarrollan al mismo tiempo las llamadas video clases, para estos procesos.

La evolución del aprendizaje refleja un escenario con un futuro promisorio para los educadores que desean evolucionar en sus métodos de aprendizaje. Estas herramientas son de gran ayuda en los procesos educativos, pues tienen una metodología diferente en el desarrollo de las sesiones. En la actualidad la mayoría de las plataformas logra estimular procesos de aprendizaje que ayudan a mejorar temas abordados en clase que no han sido entendidos y que los estudiantes en sus tiempos libres utilizan estas herramientas para hacer una retroalimentación de lo visto en las aulas.

#### **3.2.4. Didáctica de la educación física:**

La didáctica en la educación física se enfoca en un aprendizaje dinámico, que desarrolla una relación de la teoría didáctica y los principios que fundamentan la acción. La manera de ayudar se basa en una serie de aprendizajes prácticos, que reflejan desarrollos experimentales que involucran una evolución dentro del currículo educativo. Cuando se habla de motricidad no necesariamente tiene que ser movimiento dado que abarca en un contexto lo que es su manera de pensar de reaccionar, incluso, la manera de crear estrategias motrices. Así lo establece Cagigal (1998) *“el objeto de nuestra ciencia es el hombre en movimiento o capaz de moverse, y las relaciones sociales creadas a partir de esa aptitud o actitud”*. (p.25)., es decir que la investigación de la didáctica en la educación física se desarrolla por los componentes y contextos de conocimiento educativo, esta misma lleva relación con la actividad física y el deporte.

Esta didáctica se plantea a partir de unas bases metodológicas como lo son unidades de programación con ciertos tiempos determinados, en el cual podemos realizar procesos formativos para la construcción de modelos pedagógicos. Esto tiene un enfoque legal para poder llevar a realizar estos procesos formativos ya que en las unidades didácticas de la educación física se programa y planifica varios aspectos en cuanto a los desarrollos de los estudiantes, varía

dependiendo del grado en el cual se va a realizar la unidad. Con el fin de organizar el semestre educativo y para poder llevar un proceso claro y observar los avances que se ha tenido durante las sesiones de clase, esta unidad nos permite organizar los procesos de formación e ir evidenciando avances en los estudiantes. Es importante tener clara esta unidad, porque se facilita la organización de cada sesión y los estudiantes tendrán un seguimiento constante de cada ejercicio o planificación realizada por el docente a cargo de la asignatura en educación física. Esto va en concordancia con las ideas propuestas por el mismo docente de educación física, ya que hay que ser específico e innovador con esta planificación de las unidades didácticas, y crea una responsabilidad en el docente para llevar este proceso de formación de una manera óptima y precisa. En este sentido, el docente puede ir mejorando ciertas cualidades motoras o físicas como lo son fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad, con el fin de crear cambios correspondientes a las funciones fisiológicas del organismo.

#### **3.2.4. Habilidades básicas motrices-específicas.**

Las habilidades motrices-específicas son adaptadas por medio de un conocimiento experimental. Esto significa que una acción se lleva a la práctica lo que produce ciertos resultados durante el proceso con agilidad, donde se presenta un tiempo y energía durante la realización de estas acciones enfocadas en el movimiento. La habilidad motriz se refleja en la capacidad de adquirir por medio de un aprendizaje el cual presenta resultados fijos con mayor asertividad y éxito con un menor tiempo y asertividad en el proceso.

Al respecto, Batalla (1994) dice estas habilidades motrices son el grado de competencia de una persona frente a la realización de un objetivo determinado. Cuando se logra este objetivo

tiende a lograr cierta habilidad en la persona ya que es una capacidad que el sujeto presenta al ser eficiente durante el desarrollo de la habilidad motriz determinada, y el aprendizaje logra adaptar las destrezas en la persona como lo son desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos, equilibrio las cuales se puede adaptar entre habilidades básicas y específicas. Se considera que las acciones motrices que se presentan en edades tempranas como correr, saltar, marchar, y son un soporte para un proceso en la ejecución de las habilidades preceptivas, las cuales reflejan actos motores, que se realizan de manera natural y se van formando en medio de una estructura sensomotora básica. Es necesario fomentar estas habilidades de manera correcta ya que son primordial en el desarrollo de los estudiantes.

La clasificación de las habilidades motoras son las siguientes: locomotrices, que son las encargadas de generar movimientos y cuyo objetivo es realizar en el cuerpo un desplazamiento de un lado a otro; las no locomotrices, que se caracterizan por dominar el cuerpo dentro del espacio y que generan un equilibrio en el cuerpo para la realización de cualquier acción; y la de proyección o recepción, que se enfocan por la manipulación y recepción de diferentes objetos.

Estas habilidades en etapas tempranas se van mejorando por medio de la educación física que es la principal asignatura enfocada en estas destrezas y en las que los estudiantes adquieren ciertos cambios en su proceso motriz como lo es la expresión corporal en donde encontraremos destrezas durante la realización de gestos, danzas, movimiento o ritmo corporal. En este espacio podremos encontrar el control y conciencia corporal que ayudaran a los estudiantes a controlar parte de su relajación y la respiración además de involucrar parte del equilibrio, mejorar la postura y la lateralidad. Así mismo la temporalidad la cual se encarga de organizar la estructuración y orientación temporal van de la mano con los reflejos y la especialidad.

## 4. Marco metodológico

A continuación, se describe cómo se va a realizar la sistematización desde el punto de vista metodológico, mencionando de esta manera el tipo de investigación, su enfoque y el alcance que tiene a nivel cualitativo.

### 4.1. Estrategia o tipo de sistematización

Una estrategia óptima de investigación aplicada a la sistematización, se basa en la observación que permite interpretar de una manera crítica, que se puede desarrollar en una o varias experiencias, incluye una organización en el proceso de la construcción ya que reconstruye y descubre la experiencia. El orden en una sistematización se relaciona con los hechos y factores que intervienen durante su desarrollo, la sistematización se interpreta de manera crítica, pues los resultados de los diferentes procesos en medio de la observación son un esfuerzo que entiende el sentido de las experiencias vividas. Durante el desarrollo de esta se puede identificar cuándo las experiencias crean un nuevo conocimiento.

Lo que se busca en la sistematización es trascender e indagar más del proceso en observación, ya que de esta manera permite separar lo que se desarrolla en ella, y encontrar un medio donde se pueda generalizar la experiencia. En medio de esta observación, lo que se busca es reconstruir el desarrollo de la práctica, para que se pueda identificar los elementos y organizarlos. De esta manera, durante el proceso lo experimentado se convierte en una propia experiencia en objeto de estudio y sentido teórico, como lo interpreta Oscar Jara (1994) en el documento '*Metodología para sistematizar prácticas educativas*'. La sistematización pone en orden conocimientos desordenados y percepciones dispersas que surgieron en el transcurso de la experiencia. Asimismo, explicita intuiciones, intenciones y vivencias acumuladas a lo largo del proceso, al sistematizar, se interpreta las

experiencias de los sujetos, con el fin de crear un espacio para que esas interpretaciones sean discutidas, compartidas y confrontadas. (Pag.23).

La sistematización de este proyecto se va a realizar bajo el enfoque cualitativo, pues esta investigación pretende entender y describir fenómenos sociales de diversas maneras, analizando experiencias en los estudiantes con una modalidad virtual. Lo que pretende la investigación cualitativa es diseñar un estudio, el cual estará centrado en los problemas aplicados, y de esta manera encontrar una solución en el proceso de investigación, esta misma construye diseños de investigación para identificar los procesos en medio de la investigación cualitativa. Según Flick (2008) la investigación cualitativa pretende explicar, entender y describir fenómenos sociales desde diferentes maneras, analizando experiencias de los individuos o grupos, su manera de interacción y comunicación que se presenta por medio de la observación incluyendo documentos.

Eventualmente, el enfoque que tiene esta sistematización es crítico social y se hará a través de la observación en momentos en que se comparte con los estudiantes en un entorno virtual remoto. Esto permite conocer más las características del grupo con el que se está trabajando. Los estudiantes, en medio de las sesiones, participan e indagan sobre los temas que se planifican en las diferentes sesiones y permite observar la manera en la que actúan y la respectiva realización de los ejercicios de la clase de educación física. En medio de este proceso se crea un entorno pedagógico con el cual los estudiantes mejoran el desarrollo de las actividades, acompañados del docente a cargo en la asignatura y el practicante que complementa los temas desarrollados durante el periodo estudiantil. Durante las sesiones virtuales los estudiantes aprenden a desarrollar nuevas técnicas enfocadas en los movimientos y mejoran las habilidades motoras específicas. Según Habermas (1994) “al conseguir la participación de todos los individuos se podrá mostrar que la investigación no es solo para la tarea del que hace, sino

que también aplica para el beneficio propio de la comunidad. Esta intención educativa debe tener un fin específico para que el tema tratado sea aplicado y no quede solo durante la sesión de clase”. (p.10).

Como método de investigación, se presenta el método narrativo porque en el desarrollo de esta sistematización se tendrá en cuenta los datos y análisis recolectados en medio de la observación durante las sesiones de clase. Este método se aplica teniendo en cuenta el proceso de observación y experiencias que se desarrollan, así mismo se podrá narrar lo vivido en las sesiones con los estudiantes y plantear futuras investigaciones en medio de la virtualidad remota. Debido a la pandemia derivada del Covid 19 es un nuevo desarrollo de aprendizaje que refleja en varias instituciones un trabajo innovador para algunos docentes.

#### **4.1.1. Pasos para realizar la sistematización de la práctica**

Durante el proceso de sistematización de experiencias pedagógicas se determinó una ruta específica para concluir a cabalidad esta investigación con el fin de tener un rumbo perspicaz dándole claridad y orden.

#### **4.1.2. Elección y reconocimiento del lugar de la práctica para la sistematización**

Este proceso se determinó por medio de una conciliación académica con la universidad Minuto de Dios, los cuales asignaron como lugar de practica comunidades de aprendizaje. Este modelo educativo viene realizando un trabajo social en algunas instituciones rurales del

departamento de Cundinamarca implementando en ellas las actuaciones educativas de éxito. Dentro de estas se encuentra la Institución Educativa Departamental Rural el Carmen que se encuentra ubicada en el municipio de Guasca

Esta institución se encuentra ubicada sobre la vereda San Jose, dentro de sus instalaciones cuenta con un cancha multifuncional de baloncesto o futbol sala; que se encuentra disponible para la realización de la clase de educación física tanto de primaria como de bachillerato, al ser el único espacio dentro de la institución, también se dispone el permiso para salir a el polideportivo que queda a un aproximado de 200 metros, el cual cuenta con un parque infantil, una cancha de futbol sala, una cancha de baloncesto y una cancha de futbol.

#### 4.2. Instrumentos de recolección de información de la práctica

Para la técnica de recolección de datos se utilizarán entrevistas semiestructurada virtuales, en las cuales el desarrollo se presenta por medio de planificaciones semanales con diferentes temas, enfocados en el desarrollo del movimiento del cuerpo por medio de la educación física como instrumento aplicativo.

**Cuadro 1. entrevista semiestructurada dirigida al docente.**

	<b>DIMENSIÓN</b>	<b>PREGUNTAS</b>
	Pertinencia de la educación física	Desde su experiencia como docente cuénteme un poco sobre ¿Qué opina de la educación física?
		¿Por qué cree que es importante en la formación integral de los educandos?
		En tiempos de pandemia ¿porque cree que la educación física debe seguir enseñándose?
	Desarrollo metodológico	Cuénteme ¿Cuáles son los retos de la educación física a nivel virtual?
		A partir de la educación virtual cuénteme ¿qué paso a nivel metodológico con le educación física?
		Hábleme un poco sobre ¿cuáles fueron los recursos digitales que utilizo y como los implementos?
		¿Cómo fue el proceso didáctico de la EF a nivel virtual?

		¿Cómo se vio afectado el proceso evaluativo bajo la metodología virtual?
	Realidad contextual	¿Cuáles son las problemáticas más comunes que se dan al ver una EF virtual?
0		A nivel de motivación cuénteme ¿Cómo es el desempeño de los estudiantes al experimentar esta metodología virtual?
1		Por favor haga una breve descripción sobre ¿cómo es la participación de los estudiantes y el desarrollo de la clase? ¿Qué experiencias son las más significativa?
2		¿quisiera añadir algo más sobre la importancia de la EF bajo una metodología virtual?

Entrevista creada por el autor

### Cuadro 2. Entrevista semiestructurada dirigida a estudiantes.

	DIMENSIÓN	PREGUNTAS
	Pertinencia de la educación física	Desde su experiencia como estudiante cuénteme un poco sobre ¿Qué opina de la educación física?
		¿Por qué cree que es importante en la formación integral de los educandos?
		En tiempos de pandemia ¿porque cree que la educación física debe seguir enseñándose?
	Desarrollo metodológico	Cuénteme ¿cree que la educación física virtual contribuye a la formación física y motriz de los estudiantes? ¿Por qué?
		A partir de la educación virtual cuénteme ¿qué paso a nivel metodológico con le educación fisca? (actividades)
		Hábleme un poco sobre ¿cuáles fueron los recursos digitales que utilizo el profesor y como los implemento?
		¿Cómo fue el proceso de interacción con el docente y los demás compañeros?
		¿Cómo fue el proceso evaluativo bajo la metodología virtual?
	Realidad contextual	¿Cuáles son las problemáticas más comunes que se dan al ver una EF virtual?
0		A nivel de motivación cuénteme ¿Cómo fue su desempeño durante las experiencias virtuales?
1		Por favor haga una breve descripción sobre ¿cómo es la participación de los estudiantes y el desarrollo de la clase? ¿Qué experiencias son las más significativas?
2		¿quisiera añadir algo más sobre la importancia de la EF bajo una metodología virtual?

Entrevista creada por el autor

### 4.3 Instrumentos de recolección de información.

Actividad	Septiembre	Octubre	Noviembre	Febrero	Marzo	Abril	Mayo
Determinación del sitio de práctica	■	■	■				
Planteamiento de la propuesta		■	■				
Asignación del tutor			■				
Encuentro comunidades de aprendizaje virtual			■				
Inducción del lugar de la práctica		■	■				
Tutoría		■	■				
Ejecución de las clases virtuales			■	■	■	■	■
Entrevistas Semiestructuradas						■	■
Finalización de la práctica							■

Tabla 1 cronograma

## 5. Sistematización de la práctica

En el presente capítulo, y con el fin de analizar la información y desarrollar los objetivos propuestos, se llevará a cabo la sistematización de la práctica pedagógica por medio de la organización de la información recolectada por medio de las entrevistas y los diarios de campo.

### 5.1. Organización de la información

A partir de la praxis desarrollada y de la información que fue posible captar en las entrevistas y los diarios de campo, es posible establecer unas categorías que permitirán hacer una reconstrucción de los hechos, para que de esta manera sea posible comprender el desarrollo de la educación física a través de la mediación tecnológica o virtual.

Tabla 3: categorías de la sistematización de experiencias pedagógicas.

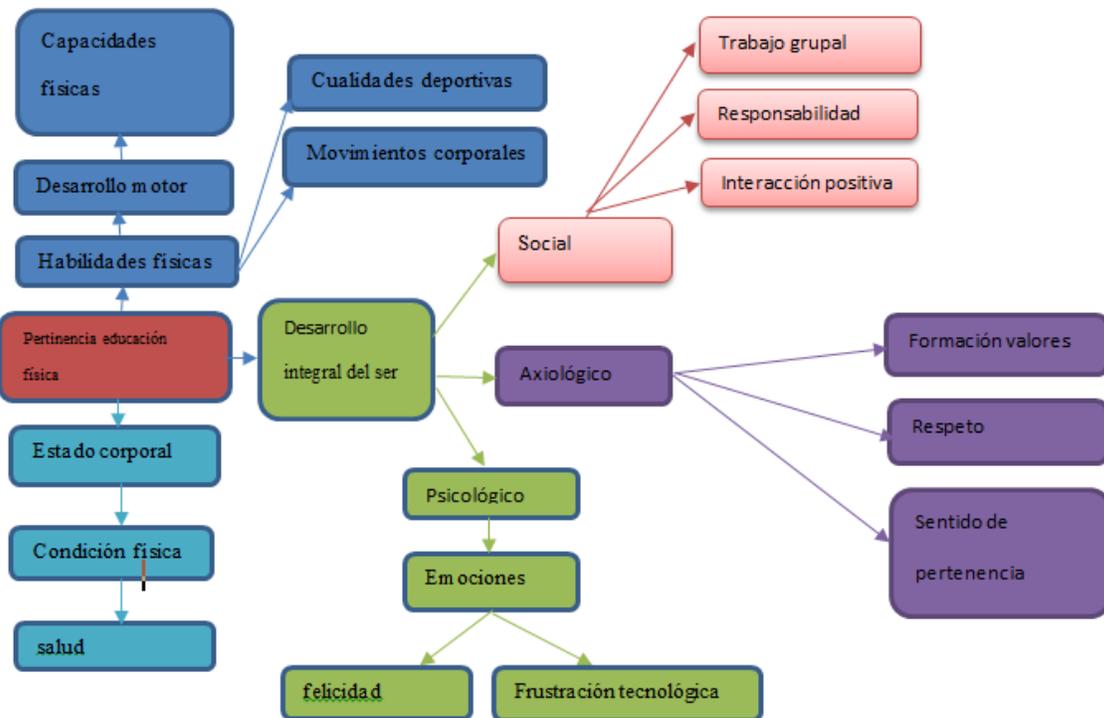
C ÓDIGO	CATEGORÍAS	SUBCATEGORÍAS
1	<b>C</b> <b>Pertinencia de la educación física</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Desarrollo integral del ser humano</b></li> <li>• <b>Habilidades físicas</b></li> <li>• <b>Estado corporal</b></li> </ul>
2	<b>C</b> <b>Metodología de la educación física virtual</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Creación de sentido</b></li> <li>• <b>Herramientas tecnológicas</b></li> <li>• <b>Hábitos</b></li> <li>• <b>Evaluación cualitativa</b></li> </ul>
3	<b>C</b> <b>Alcances de la educación Física virtual</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Virtualidad</b></li> <li>• <b>Presencialidad</b></li> <li>• <b>Actividades</b></li> <li>• <b>Método asincrónico</b></li> </ul>

Matriz categorial de la sistematización propia el autor.

## 5.2 Organización de la información

En el presente apartado se procede a organizar la información acorde a cada una de las categorías y subcategorías que surgieron del análisis categorial, con el fin de evidenciar los hallazgos que permitirán generar una reflexión con respecto a al proceso metodológico de la Educación Física de manera virtual. De esta manera se construyen mapas semánticos que propician un análisis profundo y así mismo la construcción de conceptos

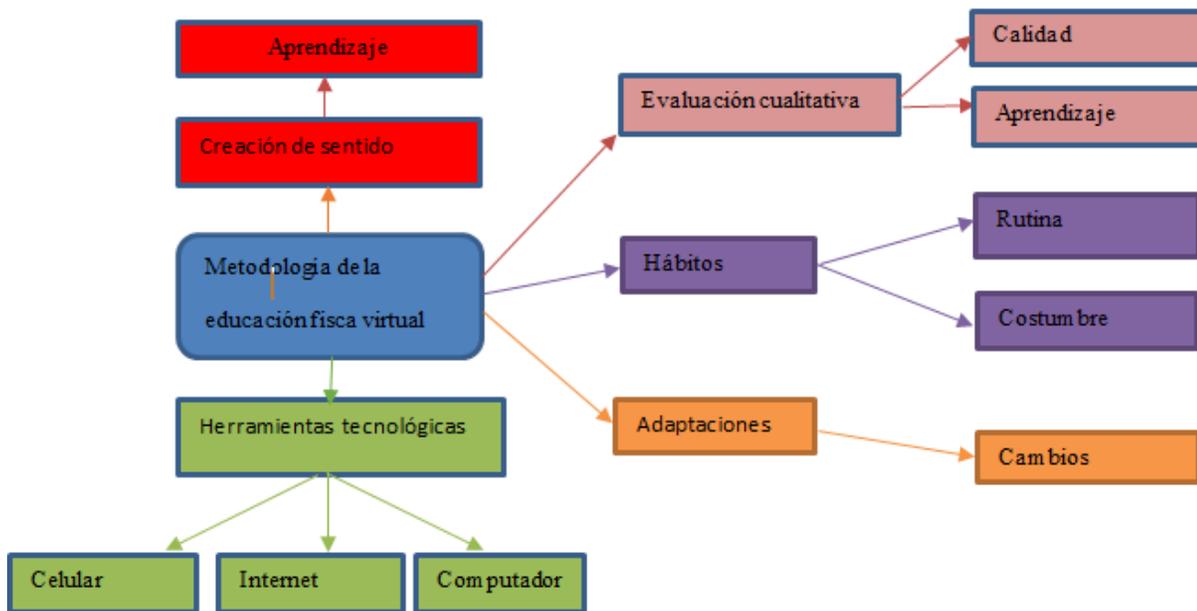
Figura 1. Mapa semántico de la categoría Pertinencia de la educación física.



Mapa semántico de la categoría Pertinencia de la educación física producto del investigador.

La pertinencia de la EF radica desde el desarrollo del ser humano ya que posibilita la formación a nivel emocional, psicológico y a nivel físico y motriz. Además, contribuye para que las personas mantengan un estado saludable eficiente ya que mantiene el cuerpo ejercitado, adquiriendo mayor vitalidad. De esta manera, la educación física logra mejorar aspectos a nivel emocional, psicológico y social en un contexto deportivo, el cual ayuda a motivar a los estudiantes y mantener un estilo de vida saludable y activo. Es importante crear un significado de esta área en los estudiantes, con el fin de que sigan su desarrollo corporal con buenas bases y que, a futuro, logren crear una disciplina con su estado físico.

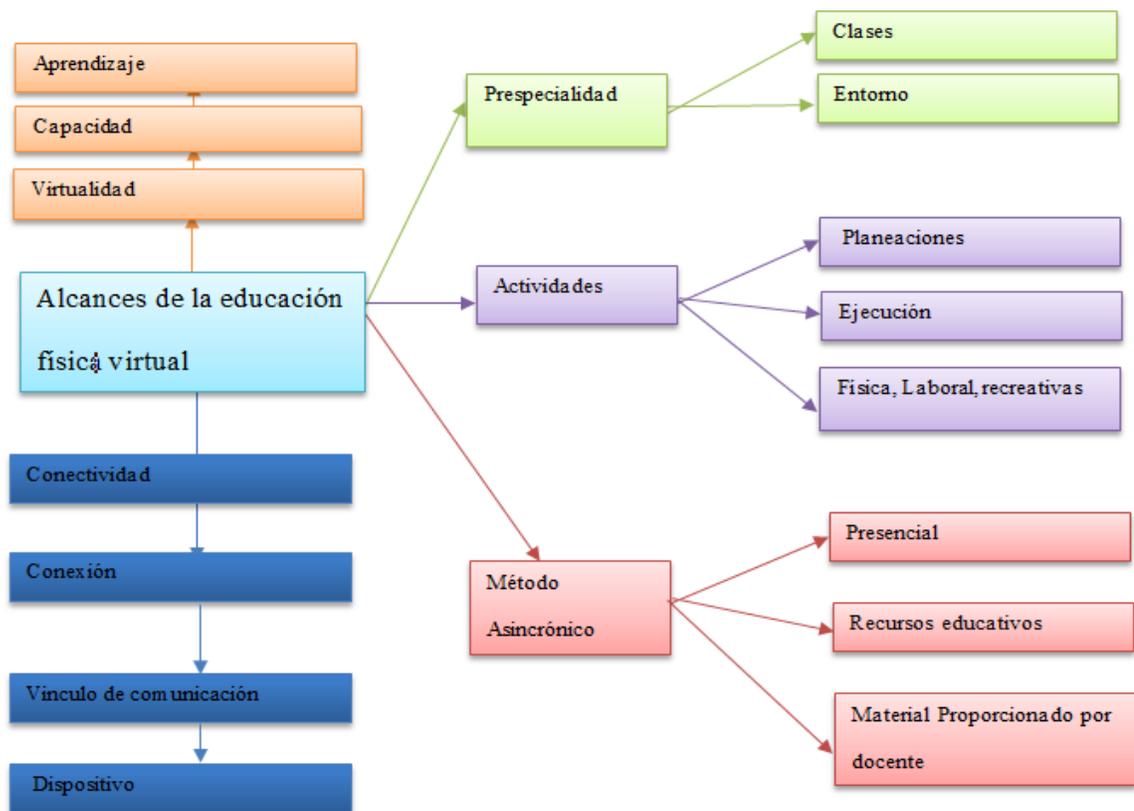
Figura 2. Mapa semántico de la categoría Metodología de la educación física virtual



Mapa semántico de la categoría Metodología de la educación física virtual producto del investigador.

Las herramientas que en la actualidad se utilizan para mejorar los espacios académicos, brindan una ayuda a los docentes que se esfuerzan para que los estudiantes lleven un proceso formativo adecuado guiado por profesionales. De igual manera, crear sentido con las herramientas tecnológicas logra identificar ciertas adaptaciones en los entornos educativos, mejora hábitos y trabajos o actividades propuestas en clase, es clave para la ejecución de estas mismas ya que en épocas de pandemia son un recurso de gran ayuda para las instituciones, como lo es la evaluación cualitativa, ya que logra calificar las cualidades, habilidades y ejecución de las actividades en los estudiantes, con el objetivo de realizar las sesiones de clase y motivar a los estudiantes en un contexto físico educativo e identificar las falencias, y evaluar de manera participativa.

Figura 3: Mapa semántico de la categoría Alcances de la educación física virtual



La virtualidad en zonas rurales presenta complicaciones a nivel de conectividad, ya que la mayoría de estudiantes no tienen acceso a estas herramientas tecnológicas o a equipos como computadores o celulares. Sin embargo, los docentes han desarrollado alternativas que facilitan este proceso educativo para que los estudiantes logren tener las clases, y de esta manera, puedan llevar el desarrollo de aprendizaje de la mejor manera. Con las actividades que se presentan en educación física, el docente plantea teniendo en cuenta el alcance económico y de esta manera se logra incentivar a los estudiantes con un presupuesto mínimo con el fin de ser creativo para participar en la sesión de clase.

Es importante crear conciencia del estado corporal y más en esta época de pandemia.

Por otro lado, las instituciones educativas dan prioridad a otras materias del pensum, pues deciden que la educación física no es tan importante para el desarrollo de los estudiantes y evaden esta clase para dar prioridad a otras asignaturas. Es clave revisar la intensidad horaria que se presenta en la institución para así lograr un balance equitativo y que los estudiantes puedan liberarse de algunas cargas académicas de las demás asignaturas, dando una mayor importancia a clase de educación física.

Cabe resaltar que la presencialidad en las aulas de clase logra identificar técnicas mal ejecutadas y hacer una retroalimentación más personal. Sin embargo, el método asincrónico ayuda a que el docente pueda llevar un proceso de seguimiento con las herramientas tecnológicas y realizar la retroalimentación por medio de los videos y materiales educativos.

### **5.3. Interpretación crítica**

#### **5.3.1. Reconocimiento de la educación física como un área pedagógica pertinente para el desarrollo integral del ser humano.**

A partir de las practicas pedagógicas es posible reflexionar sobre la pertenecía de la educación física en el contexto social en el cual se realizaron las respetivas intervenciones con el fin de generar una sistematización de dicha praxis. De esta manera, se halló que la educación física es pertinente en los procesos de formación, ya que contribuye al desarrollo del ser humano de manera integral, dado que posibilita la formación a nivel emocional, psicológico, y a nivel físico y motriz. Además, contribuye a mantener un estado saludable eficiente ya que mantiene el cuerpo ejercitado, dándole vitalidad al ser humano. Así mismo se coincide, que lo que pretende la educación física es enriquecer a las personas consigo mismo, con el entorno que lo rodea, mejorando la personalidad el desarrollo físico y moral del practicante (Parlebas 1997). De esta manera, la educación física logra mejorar aspectos a nivel emocional, psicológico y social en un contexto deportivo, el cual ayuda a motivar a los estudiantes y mantener un estilo de vida saludable y activo, es importante crear un significado de esta área en los estudiantes, con el fin de que sigan su desarrollo corporal con buenas bases y a futuro logren crear una disciplina con su estado físico.

Por otro lado, es necesario mencionar que la educación física hacer una aporte significativa al desarrollo de la habilidades físicas y al domino del cuerpo hasta tal punto de generar adaptabilidad y un estado de salud favorable, con lo cual se concuerda con (Le Boulch 1961), que plantea que la EF es un método racional y experimental en el cual se crea una educación

física funcional, que se enfoca en diferentes funciones las cuales se basan en una acción pedagógica para lograr una adaptación física en función a la edad de los practicantes, con el fin de desarrollar el cuerpo como un instrumento perfecto para propiciar un proceso de adaptación en la persona a un medio físico y social. Análogamente, en los procesos prácticos de la EF, se puede llegar a obtener alcances muy significativos en la formación esencial que deber tener un educando, ya que además de fortalecer la dimensión físico y motriz se contribuye bastante en el desarrollo de habilidades sociales y axiológicas, ya que por medio de herramientas pedagógicas se formato la interacción social, los valores y aspectos relevantes para una comunicación eficiente en el entorno educativo.

### **5.3.2. Metodología de la educación física virtual un desafío relevante en épocas de pandemia.**

La metodología de la educación física se caracteriza por ser una ruta esencial en los procesos de formación a nivel didáctico y pedagógico, ya que acude a herramientas que son muy eficientes para lograr los objetivos que se proponen en la formación general de los educandos. Este aspecto resulta ser un desafío para los docentes de la EF en tiempos de pandemia, ya que la presencialidad se ve afectada y es obligatoria recurrir a entornos digitales o virtuales. De esta manera fue posible evidenciar que las herramientas que hoy en día se prestan para mejorar los espacios académicos, brindan una ayuda a los docentes para que los estudiantes lleven un proceso formativo adecuado guiado por profesionales. Así mismo, logra crear sentido con las herramientas tecnológicas y logra identificar ciertas adaptaciones en la educación física, mejorando de esta manera hábitos, trabajos y actividades propuestas en clase, ya que es clave

para la ejecución de estas mismas ya que en épocas de pandemia son un recurso vital para las instituciones, como lo es la evaluación cualitativa, para logra calificar las cualidades, habilidades y ejecución de las actividades en los estudiantes, con el objetivo de realizar las sesiones de clase y motivar a los estudiantes en un contexto físico educativo e identificar las falencias, y evaluar de manera participativa.

Las tecnologías de la información y la comunicación permiten un pleno desarrollo del proceso de la EF, tal y como lo menciona (George Veletsianos 2010). Estas tecnologías son herramientas, conceptos, innovaciones y avances que son utilizados en diferentes centros educativos con un amplio servicio en relación con el aprendizaje, tanto las nuevas tecnologías como las que ya se han experimentado están en una constante evolución. De igual manera, la tecnología se vuelve un aliado para los docentes, porque se utiliza como método educativo para lograr avanzar el proceso educativo de los estudiantes. Es importante destacar que la institución es rural y se ve afectada por la tecnología, pues en estas zonas es un limitante, además del estatus económico de la población que esta presenta. Es importante tener en cuenta que los estudiantes son el futuro de la sociedad y que por eso necesitan mejorar su aprendizaje a como dé lugar. Todo lo anterior, se complejiza más en el contexto de la pandemia. Esto no significa que no poseen recursos para poder aprender, pero que estos sí son limitados en la zona donde se trabaja con estos estudiantes.

### **5.3.3. Alcances pedagógicos en la formación integral por medio de la educación física virtual.**

Los alcances pedagógicos virtuales son un aprendizaje que busca evolucionar un medio educativo, para desarrollar mejoras en los procesos formativos que llevan los estudiantes, pues son métodos que mejoran las habilidades y destrezas en un mundo virtual. Este modelo pedagógico virtual se categoriza por ser un medio de aprendizaje a distancia el cual beneficia a las poblaciones estudiantiles ya que es un modelo práctico, ágil y con variedad de contenido educativo. Esta herramienta tecnológica ayuda a los docentes a crear un aprendizaje dinámico donde se puede lograr ser comparada con un aula presencial, brinda un espacio significativo para los estudiantes, pues los espacios en cuanto a el tiempo y los materiales son diferentes y crea un impacto positivo ya que por medio de estas herramientas se logra interactuar e intercambiar aprendizajes. En estos espacios virtuales los estudiantes logran acceder a diferentes herramientas como lo son temas favoritos, compartir y desarrollar dudas con docentes a cargo en la asignatura en un tiempo rápido, hacer comentarios y preguntas, desarrollar evaluaciones y cuestionarios con mayor frecuencia, tener acceso a contenidos ya estudiados, entre muchos otros.

Los principales retos para la educación virtual son crear la necesidad de cambiar estructuras institucionales y dejar atrás los modelos tradicionales, para poder darle importancia a que los estudiantes hagan uso eficiente y apropiado de herramientas virtuales que faciliten el aprendizaje y la investigación y poder fomentar la alfabetización digital como punto clave en varias disciplinas y profesiones. Las tendencias actuales apuntan a que las personas pretenden aprender y estudiar en entornos flexibles según (Aretio, 2018), incluyendo a personas con discapacidad, etnias y comunidades indígenas, educación de calidad en zonas rurales, atención a

poblaciones vulnerables y en situaciones de riesgo y facilitar educación en diferentes contextos como lo dice Cabero (2016). En la actualidad la mayoría de las plataformas logra estimular procesos de aprendizaje que ayudan a mejorar temas abordados en clase que no han sido entendidos y que los estudiantes en sus tiempos libres utilizan estas herramientas para hacer una retroalimentación de lo visto en las aulas.

#### **5.4.Conclusiones**

A lo largo de la investigación se cumplió con el objetivo general establecido, en cuanto que se hicieron observaciones y análisis sobre las múltiples incidencias que tiene la virtualidad en los procesos pedagógicos de enseñanza y el respectivo aprendizaje. Esto de manera específica en lo concerniente a la educación física, que implica unas lógicas particulares que hacen más difícil dictar una clase de mana virtual, y con el agravante de las dificultades tecnológicas y de conectividad, que hacían aún más difíciles la enseñanza y el aprendizaje.

En relación al objetivo de describir las prácticas pedagógicas virtuales de la educación física con grado décimo, se trató de un proceso innovador, tanto para el prácticamente como para los alumnos, ya que fue 100% virtual. Se observó por parte de los estudiantes creatividad para resolver la falta de materiales, teniendo en cuenta que para la educación física y para el ejercicio, los materiales y su correcto uso es de gran importancia para la correcta ejecución y para evitar lesiones. También se observó concentración por parte de los alumnos, pese a la facilidad de la distracción en la virtualidad, y esto aportó en el uso correcto de los tiempos y a sopesar los problemas de tecnología y de conectividad. Sin embargo, también se observaron problemáticas

asociadas al uso del espacio, dado que los alumnos estaban recibiendo la clase en sus casas, por lo que no contaban con el espacio adecuado para lo requerido para las actividades físicas.

Adicionalmente, se cumplió con observar e indagar los limitantes que la virtualidad genera en cuanto a desarrollar habilidades motrices básicas. Sin embargo, se examinó el manejo espacial de las casas al momento de hacer las actividades sin generar daños, teniendo en cuenta que la actividad física implica movimientos y gestos corporales que demandan una mayor amplitud espacial. Aun así, se observó la disposición por parte de los alumnos para lograr realizar sus actividades sin afectar su entorno. Esto se corrobora con las entrevistas realizadas a los estudiantes de grado decimo, y se identifican falencias en el entorno y espacio reducido en el que se ejecutan los ejercicios de cada individuo, ya que cada práctica debe ser ejecutada con una técnica adecuada y guiada por el practicante. Lo anterior imposibilita el fortalecimiento de las habilidades motrices de los estudiantes por medio de la virtualidad. La principal problemática es la identificación de las falencias en la técnica de los estudiantes al momento de desarrollar las actividades propuestas.

En última instancia, se identificaron múltiples problemáticas en relación a la modalidad virtual en las zonas rurales, observando dificultades tecnológicas y de conectividad, lo cual complica dictar la clase de educación física. Lo anterior se explica debido a que esta población vive en entornos rurales y a que la mayor parte de los estudiantes no tienen las herramientas físicas y tecnológicas, para atender de forma adecuada las clases.

Adicionalmente, la existencia de una conexión inestable de internet no permitía al practicante evidenciar la ejecución de las actividades en los aprendices. Sin embargo, fue notoria la disposición y entusiasmo de los jóvenes dado que estas clases son un esparcimiento recreo-deportivo en momentos de pandemia, consiguiendo equilibrar el peso académico de otras

materias. Aun así, se desarrolló un método asincrónico que permite que los recursos educativos, como lo es el material proporcionado por el docente, lleven el aprendizaje a un nivel en el que la virtualidad no sea una limitante para los estudiantes.

En ese sentido, se puede concluir que al no tener un espacio para desarrollar actividades en grupo. Los estudiantes no tienen la posibilidad de fortalecer habilidades como el trabajo en equipo, el compañerismo y la comunicación frente al deporte que se está trabajando. Durante la entrevista, los educandos presentan esta falencia como una de las principales inconformidades, debido a que no hay una motivación como lo es una metodología presencial. Así mismo, ellos perciben que el desarrollo de las clases virtuales no tiene el mismo sentido de pertenencia y desde la docencia se identifica que no se logra cumplir las expectativas, que los estudiantes tienen con la asignatura.

Reuniendo todas las experiencias de los estudiantes y las problemáticas identificadas durante la investigación. Hace sentido fomentar un apoyo significativo al área de la educación en los entornos rurales, ya que la población estudiantil presenta dificultades comunicativas con herramientas tecnológicas y de presupuesto para tener una mejor conectividad. Cabe resaltar que la educación es un privilegio a nivel mundial y no deberían existir limitaciones que afecten el proceso de aprendizaje en los estudiantes de las zonas rurales.

Es imperativa la necesidad de transmitir esta incidencia en los practicantes y futuros profesionales del área de formación de la educación física. Debido a que este tipo de disciplina en los jóvenes, es fundamental para su formación y debe ser prioritaria en el pensum académico.

## 6. Referências bibliográficas

- Adell, J., Castañeda Quintero, L. J. (2012). Tecnologías emergentes, ¿pedagogías emergentes? tendencias emergentes en educación. Recuperado de: <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/45413/realidad%20aumentada%20y%20educacion.pdf?sequence=1>
- Blasco Mira, J. E., & Pérez Turpin, J. A. (2007). *Metodologías de investigación en educación física y deportes: ampliando horizontes*. Editorial club universitario. Recuperado de: <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/12270/1/blasco.pdf>
- Cadavid, L. E. G. (2007). Cuatro hermenéuticas de la educación física en Colombia. Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción, 1, 45.  
Recuperado de: <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=1I0rdTUwRVEC&oi=fnd&pg=PA45&dq=CUATRO+HERMEN%C3%89UTICAS+DE+LA+EDUCACI%C3%93N+F%C3%8DSICA+EN+COLOMBIA&ots=HKTS0waF-y&sig=SaeNaRV1VEb9NXmusjx6LL6EAwE#v=onepage&q=CUATRO%20HERMEN%C3%89UTICAS%20DE%20LA%20EDUCACI%C3%93N%20F%C3%8DSICA%20EN%20COLOMBIA&f=false>
- Chaparro Aguado, F., & Santos Pastor, M. L. (2018). La formación del profesorado para la Escuela Rural: una mirada desde la educación física. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.6018/reifop.21.3.321331>

- Gómez-García, Rodríguez-Jiménez, Ramos-Navas-Parejo, (2019) la realidad virtual en el área de educación física. Recuperado de: [http://www.journalshr.com/papers/Vol%2011\\_suplemento/JSHR%20V11\\_supl\\_01\\_16.pdf](http://www.journalshr.com/papers/Vol%2011_suplemento/JSHR%20V11_supl_01_16.pdf)
- Gutierrez-Sanchez, Jose-Angel, (2019) Programación anual de educación física. Recuperado de: <https://hdl.handle.net/10953.1/11518>
- Hernando, M. M., Catasús, M. G., & Arévalo, C. G. (2013). El trabajo colaborativo virtual: herramienta de formación del profesorado de educación física. *retos. Nuevas Tendencias en Educación física, Deporte y recreación*, (24), 24-27. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732290005.pdf>
- Hoyo Lora, M., & Corrales, F. D. B. S. (2007). Motivos y hábitos de práctica de actividad física en escolares de 12 a 16 años en una población rural de Sevilla. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 7(26), 2. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/542/54222966002.pdf>
- Llapur, E. D. (2017). *La Educación Física en las escuelas rurales de Santiago del Estero* (Doctoral dissertation, Universidad Nacional de La Plata). Recuperado de: [http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/67341/Documento\\_completo\\_.pdf?sequence=1](http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/67341/Documento_completo_.pdf?sequence=1)
- Luciano, H. L. (2013). La Educación Física en la escuela secundaria rural desde un entorno virtual. In *X Congreso Argentino y V Latinoamericano de Educación Física y Ciencias (La Plata, 2013)*. Recuperado

de: [http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/39638/Documento\\_completo.pdf?sequence=1](http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/39638/Documento_completo.pdf?sequence=1)

- Monguillot, M., González, C., & Guitert, M. (2017). La colaboración virtual docente para diseñar situaciones de aprendizaje mediadas por TIC en Educación Física. *Didáctica: Revista de Investigación en Didácticas Específicas*, (2), 6-23. Recuperado de: <https://doi.org/10.1344/did.2017.2.6-23>
- Pinzón, I. A. M. (2017). Didáctica de la educación física para la educación básica. *RASTROS Y ROSTROS DEL SABER*, 2(3), 56-65. Recuperado de: <https://revistas.uptc.edu.co/index.php/rastrostryrostros/article/view/9151>
- Valls, R. (2000). *Comunidades de aprendizaje: una práctica educativa de aprendizaje dialógico para la sociedad de la información*. Universitat de Barcelona. Recuperado de: [http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/43073/1/01.RVC\\_1de2.pdf](http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/43073/1/01.RVC_1de2.pdf)

## 7. Anexos

### Anexo 1. Entrevistas semiestructuradas

#### (Docente)

Gabriel: Buenos días, nos encontramos con el profesor Freddy Schneider Cifuentes maestro educación física de la institución pública, ubicada en Guasca Cundinamarca el Carmen. Bueno profe, ¿cómo está, como se encuentra?

Freddy S: Bueno profe buenos días, bien muchas gracias sí señor aquí adelantando y realizando nuestras labores desde casa aún.

Gabriel: El día de hoy vamos a realizar una entrevista semiestructurada dirigida al docente de educación física de la institución El Carmen. Le voy a hacer una serie de preguntas con el fin de recolectar unos datos para mi proyecto de grado de este semestre y el año presente.

Freddy S: Listo sí señor, con mucho gusto.

Gabriel: Hablando un poco pues de la educación física le voy a hacer una serie de preguntas y estas preguntas las primeras tres pertenecen a la dimensión de la educación física. ¿Me gustaría que me contara desde su experiencia como docente y me pudiera contar un poco más de lo que opina de la Educación física?

Freddy S: Pues bueno la educación Física es un área bastante importante dentro del desarrollo de cada ser humano y en los últimos años nos hemos dado cuenta que la gente se ha concientizado un poco más de eso. De lo que es la importancia de todo lo que se relaciona a la parte del movimiento y la parte motriz, locomotora y estarla trabajando, porque es una de las dimensiones que hacen parte del desarrollo integral del ser humano. Qué bueno sería que en nuestro país o desde nuestras instituciones educativas a intensificar un poco más el horario de la clase de educación física. Es un área bastante importante que le aporta mucho a cada uno de los niños y jóvenes en diferentes aspectos como lo emocional, psicológico, el social; lógicamente en la parte motora y cognitiva. Pero tristemente, es como un poco subvalorada y no le estamos dando la relevancia que debe ser. Entonces un buen inicio para eso o un buen paso que se debiera dar es eso. Hay que intensificar la clase educación física y que tuviera una mayor intensidad horaria, por lo que le digo; por tantos aspectos que le aportan al desarrollo del ser

humano, en nuestro colegio gracias a Dios desde la parte directiva se cuenta con un gran apoyo todas las actividades y todo lo que tenga que ver con el área educación física recreación y deporte siempre cuenta con el apoyo de los directivos y el trabajo mancomunado de todos los docentes entonces eso es un factor muy importante si tenemos algunas falencias como creo que las hay en todas instituciones educativas por ejemplo que los estudiantes en primaria no tienen un docente especializado que les trabaje esta área entonces pues usted sabe y como conocedor del tema también sabe que los primeros años en la primaria ese es una etapa muy importante para trabajar esta área donde se empiezan a explorar muchas actividades y destrezas que cuando el chico llegue a secundaria pues se van a seguir trabajando pero pues ahí hacemos de la mano de los profesores lo que se puede para para tratar de abarcar el trabajo ni ser claro.

Gabriel: Profe y más pues en los primeros cursos de la formación académica es muy claro el tema de la motricidad que es importante en la formación integral de los educandos.

Freddy S: Pues bueno básicamente, como que en la respuesta anterior traté de decir por la implicación que tiene en diferentes aspectos de la persona, la educación física ayuda mucho en el trabajo socioafectivo, vemos como gracias a la clase educación física se desarrollan muchas habilidades sociales, la parte emocional del estudiante también tiene gran relevancia y lógicamente pues todo debe ser bien manejado desde una clase estructurada para que alcancen los objetivos propuestos. También vemos como sobre todo ahorita en esta época que estamos viviendo en estas condiciones como vemos la juventud cada vez es más sedentaria y con esas condiciones ahorita en las que se ha aumentado, porque la parte de la salud de los estudiantes se está viendo bastante afectada también por este aspecto.

Entonces es muy importante que la clase educación física vuelvo y le digo yo, también transversalizándolo con otras áreas y aporta demasiadas cosas al desarrollo del individuo. Un

estudiante que desarrolla su parte motriz es un estudiante que también que va a haber beneficiado sus autoestima, un estudiante que comparte con sus compañeros en diferentes tipos de actividades por ejemplo en las lúdicas es un estudiante que va a mejorar sus habilidades sociales, vemos también ahorita como en la juventud ,como que anda en un punto es que al estudiante se le se le dificulta interactuar con otra persona a no ser que sea por medios tecnológicos pero cuando es frente a frente, vemos como el estudiante a veces se le dificulta hablarle a un grupo y establecer una conversación con otro compañero. Únicamente que la parte tecnológica debe de interactuar con otra persona es lo que está tomando más vigencia. Entonces la parte afectiva sobre todo también porque a través del juego usted sabe cuántas habilidades y cuantos elementos de la parte social se pueden afianzar también. Entonces, la educación física es un espacio muy importante que debe tener cualquier educación educativa y también la parte del esparcimiento y del ocio también es muy importante dentro de una empresa. Entonces es algo que no podemos dejar de lado y tenemos que estar en la lucha porque se le siga dando la relevancia que se merece.

Gabriel: Claro profe, le tenemos que dar una mayor importancia a esta clase de educación física ya que desarrolla el tema social en los jóvenes. Y que es muy clave para la vida diaria.

-Profe, en tiempos de pandemia. ¿Por qué cree que la educación física debería seguir enseñándose?

Freddy S: Muy clave, si cuando estábamos trabajando en presencialidad notábamos como algunos de los jóvenes ya no tienen ese mismo agrado por el trabajo que se realiza en la clase de educación física, a pesar de que uno trata de planear actividades que sean llamativas para ellos, que sean entretenidas. Hay muchos jóvenes; yo no estoy en contra de la tecnología dado que es una ayuda muy grande para nosotros y hay que saberla utilizar y vemos como ahorita nos tiene

totalmente dominados la tecnología a los jóvenes. Entonces todo lo que tenga que ver con estas herramientas ellos lo manejan y no hay necesidad de invitarlos para que lo hagan entonces en presencialidad veíamos que los chicos ya no tienen esta motivación por estar trabajando su parte corporal. No son todos, pero hay unos que si se les ve el interés por seguir cultivando esa parte física. En estos tiempos de pandemia de estar tanto tiempo sentados en frente de un dispositivo o un computador o celular, entonces minimiza las oportunidades que el humano tiene de estar trabajando su parte física que incide mucho en su salud y más en estas condiciones entonces es clave seguir trabajando desde la casa con los elementos que se puedan. Vemos que la educación física nos da una serie infinita de posibilidades y no una excusa de que no tengo elementos para no realizar una actividad física en casa. Los estudiantes deben concientizarse y entiendan la relevancia de porque tengan que estar trabajando su parte corporal, busquen los elementos. Si que no lo vean como una obligación por tener que cumplir con la clase y por una nota, sino que quede una huella para la vida de todos. Que el día de mañana independientemente de su profesión tengan claro la importancia de estar trabajando su parte corporal y más en los tiempos en que estamos se tiene que seguir reforzando. No solamente son las áreas que tiene mayor intensidad horaria como matemáticas o español. Todas son importantes pero la educación física cobra mayor importancia por las condiciones en las que estamos.

Gabriel: Si señor, eso es muy cierto. Profe entrando a la dimensión del desarrollo metodológico, ¿usted cuál cree que son los retos de la educación física a nivel virtual en momentos de pandemia?

Freddy S: Un reto muy importante, retomo lo que dije cuando estaba hablando anteriormente. Cuando la persona entienda y haya creación de sentido de lo que se está haciendo yo pienso que ahí ya es un gran paso que se da sea virtual o presencial o la metodología que se

esté trabajando va a ser una gran ganancia. Cuando la persona tienda porque debo hacer esto o tengo que trabajar mi parte corporal, que beneficios me trae estar realizando una actividad física o un tipo de actividad en la clase. Cuando nosotros le damos la creación de sentido a lo que hacemos yo pienso que ya es una ganancia importancia y que haya una autonomía y una conciencia de lo que se está trabajando dentro de la clase, ya sea virtual hasta el estudiante lo puede hacer sin que lo estemos controlando porque el entiende porque lo debe trabajar y cuáles son los beneficios y que pasa si lo dejo de trabajar. Para mi esa parte de creación de sentido es importante independiente de la metodología que se esté trabajando.

Gabriel: Ok profe y en este sentido de metodología y el proceso de la educación física. ¿A partir de la educación virtual como se estaba realizando el proceso metodología de la educación física?

Freddy S: Esto es un proceso de adaptación y adoptar las diferentes metodologías de trabajo y hacer cierto cambio en las metodologías que veníamos trabajando. Aquí se necesita el protagonismo del estudiante también porque la disposición y actitud vienen los resultados que la espera. A nivel presencial uno puede estar controlando de mejor manera y estar presionando para que el estudiante trabaje de la mejor manera posible. A nivel virtual hay que buscar estrategias que apoyen también el trabajo. Tenemos que apoyarnos en herramientas tecnológicas como zoom y para los jóvenes es inherente a ellos, por eso tenemos que buscar esos elementos tecnológicos a los que pueda acceder y contemplar su trabajo de manera virtual. Entonces, es un proceso de adaptación a cuáles son las mejores herramientas y cuáles son las condiciones de las personas y contextos. Particularmente en el colegio donde trabajamos por ser un colegio rural no todos tienen las herramientas de conectividad y computadores a su disposición de buenas condiciones. Hay que buscar estrategias para llegarle a la gente, pero con el objetivo de que se va

a realizar la clase de educación física y que ellos no solamente cumplan, sino que es algo que están haciendo en beneficio de ellos de forma voluntaria para hacerlo.

Gabriel: Claro profe, en estos momentos de pandemia donde la mayoría del tiempo ellos estaban encerrados por el tema del virus expresarse de manera física les trae beneficios en su salud. Profe por favor hable un poco de los recursos digitales que uso para las sesiones de clase.

Freddy S: el año pasado por todo el proceso de adaptación se manejaba la herramienta de WhatsApp y por una alianza con el país de corea estableció un vínculo y presentamos un aplicativo classting. Funciona como una red social enfocada al ámbito educativo en la cual podemos subir las guías de trabajo y el estudiante puede acceder a ella y las aplicaba en el día y hacia llegar las evidencias por la aplicación dependiendo de las condiciones de conectividad. Mas adelante, después del segundo semestre empezamos a implementar la aplicación de meet para trabajar con los que tuvieran la posibilidad de manera asincrónica y eso fue. Ya este año mejoro el tema de conectividad y dispositivos de algunos estudiantes entonces básicamente seguimos manejando las mismas herramientas. También tenemos classroom que también da muchas posibilidades para que los estudiantes puedan acceder a diferentes actividades y eso fue lo que sea agrego a lo que estábamos trabajando el año pasado. Estamos incentivando a los estudiantes para que manejen meet y hagan las rutinas de trabajo que nos falta en algunos de ellos y la conciencia sobre el trabajo de educación física. Con respecto al año pasado mejoro y seguimos con estas herramientas con toda la población abarcada.

Gabriel: Claro sí señor es muy importante. ¿Como vio afectado el proceso evaluativo en el medio virtual?

Freddy s: Así como el desarrollo de las clases en la parte evaluativa tuvo un carácter más cualitativo en estas condiciones. La parte numérica no era tan importante sino la parte cualitativa como comportamiento y hábitos que veíamos en los estudiantes para seguir trabajando en su clase de educación física. Mas que puede realizar la tarea de forma precisa era más importante que el estudiante se conectara y si estaba haciendo el esfuerzo por conseguir el material y apoyarse con los recursos que tuviera en casa. Le dimos más importancia a esos aspectos que a una parte numérica en la evaluación autónoma. En el colegio se ha dado importancia a la autoevaluación y mirando en que está fallando en cuando al desarrollo de los trabajos y la asistencia, porte del uniforme y entre otros. Este año las circunstancias han cambiado un poco y estamos en este proceso adaptativo y ya estamos acostumbrados a esta metodología de trabajo y digamos que volvimos a manejar nuestra planilla institucional y retomamos la parte cuantitativa sin dejar a un lado la parte cualitativa.

Gabriel: claro es importante. ¿Pero cómo el proceso didáctico a nivel virtual?

Freddy S: Nos toca motivar a los estudiantes, en la parte de recursos buscábamos que ningún estudiante se quedara sin recursos. Por ejemplo: buscábamos que los recursos se tuvieran en casa y no se tuviera un elemento difícil de conseguir adaptando la casa para que pudiera desarrollar sus actividades. También diferentes formatos de guías para los estudiantes bien explicadas o recursos a manera de video para hacer las rutinas de la mejor manera y así el objetivo de la clase se alcanzará.

Gabriel: ¿Entrando en la dimensión de realidad contextual cuales fueron las dificultades que se dieron en la clase virtual?

Freddy S: El cambio fue brusco también porque a pesar de que en la clase presencial era obligatorio, virtualmente no era obligatoria la entrega de actividades. no había una rigurosidad con respecto a otras materias. Muchos de ellos la dejaron a un lado y no estaban aplicando lo que enviábamos o solo una evidencia pero que no aplicaban la actividad completa. Ellos no veían de verdad la importancia de la actividad física y más estando en cuarentena. Nosotros tratamos de que estas actividades fueran incluidas en un círculo familiar. Al inicio fue difícil de que los estudiantes pusieran atención a la clase, pero con un poco más de presión se empezó a implementar un control por Meet y las cosas funcionan mucho mejor por el método asincrónico.

Gabriel: Este punto es clave a nivel personal pienso que se debería enfocar al estudiante sobre que beneficio trae la educación física para su vida cotidiana y estado de salud. Es importante que el estudiante involucre la educación física en su vida cotidiana. ¿Profe, por favor cuénteme como fue el desempeño y la motivación de los estudiantes al presentar esta metodología?

Freddy S: Si los estudiantes hubieran realizado actividades extracurriculares y hubieran estado motivados yo hubiera recibido más evidencias y disposición al respecto. Sin embargo, también fue difícil para eso por los ajustes de horarios y mirar que materias se iban a dar como prioridad. Por parte de nosotros estaba toda la voluntad, pero siempre se les estaba recalando la importancia de trabajar la parte física y motora así no estuvieran yendo al colegio. Inicialmente no pusieron atención a la clase por dar prioridad a otras cosas.

Gabriel: ¿profe por favor cuénteme de manera corta como fue la participación de estos estudiantes durante las sesiones de clase? ¿Eran activos? ¿Como fue este desarrollo?

Freddy S: Cuando manejábamos WhatsApp pedíamos algunas evidencias, pero no lo tomaron con seriedad y eran pocos los que estaban aplicando el trabajo bien. A partir del segundo semestre ya fueron atendiendo la clase mucho mejor y era importante dentro de su contexto. Dentro del horario se le dio espacio a educación física y finalmente se adaptaron gracias a una mejor conectividad. Lo que debemos hacer es pedir más evidencias y más claras para ver si los estudiantes están al trabajo o no. Así como a nivel presencial vemos estudiantes que quieren cumplir en todo y otros no. Desde casa podemos darnos cuenta que hay estudiantes que no lo hacían y otros que por dificultades de ubicación y conectividad debían adaptarse a las opciones de evidencia que pedíamos.

Gabriel: Claro y más por el tema de las zonas rurales donde la conexión tiene varias problemáticas. Profe, ¿Qué experiencias fueron las más significativas para usted como docente en este periodo de pandemia que se está viviendo?

Freddy S: Muchas, aquí no solamente los estudiantes aprendieron sino nosotros como docentes también aprendimos para nuestra labor docente el hecho de aprender a manejar otras herramientas tecnológicas y eso para nosotros es enriquecedor y el hecho de adaptarnos a situaciones difíciles, pienso que al final del proceso aquí resultamos muchos ganadores en muchos aspectos. El hecho de llegar a todos los estudiantes independientemente de que algunos cumplieran o no cumplieran. Pienso que eso fue un reto que nosotros cumplimos y lo pudimos llevar a cabo. Ya también el apoyo de la familia no solamente para la educación física sino todo el proceso escolar. Entonces pienso que se ganó en muchas cosas y sobre todo a nivel profesional. A nivel personal al poderse adaptar y sacar situaciones difíciles lo hace a uno más fuerte y lo va llenando a uno más de motivación para seguir llevando el trabajo adelante y en muchos aspectos salimos favorecidos.

Gabriel: Si señor, como el profesor estaba diciendo que a nivel profesional pues también uno como docente innovo en nuevas tecnologías para llevar un proceso diferente. No solo a la práctica presencial sino a la práctica virtual.

Freddy S: exacto, aquí hay que enfatizar mucho en la autonomía del trabajo del estudiante. Pienso que ellos también han ido ganando en trabajar esa parte del trabajo autónomo, que no los estén controlando ni vigilando y hay en esto una ganancia muy importante.

Gabriel: Si señor, y para terminar la entrevista ¿me gustaría saber si usted quiere añadir algo más sobre la importancia de la educación física sobre esta metodología virtual?

Freddy S: Pues creo que he abarcado todo el tema en este sentido y los aportes que tiene la educación física. Es eso, intentar llegar más a las familias y estudiantes para que ellos entiendan la importancia que tiene la clase dentro del pensum del colegio, por algo está incluida dentro de la ley general de educación. Es que tratemos y no dejemos de trabajar en esa parte y llegar a estudiante y familias y que vean que tan importante porque la tendencia es que en una familia les parece más importante la clase de matemáticas y español, pero educación física no le dan tanta importancia o trascendencia. Es una tarea incansable que no podemos dejar de hacer. Los profesionales en esta materia nos decían nosotros tenemos que velar por cuidar nuestro gremio y cumple una labor especial e importante también entonces es que no nos cansemos en la tarea de recalcar que nuestra tarea es igual de importante que otra materia curricular. Eso sería lo que tendría para agregar.

Gabriel: Si señor es muy cierto. El tema de la prioridad que se le da en la materia de educación física. Nosotros podemos evidenciar que en la mayor parte de las personas después de su etapa estudiantil pasando la vida universitaria e incluso a nivel profesional. Tienden a bajar las

cargas físicas, emocionales y mentales con el tema del deporte entonces es muy importante que se le dé más importancia a la educación física dentro del pensum y de la mejor manera.

Freddy S: Exacto sí señor lo que yo le decía antes, dejemos esa huella en los estudiantes antes de que terminen su bachillerato y que les quede ahí marcado. Que nunca vayan a dejar de trabajar en su parte corporal y siempre estén haciendo actividad física independientemente de lo que vayan a desempeñar. Si nosotros dejáramos esa huella yo creo que esa es una satisfacción muy importante porque vemos cuantas personas terminan el colegio y consiguen cualquier trabajo y se olvidan de trabajar su parte corporal, enfermos y descuidados con su parte física y alimentaria. Si nosotros dejamos esa huella yo creo que la satisfacción para nosotros debe ser muy grande.

Gabriel: Bastante grande, profe quería agradecerle por este espacio que usted me dio y poder realizar la entrevista. Esta información va para el proyecto de grado así que no queda más agradecerle su tiempo y espacio para discutir durante el tiempo que se nos dio.

Freddy S: bueno profe para servirle y usted sabe que estamos para lo que usted necesite. Estos espacios son importantes para reflexionar y retomar cosas que uno no tiene en cuenta. Así que muchas gracias por tenerme en cuenta para su trabajo.

Gabriel: Que este muy bien.

Freddy S: Hasta luego.

## **Anexo 2. Entrevistas semiestructuradas**

### **(Estudiantes)**

Gabriel R: Buenas tardes, el día de hoy nos encontramos , en una reunión virtual , con la herramienta Google meet, donde tenemos a 3 estudiantes de la institución El Carmen ubicada en Guasca Cundinamarca , en una de las veredas de Guasca, vamos a comenzar hacer una serie de preguntas, con el fin de que los estudiantes nos vayan contando un poco sobre su proceso educativo con la institución y en época de pandemia, la primera pregunta tiene un enfoque el cual está dirigido a la dimensión de la educación física, en este sentido , me gustaría que desde su experiencia como estudiantes, me cuenten un poco sobre ¿qué opinan de la educación física?

Estudiante S: Es una forma de mantener el cuerpo saludable, lleno de energía, es muy vital para el ser humano

Estudiante K: Es una materia divertida e interesante, dinámica, en la cual los músculos se ejercitan

Estudiante J: Me parece una materia interesante, porque hay muchas personas que en esta etapa de la vida solo realizan el ejercicio que presenta la materia y pues es muy importante para el desarrollo

Gabriel R: Bueno, la educación física es muy importante, si nosotros nos ponemos en un contexto donde miramos las edades primarias, vamos a desarrollar habilidades motoras, psicomotrices con el fin de que los chicos lleguen a un nivel donde se puedan desarrollar durante el proceso de crecimiento., ¿porque creen que es importante en la formación integral de ustedes como estudiantes?

Estudiante S: Para poder aprender nuevas técnicas para la salud del cuerpo

Estudiante K: porque si el cuerpo no se mantiene en la cotidianidad, se estira y coge fuerza, para que los estudiantes mejoren sus cualidades deportivas

Estudiante J: Es muy importante para desarrollar las habilidades psicomotrices

Gabriel R: En tiempos de pandemia ¿Por qué creen que la educación física debería seguir enseñándose?

Estudiante S: Nosotros como estudiantes, estamos bastante tiempo en casa, la idea es uno también empezar a ejercitar el cuerpo

Estudiante K: porque es algo necesario para los estudiantes y para el cuerpo ya que nos mantenemos bastante tiempo sentados frente a un dispositivo la mayor parte del día y no queremos que los músculos se atrofien

Estudiante J: básicamente lo que dicen nuestras compañeras es cierto, que estamos la mayor parte del tiempo sentados frente a una pantalla por la necesidad de la virtualidad, entonces el área de la educación física nos ayuda a ejercitar y a descansar todo lo que no se puede al estar aquí frente a una pantalla

Gabriel R: Es muy importante que ustedes tengan en cuenta, que la educación física hace parte de movimientos corporales en donde ustedes pueden aprender a desarrollar ciertos gestos deportivos de la mejor manera, guiados de una parte profesional y un docente especializado en esta área, con el fin de que ustedes eviten lesiones, mejoren su estado de salud y que puedan tener un estilo de vida saludable, cuando ustedes tengan una vida profesional , laboral tengan presente su estado de salud y no lo dejen a un lado., la siguiente pregunta se desarrolla en el contexto y en la dimensión del desarrollo metodológico , me gustaría saber, ¿ustedes creen que la educación física virtual contribuye a la formación física motriz de los estudiantes y porque?

Estudiante S: mayor conocimiento a el tema saludable sobre el cuerpo, también nos facilita al estar un tiempo prolongado sentados o acostados, no voy a favor ni en contra, pues las

cosas presencialmente son mucho mejor, ya que se ve mayor rendimiento y compromiso que en la virtualidad

Estudiante K: pues, para mi es una herramienta útil, pero es mejor la educación física en un espacio abierto de manera presencial, donde el docente tenga en cuenta como se está ejecutando la actividad

Gabriel R: K, porque crees que se da mejor de manera presencial que virtual

Estudiante K: hay personas que no tienen el espacio suficiente en la casa y es incómodo donde no tener que realizar las actividades, es decir el entorno.

Estudiante J: como lo menciona mi compañera, es muy importante el entorno ya que el espacio no es suficiente para realizar las actividades, un ejemplo es la clase voleibol donde el techo es un límite porque uno necesita elevar el balón, es un proceso que resulta poco gratificante la verdad, porque uno se frustra, quisiera poder dar más, pero el espacio es mi limite.

Gabriel R: A partir de este espacio de la educación virtual, como ven el proceso durante la sesión de clase, la metodología que se llevó acabo, la dinámica de las clases, ¿cómo experimentaron este proceso de manera virtual?

Estudiante S: El trabajo manejado durante las sesiones de clase, fue un trabajo muy práctico y bonito fue un trabajo moderado, donde no tuvimos algo recargado, el docente estuvo presente con la corrección de técnicas y posturas durante las sesiones.

Estudiante K: en este punto se tuvo que reorganizar la clase para poder facilitar la realización de actividades y la participación activa de los estudiantes, por el espacio y las herramientas debido a que es una zona rural donde el tema de conectividad influye bastante

Estudiante J: respecto al tema de la metodología, se intenta con los estudiantes que están presentes en las sesiones, ya que a partir del mismo hecho de la conectividad no es tan buena, pues desde una cámara o medio virtual percibir los errores quizás es un poco complejo, pero los que se perciben son corregidos y se intentan no repetir, como dicen las compañeras la conexión es muy importante y un limitante muy importante

Gabriel R: es muy cierto lo que nos dice Juan y Karen, ya que el tema de la virtualidad y más en zonas rurales es un poco complejo, como docente durante las sesiones podía identificar a una cantidad mínima y los otros estudiantes no los lograba identificar., háblenme un poco sobre ¿cuáles fueron los recursos digitales que utilizo el docente y como los implemento? Un ejemplo sería los implementos como balones, lazo, herramientas tecnológicas

Estudiante S: los materiales utilizados no son muy difíciles de conseguir, fue algo muy básico que tenemos en la casa como por ejemplo un lazo y un balón, cobija y colchoneta

Estudiante K: el docente utilizo su celular, computador fue bastante creativo y realizo las clases dinámicas, los implementos que pedía fueron fáciles de conseguir porque la mayoría los teníamos en la casa o los podíamos crear

Estudiante J: son implementos fáciles de conseguir o se pueden llegar a fabricar, hubo un momento donde se necesitó de la escalerilla para hacer unas actividades, algunos compañeros lo hicieron con cinta o palos, los cuales son implementos que quizás no teníamos, pero fueron fáciles de conseguir o fabricar para el desarrollo de la clase

Gabriel R: es muy importante tener en cuenta este proceso ya que en la educación física la mayor parte del tiempo trabajamos con el cuerpo, aparte de ser creativos de manejar estas dinámicas los ejercicios y tener una buena técnica., ¿Cómo fue el proceso de interacción con los docentes y los demás compañeros?

Estudiante S: fue algo bonito, no me sentía incomoda, hay personas o espacios donde esto pasa.

Estudiante K: fue un proceso completo ya que el docente estuvo presente y pendiente de las actividades por realizar y de todos los compañeros se conectaron, es un proceso donde uno no se llega a sentir incomodo ya que el docente también tiene la cámara encendida cuestión que no lo hace sentir a uno mal y se siente acompañado, porque desde la casa estar solo desde un computador, en el patio por ejemplo puede llegar a ser in cómodo, pero se siente uno acompañado

Gabriel R: muy bien Juan ¿ustedes como vieron el proceso de la motivación de sus compañeros al realizas los ejercicios y las actividades que se proponen durante las sesiones de clase?

Estudiante S: con algunas personas presentan interés por la materia y otras no o algunas tienen el espacio y la herramienta y no la utilizan hay otras que les queda un poco más complicado

Estudiante J: la disposición quizás se nota alta, porque uno se siente acompañado y siente como la falta de compañerismo que teníamos en el colegio de estar todos en una misma cancha haciendo el mismo ejercicio, aquí en la casa después de no vernos, uno se siente cómodo en la clase y presenta una mejor disposición

Gabriel R: la siguiente dimensión va enfocada hacia la realidad contextual, me gustaría que expresaran ¿Cuáles fueron las problemáticas más comunes que se presentan al ver una educación física en la modalidad virtual?

Estudiante K: creo que los dos más destacados fueron el dispositivo como herramienta y el internet

Estudiante J: pienso que el espacio es algo muy complejo y la conectividad, el resto todo es normal

Gabriel R: cuéntenme y describan un poco sobre la motivación que tuvieron y el desempeño que presentaron durante estas experiencias virtuales

Estudiante K: pienso que el desempeño que tuve durante las sesiones de clase fue alto, me esforcé para que la clase fuera buena y participativa, un poco tedioso la parte de la técnica por el entorno el resto fue bueno.

Estudiante J: irónicamente el acompañamiento del docente tiende hacer mejor, ya que es un grupo reducido, el docente tiene la oportunidad de mirar específicamente al estudiante, ya que en la clase se conectaban 15 estudiantes y normalmente de manera presencial en un salón como 25 estudiantes, entonces esos 10 menos facilitan la atención del docente, pero lo que dice mi compañera la técnica no tiende hacer corregida ya que a través de una cámara no es tan perfecto.

Gabriel R: si, es muy clave ya que el tema de conexión y que son varios estudiantes en una plataforma es un poco complejo, por favor realicen una descripción de cómo es la participación de los estudiantes y el desarrollo de clase en educación física

Estudiante S: la participación es muy buena, todo mantenemos la cámara encendida desde el inicio hasta el fin de la clase, además tratan de hacer los ejercicios lo mejor que pueden mientras el docente les realiza una retroalimentación de la técnica

Estudiante K: Los estudiantes participaban de forma activa en la clase fuera por meet o por WhatsApp

Estudiante J: La participación es buena porque al sentirse bien en este espacio un intenta dar lo mejor, como dice Stefani uno intenta mantener la cámara encendida para poder participar activamente durante la sesión

Gabriel R: ¿Qué experiencia fueron las más significativas para ustedes como estudiante?

Estudiante S: La corrección de los ejercicios mal realizados y el aprendizaje

Estudiante K: haber realizado los ejercicios

Estudiante J: desarrollar los ejercicios y el reencuentro con los compañeros que fue muy importante

Gabriel R: me gustaría saber si ustedes quisieran añadir algo más sobre la importancia de la educación física bajo esta modalidad virtual que se presenta en épocas de pandemia, como sienten que se debe realizar la clase, que debemos mejorar los docentes para que ustedes puedan llevar una clase responsable de la mejor manera

Estudiante S: desde mi perspectiva no tengo nada que cambiar, las clases están bien

Estudiante K: opino lo mismo que Stefani

Estudiante J: la clase está muy bien desarrollada, quizás me gustaría tener un poco más de exigencia, pero uno entiende que no se puede llegar aplicar, por el hecho de que con un

ejercicio mal realizado uno puede llegar a sufrir una lesión por la misma falta de supervisión de un profesional en este sentido

Gabriel R: para finalizar la entrevista me gustaría saber cómo prefieren ustedes la metodología en educación física, es decir, la prefieren de manera virtual o presencial

Estudiante S: presencial, me parece mucho mejor, porque uno puede aprender más cosas, el espacio es mejor y no tendríamos problemas con la conexión

Estudiante K: yo creo que es mejor presencial, pero no está mal virtual hay varios aspectos por mejorar en esta modalidad, en cierta parte creo que hace falta más intensidad horaria ya que solo la vemos una vez a la semana y pues por una hora y creo que sería mejor verla dos veces a la semana o con mayor intensidad, el proceso sería mucho mejor presencial por lo mismo que comentaba, el acompañamiento es mejor con el docente y en el entorno, todo hace que la clase en educación física de manera presencial sea más apta y fácil de realizar

Gabriel R: es muy clave lo que dice Karen, el tema de los horarios que le dan a la educación física o el espacio que nos dan en la materia para poder realizar nuestras actividades, a partir de lo que acaba de decir Karen me gustaría que los otros estudiantes de un punto de vista

Estudiante J: estoy a favor ya que hay estudiantes que solo se limitan a hacer el ejercicio de la clase durante el tiempo asignado y ayuda demasiado al cuidado, el bienestar de las personas y esto no es muy tomado en cuenta, la verdad

Estudiante S: también estoy a favor ya que una hora en la semana uno no obtiene el aprendizaje esperado ni la actividad física

Gabriel R: es un punto clave, como les venia explicando, el tema de la educación física se trabaja desde edades muy tempranas con el fin de que ustedes como estudiante y como niños que ya pasaron esta etapa, tengan una experiencia a nivel corporal donde ustedes puedan identificar que movimientos, capacidades y adaptaciones fisiológicas pueden tener en un proceso formativo para poder lograr sus objetivos a nivel corporal y mental en algún deporte o en la vida cotidiana.

Muchas gracias por brindarme el espacio, feliz tarde.

### **Anexo 3. Matriz categorial**

**(Docente)**

HECHOS CONCURRENTES	CATEGORÍA	SUBCATEGORÍAS	COMENTARIOS
<p>14F. Pues bueno la educación Física es un área bastante importante dentro del desarrollo de cada ser Humano</p> <p>16.más de eso. De lo que es la importancia, de todo lo que se relaciona a la parte del movimiento y la 17. parte motriz, locomotora y estarla trabajando, porque es una de las dimensiones que hacen parte 18.del desarrollo integral del ser humano.</p> <p>20.area bastante importante que le aporta mucho a cada uno de los niños y jóvenes en diferentes 21. aspectos como lo emocional, psicológico, el social; lógicamente en la parte motora y cognitiva.</p> <p>en nuestro colegio gracias a Dios desde la 26. parte directiva se cuenta con un gran apoyo todas las actividades y todo lo que tenga que ver con el 27. área educación física recreación y deporte siempre cuenta con el apoyo de los directivos y el trabajo 28. mancomunado de todos los docentes</p> <p>en la primaria ese es una</p>	<p><b>Pertinencia de la educación física</b></p>	<p>. <b>Desarrollo integral del ser humano</b></p> <p>. <b>Habilidades físicas</b></p> <p>. <b>Estado corporal</b></p>	<p>La pertinencia de la EF radica desde el desarrollo del ser humano ya que posibilita la formación a nivel emocional, psicológico, y a nivel físico y motriz, además contribuye a mantener un estado saludable eficiente ya que mantiene el cuerpo ejercitado, dándole vitalidad al ser humano.</p> <p>La educación física logra mejorar aspectos a nivel emocional, psicológico y social en un contexto deportivo, el cual ayuda a motivar a los estudiantes y mantener un estilo de vida saludable y activo, es importante crear un significado de esta área en los estudiantes, con el fin de que sigan su desarrollo corporal con buenas bases y a futuro logren crear una disciplina con su estado físico</p>

<p>etapa 32.muy importante para trabajar esta área donde se empiezan a explorar muchas actividades y 33. destrezas que cuando el chico llegue a secundaria pues se van a seguir trabajando</p> <p>vemos como gracias a la clase educación física se <b>desarrollan muchas habilidades</b> 41. sociales, la parte emocional del estudiante también tiene gran relevancia y lógicamente pues todo 42. debe ser bien manejado desde una clase estructurada para que alcancen los objetivos propuestos.</p> <p>la educación física es un espacio muy importante que 59. debe tener cualquier educación y también la parte del esparcimiento y del ocio también 60.es muy importante dentro de una empresa. Entonces es algo que no podemos dejar de lado y 61. tenemos que estar en la lucha porque se le siga dando la relevancia que se merece.</p> <p>Vemos que la educación física nos da una serie 78. infinita de posibilidades y no una excusa de que no tengo elementos para no realizar una actividad 79. física en casa. Los estudiantes deben concientizarse y entiendan la relevancia de porque tengan que 80. estar trabajando su <b>parte corporal</b></p>			<p>El educador físico tiene la función de crear un espacio de actividad libre donde los estudiantes logran crear vínculos de amistades que más adelante van hacer muy útil para su vida diaria, hablando un poco del contexto laboral, universitaria, familiar, etc.</p> <p>Ser creativos con las herramientas que se utilizan para las actividades, brinda la posibilidad de crear conciencia a nivel corporal y dejar a un lado las excusas para ejecutar ejercicios</p>
<p>89F. Un reto muy importante, retomo lo que dije cuando estaba hablando anteriormente. Cuando la 90. persona entienda y haya <b>creación</b></p>		<p><b>Creación de sentido</b></p>	<p>Las herramientas que hoy en día se prestan para mejorar los espacios</p>

<p>de sentido de lo que se está haciendo yo pienso que ahí ya es un 91. gran paso que la clase sea virtual o presencial o la metodología que se esté trabajando va a ser una 92. gran ganancia</p> <p>Tenemos que apoyarnos en <b>herramientas tecnológicas</b> como zoom y 108.para los jóvenes es inherente a ellos, por eso tenemos que buscar esos elementos tecnológicos a 109.los que pueda acceder y contemplar su trabajo de manera virtual. Entonces, es un proceso de 200.adaptación a cuáles son las mejores herramientas y cuáles son las condiciones de las personas y 201.contextos</p> <p>manejaba la herramienta de WhatsApp y por 210.una alianza con el país de corea estableció un vínculo y presentamos un aplicativo classting. 211.Funciona como una <b>red social</b> enfocada al ámbito educativo en la cual podemos subir las guías de 212.trabajo y el estudiante puede acceder a ella y las aplicaba en el día y hacia llegar las evidencias por 213.la aplicación dependiendo de las condiciones de conectividad Mas adelante, después del segundo 214.semestre empezamos a implementar la aplicación de meet para trabajar con los que tuvieran la 215.posibilidad de manera asincrónica</p> <p>224F. Así como el desarrollo de las clases en la parte evaluativa tuvo un carácter más <b>cuantitativo</b> en 225.estas condiciones. La parte numérica no era tan importante sino la parte cualitativa como 226.comportamiento y <b>hábitos</b> que veíamos en los estudiantes</p>	<p style="text-align: center;"><b>Metodología de la educación física virtual</b></p>	<p style="text-align: center;">. <b>Herramientas tecnológicas</b></p> <p style="text-align: center;">. <b>Adaptaciones</b></p> <p style="text-align: center;">. <b>Red social</b></p> <p style="text-align: center;">. <b>Hábitos</b></p> <p style="text-align: center;">. <b>Evaluación cualitativa</b></p>	<p>académicos brindan una ayuda a los docentes que se esfuerzan para que los estudiantes lleven un proceso formativo adecuado guiado por profesionales</p> <p>Crear sentido con las herramientas tecnológicas logra identificar ciertas adaptaciones en los entornos educativos, mejora hábitos y trabajos o actividades propuestas en clase, es clave para la ejecución de estas mismas ya que en épocas de pandemia son un recurso vital para las instituciones</p> <p>La evaluación cualitativa en tiempos de pandemia logra calificar las cualidades, habilidades y ejecución de las actividades en los estudiantes, con el objetivo de realizar las sesiones de clase y motivar a los estudiantes en un contexto físico educativo e identificar las falencias, y evaluar de manera participativa</p>
---	--	--	---

<p>para seguir trabajando en su clase de 227.educación física.</p> <p>Este año las circunstancias han cambiado un poco y estamos en este 233.proceso adaptativo y ya estamos acostumbrados a esta metodología de trabajo y digamos que 234.volvimos a manejar nuestra planilla institucional y retomamos la parte cuantitativa sin dejar a un 235.lado la parte cualitativa.</p> <p>236F.claro es importante. Pero como es el proceso didáctico a nivel virtual, nos toca motivar a los 237.estudiantes, en la parte de recursos buscábamos que ningún estudiante se quedara sin recursos. 238. Por ejemplo: buscábamos que los recursos se tuvieran en casa y no se tuviera un elemento difícil 239.de conseguir adaptando la casa para que pudiera desarrollar sus actividades. También diferentes 240.formatos de guías para los estudiantes bien explicadas o recursos a manera de video para hacer las 241.rutinas de la mejor manera y así el objetivo de la clase se alcanzará</p>			
<p>243F. El cambio fue brusco también porque a pesar de que en la clase presencial era obligatorio, 244.virtualmente no era obligatoria la entrega de actividades. no había una rigurosidad con respecto a 245.otras materias. Muchos de ellos la dejaron a un lado y no estaban aplicando lo que enviábamos o 246.solo una evidencia pero que no aplicaban la actividad completa.</p> <p>Nosotros tratamos de que</p>		<p>. Virtual</p> <p>. Presencialidad</p> <p>. Actividades</p> <p>. Método Asincrónico</p>	<p>La virtualidad en zonas rurales presenta complicaciones a nivel de conectividad ya que la mayoría de estudiantes no tienen acceso a estas herramientas tecnológicas, sin embargo, los docentes crean alternativas que facilitan el proceso educativo, para que los</p>

<p>estas 248.actividades fueran incluidas en un círculo familiar. Al inicio fue difícil de que los estudiantes 249.pusieran atención a la clase, pero con un poco más de presión se empezó a implementar un control 250.por Meet y las cosas funcionan mucho mejor por el método asincrónico.</p> <p>Sin embargo, también fue difícil para 257.eso por los ajustes de horarios y mirar que materias se iban a dar como prioridad. Por parte de 258.nosotros estaba toda la voluntad, pero siempre se les estaba recalcando la importancia de trabajar 259.la parte física y motora así no estuvieran yendo al colegio. Inicialmente no pusieron atención a la 260.clase por dar prioridad a otras cosas.</p> <p>263F. Cuando manejábamos WhatsApp pedíamos algunas evidencias, pero no lo tomaron con seriedad 264.y eran pocos los que estaban aplicando el trabajo bien. A partir del segundo semestre ya fueron 265.atendiendo la clase mucho mejor y era importante dentro de su contexto. Dentro del horario se le 266.dio espacio a educación física y finalmente se adaptaron gracias a una mejor conectividad</p>	<p><b>Alcances de la EF virtual</b></p>	<p><b>Conectividad</b></p>	<p>estudiantes logren tener las clases sin problema y puedan llevar el desarrollo de aprendizaje de la mejor manera</p> <p>Las actividades en educación física se plantean teniendo en cuenta el alcance económico, se logra incentivar a los estudiantes con un presupuesto mínimo con el fin de ser creativo para participar en la sesión de clase</p> <p>Es importante crear conciencia del estado corporal y más en épocas de pandemia, sin embargo, las instituciones educativas dan prioridad a otras materias del pensum pues deciden que la educación física no es tan importante para el desarrollo de los estudiantes y evaden esta clase para dar prioridad a otras asignaturas</p>
---	---	----------------------------	--

			La presencialidad logra identificar técnicas mal ejecutadas y hacer una retroalimentación más personal, sin embargo, el método asincrónico ayuda a que el docente pueda llevar un proceso de seguimiento con las herramientas tecnológicas y realizar la retroalimentación por medio de los videos
--	--	--	--

### Anexo 3. Matriz categorial

(Estudiantes)

HECHOS CONCURRENTES	CATEG ORÍA	SUBCATEG ORÍAS	COMENTARIOS
<p>8S. Es una forma de mantener el cuerpo saludable, lleno de energía, es muy vital para el ser humano</p> <p>9. humano</p> <p>10K. Es una materia divertida e interesante,</p>		<p>.</p> <p><b>Dinámica</b></p> <p>. edades</p> <p><b>primarias</b></p>	<p>Las dinámicas realizadas en las sesiones de clase deben ser estructuradas con el fin de mejorar las</p>

<p>dinámica, en la cual los músculos se ejercitan</p> <p>14G. Bueno, la educación física es muy importante, si nosotros nos ponemos en un contexto donde 15. miramos las edades primarias, vamos a desarrollar habilidades motoras, psicomotrices con el 16. fin de que los chicos lleguen a un nivel donde se puedan desarrollar durante el proceso de 17. crecimiento.</p> <p>19S. Para poder aprender nuevas técnicas para la salud del cuerpo</p> <p>24S. Nosotros como estudiantes, estamos bastante tiempo en casa, la idea es uno también 25. empezar a ejercitar el cuerpo</p>	<p><b>Pertinencia de la educación física</b></p>	<p>.</p> <p><b>Profesional</b></p>	<p>habilidades de los estudiantes, teniendo en cuenta que estas son trabajadas desde edades primarias para tener un buen desarrollo motriz durante el proceso de crecimiento y aprendizaje, guiados por un profesional en el área</p>
--	--	------------------------------------	---

<p>26K. porque es algo necesario para los estudiantes y para el cuerpo ya que nos mantenemos 27. bastante tiempos sentados frente a un dispositivo la mayor parte del día y no queremos que los 28. músculos se atrofien</p>			
<p>33G.Es muy importante que ustedes tengan en cuenta, que la educación física hace parte de 34.movimientos corporales en donde ustedes pueden aprender a desarrollar ciertos gestos 35.deportivos de la mejor manera, guiados de una parte profesional y un docente especializado en 36.esta área, con el fin de que</p>			

<p>ustedes eviten lesiones, mejoren su estado de salud y que puedan 37.tener un estilo de vida saludable, cuando ustedes tengan una vida profesional , laboral tengan 38.presente su estado de salud y no lo dejen a un lado</p>			
<p>pues las cosas 44. presencialmente son mucho mejor, ya que se ve mayor rendimiento y compromiso que en la 45. Virtualidad</p> <p>46K. pues, para mi es una herramienta útil, pero es mejor la educación física en un espacio abierto 47.de manera presencial, donde el docente tenga en cuenta</p>		<p>. Compromiso</p> <p>. Espacio abierto</p> <p>. Limite</p> <p>. Posturas</p>	<p>En medio de la pandemia se logra identificar un compromiso por los trabajos realizados en las sesiones de clase por parte de los estudiantes del Carmen, teniendo en cuenta que se trabaja con una población de zona rural los estudiantes mejoran su</p>

<p>como se está ejecutando la actividad</p> <p>51J. como lo menciona mi compañera, es muy importante el entorno ya que el espacio no es suficiente para realizar las actividades, un ejemplo es la clase voleibol donde el techo es un limite porque uno necesita elevar el balón, es un proceso que resulta poco gratificante la verdad, porque uno se frustra, quisiera poder dar más, pero el espacio es mi limite</p> <p>59.un trabajo moderado, donde no tuvimos algo recargado, el docente</p>	<p><b>Metodología de la educación física virtual</b></p>	<p>. Zona rural</p> <p>. Conectividad</p>	<p>responsabilidad con la asignatura de educación física, para esta población cabe resaltar que es un poco tedioso el proceso virtual, pues no todos tienen el presupuesto para manejar las herramientas tecnológicas como internet, celular o Tablet</p> <p>Sin embargo, el compromiso de los estudiantes es muy grande y le dan prioridad a un espacio libre de trabajos escritos para no encerrarse todo el día mirando una pantalla y</p>
--	--	---	---

<p>estuvo presente con la 60. corrección de técnicas y posturas durante las sesiones</p> <p>61K. en este punto se tuvo que reorganizar la clase para poder facilitar la realización de 62. actividades y la participación activa de los estudiantes, por el espacio y las herramientas debido 63.a que es una zona rural donde el tema de conectividad influye bastante</p> <p>pues desde una 66. cámara o medio virtual percibir los errores quizás es un poco complejo, pero los que se 67. perciben son corregidos y se intentan no</p>			<p>realizando trabajos, para algunos estudiantes el límite fue el espacio donde trabajaron las actividades</p> <p>cómo estamos hablando de actividades que involucran movimientos corporales y con algunas herramientas como balones, lazos, etc., el espacio debe ser específico para poder desarrollar la clase</p> <p>se tuvo en cuenta la realización de los ejercicios con su</p>
--	--	--	--

<p>repetir</p> <p>76K. el docente utilizo su celular, computador fue bastante creativo y realizo las clases dinámicas, 77.los implementos que pedía fueron fáciles de conseguir porque la mayoría los teníamos en la 78. casa o los podíamos crear</p> <p>88K. fue un proceso completo ya que el docente estuvo presente y pendiente de las actividades 89.por realizar y de todos los compañeros se conectaron</p>			<p>respectiva retroalimentación, esto con el fin que el trabajo se llevara acabo con buenas posturas a nivel corporal y evitar lesiones al momento de ejecutar la actividad.</p>
---	--	--	--

<p>98J. la disposición quizás se nota alta, porque uno se siente acompañado y siente como la falta de 99. compañerismo que teníamos en el colegio de estar todos en una misma cancha haciendo el 100.mismo ejercicio, aquí en la casa después de no vernos, uno se siente cómodo en la clase y 101.presenta una mejor disposición</p>			
<p>105K. creo que los dos más destacados fueron el dispositivo como herramienta y el internet</p> <p>112J. irónicamente</p>		<p>. Internet</p> <p>.</p> <p>Acompañamiento</p>	<p>El aprendizaje que nos deja la modalidad virtual en la clase de educación física es bastante gratificante, pues los estudiantes no dejan de</p>

<p>el acompañamiento del docente tiende hacer mejor, ya que es un grupo</p> <p>113.reducido, el docente tiene la oportunidad de mirar específicamente al estudiante, ya que en la</p> <p>114.clase se conectaban 15 estudiantes y normalmente de manera presencial en un salón como 25</p> <p>115.estudiantes, entonces esos 10 menos facilitan la atención del docente, pero lo que dice mi 116.compañera la técnica no tiende hacer corregida ya que a través de una cámara no es tan</p> <p>117.perfecto.</p> <p>124K. Los</p>	<p><b>Alcan ces de la EF virtual</b></p>	<p>. Aprendizaje</p> <p>. Lesión</p> <p>.</p>	<p>sorprender a los docentes con sus habilidades tecnológicas y logran crear una sesión de clase acogedora y dinámica</p> <p>el acompañamiento es importante para evitar que los estudiantes caigan en una monotonía de clases virtuales, es aquí donde la educación física resalta su labor como asignatura y logra crear un espacio alegre, motivacional y físico, para que los estudiantes puedan expresarse y dar su</p>
---	--	---	--

<p>estudiantes participaban de forma activa en la clase fuera por meet o por WhatsApp</p> <p>129S. La corrección de los ejercicios mal realizados y el aprendizaje</p> <p>138J. la clase está muy bien desarrollada, quizás me gustaría tener un poco más de exigencia,</p> <p>139.pero uno entiende que no se puede llegar aplicar, por el hecho de que con un ejercicio mal 140.realizado uno puede llegar a sufrir una lesión por la misma falta de supervisión de un 141.profesional en este</p>			<p>potencial frente a algún deporte que se esté trabajando en el momento</p> <p>Según la entrevista dirigida a los estudiantes ellos perciben que esta asignatura no es tomada en cuenta en su institución y le dan una intensidad mínima horaria para el desarrollo de las clases, expresan que debería ser más prolongada para poder desarrollar capacidades físicas y liberar cargas académicas de otras</p>
--	--	--	---

<p>sentido</p> <p>146K. yo creo que es mejor presencial, pero no está mal virtual hay varios aspectos por mejorar en</p> <p>147.esta modalidad, en cierta parte creo que hace falta más intensidad horaria ya que solo la 148.vemos una vez a la semana y pues por una hora y creo que sería mejor verla dos veces a la</p> <p>149.semana o con mayor intensidad</p> <p>156J. estoy a favor ya que hay estudiantes que solo se limitan a hacer el ejercicio de la clase 157.durante el tiempo asignado y ayuda</p>			<p>asignaturas, es importante porque lo ven como un espacio de socialización donde crean vínculos de amistades.</p> <p>Cabe resaltar que es muy importante esta parte, pues desde edades muy tempranos en los colegios se preparan a los estudiantes para una vida profesional y laboral.</p>
--	--	--	---

demasiado al cuidado, el bienestar de las personas y esto 158.no es muy tomado en cuenta, la verdad			
---	--	--	--