



UNIVERSIDAD CENTRAL "MARTA ABREU" DE LAS VILLAS
VERITATE SOLA NOBIS IMPONETUR VIRILISTOGA. 1948

FACULTAD DE PSICOLOGIA

*Tesis en opción por el grado científico de
Master en Psicopedagogía.*

*TÍTULO: Propuesta curricular para la educación
de la sexualidad de los estudiantes de la Facultad
de Cultura Física Manuel Fajardo de Villa Clara.*

AUTORA: María del Carmen Valdés Gómez.

TUTORA: Dra. María Luisa Guerra Rubio.

Santa Clara 2009

A:

Mis hijos, Fabelito y Leonardo: Mi verdadera razón de existir.

Mis viejos: tata, papi y mami, que los recuerdo cada día y es a ellos a quienes les debo todo lo que soy.

Mi tutora: María Luisa Guerra Rubio, Luly para todos, que ha sido mi motor impulsor y el apoyo incondicional para la realización de este trabajo.

AGRADECIMIENTOS

A todos los que de una forma u otra han contribuido a la realización de este trabajo, especialmente a Ovidio, también a Maylén, Jamilia, Olguita, Ivo, Pablo, William, Susy y Allan, además a los compañeros Yordano, Liobany y Noeli del Laboratorio de Computación.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO 1: Marco referencial teórico.

- 1.1 La Teoría y Diseño curricular: Reflexiones necesarias**
- 1.2 Acepciones del currículum. Aproximaciones para su definición.**
- 1.3 El concepto de Programa.**
- 1.4 El necesario vínculo entre las exigencias sociales y profesionales y los contenidos programáticos.**
- 1.5 Características del diseño curricular de la Carrera Cultura Física.**
- 1.6 El conocimiento de la sexualidad como contenido instructivo y educativo en la formación del egresado de Cultura Física.**

CAPÍTULO 2. Marco referencial metodológico.

- 2.1 Caracterización del contexto de estudio.**
- 2.2 Selección muestral.**
- 2.3 Técnicas y procedimientos.**
 - 2.3.1 Revisión de documentos oficiales. Plan de estudio D y programas de las Disciplinas Ciencias Biológicas y Morfo-Biomecánica y de la asignatura Psicología.**
 - 2.3.2 La encuesta orientada a explorar necesidades educativas sobre sexualidad.**
 - 2.3.3 La entrevista grupal como vía para enriquecer la información obtenida.**
 - 2.3.4 Cuestionario a especialistas.**

CAPÍTULO 3. Análisis de resultados.

3.1 Resultados de la revisión de documentos oficiales: Plan de estudios D, Programas de Disciplinas y asignaturas relacionados con la temática.

3.2 Resultados de la encuesta orientada a explorar las necesidades educativas de la sexualidad en los estudiantes.

3.3 Resultados de la entrevista grupal.

3.4 Propuesta de Programa de educación de la sexualidad.

3.5 Resultados del criterio de especialistas.

CONCLUSIONES GENERALES

RECOMENDACIONES.

BIBLIOGRAFÍA

ANEXOS.

INTRODUCCIÓN.

En Cuba la educación tiene un carácter integrador encaminado a la preparación para la vida de las nuevas generaciones, para esto una de las metas que se ha trazado el Sistema Nacional de Educación es el perfeccionamiento de los contenidos curriculares.

La personalidad del hombre en armonía con la sociedad en que vive es una responsabilidad de los educadores. Si tenemos en cuenta que el propósito esencial de la política educacional de nuestro país es la formación multifacética de la personalidad y que la sexualidad humana, tal como la concebimos, se inscribe armónicamente en el sistema general conformado por esta, es posible entonces comprender por qué la educación sexual tiene que ocupar un lugar relevante en el proceso educativo.

En la educación de adolescentes y jóvenes no solamente se transmiten conocimientos, sino que se desarrollan sentimientos, principios y valores éticos que lo preparan para la vida y dentro de esta para una sexualidad plena, sana, placentera y responsable.

Si consideramos que una sexualidad responsable es aquella donde el individuo es capaz de tomar decisiones y asumir sus consecuencias, comprenderemos que la educación sexual es un elemento básico en la formación de la personalidad del hombre que vive y se desarrolla en el contexto de nuestra sociedad actual.

En la Educación Sexual convergen conocimientos de diferentes ciencias, pero se hace necesario desarrollar proyectos curriculares tendientes al desarrollo en esta esfera. Aunque la sexualidad no ocupa, ni debe ocupar, el primer lugar en la vida del hombre, si ocupa un importante papel. No solo en lo referente a lo reproductivo y a la conservación de la especie, sino como fuente de placer, de realización personal y con la felicidad, también puede ser fuente de tensiones, causante de enfermedades y de un gran sufrimiento, si no es bien orientada. No solo es un problema individual, sino que es además un problema de la pareja y de toda la sociedad.

Al respecto las autoras Fernández Hisvet y Elisa Jiménez, apuntan lo siguiente. “Lo referente al sexo, sexualidad y su educación forman un conjunto de temas inquietantes capaz de atraer la atención de aquellos que aparentemente se encuentran más seguros, porque sostienen que poseen una posición moderna frente al mismo”. Además las autoras nos expresan que por diversas circunstancias, quizás porque nos lo han ocultado directa o indirectamente, no vemos que una las causas de todas estas situaciones preocupantes, es porque hemos carecido durante este tiempo de una verdadera educación sexual, responsablemente se nos ha dejado solo sin preparación en este aspecto de la vida.

Hoy día la comunidad científica se pronuncia a favor de la lucha por elevar la calidad de vida de la humanidad. Desde la experiencia de la autora y su práctica docente se aprecia que existen insuficientes conocimientos en los estudiantes sobre la sexualidad humana y en particular de su propia sexualidad, ya que en nuestra opinión es insuficiente la proyección de los jóvenes desde la dimensión psicológica y social de la sexualidad. Por lo que en nuestra investigación dirigimos la atención a reflexionar sobre estos aspectos.

La propuesta curricular que presentamos representa no solamente una profundización y actualización de los contenidos y metodologías referentes al tema, sino que implica una actuación conciente del docente en función del cumplimiento de los objetivos de la enseñanza en nuestro contexto. Para la concepción y preparación de nuestra propuesta realizamos un análisis de los aspectos teóricos necesarios acerca de la Teoría y Diseño Curricular.

La educación sexual como componente de una educación integradora de la personalidad, se convierte en un elemento necesario a tener en cuenta en el desarrollo de los estudiantes de la Facultad de Cultura Física, no solamente como parte integrante de la joven generación en nuestra sociedad, sino por las características de su perfil profesional. Con vistas a propiciar la mejora de la formación de los egresados en este ámbito del conocimiento se orienta el presente trabajo y formulamos la siguiente interrogante o problema científico.

Problema científico:

¿Qué aspectos debe contemplar una propuesta curricular dirigida a la educación de la sexualidad, desde las necesidades educativas de los estudiantes?

El problema planteado se destaca por su valor práctico y metodológico, ya que permitirá a la carrera perfeccionar el Plan de estudios y contar con una asignatura cuyo Programa curricular se ajusta teniendo en cuenta las necesidades educativas de los estudiantes.

Consideramos como **objeto de estudio**, la educación de la sexualidad de los estudiantes de la Licenciatura en Cultura Física de la Facultad Manuel Fajardo de Villa clara. **El campo de acción**, se centra en el diseño curricular.

Objetivo General.

Elaborar una propuesta curricular dirigida a la educación de la sexualidad, teniendo en cuenta la perspectiva de los estudiantes, para formar parte de las asignaturas con carácter optativo dentro del plan de estudios D.

Objetivos específicos.

- Analizar los aspectos más importantes de la sexualidad humana en las diferentes etapas de la vida.
- Caracterizar el Plan de estudios de la Carrera Licenciatura en Cultura Física, en función del tratamiento de la sexualidad a través del currículo.
- Diagnosticar el nivel de conocimientos e intereses de los estudiantes de la Facultad de Cultura Física de Villa clara, a partir de la aplicación de diferentes instrumentos y técnicas de investigación científica.
- Proponer el diseño curricular de la asignatura optativa dentro del Plan de estudios de la Facultad de Cultura Física, desde la visión de las necesidades educativas de los estudiantes.
- Valorar la propuesta curricular desde el criterio de especialistas.

Para dar solución al problema científico, nos planteamos interrogantes científicas sobre el nivel de conocimientos que poseen los estudiantes de la

Facultad de Cultura Física, acerca de la sexualidad humana y a partir del análisis de los resultados obtenidos en esta exploración el trabajo se orientará a identificar cuáles son las temáticas que deberán ser abordadas en una propuesta curricular sobre sexualidad humana para el Plan de Estudios de la Facultad de Cultura Física.

El desarrollo de este trabajo se realiza con muestra intencional de estudiantes del tercer año de la Carrera, los cuales ya han recibido varias asignaturas con perfil biológico, tales como Morfología, Fisiología, Bioquímica y Fundamentos Biológicos.

En el proceso de investigación se aplicaron diferentes métodos investigativos, tales como:

Del nivel teórico:

- **Análisis-síntesis**, lo cual permitió analizar el plan de estudios de la carrera Licenciatura en Cultura Física, profundizando en las características de las asignaturas optativas.
- **Inducción-deducción**, que nos permitió estudiar diferentes fuentes de información, extrayendo las regularidades y tendencias sobre el tema de nuestra investigación.
- **Histórico-lógico**, permitió el análisis de la evolución de la investigación, partiendo de su objeto, antecedente y desarrollo. Además en la revisión de la literatura sobre el tema, determinando las tendencias actuales sobre el mismo.

Del nivel empírico:

- **La entrevista y la encuesta**, para determinar las necesidades educativas de los estudiantes, lo que fundamenta el problema de investigación, así como el conocimiento de la opinión sobre las vías para intervenir en la educación de la sexualidad en los mismos.
- **El análisis documental**, que ha permitido una amplia revisión de los documentos en función dentro del Plan de estudios de la carrera de Cultura Física.

- **La observación**, orientada y dirigida a las manifestaciones de las necesidades e intereses de los estudiantes sobre la educación de la sexualidad.

Para el análisis de la información hemos utilizado:

Método matemático:

- **Análisis porcentual**, para los resultados de la aplicación de los instrumentos, lo que permite una valoración cuantitativa y cualitativa de las respuestas.

La significación práctica de esta investigación, está en la propuesta curricular para una asignatura dentro del Plan de estudios de la carrera Cultura Física, la cual puede ser impartida como asignatura optativa y que contribuiría a una mejor preparación de los egresados en su labor profesional.

La novedad del trabajo, está dada en la propuesta programática por la visión de los estudiantes sobre sus necesidades educativas sobre el tema, aspecto poco contemplado en las propuestas curriculares.

El presente trabajo consta de las siguientes partes: Introducción, tres capítulos, conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos.

El primer capítulo se dedica a la fundamentación teórica de nuestro trabajo. Aquí aparecen los aspectos más importantes acerca de la Teoría y Diseño Curricular, los cuales sirven de apoyo a la propuesta del trabajo. Además se refieren aspectos teóricos sobre la sexualidad en relación con la necesidad de este contenido en la formación de los Licenciados en Cultura Física, También caracterizamos el diseño curricular de la carrera.

El capítulo 2 contiene los métodos y técnicas que fueron aplicadas, así como los objetivos de la misma, dirigidas a la exploración de las necesidades educativas de los estudiantes en relación con la sexualidad.

En el tercer capítulo se relacionan los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los diferentes métodos y técnicas de investigación. Se realiza

además la propuesta curricular de un Programa para la educación de la sexualidad en los estudiantes de la Carrera Licenciatura en Cultura Física.

CAPITULO 1. TEORÍA Y DISEÑO CURRICULAR.

1.1 La teoría curricular: Reflexiones necesarias.

La teoría curricular, entendida como tal es una teoría muy joven, su surgimiento se ubica en la década del 50, los enfoques curriculares aparecen muy ligados a la experiencia práctica de los países desarrollados tanto en Europa como en América y tienen sus primeros impactos en la literatura en la década del 20, pero esta se hace más rica y profusa después de la Segunda Guerra Mundial, (Mesa Carpio, 2003:18).

El currículo es un contenido que se debe asimilar en aras de alcanzar un objetivo, es, además un programa, un plan de trabajo y de estudio necesario para aproximarse al logro de objetivos que se da en un contexto social (tanto en el tiempo como en el espacio), influido y determinado por ideas sociales, filosóficas, políticas, pedagógicas, etc., (Mesa Carpio, 2003:20).

A partir de diferentes enfoques se aprecian los diversos modelos curriculares y en ellos las múltiples definiciones que de currículo se hacen. En la literatura pedagógica se cuentan por centenares las definiciones de currículo, y en correspondencia con ello, las diferentes clasificaciones de dichas definiciones.

La palabra currículo es de origen latín y etimológicamente significa, recorrido, carrera, lo que está sucediendo u ocurriendo, también significa conjunto de estudios, se utilizan con diversidad significados, en las obras referentes a la educación, lo que depende del marco de referencia que asuma el autor y que históricamente ha ido generando criterios, totalmente contrapuestos, no exactamente coincidentes en torno al concepto de currículo. Problemática que plantea un reto de estudiar las concepciones existentes con la finalidad de asumir una posición propia, (Mesa Carpio, 2003:22).

De la bibliografía consultada asumimos el concepto dado por Fátima Addines: "Un proyecto educativo integral con carácter de proceso que expresa las relaciones de interdependencia en un contexto histórico social, condición que le permite rediseñarse sistemáticamente en función del desarrollo social, progreso de la ciencia y necesidades que se traduzcan en la educación de la

personalidad del ciudadano que se aspira a formar. La teoría curricular como disciplina de la ciencia pedagógica se ocupa de la planificación y de la dirección de todo el sistema de influencia educativa, hacia la formación de la personalidad, en cualquier institución. De ello se desprende que de acuerdo al modo de organización de la educación y de la enseñanza se pueden distinguir diferentes teorías curriculares, que pueden agruparse de forma general en:

- Los que consideran los currículos como contenido.
- Los que consideran los currículos como planificación.
- Los que consideran los currículos como realidad interactiva. (Ruiz Aguilera, 2003).

Hay otros criterios sobre la clasificación de la teoría curricular, Margarita Panza plantea las cinco tendencias más generalizadas en la conceptualización del currículo, citado por (Mesa Carpio, 2003).

- El currículum como contenido de enseñanza.
- El currículo como una guía o plan.
- El currículo como experiencia.
- El currículo como sistema.
- El currículo como disciplina.

Los que consideran el currículo como contenido de la enseñanza, hacen prevalecer el contenido de la ciencia, tanto en conocimientos como en habilidades, con mayor énfasis en los conocimientos. Para ellos la misión fundamental de las instituciones docentes es la de transmitir conocimientos.

La corriente que sustenta el currículo como guía o plan lo concibe como un modelo para el desarrollo del aprendizaje y la actividad del estudiante. Por ejemplo para Hilda Taba, citada por Mesa Carpio (2003), la función del currículo es homogeneizar el proceso de enseñanza- aprendizaje. En esta concepción se refleja una marcada influencia conductista.

La concepción del currículum como experiencia pone énfasis en lo que hacen, con suma de experiencias dirigidas por el profesor. El currículo se interpreta como un elemento dinámico, flexible y activo en el que se tienen en cuenta

aspectos de carácter social. También en esta concepción, se refleja la influencia conductista y de la exaltación de la experiencia manifiesta en las concepciones de J.Dewey.

La concepción del currículum como sistema tiene una fuerte influencia de las teorías de sistemas, en ellos se expresan y precisan sus elementos constituyentes, así como sus interrelaciones. Los objetivos se precisan como metas o propósitos que determinan los restantes componentes y sus relaciones.

Esta concepción está presente en modelos de diseño curricular, sustentados en diversas posiciones filosóficas.

El criterio de currículum como disciplina, se pronuncia como un proceso eficiente en una determinada disciplina para garantizar un proceso de asimilación rápido. No solo se presenta como modelo activo, sino como reflexión sobre el mismo proceso.

En la práctica de la teoría curricular, que se concreta en el currículum, generalmente, se manifiesta una combinación de tendencias, aunque siempre prevalecen una u otra mencionadas, o quizás otras no incluidas en esta clasificación.

Nuestro país no tiene un fuerte desarrollo en la teoría curricular, pero posee suficiente riqueza en el desarrollo del campo educacional para avalar científicamente un proyecto con raíces propias a partir de un análisis rigurosamente científico de las fuentes o elementos que intervienen en el currículum. Son varios los pedagogos y didáctas que se han referido a aspectos relacionados con la teoría curricular, destacándose entre estos Otmara González, Carlos Álvarez Zayas, Rita M. Álvarez, Julia García Otero, así como el Colectivo del Centro de Estudios de la Educación "Manuel F. Gran", de la Universidad de Oriente.

El sistema educacional en Cuba está estructurado por niveles de enseñanza, que responden a particularidades generales y cada uno de los niveles de enseñanza se sustentan en los siguientes fundamentos:

1. **Filosófico:** Concebimos el currículo sustentado en la Filosofía Marxista como base metodológica que rige nuestro sistema social, desde posiciones dialéctico- materialistas, demostrando en cada nivel estructural el por qué somos lo que somos y cómo lo hemos logrado, con carácter transformador y no contemplativo.
2. **Sociológico:** Responde a los intereses de la sociedad, donde todos los ciudadanos tienen el mismo derecho a la escolarización y el deber de contribuir con ella. Se destaca a la escuela como promotora de conocimientos acumulados por la sociedad con lo que contribuye a la formación multilateral y armónica de la personalidad del educando.
3. **Psicológico:** Se fundamenta en el paradigma histórico-Cultural, representado por las ideas de Vigostki y sus continuadores, donde se tiene en cuenta el resultado histórico para su incorporación a la enseñanza, se enseña al individuo a resolver los problemas más frecuentes de su vida apoyados en la cultura acumulada por la sociedad y en la previsión de lo que puede ocurrir en lo sucesivo. Esta proyección tiene una elevada elección de humanismo.
4. **Epistemológico:** Se concibe el currículo sobre la base de la construcción social del conocimiento con un alto nivel de actualización.
5. **Didáctico:** En la concepción curricular se conciben los componentes didácticos personales (profesor-alumno), el primero es el dirigente del proceso y los alumnos constructores de su conocimiento bajo la influencia del docente, y los no personales (objetivos, contenidos, métodos, medios y evaluación), reconociéndose a los objetivos como los rectores dentro de este proceso.

El quehacer curricular cubano, especialmente el que ha estado relacionado con la formación de profesionales universitarios, ha estado regido fundamentalmente, por lo que ha sido denominado Modelo de Currículo (Hernández, 2000 citado por Ortiz, 2002: 17). Este modelo presenta, entre sus atributos más relevantes, el hecho de emplear como premisas la teoría de la dirección y las regularidades del proceso de asimilación durante la actividad. Además, utiliza el Modelo del Profesional como punto de partida para la

elaboración del plan de estudios y del proceso docente, concibiendo la evaluación de la calidad de este proceso en virtud de las cualidades del graduado como profesional y como ciudadano.

Cuando se habla de teoría curricular es necesario abordar ciertos conceptos en relación con la misma, estos son: **Programa, Programación y Currículum.**

1.2 Acepciones del currículum. Aproximaciones para su definición.

El currículum (Zabalza, 1988:14) queda definido por el conjunto de supuestos de partida, de los objetivos y metas propuestas y las estrategias para su logro. Está definido por el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades, valores, actitudes, etc. que la escuela va a promocionar en su constante labor, debiendo de justificar las decisiones adoptadas en cada una de las distintas opciones. La primera consecuencia de este marco de la acción educativa es que el profesor se convierte en decididor de su práctica docente y no sólo aplicador de lo que le estaba propuesto y reglado.

Zabalza, desde su concepción teórica considera como acepciones del currículum:

- ✓ El Diseño curricular como el proyecto que recoge las intenciones y el plan de acción.
- ✓ El Desarrollo curricular como una dimensión que incluye tanto la concreción, la puesta en la práctica como la adaptación a situaciones concretas; reflejado todo lo anterior en el programa y programación como dos fases sucesivas e interdependientes en el desarrollo curricular.

Sin embargo, hay una serie de aspectos que hacen que el currículum sea un concepto polisémico, abierto a la controversia, abordable desde distintas posiciones o marcos teóricos, en cualquier caso, es un marco de actuación en el que se proyecta la Didáctica.

En el contexto cubano, desde un enfoque histórico-cultural, de base materialista-dialéctica, la posición asumida por los que investigan esta temática reflejan un currículo integrado y contextualizado (Álvarez de Zayas, 1997:32), (Addine F, 2000:8), (García, 2002 citado por Torres, 2004). En

(Addine F, 2000: 6), por ejemplo, se resalta que: “El currículo es un proyecto educativo integral con carácter de proceso, que expresa las relaciones de interdependencia en un contexto histórico-social, condición que le permite rediseñarse sistemáticamente en función del desarrollo social, progreso de la ciencia y necesidades de los estudiantes, que se traduzca en la educación de la personalidad del ciudadano que se aspira a formar”.

Según las definiciones anteriores podemos observar que las primeras concepciones relativas al currículo se encuentran relacionadas con planes de estudio y programas, concepciones que se han ido ampliando hasta considerar como parte del currículo a todo lo que se hace en las instituciones educativas en aras de la educación de la personalidad de los estudiantes.

Las definiciones, así vistas, evolucionan desde el currículo como programa de intenciones escolares con un marco más restringido, próximo al concepto de programa escolar; hasta el currículo como marco global, cultural y político que incide en la escuela, insistiendo en el contexto y en los múltiples factores que influyen en él, tales como las necesidades y características del educando y las características del egresado.

Asumimos en nuestro trabajo las posiciones acerca del currículo, asumidas por autores cubanos como Álvarez de Zayas, y F. Addine las cuales señalamos a continuación: Es un proyecto educativo global con carácter de proceso, que se orienta a partir de fundamentos filosóficos, psicológicos, pedagógicos, especialmente didácticos y de la lógica de las ciencias que le sirven de base. Posee tres fases que se integran como sistema: **diseño, desarrollo y evaluación curricular**. A su vez se rediseña y perfecciona sistemáticamente en correspondencia con las demandas del contexto socio – histórico y las necesidades individuales de los estudiantes.

Según Fátima Addine (2000:10), las tareas del diseño curricular no aparecen bien delimitadas en la literatura, apreciándose aportes importantes en este sentido en los trabajos realizados por Rita M. Álvarez de Zayas donde quedan enumeradas de forma general, como:

- 1- Diagnóstico de problemas y necesidades.

- 2- Modelación del currículo.
- 3- Estructuración curricular.
- 4- Organización para la puesta en práctica.
- 5- Diseño de la evaluación curricular.

1.3 El concepto de Programa.

El concepto de **Programa**, muy relacionado con la literatura oficial y pedagógica de la Ley General de Educación de 1970, hace referencia a los documentos explicitadores de los objetivos y contenidos de un nivel educativo y que tienen un ámbito geográfico de aplicación más o menos amplio, nación o región.

Zabalza, 1988:15 entiende por programa "... el documento oficial de carácter nacional o autonómico en el que se indican el conjunto de contenidos, objetivos, etc a desarrollar en un determinado nivel ", el cual constituye el punto de referencia inicial, para cualquier profesor que quiera reflexionar sobre lo que debe ser su trabajo. Constituye un marco general de referencia porque "... recoge los mínimos comunes a toda una sociedad ", por lo que es "... la estructura común de una cultura..." y las previsiones generales respecto a las necesidades de formación y al desarrollo cultural y técnico de esa misma sociedad.

Considera por lo tanto, el Programa como un primer paso del desarrollo curricular. Enfatiza la idea del desarrollo curricular con fases sucesivas y diversos niveles de sistema escolar: Administración Central, Autónomos, a nivel de clases concretas.

Las características que vienen a definir un programa, según Zabalza, 1988:15) pueden quedar resumidas en:

- Refleja un marco general común al que ha de acomodarse la enseñanza.
- No siempre, ni en todo momento, hay una exigencia generalizada del programa para toda una nación.
- La existencia del Programa es importante ya que suministra un marco general de referencia: recoge en cada momento histórico aquellos aspectos que

mejor representan el patrimonio cultural, de valores y actitudes que caracterizan a un pueblo o nación. Es una guía práctica de las exigencias de socialización.

- El programa, cuando existe, puede adoptar un doble carácter: Ser normativo y ser orientativo.

El diseño de los Programas debe responder a las exigencias del centro educativo hacia donde se dirige, las comisiones deben de ser entes participativos que respondan a la pluralidad e intereses de la misma. Las condiciones para su funcionalidad están dadas por la posibilidad de integrar lo antiguo y lo nuevo, con la flexibilidad suficiente que le permita generar dinámicas de contraste y diferenciación didáctica. Debe posibilitar modelos de intervención colaborativa que permita facilitar la innovación y la revisión de las prácticas educativas. Los programas deben tener un lenguaje claro, diferenciando los niveles normativos, orientativos, prescriptivos, etc y deben constituir una ayuda y estímulo de los destinatarios en su tarea diaria.

La **programación** es el proceso por el cual se acomoda un programa a una situación definida, tanto por el espacio físico (territorializar) como por el tiempo (temporalizar) o por la adaptación a unos alumnos concretos.

Desde una perspectiva más actualizada, al menos en nuestro ámbito educativo, se ha ido incorporando cada vez con más fuerza el concepto de **currículum** respondiendo a otra tradición educativa, más desligada de la cultura germano-latina.

1.4 El necesario vínculo entre las exigencias sociales y profesionales y los contenidos programáticos.

En la medida en que la formación profesional en la enseñanza superior tiene la finalidad de formar profesionales para insertarse en una realidad social y profesional determinada es necesario a su vez tomar en cuenta el vínculo de los contenidos programáticos con esa realidad, como expresión del principio de la relación de la enseñanza con la vida, y de alguna forma también, de la relación teoría-práctica. La necesidad de tomar en cuenta la dimensión social y

profesional en la determinación de los contenidos evidentemente plantea a la enseñanza el problema de conciliar y conjugar ambos criterios. Los intentos de conciliación han recorrido diversos caminos.

Uno de ellos ha sido el transitado por el sistema modular de enseñanza, en el cual se renuncia a la estructura disciplinaria en los planes y programas y se adopta su organización a partir de la definición de objetos de transformación, extraídos de las prácticas profesionales que presenta la actual división social y los problemas de la realidad.

Las dimensiones del objeto de transformación son los ejes sobre los cuales se mueve la alternativa modular que a su vez, busca la integración de la docencia, la investigación y el servicio; la unidad entre teoría y práctica. En esta perspectiva se toma en cuenta una dimensión teórica, cognoscitiva y social del currículum en el cual se establecen una serie de condiciones que definen la capacitación que el estudiante debe alcanzar y de la cual se deriva una determinada concepción del papel que el profesional tendrá con respecto a la estructura social. Se considera así el currículum como un medio que define la vinculación entre sociedad e institución.

Una vía transitada para garantizar la formación profesional de los estudiantes ha sido la de adicionar la formación laboral como un componente más de la formación profesional a través de diversas variantes organizativas. Aún cuando esta vía constituye una alternativa de introducir elementos globalizadores en un currículum de estudios para favorecer así el vínculo con requerimientos de la profesión, no propicia una real integración con los contenidos académicos.

Otra vía posible para establecer el vínculo de los contenidos programáticos con la realidad social-profesional la aporta el análisis teórico de la actividad profesional.

Se debe proceder a la delimitación de los contenidos disciplinarios necesarios para contribuir desde cada uno a la formación profesional en las condiciones sociohistóricas de un país y región determinada, y en el contexto en que se desenvuelve la formación en una institución dada. El avance en esta dirección conduce a un segundo momento de establecimiento del vínculo de los

problemas de la realidad material y socioprofesional con los contenidos propios de una disciplina y asignatura particular.

En el logro de que los contenidos generales seleccionados formen parte de un plan de estudios en función de las necesidades del desarrollo social, se plasmen en los contenidos programáticos, y a su vez, en los contenidos de las tareas concretas a realizar por el estudiante, ocurre que frecuentemente este eslabón no se cierra en el proceso de diseño y realización del currículum al no contarse con un procedimiento metodológico que permita establecer el necesario vínculo entre los objetivos y contenidos del plan y los que imparte el profesor en el salón de clases.

La búsqueda del vínculo de la actividad profesional con las disciplinas como sistema de conocimientos históricamente constituidos puede buscarse:

- Determinando los contenidos generales fundamentales para el desempeño profesional en una época y contexto social, precisados en conformidad con el desarrollo histórico de ella, con las perspectivas de su desarrollo futuro y con su correspondiente modelación en los objetivos generales a lograr en el profesional.
- Precisando los contenidos generales esenciales, las invariantes del sistema a nivel de planes y programas que corresponden a estas finalidades de la formación, a partir de los cuales pueden integrarse y explicarse otros más particulares.
- Restituyendo los vínculos y nexos entre las distintas disciplinas, perdidos por los años de fragmentación y dispersión de contenidos en los planes y programas de estudio, lo que constituye de hecho un camino hacia la interdisciplinariedad que hoy en día tanto se reclama.

1.5 Características del diseño curricular de la Carrera Licenciatura en Cultura Física. (Ver anexo 1).

El primer Plan de estudios de la Carrera Cultura Física se elaboró en 1973 por profesores del campo Socialista en colaboración en nuestro país. Luego surge en 1976 el Plan A y más tarde en 1981 en Plan B. Posteriormente se realiza un análisis de las dificultades de estos Planes y se concluye que en ellos no existía una adecuada derivación de los objetivos en relación al modelo del profesional, existiendo una tendencia a la especialización, de manera que se crearon las bases para llegar a la formación de un profesional de perfil amplio y con este sentir se llega a la elaboración del Plan C, donde se declara por primera vez cuatro esferas de actuación de los profesionales en esta Carrera, estas son: La Educación Física, la Recreación, El Deporte, y La Cultura Física Terapéutica, la cual aparece como una nueva opción.

En 1977 se crean los Planes C modificados, los cuales mantienen el perfil amplio e introducen nuevos adelantos en la esfera científica tecnológica y del diseño curricular.

A partir de la revisión y análisis de los planes anteriores y teniendo en cuenta la sociedad cubana actual se llega en septiembre de 2003 a aprobar el documento base para la elaboración del Plan D, como parte del perfeccionamiento continuo. Este Plan D también responde al modelo Pedagógico de perfil amplio, basado fundamentalmente en la necesidad de una formación básica profunda que le permita al profesional resolver los principales problemas que se presentan en su actuación profesional. También en este Plan se declara como prioridad los aspectos de carácter educativo y el vínculo estudio-trabajo.

En el Modelo del Profesional se plantean como esferas de actuación profesional las siguientes: Educación Física, Deportes, Cultura Física Terapéutica y Profiláctica y Recreación.

El objeto es la formación del Licenciado de Cultura Física en las condiciones actuales de la Educación Cubana.

El modo de actuación del profesional tiene un carácter pedagógico y se pone en práctica mediante habilidades profesionales, las cuales dan respuesta al "saber", "saber hacer", y "saber ser" del profesional de la Cultura Física, a partir

del análisis funcional del ejercicio profesional para el desempeño acorde con las exigencias sociales.

En el Plan de estudios actual se introducen importantes modificaciones en el proceso de formación garantizando un nuevo plan cualitativamente superior.

Las Disciplinas que se imparten en este Plan son:

- ❖ Idiomas
- ❖ Marxismo-Leninismo
- ❖ Preparación para la defensa
- ❖ Ciencias Biológicas.
- ❖ Morfo-Biomecánica.
- ❖ Psicopedagogía
- ❖ Dirección de la Cultura Física.
- ❖ Investigación y métodos de análisis de la Cultura Física
- ❖ Teoría y Práctica de la Educación Física.
- ❖ Teoría y Práctica del Deporte.
- ❖ Cultura Física Terapéutica y Profiláctica.
- ❖ Recreación Física.

Las disciplinas están concebidas con un enfoque interdisciplinario, centrando su acción principal en los elementos de contenido que constituyen invariantes del conocimiento.

Con relación a las asignaturas optativas, el Plan de Estudio contempla 7 en total, 3 de ellas nombradas Deporte I, II y III son propias del ejercicio de la profesión y están explícitamente en el currículo pero de este modo genérico; el alumno debe optar por uno entre los deportes que se ofertan. Luego de seleccionar dicho deporte o deportes, las tienen que cursar y aprobar tal como se establece para las asignaturas de este tipo. Las 4 asignaturas optativas restantes aparecen en el Plan de estudios con el nombre de Asignaturas Optativas 1, 2, 3 y 4 y cada año, a partir de cuarto, son ofertadas por las diferentes disciplinas para que los alumnos puedan seleccionarlas de acuerdo con sus intereses. En ese caso se les informa los nombres de las asignaturas

que se ofertan y una síntesis de sus programas. Este número de asignaturas optativas representa el 12,5% del total de 56 asignaturas de la variante presencial y aparecen en los programas de cada disciplina.

Actualmente se añadió una nueva asignatura optativa, lo cual hace un total de 8. Ellas obedecen a diferentes campos de la formación de los alumnos, especialmente al de la pedagógica que se complementa con un curso de Didáctica Universitaria. En este sentido es necesario precisar que esta formación se atiende sistemáticamente dentro del propio currículo, tanto desde el punto de vista teórico como práctico teniendo en cuenta que de las 56 asignaturas previstas hay un grupo importante de corte propiamente psicopedagógico y metodológico específico para el campo de actuación de esta profesión, y que la mayoría de las restantes también tienen esa orientación. Se incluyen, además, 1 152 horas de un total de 4 246 del Plan de Estudio dedicadas a la práctica laboral investigativa en las escuelas e instituciones en diferentes niveles educativos, para un 27,0% del tiempo total previsto, (más de la cuarta parte del total).

Las asignaturas optativas / electivas, que representan más del 10% de los espacios asignatura del plan de estudio, son definidas y elaboradas a nivel de Facultad en correspondencia con los intereses de los estudiantes y las particularidades, condiciones y tradiciones de cada territorio.

1.4 El conocimiento de la sexualidad como contenido instructivo y educativo en la formación del egresado de Cultura Física.

La sexualidad es un universo complejo en el cual intervienen aspectos tanto biológicos, como psicológicos y sociales. La Organización Mundial de la salud (OMS), define la sexualidad como una parte integral de la personalidad de cada individuo; hombre, mujer y niño/a. Es una necesidad básica y un aspecto del ser humano que no puede separarse de otros aspectos de la vida.

La sexualidad es un término dinámico, que engloba una serie de condiciones culturales, sociales, anatómicas, fisiológicas emocionales, afectivas y de

conducta, relacionadas con el sexo que caracterizan de manera decisiva la ser humano en todas las fases de desarrollo.

Como dimensión fundamental de los seres humanos la sexualidad incluye el género, las identidades de sexo y género, la orientación sexual, el erotismo, la vinculación afectiva y el amor y la reproducción. Se experimenta a través de forma de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades prácticas, roles y relaciones. Resulta de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales.

Los individuos nacemos sexuados desde el punto de vista biológico, pero existe un proceso que ocurre en el desarrollo ontogenético de la personalidad, bajo la acción de la educación que nos prepara para enfrentar, sobre las bases de equidad y con independencia de nuestro sexo cualquier tarea de nuestra sociedad, este proceso nos forma además como seres sexuados psicológica y socialmente. La sexualidad es potenciadora del florecimiento de una personalidad sana y autorrealizada, y contribuye a la calidad de vida de las personas de ambos sexos, de la familia y de la sociedad. La sexualidad tiene un conjunto de expresiones biológicas espontáneas, premisas del desarrollo, pero ellas por sí solas no determinan las importantes transformaciones sicosexuales del ser humano en cada etapa, ya que estas tienen su fundamento esencial en los procesos de aprendizaje que impulsan el crecimiento, el desarrollo y la maduración de la sexualidad.

Los comportamientos sexuales responsables se expresan en los planos personal, interpersonal y comunitario. La persona que practica un comportamiento sexual responsable se caracteriza por vivir la sexualidad con autonomía, madurez, honestidad, respeto, consentimiento, protección, búsqueda de placer y bienestar. No pretende causar daño y se abstiene de la explotación, acoso, manipulación y discriminación en las relaciones de sexo.

La educación sexual es parte orgánica imprescindible de la preparación del ser humano para la vida, de esta manera cada individuo puede aprender a ser sexuado, construyendo su forma personalizada su masculinidad y feminidad,

aprendiendo a vivir su sexualidad de modo responsable. Una educación sexual humanista, personalizada y socializadora que tenga un carácter alternativo, se desarrollará únicamente cuando se facilita y promueve la participación activa del sujeto en el proceso de su propia formación y crecimiento y el de la sociedad en que vive.

El profesor en una institución docente es el principal agente de cambio, que debe movilizar e involucrar a los restantes agentes educativos para una participación protagónica de todos en la educación de la sexualidad.

De nuestro ámbito profesional podemos decir que en ocasiones se encuentran graduados de Cultura Física que solo han laborado en su vida profesional con deportistas varones o deportistas hembras o con estudiantes de uno de estos dos sexos, ya sea por casualidad o por propia elección y es por ello que la experiencia que poseen con los mismos son derivadas tan solo del convivir diariamente con conductas típicas de adolescentes o jóvenes masculinos o femeninos, sin que la propia vida le haya permitido establecer las diferencias tan marcadas que sin embargo existen entre ambos sexos. Si a estos graduados, se les sitúa más adelante ante la tarea de trabajar con un equipo de diferente sexo al cual estaban acostumbrados, al inicio les resultaría muy difícil adaptarse a sus características, demorarían mucho tiempo en adoptar una forma de trato acorde con las exigencias del género y lo que es más importante, desconocerían las causas del por qué sus deportistas se comportan de determinada forma ante las incidencias cotidianas.

Apoyándonos en diferentes revisiones bibliográficas, Puni, A Z.: 1977:319) y Pease, Allan y Bárbara: 2003: 295), podemos plantear que la mayoría de los graduados de Cultura Física no poseen los conocimientos imprescindibles sobre este campo que le permitan diferenciar en qué esferas psicológicas los hombres son mejores, peores o sencillamente diferentes que las mujeres, ya que durante su formación como Licenciados, nunca recibieron estos contenidos y por ende, tampoco asimilaron las tareas que se requieren llevar a cabo o las formas de actuación que le corresponde al maestro o entrenador ante dichas diferencias.

La necesidad de tener en cuenta que los hombres y las mujeres presentan diferencias esenciales en su comportamiento en el entrenamiento, la competición y en general en las distintas esferas de la Cultura Física, no es algo novedoso, pero la base científica que explica dichas diferencias sí lo es y aunque la psicología de género es conocida desde hace décadas, no aparecen con la frecuencia que merece la temática, artículos vinculados a este fenómeno en la actividad deportiva.

En la bibliografía consultada, (Sainz de la Torre, N, 1981:183), se consignan multitud de diferencias físicas, funcionales y psicológicas entre el hombre y la mujer, solo comentaremos aquellos aspectos psicológicos y funcionales que poseen alguna connotación dentro del proceso de formación del deportista atendiendo a tres esferas básicas: la cognitiva, la comunicativa y la afectiva-sexual.

Los hombres y las mujeres son diferentes en:

- La sensibilidad de los receptores auditivos, táctiles, olfativos y gustativos.
- La percepción de distancia central y periférica.
- La discriminación de los colores.

Esfera cognitiva:

- La percepción de la dirección, velocidad y ángulo de objetos en movimiento.
- La coordinación óculo - manual y óculo - pedial.
- La capacidad de observación.
- La capacidad de procesar la información.
- Las cualidades de la atención.
- La tolerancia al dolor.

Esfera comunicativa:

Los hombres y las mujeres se diferencian además en:

- El lenguaje corporal.
- La fluidez y claridad del lenguaje.
- El volumen de palabras a comunicar.

- La forma e intención de los mensajes.

Esfera afectiva:

Se encuentran diferencias marcadas entre el hombre y la mujer en la esfera afectiva, sobre todo en:

- Las reacciones afectivas y la conducta ante los estados de tensión.
- **Sus manifestaciones sexuales y el objetivo a alcanzar con el mismo.**

Las funciones sexuales se encuentran localizadas en el hipotálamo. Este tiene aproximadamente el tamaño de una cereza, pesa unos cuatro gramos y medio y suele ser mayor en los hombres que en las mujeres. En esta área, las hormonas, sobre todo la testosterona, estimulan el deseo sexual. Si consideramos que los hombres presentan una cantidad de testosterona de entre 10 y 20 veces mayor que las mujeres y que su hipotálamo es de un tamaño superior, entenderemos porque el deseo sexual masculino es tan poderoso. Los varones jóvenes poseen mayor apetito sexual que las muchachas en la misma edad. Una mujer puede tener mucho mayor apetito sexual que su pareja, pero es la minoría. Una investigación en el Instituto Kinsey demostró que el 37% de los hombres piensan en el sexo cada 30 minutos, mientras que solo el 11 % de las mujeres presentan esta situación.

Es por ello que es necesario, cuando la ocasión así lo permita, conversar más con los varones sobre el peligro que entraña mantener relaciones sexuales desprotegidas y en lugares que atenten contra la higiene, por la secuela lamentable que ello conduce.

Cuando la deportista se encuentra en estado de tensión por lo general disminuirá su apetito sexual. El deportista, por el contrario, busca la relación sexual como una forma de evadirse de las tensiones.

Existen aplastantes evidencias a favor de los beneficios del sexo en la salud. Relaciones sexuales de 3 veces por semana quema 35,000 kilojulios, equivalentes a correr 130 Km. al año. El sexo aumenta también los niveles de testosterona, responsables de fortificar los huesos, los músculos, así como de proveer al cuerpo con colesterol bueno. El sexólogo Beverley Whipple afirma que las endorfinas, los analgésicos del organismo, se liberan durante las

relaciones sexuales y de ahí su efecto calmante de dolores de cabeza, de cervical y de artritis.

Todo lo comentado en este punto y otros aspectos en los que se puede profundizar, apunta hacia las diferencias notorias en el percibir, sentir y actuar de las mujeres y hombres. Tanto para los entrenadores(as) que laboran con equipos femeninos como aquellos que diariamente desempeñan sus funciones con equipos masculinos, y en general cualquier egresado de la Cultura Física requieren apropiarse de estos conocimientos, reflexionar sobre los mismos y sobre sus consecuencias en la práctica, pues de esta forma podrán adoptar una conducta más acorde con las características y necesidades de uno u otro sexo, así como organizar las tareas de manera mucho más productiva. El sistema de la preparación psicológica del deportista, por tanto, deberá tener en cuenta dichas similitudes, ya que si el hombre y la mujer son tan diferentes, las tareas de intervención a aplicarse durante todo el macrociclo, incluyendo la etapa competitiva, tendrá necesariamente reflejar esta realidad, no solo en cuanto a los tipos de tareas y su frecuencia semanal, sino también en la manera de orientarlas, todo lo cual favorecerá, en última instancia, el logro de mejores rendimientos deportivos.

Como podemos comprender la sexualidad es un componente básico para alcanzar el equilibrio psíquico de las personas y por supuesto no están exentos de esto los estudiantes y egresados de la Licenciatura en Cultura Física.

A través de la preparación para nuestro trabajo investigativo realizamos una exploración sobre el tratamiento de la sexualidad en otros centros Universitarios de la Provincia Villa Clara, por lo que podemos señalar que tanto en el ISP "Félix Varela", como en el ISCM "Serafín Ruiz de Zárate", existen Cátedras de Sexualidad, y en la UCLV "Marta Abreu", se trabaja esta temática a través de asignaturas curriculares en diferentes carreras. Nos llama entonces la atención que siendo la Facultad de Cultura Física "Manuel Fajardo" de Villa Clara un centro donde se forman Licenciados que ejercerán su labor profesional en diferentes esferas y que establecen relaciones interpersonales con características especiales, no reciban a través del currículo una

preparación de la sexualidad que permitiría una formación integral para su futura labor en el ámbito de la Cultura Física.

Los estudiantes y futuros egresados de la Cultura Física forman parte importante de nuestra sociedad. De acuerdo con su perfil profesional ellos estarán capacitados para poner en práctica en el ejercicio de la profesión, habilidades pedagógicas, físicas, deportivas y recreativas en las esferas de la Educación Física, deportes, Cultura física terapéutica y profiláctica, así como la recreación física.

Además es evidente que en el desempeño de sus funciones estos egresados establecen relaciones sociales con características muy especiales con aquellas personas objeto de su trabajo, ya que son, en el ámbito social agentes educativos que deben conocer lo más profundamente posible el cuerpo humano, sus manifestaciones, cambios a partir de la actividad física y en general a través de su labor profesional propician un mejoramiento de la salud individual y colectiva.

Consideramos que como parte de la formación integral de los egresados en Cultura Física constituye una necesidad el conocimiento de los aspectos fundamentales de la sexualidad analizadas en el contexto de nuestra sociedad.

CAPÍTULO 2. MARCO REFERENCIAL METODOLÓGICO

2.1 Caracterización del contexto de estudio.

La facultad de Cultura Física Facultad Villa Clara está situada en el municipio de Santa Clara en la región central de Cuba. Su origen está ligado a la primera graduación de licenciados en Cultura Física en el año 1977 como la primera filial del Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo" transformándose en Facultad en 1984. Como institución docente integra las actividades básicas de la Educación Superior Cubana: la Formación del Profesional, la Investigación Científica, la Educación de Postgrado y la Extensión Universitaria. Ha graduado hasta el momento 2802 Licenciados en Cultura Física incluyendo a 36 estudiantes extranjeros de Asia, África, América Latina y el Caribe. Actualmente se preparan 629 estudiantes en los distintos tipos de cursos: Diurnos, Atletas y para Trabajadores. Anualmente se superan y adiestran más de 6500 técnicos y directivos del Deporte, Educación Física y la Recreación de la provincia de Villa Clara y otros territorios del país.

La carrera de Cultura Física tiene una duración de 5 años donde se imparten asignaturas de formación general, básica y especializada y del ejercicio de la profesión.

Uno de los departamentos del Centro es el CIMAF, (Ciencias médicas aplicadas a la actividad física), cuya actividad fundamental es la de contribuir a la formación de un profesional de la Cultura Física y el Deporte cada vez más competente educado e instruido para el mejor desempeño de su labor de profesor. Las asignaturas que se imparten abarcan todos los años de estudio de la carrera: en el primer año la asignatura de Morfología, en el segundo año las asignaturas de Bioquímica, Fisiología y Biomecánica en el tercer año las asignaturas de Fundamentos biológicos y Control Médico, en el cuarto año las asignaturas de Actividad Física Adaptada y Cultura Física Terapéutica y como Asignaturas electivas las de Fisiología del Ejercicio Físico, Bioquímica del Ejercicio Físico, Masaje Deportivo y Cultura Física Profiláctica que se imparten en el cuarto y quinto año de la carrera a solicitud de los estudiantes.

2.2 Población y muestra

Población: El conjunto de estudiantes de la Facultad de Cultura Física Manuel Fajardo de Villa Clara.

Descripción de la muestra: Se realiza un muestreo de tipo intencional, representado por 30 alumnos de tercer año de la Carrera de Cultura Física de Villa Clara. De este total, 20 son varones y 10 son hembras.

Elegimos esta muestra de estudiantes de tercer año de la Carrera, por considerar que ya han recibido las asignaturas fundamentales de perfil biológico, tales como Morfología, Fisiología, Bioquímica y Fundamentos Biológicos, en las cuales se reciben algunos elementos relacionados con las bases biológicas del sexo. Además ya han recibido la Psicología como asignatura, dentro de la disciplina Psicopedagogía.

2.3 Técnicas y procedimientos.

2.3.1 Análisis de Documentos oficiales del Plan de estudios de la Carrera Licenciatura en Cultura Física.

El objetivo es revisar el Plan de estudios D de la Carrera, con vistas a analizar el perfil profesional y la estructura disciplinar del mismo. Los aspectos que nos propusimos observar en el mismo son:

- **Perfil del egresado.**
- **Habilidades profesionales básicas y específicas.**
- **Sistema de valores.**
- **Currículo base, currículo propio, y currículo optativo/electivo.**
- **Programas de las Disciplinas Ciencias Biológicas y Morfobiomecánica y de la asignatura Psicología.**

2.3.2 Análisis de la Encuesta. (Ver anexo 6)

El objetivo es: Indagar las necesidades educativas sobre la sexualidad en los estudiantes de la Carrera. Los aspectos que se exploran son: la preparación curricular obtenida, las vías por las cuales han recibido la información al

respecto, así como las que proponen utilizar para completar su educación sexual, además en general la educación sexual recibida según su perspectiva, incluyendo la relacionada con la salud. También tuvimos en cuenta la exploración de sus actitudes ante ciertos procesos relacionados con la sexualidad, partiendo de que el conocimiento condiciona en muchos aspectos las actitudes de las personas.

2.3.3 Entrevista grupal.

Se consideró pertinente para enriquecer la información arrojada por la encuesta, realizar una entrevista grupal a un subconjunto integrado por 9 alumnos del grupo.

Los aspectos a explorar fueron: Conocimiento sobre la sexualidad y sus principales aspectos, las asignaturas recibidas que han contribuido a su formación, además la información que poseen sobre las diferentes ITS, así como del VIH/SIDA, teniendo en cuenta fundamentalmente las medidas que deben observar para evitar el contagio.

2.3.4 Cuestionario de especialistas. (Ver anexo 7)

Para la aplicación de este instrumento el objetivo es: Explorar el criterio que sobre la Propuesta curricular de un Programa para la educación de la sexualidad tienen diferentes especialistas.

Hemos tenido en cuenta como variables de inclusión las categorías docentes las cuales deben ser Master o Doctores, así como la experiencia docente que debe ser de más de 10 años.

Los aspectos explorados son:

- ✓ El nivel de aplicabilidad del Programa.
- ✓ Nivel científico y actualidad.
- ✓ Correspondencia del objetivo general del Programa con los objetivos trazados en cada tema.
- ✓ Carácter sistemático de los temas y las temáticas a desarrollar en cada uno.

- ✓ Contribución del Programa a la solución de las limitaciones en la educación de la sexualidad en la Carrera.

CAPÍTULO 3. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.

3.1 Resultados de la revisión de Documentos oficiales: Plan de estudios D de la Carrera y Programas de Disciplinas y asignaturas.

El Plan “D” de Cultura Física, tiene la concepción de perfil amplio, lo que le permite al egresado actuar en el campo de la Cultura Física y sus diferentes esferas como son: la Educación Física, los Deportes, la Cultura Física Terapéutica y Profiláctica, la Recreación Física.

El objeto de la carrera es el proceso de formación del licenciado de cultura física en las condiciones actuales de la educación cubana, por lo que el egresado del Plan “D” de Cultura Física tendrá una formación integral y de servicio a la Revolución, con sólidos conocimientos y habilidades pedagógico profesionales.

Habilidades profesionales básicas.

- Desarrollar una comunicación dialógica basada en el intercambio de opiniones y el respeto mutuo, con adecuada expresión oral y escrita.
- Interpretar información especializada en idioma inglés y comunicarse de manera primaria en ese idioma.
- Argumentar sus criterios y acciones profesionales sobre la base de las Ciencias Sociales y Psicopedagógicas y de las Aplicadas a la actividad física.
- Utilizar las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC) en la búsqueda, intercambio y procesamiento de la información y como fuente de autoaprendizaje y autodesarrollo profesional.
- Emplear métodos y técnicas de investigación para identificar, definir, y solucionar problemas profesionales.
- Trabajar en equipo y saber sociabilizar con ética los diferentes criterios, con respeto al trabajo propio y al de los demás.
- Actuar con compromiso social y político en el ejercicio profesional institucional.

Habilidades profesionales específicas.

- Programar y desarrollar clases de educación física.
- Ejecutar los elementos técnico-tácticos de los deportes que son objeto de estudio.
- Aplicar la metodología de la enseñanza de la gimnasia, los juegos y los deportes.
- Elaborar planes y desarrollar sesiones de entrenamiento deportivo.
- Utilizar diferentes ejercicios, medios y equipos para la preparación física y deportiva.
- Organizar y desarrollar competencias deportivas, con dominio del arbitraje y la anotación.
- Actuar con respeto de los reglamentos y normas del deporte.
- Organizar y desarrollar actividades físico deportivas y recreativas en diversos medios naturales en la comunidad, desde una visión de “Deporte para Todos”, y medio ambiental.
- Instrumentar y ejecutar el cuidado y mantenimiento de instalaciones y medios deportivos.
- Aplicar técnicas y ejercicios profilácticos y terapéuticos de rehabilitación física, así como métodos de control y adaptación de actividades a personas discapacitadas o con necesidades educativas especiales.
- Diseñar proyectos comunitarios con un fin transformador, a partir del diagnóstico de necesidades socioculturales y de actividad física de la población, en los contextos en que desarrolla su actividad laboral e investigativa.
- Aplicar diferentes formas de diagnóstico, programación, control y evaluación de la actividad física, deportiva y recreativa.

Sistema de valores

Los valores, al constituir reguladores de la conducta social de cada sujeto, adquieren una gran importancia para la convivencia humana y en la formación integral del futuro profesional. El sistema de valores que se trabajan en la

carrera son: Patriotismo, Internacionalismo, Responsabilidad, Honestidad, Justicia, Laboriosidad,

Perseverancia, Cooperación y ayuda mutua y Humanismo.

El futuro egresado debe manifestarse en su actuación diaria en correspondencia con estos valores considerados esenciales. Además debe mostrarse con un desarrollo de pensamiento reflexivo, crítico y autocrítico, siendo un individuo creativo, con independencia para poder interactuar con el medio y transformarlo. Debe ser exigente y al mismo tiempo flexible, manteniendo formas de comunicación adecuadas con relaciones basadas en el respeto mutuo, la aceptación y la confianza.

Los futuros profesionales de la Cultura Física mostrarán un elevado compromiso ético y de servicio digno a la patria y a la sociedad deben desarrollar un conjunto de capacidades como: la capacidad de aprender y actualizarse de forma permanente, la capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica, la capacidad de abstracción, análisis y síntesis, la capacidad de anticipar, identificar y resolver situaciones problemáticas, la capacidad de trabajar en equipo y la capacidad de motivar y conducir a las personas hacia la práctica sistemática de actividades físicas y deportivas, entre otras.

Es responsabilidad de cada una de las disciplinas y colectivos de año traducir estos valores en formas de actuación concretas, en conductas deseables relacionadas con estos valores.

En el Plan de estudios D, a partir del principio de centralización y descentralización del currículo, presenta elementos de flexibilidad que permiten incorporar a nivel de las Facultades Provinciales y la SUM un conjunto de precisiones para atemperarlo a las condiciones y particularidades de cada territorio donde se desarrolla la Carrera.

De acuerdo con este principio podemos distinguir:

- ❖ **El Currículo Base:** Se dispone por la instancia superior.
- ❖ **El Currículo propio:** Se adapta a las condiciones, contextos y tradiciones territoriales. Tiene 496 horas que representan el 78,83% del total.

❖ **El Currículo optativo/electivo:** Las asignaturas optativas/electivas se ofertan a los estudiantes territorialmente de acuerdo con intereses, necesidades y condiciones.

Dentro del Plan de estudios de la carrera Licenciatura en Cultura Física se encuentran diferentes asignaturas con perfil biológico, las cuales están estructuradas con un orden lógico. Dichas asignaturas son impartidas por los profesores del departamento CIMAF (Ciencias Médicas aplicadas a la Actividad Física) de la Facultad de Cultura Física. A través de estas asignaturas el estudiante se prepara en cuanto al conocimiento del cuerpo humano, atendiendo no solo a su morfología, sino a su fisiología, así como a los aspectos bioquímicos que le permitan comprender los importantes procesos y transformaciones que ocurren en el cuerpo humano sometido a diferentes cargas físicas.

Existen en este Plan de estudios diversas disciplinas y asignaturas que guardan relación con la temáticas que nos hemos propuesto abordar en el presente trabajo, es decir la sexualidad, vista a través de la educación en el centro docente, dada la importancia que le conferimos a este aspecto dentro de la formación de la personalidad y por ende a la necesidad de que forme parte en la preparación de los futuros egresados de Cultura Física.

En estas asignaturas el enfoque es puramente biológico, aunque por supuesto suscita la motivación, el intercambio y las dudas sobre la sexualidad por parte de los alumnos, lo que no puede ser totalmente tratado en el tiempo de las asignaturas.

Programa de la disciplina Morfo-Biomecánica.

A través de nuestro análisis pudimos darnos cuenta que en la disciplina se incluyen aspectos fundamentales sobre la anatomía y fisiologías humanas, para posibilitar la comprensión de los aspectos que se abordarán en Ciencias Biológicas.

Los contenidos que guardan relación con la sexualidad son:

- Organismo, integridad, homeostasis, regulación y adaptación.

- Funciones de cada sistema de órganos, componentes, características anatomofuncionales de los órganos principales.
- Funciones reguladoras de los Sistemas Endocrino y Nervioso.

Programa de Disciplina de Ciencias Biológicas.

Pudimos percatarnos de que dentro del Sistema de conocimientos que pueden guardar relación con la sexualidad se encuentran:

- Sistema límbico y relaciones neuroendocrinas.
- Actividad nerviosa superior.
- Mecanismos de acción hormonal.
- Acción de los estrógenos.
- Testosterona.
- Características biológicas del organismo en desarrollo.
- Particularidades del organismo femenino.
- Características del ciclo sexual ovárico en las deportistas.
- Particularidades funcionales de la tercera edad.

Programa de la Asignatura Psicología.

A través de su análisis observamos que en esta asignatura a pesar de que se estudian algunos aspectos fundamentales de la personalidad, así como las características de la Psicología de las diferentes edades, no se analiza en ningún momento la sexualidad como una parte importante de la personalidad del individuo, con sus diferencias a través de las diferentes etapas de la vida.

Como podemos apreciar existen en este Plan de estudios diversas disciplinas y asignaturas que guardan relación con la temática que nos hemos propuesto abordar en el presente trabajo, es decir la sexualidad, vista a través de la educación en el centro docente, dada la importancia que le conferimos a este aspecto dentro de la formación de la personalidad y por ende a la necesidad de que forme parte en la preparación de los futuros egresados de Cultura Física.

Las asignaturas a que hacemos referencia son: Morfología I (Primer Semestre, Primer año), Morfología II, (Segundo semestre, Primer año), Fisiología, (Segundo Semestre, Segundo año), Fundamentos Biológicos, (Primer Semestre, Tercer año), Cultura Física y Terapéutica, Asignaturas optativas.

En estas asignaturas se trabajan contenidos relacionados con el Sistema Nervioso, así como el Reproductor, masculino y femenino, además se explica el funcionamiento del Sistema Endocrino, con las características de las hormonas sexuales, tanto en el hombre como en la mujer y su relación con la actividad física.

Como se puede apreciar, en el Plan de estudio D de la Carrera Licenciatura en Cultura Física, a pesar de que se incluyen asignaturas con un perfil biológico tales como la Morfología, la Fisiología y los Fundamentos Biológicos del ejercicio físico, además de que también se imparte la Psicología como asignatura, formando parte de la disciplina Psicopedagogía, no se ha tenido en cuenta la sexualidad como componente básico de la personalidad y como un importante aspecto educativo en la formación integral de los futuros egresados en Cultura Física, los cuales tienen un perfil amplio y realizarán diferentes labores en relación con la Cultura Física dentro de su ámbito profesional, pero en todas estas actividades deberán mantener relaciones interpersonales con los individuos objetos de su trabajo, las cuales exigirán de una preparación más completa y en el caso que nos ocupa deben estar preparados para llevar en lo personal una vida sexual sana y placentera, al mismo tiempo que puedan contribuir a la educación de las jóvenes generaciones en este sentido e inclusive a hacer más placentera la vida en las personas de la tercera edad. Como hemos planteado para comprender la sexualidad humana debemos partir de que existen premisas biológicas, que conforman el sexo como tal, sin embargo es imposible estudiarla y comprenderla al margen de las interrelaciones sociales.

El tratamiento de las temáticas relacionadas con el conocimiento del sexo, que se aborda en las asignaturas de perfil biológico, carece del necesario enfoque psicológico que pueda permitir el conocimiento de las diferentes esferas de la

sexualidad, de manera que no puede conducir a ejercer una influencia en los modos de actuación de los egresados de la Cultura Física.

Tomamos en cuenta que la **sexualidad** es una **manifestación psicológica de la personalidad**, la que interviene en la regulación directa o indirecta de todas las manifestaciones conductuales del ser humano. Sin embargo no se aprecia en la asignatura Psicología el tratamiento de esta importante esfera de la personalidad y su incidencia en la vida de los adolescentes y jóvenes y en general de los seres humanos en cualquiera de las etapas de su vida.

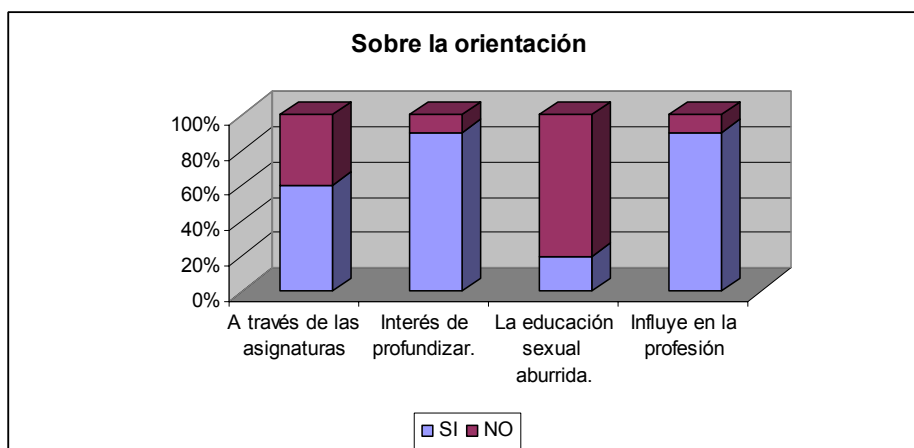
Podemos afirmar que no existe un tratamiento de la sexualidad en el currículo de la Carrera, para estos estudiantes, quienes requieren en primer término del conocimiento de su propia sexualidad como individuo y como grupo étéreo, pero que además deberán estar preparados para una labor orientadora, educativa en su contexto profesional.

En este análisis podemos apreciar que no se contempla como una necesidad en la formación del egresado de Cultura Física la preparación del mismo en cuanto a la sexualidad como componente básico de la personalidad, ni a la educación sexual como parte de la educación de las jóvenes generaciones. A pesar de que se declaran importantes valores, consideramos que estos estarían incompletos si los egresados de Cultura Física no tienen incorporado a sus modos de actuación la sexualidad en el sentido personal, así como los elementos básicos de la educación sexual que los capacite para realizar una mejor labor profesional.

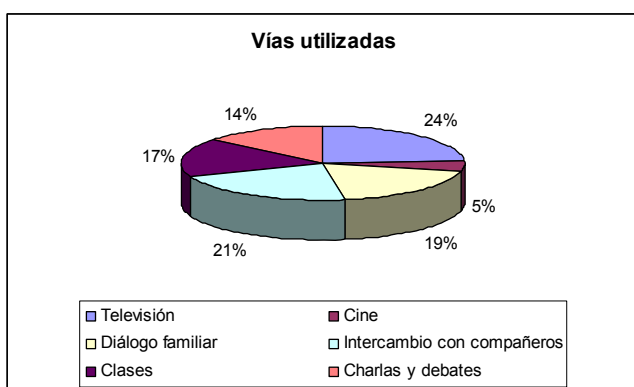
Somos responsables, por tanto, en aras de lograr un verdadero desarrollo de valores en estos estudiantes, de concebir y proponer las vías para la preparación de los estudiantes de Cultura Física en la esfera de la sexualidad y la educación sexual.

3.2 Resultados de la Encuesta orientada a explorar las necesidades educativas en relación con la sexualidad.

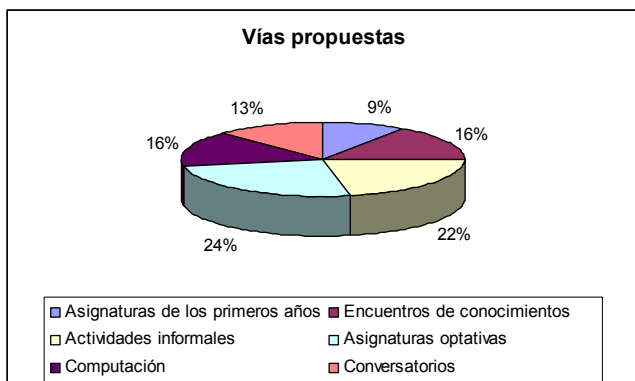
Encuesta: La mayor cantidad de estudiantes plantean que se preparan para una mejor conducta sexual a través de las asignaturas que reciben, sin embargo el 90 % plantea su interés por profundizar en lo relacionado con la sexualidad. Por otra parte no les resulta aburrida la educación sexual, y la mayoría (90%), considera que puede influir positivamente en su actividad profesional.



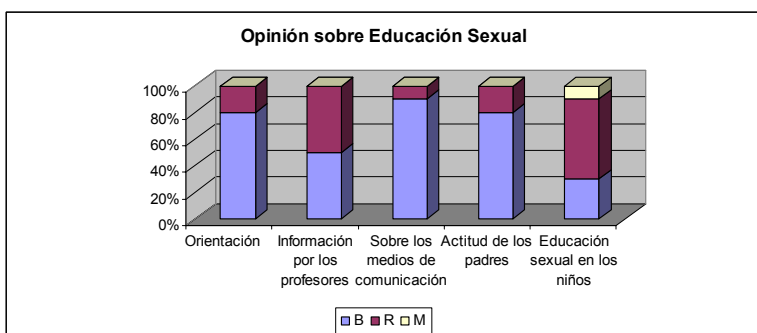
Con respecto a las vías de información sobre la sexualidad todos los alumnos refieren la Televisión como la principal vía por donde se recibe información, el 90% señala el intercambio con compañeros y amigos. Otra de las vías que más utilizan (80%) es el diálogo familiar y luego las clases en orden de utilización (70%).



De las vías que proponemos resultan las más atractivas para los estudiantes recibir información sobre sexualidad, las asignaturas optativas (80%) y las actividades informales(70%), siendo la computación y los encuentros de conocimientos(50%), las que le continúan en nivel de preferencia.



Los estudiantes encuestados opinan en su mayoría (80%), que la orientación que han recibido sobre la educación sexual es buena, principalmente la relacionada con los medios de comunicación (90%), Por su parte señalan (80%), como buena la orientación recibida por los padres. Sin embargo las opiniones están divididas de igual forma (50%) Regular y (50%) Buena en cuanto a la opinión sobre la información que reciben de los profesores sobre esta temática. Debemos señalar que el aspecto menos favorecido por la opinión de los estudiantes es la educación sexual en niños.



En cuanto a la salud y la sexualidad se percibe a través de los resultados que la mayoría de los estudiantes encuestados conoce los aspectos generales y más esenciales sobre las ITS/VIH/SIDA., fundamentalmente aquellas que son divulgadas a través de diferentes medios de comunicación.

3.3 Resultados de la aplicación de la Entrevista Grupal: Pudimos constatar, que los alumnos en algunos casos identifican el sexo como el aspecto material

más íntimo en las expresiones, mientras que la sexualidad la analizan como la parte más espiritual, en relación con los sentimientos. No pueden definir adecuadamente el concepto de sexualidad, relacionándolo como una preparación para el sexo y en función de las relaciones sexuales como el coito. Se refieren a que la educación sexual la reciben muy pocas veces, por tanto no la reconocen como una necesidad social y educativa en sentido general, aunque algunos alumnos si la perciben como tal.

Con respecto al papel de las asignaturas que reciben en su formación en la esfera de la sexualidad, refieren a las asignaturas biológicas, pero señalan que solo de estas reciben brevemente algunas explicaciones de la morfología y fisiología de los Sistemas Reproductores y sobre las hormonas masculinas y femeninas, lo cual consideran insuficientes para evacuar las dudas que poseen en este sentido.

En la entrevista se pudo apreciar que los estudiantes no pueden establecer adecuadamente las diferencias en cuanto a las manifestaciones de la sexualidad en las distintas etapas de la vida. En su mayoría no pueden relacionar adecuadamente el papel que juegan las hormonas sexuales en este aspecto y además es notorio que en ningún caso se analiza el papel de la sexualidad en la personalidad del individuo, así como tampoco se relaciona con la influencia de los aspectos sociales.

En la relación entre la salud y la sexualidad, aunque algunos estudiantes reconocen que existen numerosas enfermedades transmitidas a través de las relaciones sexuales y las nombran, no se aprecia que se conozca la dimensión de la sexualidad en relación con la salud, incluyendo la salud mental. En general no se hace referencia a las diferentes disfunciones sexuales y desconocen la causa y posibles tratamientos de estas, tanto en el hombre como en la mujer. En algunos casos plantean que con las relaciones sexuales se mejora el funcionamiento de los Sistemas Vegetativos del organismo, como por ejemplo el cardiovascular.

Conocen las diferentes formas de orientación sexual, aunque se manifiestan en sentido general en desacuerdo con las no heterosexuales.

Con respecto a las medidas profilácticas para evitar el contagio de ITS/VIH/SIDA, pudimos apreciar que en teoría reconocen muchas de las medidas que se orientan a través de los diferentes medios de comunicación, así como en las diferentes formas de educación sexual en la escuela. También aceptan que en su mayoría utilizan medidas y están en condiciones para aconsejar a los adolescentes y otros jóvenes en este sentido.

En general plantean que desean conocer más sobre su propia sexualidad, así como los aspectos necesarios para incidir positivamente en su futura labor profesional.

Conclusiones parciales.

A través de la aplicación de los instrumentos, tales como las encuestas 1 y 2 orientadas a explorar la preparación y la información que han recibido sobre la sexualidad y la entrevista grupal que nos permitió enriquecer los conocimientos sobre la formación de los alumnos sobre la sexualidad y sus intereses por conocer sobre este tema pudimos constatar resultados que nos permiten arribar a las siguientes conclusiones parciales:

Los estudiantes encuestados:

- ❖ Reciben poca información sobre la sexualidad, a través de la vía curricular.
- ❖ Los conocimientos que poseen sobre la sexualidad están basados en los aspectos más divulgados por los diferentes medios de comunicación.
- ❖ En relación con las ITS, plantean conocer las medidas de protección contra las ITS/VIH/SIDA, al menos en los aspectos fundamentales de las asignaturas que han recibido en la carrera solamente reconocen el aporte teórico de las disciplinas Morfología-Biomecánica y Ciencias Biológicas, en cuanto a los contenidos que guardan relación con el sexo y la sexualidad, pero con un enfoque biológico, sin alcance sicosocial.
- ❖ En general se aprecia a partir de la revisión de documentos oficiales como el Plan de estudios, que en su formación profesional no existen asignaturas que den un enfoque biosicosocial a la sexualidad.

❖ Desean profundizar en los contenidos sobre sexualidad y prefieren para ello las asignaturas optativas y las actividades informales.

Contenidos explorados.

A través de la observación dirigida y orientada hacia los aspectos de la sexualidad en los estudiantes y particularmente a partir de de conversaciones con estos, pudimos percatarnos de la necesidad de los contenidos de la sexualidad en esta Carrera. Como resultado de la recogida de información a partir de la aplicación de los instrumentos aplicados (encuesta 1 y 2), y entrevista grupal, se llegó a la conclusión de que los contenidos más deficitarios y/o necesarios para la educación de la sexualidad y por tanto para la formación integral de los futuros egresados de Cultura Física son los siguientes:

- ❖ Enfoque socio psicológico de la sexualidad.
- ❖ Sexo. Rol de género. Identidad de género. Orientación sexual.
- ❖ Características de la sexualidad en las diferentes etapas de la vida.
- ❖ Sexualidad femenina.
- ❖ Sexualidad masculina.
- ❖ Sexualidad y salud. ITS/VIH/SIDA.
- ❖ Disfunciones sexuales.
- ❖ Conducta sexual responsable.
- ❖ Importancia de la sexualidad en su formación profesional.

3.4 Propuesta curricular de Programa para la educación de la sexualidad.

Fundamentación de la propuesta.

La propuesta de diseño curricular que realizamos para la educación de la sexualidad en la formación del Licenciado en Cultura Física, es el resultado de la investigación correspondiente en función el perfeccionamiento instructivo

educativo de estos estudiantes, teniendo en cuenta las necesidades e intereses, así como las carencias en su formación curricular.

A partir del estudio y análisis de diferentes metodologías para el diseño curricular, podemos distinguir elementos comunes y diferentes, de los cuales tomamos aquellos que consideramos esenciales para conformar una metodología para el diseño curricular de un Programa para la educación de la sexualidad.

Metodología para el diseño curricular del Programa para el tratamiento de la sexualidad en la carrera Cultura Física.

- I. Fundamentación.**
- II. Análisis del perfil del profesional.**
- III. Determinación del Objetivo General.**
- IV. Desglosamiento del Objetivo General en objetivos específicos y su agrupación en conjuntos.**
- V. Sistema de contenidos.**
- VI. Indicaciones metodológicas.**
- VII. Evaluación.**

Fundamentación del Programa: Consiste en la fundamentación del Proyecto curricular, donde se establecen las necesidades de los estudiantes para los cuales se propone, situando este Programa en el contexto profesional y social adecuado. Una vez detectadas las necesidades, se analiza si existe dentro del currículo tratamiento de estas temáticas y cuál es el enfoque que en este sentido tienen los Programas que guardan relación con las mismas.

Objetivo General: Debe estar dirigido a la finalidad del Programa en el sentido de las habilidades, contenidos y relación con la práctica profesional.

Desglosamiento del Objetivo General en específicos: Se realiza a partir del Objetivo General propuesto, teniendo en cuenta además las necesidades e

intereses que arroja la aplicación de métodos, instrumentos y técnicas de investigación.

Sistema de contenidos: Constituyen los núcleos teóricos a partir de los cuales se realiza la propuesta de Programa de la sexualidad para los estudiantes de la Carrera. Se seleccionan y organizan teniendo en cuenta los aspectos explorados a través de los diferentes métodos de investigación.

Indicaciones metodológicas: Se proponen para orientar a los docentes que impartirán el Programa, sobre los métodos y procedimientos adecuados para llevar a cabo estas actividades como parte de una asignatura optativa del Plan de estudios.

Evaluación: Se sugiere las distintas formas de docencia en relación con el Plan Temático, señalando además las vías para la evaluación final de Programa. Sugerimos que se mantenga una retroalimentación dinámica, a partir de las necesidades de los estudiantes, así como la actualización científica de estas temáticas y su vinculación con la profesión y la sociedad.

A continuación presentamos el Programa elaborado.

PROGRAMA

LA EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD EN LA CARRERA LICENCIATURA EN CULTURA FÍSICA DE VILLA CLARA.

AUTORA: Lic. María del Carmen Valdés Gómez.

FUNDAMENTACIÓN

La sexualidad es un componente básico para alcanzar el equilibrio psíquico de las personas y por supuesto no están exentos de esto los estudiantes y egresados de la Licenciatura en Cultura Física, estos forman parte importante de nuestra sociedad. De acuerdo con su perfil profesional los egresados de Cultura Física estarán capacitados para poner en práctica en el ejercicio de la

profesión, habilidades pedagógicas, físicas, deportivas y recreativas en las esferas de la Educación Física, deportes, Cultura física terapéutica y profiláctica, así como la recreación física.

En el desempeño de sus funciones estos egresados establecen relaciones sociales con características muy especiales con aquellas personas objeto de su trabajo, ya que son, en el ámbito social agentes educativos que deben conocer lo más profundamente posible el cuerpo humano, sus manifestaciones, cambios a partir de la actividad física y en general a través de su labor profesional propician un mejoramiento de la salud individual y colectiva.

Como parte de la formación integral de los egresados en Cultura Física constituye una necesidad el conocimiento de los aspectos fundamentales de la sexualidad, analizadas en el contexto de nuestra sociedad, por lo cual presentamos un Programa sobre la Sexualidad Humana dirigido a los estudiantes de la Facultad de Cultura Física de Villa Clara.

El programa que presentamos es una propuesta curricular, que representa un apoyo, un conjunto de recursos para la educación de la sexualidad de los estudiantes de la Carrera Cultura Física.

OBJETIVO GENERAL.

Contribuir a la preparación de los futuros profesionales de la Cultura Física, para que puedan prepararse e incidir positivamente en la educación de la sexualidad en los grupos de diferentes edades, donde se inserten una vez egresados, sobre la base de su ejemplo personal.

METODOLOGÍA.

La metodología que proponemos es esencialmente participativa e interactiva. Se aplicarán en consecuencia diferentes técnicas participativas y vivenciales con vistas a promover la discusión y el análisis, tomando en cuenta todas las opiniones.

SISTEMA DE CONTENIDOS.

Tema 1: La Sexualidad Humana. Enfoque socio-psicológico.

Objetivos:

- Definir el sistema conceptual básico sobre la sexualidad.
- Analizar la interrelación que existe entre sexualidad y personalidad, a través de las manifestaciones conductuales del ser humano dentro de la sociedad, en correspondencia con su identidad sexual y orientación sexoerótica.
- Propiciar la creación de espacios para que los estudiantes de la carrera Licenciatura en Cultura Física reflexionen sobre la sexualidad, sus dimensiones y riesgos.

Contenidos

- La sexualidad como un componente básico de la personalidad.
- Dimensiones de la sexualidad en la sociedad.
- Sexo, rol de género, identidad sexual, orientación sexual.
- Relaciones de pareja.
- Violencia de género.

Indicaciones metodológicas:

Teniendo en cuenta el comienzo del desarrollo de este Programa, se comenzará con una técnica participativa, donde cada estudiante escribirá en su tarjeta el tema sobre el cual le gustaría dialogar acerca de la sexualidad y su relación con la Cultura Física, y lo colocará en un buzón.

El profesor explica que para expresar los intereses que tienen sobre el tema, se pueden escoger hacerlo de diferentes formas como la pintura, dramatización, composición escrita o cualquier otra forma de comunicación. A continuación, saca una tarjeta del buzón y a partir de este momento los participantes pueden dividirse en parejas, tríos o cuartetos, en dependencia de los intereses profesionales en relación con el tema, formando equipos que sesionarán a lo largo del desarrollo del Programa.

Se propone para comenzar el tratamiento del tema 1, una lluvia de ideas sobre las definiciones de estos conceptos como han sido adquiridos a lo largo de sus vidas mediante una educación sexual formal o informal. Se precisará que estos y otros conceptos relacionados con la sexualidad son construcciones sociales, que varían de acuerdo a la cultura y el momento histórico.

Se continuará con el uso de tarjetas conceptuales. Se divide al grupo en subgrupos y se entregará un juego de tarjetas, estas estarán previstas en parejas; es decir, una con la definición y la otra con el concepto. (Deben organizarse de forma tal que en cada subgrupo se logre hacer la correspondencia entre ellos). Las tarjetas abordarán:

- ✓ Componentes psicológicos de la sexualidad
- ✓ Dimensiones y cualidades de la sexualidad
- ✓ Sexo
- ✓ Sexualidad
- ✓ Género
- ✓ Identidad sexual
- ✓ Identidad de género
- ✓ Orientación sexual
- ✓ Diversidad sexual

En la temática relacionada con la violencia de género, se propone la técnica de construcción de historias, a través de la cual en trabajo por equipos los estudiantes describirán historias interesantes que demuestren el criterio que ellos tienen sobre la violencia. A partir de la lectura de dichas historias se solicitará propuestas de actuación a partir de las narraciones y finalmente se describirán las diferentes formas de violencia: física, psicológica, intrafamiliar, etc.

En el desarrollo del seminario se puede realizar un juego de roles, este se organizará por equipos, a los cuales se les distribuirán los siguientes roles: Homosexual masculino, HSH, homosexual femenina, bisexual, heterosexual. Se realizará la dramatización preparada, mientras que otro equipo anotará las expresiones de rechazo minusvalía, estereotipos, etc, para utilizarlas en el

análisis y reflexión de los conceptos. En general se condicionará una actitud de respeto y de aceptación de la diversidad sexual, así como se relacionará con la actitud sexual responsable. Se propone un Cine debate a partir de la observación del filme Fresa y Chocolate.

Tema 2: La educación de la sexualidad.

Objetivo:

- Brindar recursos educativos para que los estudiantes de la carrera sean capaces de ejercer una adecuada labor como agentes en la educación de la sexualidad en su radio de acción.

Contenidos

- Lugar que ocupa la educación sexual en el proceso educativo general.
- Objetivos de la educación sexual
- Enfoque alternativo y participativo de la Educación sexual
- Principios educativos de la educación sexual.
- Vías y métodos para el desarrollo de la Educación sexual.
- Derechos sexuales y reproductivos.
- Rol de los profesionales de la Cultura Física en la educación sexual.

Indicaciones metodológicas:

Previa solicitud del profesor los participantes traerán fotos, recortes de periódicos, afiches o cualquier elemento que pueda constituir un recuerdo o referencia a tal, sobre determinado hecho, momento de la vida, acontecimiento, etc.

Cada participante, responderá las preguntas que el grupo desee hacerle y anécdotas, canciones, etc., que puedan completar este momento de recuerdos importantes para las personas. Estos hechos van a ser fundamentalmente relacionados con su vida sexual, amorosa, personal o de personas allegadas como familiares, amigos, vecinos, etc. A partir de este momento el profesor presenta en el pizarrón la siguiente interrogante:

¿Cómo ha influido la educación de la sexualidad a través de las diferentes vías en su vida personal y la de las personas a las cuales ha hecho referencia en la actividad?

A partir de este momento se puede generar un debate reflexivo sobre el papel de la educación sexual y los estudiantes se organizarán por equipos para presentar sus opiniones sobre la temática.

En el Seminario se propone analizar por equipos:

- ✓ Actividades que se realizan en su área de acción en la práctica laboral, en relación a la educación de la sexualidad.
- ✓ Respeto a los derechos sexuales y reproductivos en las esferas de la Cultura Física, donde está vinculado.

Tema 3: Características de la sexualidad en los diferentes grupos etáreos.

Objetivos:

- Caracterizar desde el punto de vista psicosexual cada etapa de la vida, para ejercer una influencia diferenciada en esta esfera de la personalidad en su radio de acción.
- Identificar los tipos de población más vulnerables a las ITS/VIH/SIDA.

Contenidos

- Sexualidad en la infancia
- Sexualidad en la adolescencia
- Sexualidad en el adulto
- Sexualidad en la tercera edad
- Importancia de las relaciones interpersonales, con énfasis en los derechos sexuales y reproductivos.

Indicaciones metodológicas:

Se propone el trabajo con situaciones problemáticas : Caridad conversa con la profesora guía muy alarmada por la actitud que está presentando su hija Yilian. La mamá escucha de la maestra que su hija de 7 años que siempre ha sido muy estudiosa y ha obtenido buenos resultados en los exámenes y

actualmente se distrae mucho en las clases, no se relaciona mucho con los demás niños y niñas a la hora del recreo, que generalmente anda sola y pensativa; pero que ella como mamá no se ha dado cuenta de lo que está pasando porque se va muy temprano para el trabajo y regresa tarde y precisa que sus vecinos más cercanos son los que atienden a la niña hasta que regresa del trabajo; destaca que sus vecinos son muy buenos con la niña y sobre todo Pepe, el dueño de la casa que es quien la trae de la escuela, le compra caramelos y dulces. A partir de la presentación se genera un debate reflexivo sobre las razones por las cuales la niña ha cambiado tanto su comportamiento.

El análisis debe centrarse en las necesidades afectivas de las niñas y niños en correspondencia con su desarrollo biológico y psicosexual, así como la comunicación adecuada entre padres, madres, educadoras (es) y las niñas y niños. También debe analizarse el lugar de la familia en el desarrollo emocional y el crecimiento de los hijos (as) y la actitud de los vecinos con respecto a las niñas y niños, enfatizando en el abuso sexual.

Para trabajar las características de la sexualidad en el adulto mayor se invita a los estudiantes a la técnica de contar historias, se organiza el grupo en equipos y cada uno de ellos debe hacer una historia vivida o escuchada en la que participen personas de la tercera edad en relación con la sexualidad. Se plantearán las características de esta etapa de la vida en este sentido y se reflexionará acerca de la comprensión que estas personas tienen en la familia y en general en la sociedad cuando de su vida sexual se trata.

En el Seminario se propone que los estudiantes en dependencia de sus actividades y en relación con su radio de acción, realicen una exposición de cómo se observan las manifestaciones de la sexualidad en los diferentes grupos etéreos, en este caso con los que establecen vínculo a través de su práctica laboral.

Tema 4: La sexualidad femenina y masculina.

Objetivo:

- Caracterizar la sexualidad femenina y masculina, destacando el papel de la mujer en el proceso reproductivo, valorando la incidencia en la vida personal y social de ambos sexos.

Contenidos

- Sistema Reproductor femenino.
- Principales zonas erógenas. Orgasmo femenino. Masturbación
- Ciclo menstrual. Fecundación.
- Métodos anticonceptivos.
- Embarazo. Factores de riesgo. Parto.
- Menopausia.
- Sistema reproductor masculino.
- Principales zonas erógenas. Orgasmo masculino. Masturbación
- Climaterio masculino.

Indicaciones metodológicas:

Se propone comenzar con una situación problemática: Una joven de 22 años, llamada Beatriz, conversa con su amiga que se siente preocupada porque su comportamiento sexual no es el mismo con todas las parejas y que ha mantenido relaciones con hombres más jóvenes que ella, de igual edad a la suya y mucho mayores que ella, e inclusive con algunos que se consideran ser expertos en la materia. Además agrega que no siempre ha usado protección. También refiere haberse sentido bien con juegos sexuales y en ocasiones cuando ha tenido penetración del pene tanto por la vagina como anal, no siempre logra el orgasmo y que eso le ha ocasionado conflictos con algunos hombres.

A partir de esta situación se puede analizar: Las características individuales de la respuesta sexual femenina, teniendo en cuenta que el acto sexual es responsabilidad de los dos miembros de la pareja, por lo que ambos deben propiciar el orgasmo mutuo. Además se debe aprovechar para señalar que siempre es necesario protegerse para evitar no solo el embarazo no deseado, sino las ITS/VIH/SIDA.

Para analizar las estructuras y funciones del Sistema Reprodutor femenino, se entregarán por equipos tarjetas donde aparecen los nombres de las estructuras que forman dicho Sistema. Cada equipo debe profundizar en todo lo relacionado con la estructura correspondiente. Finalmente se invitará a un estudiante a realizar el esquema representativo del Sistema Reprodutor femenino en el pizarrón y partiendo de este se realizara la exposición de los aspectos profundizados, estableciendo la relación estructura-función.

Para el estudio de la sexualidad masculina, se puede comenzar con el análisis de una situación problemática: Ernesto es un hombre que tiene 50 años, varonil, corpulento, atractivo y muy codiciado por las mujeres; sin embargo no siempre tiene buen desempeño en las relaciones con parejas heterosexuales, con frecuencia no logra la erección necesaria, o no puede mantener la misma, lo que le impide llegar al orgasmo. De ahí partiremos para motivar el conocimiento de la sexualidad masculina con sus particularidades.

Los estudiantes se organizarán por equipos y el profesor entregará tarjetas donde aparecen las diferentes estructuras del Sistema Reprodutor masculino. Cada equipo tendrá que profundizar en las funciones de estas. Se realizará la actividad de manera semejante a la ejecución del contenido anterior.

En el Seminario proponemos la realización de dramatizaciones, las cuales deben estar centradas fundamentalmente en:

- ✓ La relación entre el ciclo menstrual y sus características en las deportistas, con la fecundación y el uso de los anticonceptivos.
- ✓ El embarazo, factores de riesgo, embarazo en la adolescencia y el parto, factores de riesgo.
- ✓ La responsabilidad de ambos miembros de la pareja en la concepción de los hijos.

Tema 5: Salud Sexual.

Objetivos: Valorar la importancia de la salud sexual como elemento básico para el disfrute de una sexualidad sana, responsable y feliz, buscando alternativas que ayuden a prevenir los riesgos de contraer ITS/VIH/SIDA.

Contenidos

- Definición de conceptos, salud sexual y salud reproductiva.
- Infecciones de transmisión sexual (ITS/VIH/SIDA).
- Disfunciones sexuales más frecuentes en el hombre y la mujer.
- Promoción y prevención de la Salud sexual.
- Conducta Sexual Responsable.

Indicaciones metodológicas:

Para comenzar proponemos colocar el pizarrón los conceptos ITS, VIH y SIDA. Se realizará una lluvia de ideas para conocer los conceptos que tienen sobre estos los cuales han sido formados a lo largo de la educación por distintas vías que han recibido sobre la sexualidad. A partir de este recurso se puntualizarán las definiciones y se establecerán las relaciones y diferencias entre ellos.

Para el estudio de las disfunciones sexuales se propone utilizar una situación problemática: Estela y Alejandro son una pareja de jóvenes que a pesar de haber comenzado su vida sexual desde hace un tiempo con otras personas, actualmente aunque se mantienen juntos, rechazan tener relaciones sexuales con la misma frecuencia que en el comienzo. Ella plantea a su amiga que no se siente satisfecha y que aunque lo quiere, prefiere evitar el contacto íntimo. Por su parte él la culpa de la situación poco agradable en que se encuentran con respecto a las relaciones sexuales.

Se realizará un análisis y un debate reflexivo sobre cuáles pueden ser las causas de la discordancia entre los miembros de esta pareja. Se mencionarán las posibles disfunciones sexuales que se pueden estar presentando tanto en la joven como en su compañero. Se invitará a los estudiantes a resumir dichas disfunciones sexuales, señalando las posibles vías de solución. .

Para reflexionar sobre la actitud sexual responsable proponemos la presentación de una situación problemática: Mirta es una adolescente de 13 años de edad, cursa el séptimo grado en una escuela donde los miércoles se

realizan actividades recreativas. Pedro es el encargado de la musicalización y además tiene una moto, viste a la moda, es muy atractivo y carismático. En una ocasión invitó a Mirta a su casa para grabar un CD. Al llegar se encuentran solos y él le propone tener sexo. Ella se encuentra motivada por las características de Pedro. A partir de esta situación se genera un debate reflexivo sobre la actitud que puede o no asumir la adolescente y sus consecuencias y se llega a conclusiones importantes.

En el Seminario proponemos que los equipos expongan situaciones de la vida diaria y en relación con su actividad laboral, donde se aprecien conductas sexuales irresponsables, sus consecuencias y las propuestas para evitar estas situaciones.

Tema 7: Importancia del conocimiento de la sexualidad para la formación del egresado de la Licenciatura en Cultura Física.

Objetivos:

- Analizar la importancia del conocimiento de la sexualidad como parte de la personalidad, para la formación integral del Licenciado en Cultura Física y su futura actividad profesional.

Contenidos

- Diferencias de género entre las deportistas y los deportistas.
- Relación entre las actividades físicas y la sexualidad.
- Influencia de la educación de la sexualidad a través de las actividades relacionadas con la Cultura Física.

Indicaciones metodológicas:

Se comenzará con el planteamiento de una situación problémica: Un profesor de Educación Física de una Escuela Secundaria, observa que sus estudiantes hembras conversan mucho antes y después del tiempo de clases y son muy comunicativas al expresar las causas de inasistencias. Por su parte los

varones se manifiestan con un pensamiento práctico dirigido a establecer relaciones fundamentalmente basadas en el sexo y son menos comunicativos con el profesor acerca de sus problemas. Este graduado de Cultura Física no comprende como manejar estas diferencias entre sus alumnos y en ocasiones pretende un comportamiento más igualitario. A partir de esta situación se genera un debate reflexivo sobre las diferencias de género y como se manifiestan en las deportistas y los deportistas.

Se puede presentar un Power Point sobre las diferencias de género en las diferentes esferas, enfatizando en los individuos que practican las actividades de Cultura Física. Se propone dividir el grupo en equipos, se orienta la selección de un coordinador y se precisa que todos escribirán sus criterios sobre la labor del profesional de la Cultura Física como educador, en relación con la sexualidad, en su radio de acción, basado en sus funciones e incidiendo positivamente en los diferentes grupos etéreos objeto de su trabajo.

Cada equipo seleccionará de acuerdo a lo planteado por cada compañero los planteamientos más completos que posteriormente expondrá, después se seleccionará uno como el más completo del grupo, con los criterios del colectivo.

Posteriormente se relacionará con las diferentes manifestaciones del perfil profesional, aportando sugerencias e ideas prácticas.

En el Seminario proponemos la presentación de situaciones, anécdotas o historias que se presentan o se pueden presentar en el ámbito de la Cultura Física, en relación con la sexualidad y las propuestas de vías, métodos y recursos que pueden permitir una mejor actividad profesional como Licenciados de la Cultura Física.

Como actividad final, los estudiantes plantearán sus criterios sobre el Programa impartido a través de la técnica del **PNI** (positivo, negativo, interesante). Se recordará que se tomarán en cuenta sus opiniones para el desarrollo de las actividades y que además se mantendrá todo el tiempo el Buzón de la Sexualidad recibiendo sus dudas y sugerencias, lo cual si lo desean pueden hacerlo de forma anónima.

Plan Temático y Formas de Docencia

Tema	Conf/Taller/h	Seminario/h	Cine debate/h	Total
1	2	2	2	6
2	2	2		4
3	2	2		4
4	4	2		6
5	4	2	2	8
6	2	2		4
Total/horas	16	12	4	32

Sistema de Evaluación

Evaluación frecuente (Participación en conferencias y seminarios).

Evaluación final consistente en una tarea extra-clase.

La presentación de los resultados puede hacerse utilizando las siguientes modalidades:

Mesa Redonda, Paneles, Informe Escrito, Carteles, etc.

Conclusiones del Capítulo 3.

Realizamos la propuesta curricular de un Programa para la educación de la sexualidad en los estudiantes de la Carrera Licenciatura en Cultura Física, el cual responde a las necesidades e intereses explorados, así como a las carencias del Plan de estudio correspondiente. Este Programa no es estático, sino que se nutrirá de las experiencias en el contexto social donde se desarrolla.

Dicha propuesta contribuirá a la formación integral de los estudiantes de la Licenciatura en Cultura Física.

3.5 Resultados del cuestionario a especialistas. (Ver Anexo 7)

Aspectos a evaluar	Escala de valores			
	1	2	3	4
<input type="checkbox"/> Nivel de aplicabilidad del Programa.	100%			
<input type="checkbox"/> Nivel científico y actualidad del Programa.	100%			
<input type="checkbox"/> Correspondencia del Objetivo general del Programa con los objetivos trazados en cada tema.	100%			
<input type="checkbox"/> Carácter sistemático de los temas y las temáticas a desarrollar en cada uno.	100%			
<input type="checkbox"/> Contribución del Programa a la solución de las limitaciones en la educación de la sexualidad en la Carrera.	100%			

La propuesta curricular del Programa para la educación de la Sexualidad en los estudiantes de la Licenciatura en Cultura Física, fue sometido al criterio de especialistas, para lo cual la autora seleccionó un grupo de profesionales con más de 10 años de experiencia en su actividad y que tienen categoría científica de Master o Doctores en Ciencias. Como resultado pudimos constatar que la totalidad de los especialistas consultados valoran de muy adecuado el Programa propuesto. La justificación de sus criterios se basan en sentido general en considerar la pertinencia del tema, la importancia que tiene para el graduado de la Cultura Física teniendo en cuenta las características de su actividad en la población, el rol que tiene como promotor de salud en la prevención y por la necesidad de elevar la cultura de los propios estudiantes en el ámbito de la educación sexual. Además se reconoce que la formación de este egresado es incompleta en cuanto al desarrollo de una personalidad integral, sin el conocimiento de la sexualidad y su importancia en la labor educativa. Se dan las máximas valoraciones a cada uno de los aspectos señalados ya que consideran que dicho Programa reúne las características

que demanda la educación en nuestra sociedad actual y que se atiende a los principios de científicidad de sus contenidos. Reconocen que este Programa podrá contribuir a solucionar las carencias del actual Plan de estudios D en el sentido de la educación de la sexualidad.

CONCLUSIONES GENERALES.

1.- En la sexualidad intervienen aspectos tanto biológicos, como psicológicos y sociales. Es una necesidad básica en el ser humano ligada a otros aspectos de la vida.

A través de la educación sexual el individuo se prepara para la vida. El profesor en una institución docente es el principal agente de cambio, que debe movilizar e involucrar a los restantes agentes educativos para una participación protagónica de todos en la educación de la sexualidad. Particularmente los egresados de la Cultura Física que ejercen su labor en las diferentes esferas que se declaran en su perfil profesional necesitan en su formación de la educación para la sexualidad que les permita un desarrollo y crecimiento personal más adecuado y a su vez los prepare para ser mejores profesionales. Por consiguiente consideramos el conocimiento de la sexualidad humana en todas las etapas de la vida, como una necesidad en la formación de los egresados de la Licenciatura en Cultura Física, para su futura labor profesional.

2.- A través del estudio analítico que realizamos sobre el Plan de estudios D de la Carrera Licenciatura en Cultura Física pudimos comprobar que se plantea un perfil amplio para la formación de estos egresados, existiendo currículo base, currículo propio y currículo optativo. Se presentan en estos, diversas asignaturas con perfil biológico donde se pudiera abordar la sexualidad, pero solo se hace referencia a algunos aspectos de sexo biológico. Por otra parte la asignatura Psicología no refiere entre sus objetivos y contenidos aspectos de la sexualidad, por lo que en la formación de los egresados de la Cultura Física se hace evidente la carencia del estudio de la sexualidad con un enfoque biosicosocial.

3.- El nivel de información sobre la sexualidad que poseen los estudiantes de la Carrera Cultura Física es insuficiente, es evidente que los conocimientos que poseen sobre dicha temática están basados en la información que obtienen por vías no curriculares. Se aprecia que los estudiantes sienten y manifiestan su interés de ampliar estos por diferentes vías, entre las que señalan las asignaturas optativas.

4.- A partir del estudio realizado y basándonos en los resultados obtenidos se realiza la propuesta curricular de un Programa para la educación de la sexualidad en los estudiantes de la Carrera Licenciatura en Cultura Física, en función de las necesidades educativas de los estudiantes en relación con la sexualidad, dirigida a una formación más integral de su personalidad. En las indicaciones metodológicas se sugieren técnicas participativas que pueden contribuir a un aprendizaje participativo y reflexivo a tono con la importancia del tema abordado. Se propone la impartición de este Programa formando parte del currículo optativo de la Carrera.

5.- Como resultado de la valoración de los especialistas sobre el Programa propuesto, podemos concluir que en este sentido se considera el mismo como muy adecuado, teniendo en cuenta la importancia de la educación de la sexualidad para los estudiantes de la Carrera. Además consideran muy necesario que se aborde por la vía curricular esta temática.

RECOMENDACIONES.

1. Generalizar los resultados de esta investigación al Instituto Superior de Cultura Física y/o a sus Facultades en otras Provincias.

2. Continuar el desarrollo de investigaciones con perfil psicopedagógico, encaminadas a resolver algunas carencias en los currículos para la formación de los Licenciados en Cultura Física.

3. Recomendar que el Programa propuesto se desarrolle en el currículo optativo/electivo de la carrera, con las características correspondientes.

BIBLIOGRAFÍA

- Acevedo, F.(2004) Manual para Promotores del Ministerio de Salud Pública, La Habana, Ed Pueblo y Educación.30p
- Addine Fernández, Fátima (1998). Diseño curricular.La Habana. Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño.
- Amador, m (1995) El adolescente cubano: aproximación al estudio de su personalidad. La Habana. Edit. Pueblo y Educación.
- Alber, O.(1996) Conviviendo con el VIH. Centro Nacional de Prevención ITS-VIH-SIDA. La Habana.
- Alvarez de Zayas, Carlos(1996). El diseño curricular en la Educación Superior Cubana. Revista electrónica Pedagogía Universitaria.La Habana DFP,MES..(2).
- Álvarez de Zayas, C. M. (1989) Fundamentos teóricos de la dirección del proceso docente educativo en la Educación Superior Cubana_ La Habana: Pueblo y Educación.

- Bruckner, H.1981. ¿Piensas ya en al amor? Gente Nueva, La Habana,
- Bozhowich, L. I. (1976). La Personalidad y su formación en la edad infantil. La Habana. Edit. Pueblo y Educación.
- Castro, M., Ana Maria Cano, A. M. y Rebollar, M. (1995).Crecer en la adolescencia. Programa. Ciudad de la Habana. Centro Nacional De Educación Sexual (CENESEX).
- Clavijo, A (2002), Crisis, Familia y Psicoterapia. La Habana. Edit. Ciencias Médicas.
- Colectivo de autores (1997) Hacia una sexualidad responsable y feliz: para la famita. La Habana. Edit. Pueblo y Educación,
- Colectivo de autores (1995) Comunicación educativa. Ciudad de La Habana: Edit. Pueblo y Educación.
- Colectivo de Autores (2004), La investigación en salud sexual y reproductiva.La Habana. Publicaciones Azucareras.

- Colectivo de Autores (2004), Percepción y comportamiento de la sexualidad según los hombres. La Habana Publicaciones Azucareras.
- Colectivo de autores: (2002) Enciclopedia de la Psicología. Barcelona Mimiv Edit.
- Colectivo de autores: (2003) Psicología del niño y del adolescente. Mimiv Océano Grupo Edit. S.A. Barcelona.
- .Colectivo de Autores. (1998).Hacia una Sexualidad Responsable y Feliz. La Habana.
- Colectivo de autores. (2004). Programa para el curso electivo sobre sexualidad humana. Villa Clara. Instituto Superior de Ciencias Médicas de V.C .Cátedra de Sexología.
- Colectivo de autores. (2006).Programa para la formación de promotores y promotoras de salud sexual, con énfasis en la prevención de las ITS/VIH/SIDA en la Universidad Médica de Villa Clara. Villa Clara.Instituto Superior de Ciencias Médicas.
- Colectivo de autores. (2007). Plan de Estudios D,Currículo Base de la Carrera Licenciatura en Cultura Física. La Habana. Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo".
- -----(1988).Documento Teórico Metodológico. Pueblo y Educación, La Habana.
- Corral, R.: (2001). El concepto de zona de desarrollo próximo: una interpretación. Revista cubana de Psicología. Universidad de La Habana. V: 18 (1)
- Davison, O. /Neale, J. :(2000) Psicología de la conducta anormal. DSM-IX. Méjico. D. F. Edit. Limusa Wiley.
- Díaz Barriga Arceo, Frida(1990). Metodología Básica del diseño curricular,Trillas,México,pp45-22.
- -----.(1993) Aproximaciones metodológicas al diseño curricular. Hacia una propuesta integral. Revista Tecnología y Comunicación educativa. México.pp19-39Pdf.

- Domínguez, L (2003) Psicología del desarrollo: Adolescencia y juventud. Selección de lecturas. La Habana: Edit. Félix Varela.
- Fernández, L. (2002). Personalidad y relaciones de pareja. La Habana. Editorial Félix Varela.
- Fernández, R,L.(1996) ¿Roles de género?¿Feminidad vs. Masculinidad ? (Facultad de Psicología Universidad de la Habana.
- -----(1993). ¿Rol de género o hacia el encuentro entre personas? Ponencia presentada al I Encuentro Iberoamericano sobre familia. La Habana,
- -----(2003) Pensando en la Personalidad. Compiladora: Lourdes Fernández Rios.La Habana. Editorial Félix Varela.
- -----(2003) Relaciones amorosas en adolescentes y jóvenes. En: Psicología del Desarrollo: Adolescencia y Juventud. Selección de Lecturas. Compiladora: Laura Domínguez García.La Habana. Editorial Félix Varela.
- Fernández R., L. y L. López B. (1990) Amor y Amistad: ¿Un problema para investigar?La Habana. Editora Política.
- González, A. y Castellanos, B. (2003).Sexualidad y géneros. Alternativas para su educación ante los retos del siglo xxi. Habana. Editorial Científico-Técnica.
- González, F (1995) Comunicación, personalidad y desarrollo. La Habana. Edit. Pueblo y Educación.
- González Pacheco, Otmara(1994),Curricullum:Diseño, Práctica y Evaluación. La Habana.Centro de estudios para el perfeccionamiento de la Educación Superior. Universidad de la Habana.
- Guerrero, N.; García, O. C. (2004), SIDA desde los afectos: Una invitación a la reflexión, Molinos Trade.
- Hernández, R. (2003). Metodología de la investigación 1. La Habana.Editorial Félix Varela.
- Hernández, R. (2003). Metodología de la investigación 2.La Habana.Editorial Félix Varela.

- Krapp, E.; León, I.; Mesa, M.; Suárez, M. C. (2003), La Representación Social de la salud humana. Rev. Cubana de Psicología, V. 20, No. 2.
- León, L., /Peñate, M. :(2004) Programa de promoción de salud sexual para la prevención de ITS y el VIH SIDA en estudiantes extranjeros de la UCLV. Trabajo de Diploma.60 h. Dpto. de Psicología UCLV, Santa Clara.
- Labarrere, Valdivia, G. (2001) Pedagogía (2da reimpresión). La Habana: Pueblo y Educación.
- Majmutov, M.I. (1986) La enseñanza problémica. La Habana: Pueblo y Educación.
- Mesa Carpio, Nancy(2003).Diseño curricular. Material básico del Curso de la Maestría en Ciencias Pedagógicas.Villa Clara.Instituto Superior Pedagógico“Félix Varela”, Villa Clara
- Muñoz, R.: (1999) Aprender a ser, hacer, sentir y pensar. La Habana. Material impreso..
- Páez Suárez, Verena(1999).Algunas conceptualizaciones necesarias sobre las dimensiones curriculares.La Habana. Pueblo y educación.
- Peláez, J. (2003). Adolescencia y juventud. Editorial Científico-Técnica.
- Pérez, R. (1999) Diseño Curricular. Centro de Estudios de Educación de UCLV. Documento en soporte electrónico .
- Pease, Allan y Bárbara (2000) Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas. Editorial Amat, S.L. Barcelona, 2003, 295 p.
- Puni, A. Z. (1973).La preparación psicológica para las competencias deportivas.” INDER, En Boletín Científico Técnico. Suplemento 11. La Habana.110 p.
- Puni, A Z.(1977).Ensayos de Psicología del Deporte”, La Habana: INDER. 319 p.
- Rico, A (2003) La zona de desarrollo próximo. Procedimientos y tareas de aprendizaje. Ciudad de La Habana, Edit. Pueblo y Educación.
- Riera, J. (1985).Introducción a la Psicología del Deporte. Barcelona: Ediciones Martínez – Roca S.A.185 p.

- Rodríguez, J, /Hernández, A.: (2002) Mi psicólogo soy yo. La Habana: Edit. Científico – técnica.
- Ruiz Aguilera,Ariel(1999).Metodología de la Investigación educativa.Brasil.Edit Grifo Chapecó.
- -----(2000). Teoría y Práctica curricular.Edit Grifo Chapeco.Bra.
- Sainz de la Torre, N.(1981). Desarrollo de las actitudes positivas y las cualidades de control consciente en deportistas infantiles de Ciudad Habana, Leipzig, (Tesis de Grado ,Dr en Ciencias de la Cultura Física), 1981, 183 h.
- -----(1981). Desarrollo de las actitudes positivas y las cualidades de control consciente en deportistas infantiles de Ciudad Habana”, Leipzig, (Tesis de Doctorado. 183 p.
- Tejeda L: (2001) Ser y Vivir. Ciudad de La Habana. Edit. Pueblo y Educación.
- Tyler,R (1949) Principios básicos del curriculum. Buenos Aires: Troquel S. A.
- Vigotsky, L. S. (2003), Obras completas. Barcelona, Paidós.3 V.

BÚSQUEDA EN INTERNET

- ♣ Acercándonos a una definición de sexualidad. (s.f.). Extraído el 23 de junio de 2005 de http://www.alcoholinformate.org.mx/portal_jovenes/home.cfm?
- ♣ El sexo como juez. (s.f.). Extraído el 23 de junio de 2005 de http://www.mpmr.org/varios/sexo_como_juez.htm
- ♣ Sexualidad del adolescente. (s.f.). Extraído el 23 de junio de 2005 de <http://www.almudi.org/App/Asp/Noticias/noticias.asp?n=806>

ANEXO 1.

PLAN DE ESTUDIOS DE LA CARRERA LICENCIATURA EN CULTURA FÍSICA



LICENCIATURA EN CULTURA FÍSICA

Plan de Estudio "D" CURRÍCULO BASE

**Dirección, Investigación,
Coordinación y Elaboración a cargo de:**

Dr. C. Alejandro López Rodríguez,
Vicerrector Académico
Presidente de la Comisión Nacional de Carrera.

Dra. C. Celia Rizo Cabrera,
Metodóloga de la VRA.

M.Sc. Susana Minóu Blanco Malmierca,
Directora Docente Metodológica

Dr. C. Luis Campistróus Pérez,
Metodólogo de la DDM,

Lic. Mario Guerrero Calderón
Metodólogo de la DDM

INDICE

	Pág.
Prefacio	5
PLAN DE ESTUDIO	11
Antecedentes	11
1. Modelo del Profesional	14
• Objetivo general	15
• Habilidades profesionales básicas y específicas	15
• Sistema de valores	16
• Objetivos de la carrera por años	17
2. Indicaciones metodológicas y de organización	19
• Modelo teórico – metodológico de la carrera	19
• Estrategias educativas de la carrera	22
• Estrategia de formación permanente	23
• Balance de la carga docente presencial y no presencial del estudiante.	24
3. Acerca de las Disciplinas de la carrera.	25
• Sobre la Disciplina Principal Integradora	27
4. Sistema de evaluación.	27
4.1 Sobre las formas de culminación de estudio.	28
• Trabajo de Diploma	29
• Examen Estatal	32
5. Estrategia para elevar los niveles de permanencia en la carrera.	36
6. Sobre los niveles de concreción del currículo	38
7. Plan del Proceso Docente	39
• Modelo Presencial	39
• Modelo Semipresencial	41
• Variante Semipresencial de Atletas de Alto Rendimiento.	42
8. Bibliografía básica consultada	44
9. Anexos	46
Anexo 1. Contenidos para el examen estatal en la culminación de estudios.	46
Anexo 2. Ideas para el examen integrador de tercer año	50
Anexo 3. La implementación del tránsito	51
Anexo 4. Proyectos de Investigación de la Vicerrectoría Académica	56
Anexo 5. Código de Ética de los estudiantes de Cultura Física	68
Anexo 6. Investigación sobre la satisfacción con respecto a la Culminación de Estudios. Vicerrectoría Académica	70
PROGRAMAS DE LAS DISCIPLINAS	
• Idiomas	73

• Marxismo Leninismo	86
• Preparación para la Defensa	103
• Ciencias Biológicas	122
• Morfología - Biomecánica	137
• Psicopedagogía	152
• Dirección de la Cultura Física	172
• Investigación y Métodos de Análisis de la Cultura Física	187
• Teoría y Práctica de la Educación Física.	201
• Teoría y Práctica del Deporte	228
• Cultura Física Terapéutica y Profiláctica	249
• Recreación Física.	268

Prefacio

En el II Taller “La Universidad en la Batalla de Ideas” celebrado los días 17 y 18 de enero de 2002, el compañero Fidel plantea la necesidad de *“concebir un nuevo modelo desconcentrado territorialmente, para acercar la docencia a los lugares de residencia y trabajo de los estudiantes, permitirle a las universidades la asimilación de una matrícula masiva y no dar cabida ni al desaliento, ni al fracaso”*. A partir de ese momento se inician los primeros pasos para hacer realidad una nueva etapa en las universidades cubanas conocida como la **“Universalización de la Educación Superior”**

En Septiembre de 2003, se aprueba en el Consejo de Dirección del MES el Documento Base para la elaboración de los Planes “D”, con el fin de iniciar una cuarta generación de Planes de Estudio como parte del proceso de perfeccionamiento continuo de la Educación Superior cubana, lo que promueve la integración a este perfeccionamiento de los cambios que se están produciendo en algunas carreras como consecuencia de la actual Batalla de ideas que libra nuestro pueblo y en particular, la Universalización.

En el caso específico de Cultura Física aún resultaba muy reciente para todo el claustro el proceso de elaboración y aprobación del Plan de Estudio “C” modificado (1996 – 2001) para enfrentar un nuevo perfeccionamiento y dar respuestas a las nuevas demandas sociales, especialmente el desarrollo de la carrera en los municipios, lo que constituía un enorme reto.

De inmediato se comenzó el estudio de los nuevos documentos normativos del MES a nivel de la Comisión Nacional de Carrera y de las Comisiones de Carrera de las Facultades. Fueron objeto de múltiples debates las nuevas ideas a través de los principales órganos científicos y de dirección de la Institución: Consejo Científico, Reuniones de Decanos, Consejos de Dirección, Claustros en cada Facultad, entre otros, de modo que se consignaron las ideas y propuestas así como las opiniones de los principales organismos usuarios. Simultáneamente las Sedes Universitarias Municipales (SUM) se iban creando y desarrollando en todos los municipios del país para dar cabida a miles de jóvenes que, como consecuencia del periodo especial,

habían permanecido durante algún tiempo sin posibilidades de acceso a estudios universitarios teniendo, en muchos casos, los requisitos de graduación de enseñanza media superior.

Como consecuencia de dichos debates se comenzó un proceso de investigación teórica y en la acción para valorar diversas ideas en relación con el plan docente y las disciplinas, así como su pertinencia. Se estudiaron y concibieron diversas variantes de la carrera, en correspondencia con planteamientos dirigidos a lograr una mayor especialización con varias salidas e introducir nuevos enfoques en el diseño curricular.

En cuanto a lograr una mayor especialización influyeron, sobre todo, criterios de experiencias vividas con los planes “A” y “B” de Cultura Física, con especialidades y especializaciones deportivas (1976 – 1989) aún muy presentes en un grupo de profesores y funcionarios del deporte. Con relación a introducir nuevas tendencias del diseño curricular, se valoró: crear más de una carrera dentro del campo de la Cultura Física, reducir en un año la duración de la carrera y tener varias salidas intermedias, entre otros aspectos. A partir de estos argumentos se diseñaron las dos variantes de carrera que se presentan a continuación, las cuales fueron objeto de análisis y debate por todo el claustro del país durante el curso 2003 – 2004.

Variante 1: Una carrera de cinco años de duración con un tronco común de tres años y **dos de** perfiles de salida **en las cuatro esferas** de actuación del Licenciado en Cultura Física y titulación con **menciones:** Educación Física, Entrenamiento Deportivo, Cultura Física Terapéutica y Recreación Física, adicionándose, Dirección y Gestión del Deporte y Ajedrez.

Variante 2: Una carrera de cuatro años de duración, con los dos años de adiestramiento laboral de manera articulada, a la cual se le llamó **4 + 2**, que culminaba en su primera parte con la Licenciatura en Cultura Física como tronco común y en la segunda, con un Diplomado o Maestría en correspondencia con la ubicación laboral en una de las esferas de actuación.

Estas variantes fueron finalmente desechadas por varias razones objetivas. Fue la más poderosa de todas que las mismas se alejaban del **perfil amplio** ya anteriormente alcanzado por la carrera de Cultura Física desde los Planes “C” en los años 90, que garantizaba en las condiciones histórico - sociales y económicas concretas actuales y perspectivas del país, una mayor empleabilidad y movilidad laboral del egresado. Incidieron también en la decisión de descartar las dos variantes, los aspectos siguientes:

- Dificultades de factibilidad para su instrumentación en algunas Facultades y en las SUM.
- Pluralidad de contextos y escenarios de formación,
- Limitaciones de recursos materiales e infraestructuras,
- Matrículas muy masivas provenientes de múltiples fuentes de ingreso, sobre todo en las SUM en la región oriental del país.
- Fuerza profesional calificada deficitaria en algunos territorios para poder implementar todas las ofertas de salidas diferentes o de articulación masiva pregrado – postgrado.

- Movimiento masivo de profesionales calificados a colaboraciones internacionalistas en el exterior.

En todo este proceso se realizaron consultas y presentaciones a la Dirección de Formación del Profesional del MES y a la Vicepresidencia de Docencia, Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente del INDER, contando siempre con su apoyo y acertada asesoría.

Se concluye, entonces, **mantener el perfil amplio y la duración de 5 años de la carrera** y se intensifican acciones investigativas y talleres de perfeccionamiento dirigidos al interior y esencia profesional de la carrera en cuanto a su plan docente, objetivos, sistema de habilidades y valores, programas de disciplinas y asignaturas, sistema de evaluación, etc., en correspondencia con las orientaciones iniciales y complementarias del MES sobre los Planes “D” (2003, 2005), diversas fuentes de información que aparecen referidas en la bibliografía básica de consulta, así como las nuevas características de la carrera en condiciones de universalización.

Para dar respuesta al nuevo Plan de “D” de Cultura Física y otras necesidades de acreditación de la carrera se diseñaron, además, dos proyectos de investigación: **Diseño Curricular y Evaluación Institucional** (ver Anexo 4). Estos proyectos, dirigidos por los Doctores Celia Rizo Cabrera y Luis Campistrous Pérez, arrojaron importantes resultados, entre los que podemos destacar, a manera de ejemplo, los obtenidos en los estudios siguientes:

- ✓ **Análisis de los programas del Plan C perfeccionado** en relación con la **estructura que tienen los programas de disciplinas** y las **orientaciones metodológicas que proyectan realizar las disciplinas y asignaturas.**
- ✓ **Diagnóstico integral de los alumnos que ingresaron en primer año en el Curso 2006-2007.**

❖ En cuanto al primer estudio relacionado con la **estructura que tenían los programas de disciplinas** y las **orientaciones metodológicas que proyectaban realizar las disciplinas y asignaturas de los programas del Plan C perfeccionado**, los resultados obtenidos fueron los siguientes: En total se analizaron 7 de las 11 disciplinas disponibles pues el resto no tenía Indicaciones Metodológicas, y en lo relativo a los métodos, se analizaron los programas de 11 de las 12 disciplinas (91.7%) y 52 de las 68 asignaturas (76.5%).

El análisis correspondiente a la **estructura** se realizó a partir de las Indicaciones Generales para la Carrera, y se incluyeron todas aquellas que fueron apareciendo de manera específica en las diferentes disciplinas. En general se apreció **la falta de completitud de la información**, a partir de lo orientado y **la poca coherencia de las orientaciones específicas.**

Con relación al **trabajo metodológico** que se plantearon realizar las disciplinas y asignaturas, se pudo analizar solo 6 de las 11 disciplinas disponibles (54.5 del % de las analizadas) y 27 de las 52 asignaturas disponibles (51.9%) pues en ambos casos esos programas no abordaban explícitamente lo relativo a los métodos a emplear.

En este estudio se pudo apreciar que casi la mitad de las disciplinas y de las asignaturas cuyos programas estaban disponibles, no tenían orientaciones al respecto, y los que contaban con ellas, no las tenían formuladas uniformemente. En este sentido se reveló que, buena parte de los programas analizados **declararon el asumir métodos activos, problémicos o participativos**, como una forma de interpretar la postura institucional en cuanto al empleo de métodos que contribuyeran a que el estudiante pudiera enfrentar y resolver problemas profesionales y así como formas que contribuyeran al desarrollo de habilidades profesionales en los estudiantes, pero en la práctica las concepciones de dichos métodos podían variar de una asignatura a otra o de un docente a otro pues no se explicitaron ideas comunes para instrumentarlos.

De igual modo se apreció en dichos documentos diversidad de lenguajes y formulaciones que evidenciaron la falta de coherencia en el trabajo institucional para garantizar los efectos esperados.

Lo antes planteado, se tuvo muy en cuenta en la confección de los programas de disciplinas en este nuevo Plan D, a los efectos de evitar estos vacíos informativos e incoherencias en lo que a documentos normativos y programas de las disciplinas y asignaturas se refiere, en aspectos de tanta importancia como **formar a ese profesional que nuestro país aspira tener y necesita tener**. Para ello se orientó una estructura única, sobre la base de ideas teóricas comunes, que fueron analizadas y discutidas con la mayor parte de los docentes de todas las disciplinas y posteriormente se revisaron y reformularon de manera centralizada con la participación de los responsables de las disciplinas. Estas versiones fueron presentadas y aprobadas en la Reunión Nacional de Carrera que se celebró en el ISCF en mayo de 2007.

❖ En cuanto al segundo estudio relativo al **diagnóstico integral de los alumnos que ingresaron en primer año en el Curso 2006-2007**, este abarcó conocimientos básicos de Español, Matemática, Ciencias Biológicas y Químicas y elementos de orden sociopolítico que permitieron caracterizar esa masa estudiantil en esos componentes cognitivos, y en lo relativo a valores. A partir de este estudio se tomaron decisiones también referidas a la inclusión de dos asignaturas nuevas que en principio se han denominado Matemática Básica y Morfología I y se modificó el programa de Bioquímica y el de Biomecánica para atender al déficit que en Química y Física presentaban estos alumnos. De igual modo se precisó el sistema de valores que debían ser jerarquizados en el trabajo institucional y que fueron declarados en este modelo del profesional, y se concretaron mediante los propios programas de las disciplinas.

Todo el trabajo de perfeccionamiento continuo realizado para la confección del nuevo plan de estudio "D" y de los programas de disciplinas conllevó la celebración, durante los cursos académicos 2004 - 2005 hasta el 2007 -2008, de Comisiones Nacionales de Carrera y Disciplinas para ir evaluando por aproximaciones sucesivas y con un amplio movimiento de participación del claustro de todo el país, los progresos y desaciertos hacia la definición del nuevo modelo de plan de estudio. Mensualmente se desarrollaban en el CES Rector talleres de perfeccionamiento con la participación de los profesores principales de disciplinas y otros especialistas así como varias reuniones con todo el Claustro de profesores y el Consejo Científico, mediante los cuales se iban socializando e intercambiando experiencias, resultados y opiniones

sobre aspectos del diseño. También, por vía electrónica se difundieron materiales y se recogieron opiniones que fueron debidamente procesadas y consideradas como parte del proceso de investigación y elaboración de distintos aspectos del plan.

Finalmente se concluye el Plan de estudio “D” de Cultura Física que se presenta a continuación, el cual introduce importantes modificaciones en el proceso de formación garantizando un nuevo plan cualitativamente superior. En el que se destacan logros siguientes:

- Modelo del profesional con objetivos integrados en lo instructivo y educativo y un sistema de valores, de habilidades básicas y específicas y objetivo por año, que aseguran una definición muy clara de los propósitos a lograr en el proceso formativo.
- Perfeccionamiento de todas las Disciplinas y surgimiento de nuevas disciplinas, tales como: MorfoBiomecánica, Psicopedagogía, Teoría y Práctica de la Educación Física, Teoría y Práctica del Entrenamiento Deportivo, lográndose en las doce disciplinas de la carrera mayor integración disciplinar e interdisciplinar a partir del rediseño estructural, funcional y conceptual y la creación de nuevas asignaturas más integradoras: Fundamentos Biológicos del Ejercicio Físico, Talleres de Deportes de Combate y Actividad Física Adaptada, entre otras.
- Fortalecimiento del área de las Humanidades, las Ciencias Sociales y científico - tecnológicas, del perfil pedagógico de la carrera y del vínculo teoría y práctica dentro de las disciplinas y en la práctica laboral investigativa. Esta última se desarrolla desde el 2do hasta el 10mo semestre de la carrera con 1152 horas de un total de 4 246 que tiene el plan de estudios, para un 27,0% del tiempo total previsto en el modelo presencial.
- Plan Docente en solo dos modelos: presencial y semipresencial con una lógica científica superior en cuanto a la precedencia y articulación de las disciplinas y asignaturas, con cambios significativos en el modelo teórico metodológico de aprendizaje.
- Un modelo de tránsito para el nuevo plan de estudio “D” que asegura una introducción en pocos años de todo el plan docente.
- Basados en el principio de centralización – descentralización se descentraliza la elaboración de los programas de asignaturas y las asignaturas optativas – electivas a nivel de Facultades – SUM. Dichas asignaturas optativas – electivas aseguran la participación activa de los estudiantes en la definición de intereses cognitivos y profesionales y representan el 12.5 % del total de 56 asignaturas del modelo presencial.
- Perfeccionamiento del Sistema de evaluación de la carrera con una sensible disminución de los exámenes finales e incremento de la evaluación sistemática y trabajos de curso, así como, dos formas de culminación de estudios equivalentes: Trabajo de Diploma y Examen Estatal, para flexibilizar la forma única anterior: Trabajo de Diploma y ajustarnos más a la realidad de los estudiantes y de los contextos donde esta se desarrolla. Se incorpora además un examen integrador al finalizar el tercer año de la carrera que, en la concepción de este plan de estudios, pudiese convertirse en una salida intermedia de profesor de educación física.
- Mejor balance de la carga docente potenciando las actividades que conducen al desarrollo de la capacidad de autoaprendizaje de los estudiantes y de la responsabilidad como valor, reduciendo el número de asignaturas semestre y las horas de presencialidad, todo lo cual disminuye hacia los años terminales de la carrera. De esta manera, al lograrse mayor racionalidad e integración de los

objetivos y contenidos en las disciplinas, se eliminan 12 asignaturas en comparación con el número total de las del Plan “C” perfeccionado que es de 68, lo que representa 17,64% menos.

- Una estrategia educativa de la carrera basada en un sistema de valores y dirigida al trabajo formativo y político ideológico, con elementos organizativos a nivel de año y grupos docentes que enfatizan la atención personalizada mediante la labor de tutoría.

Adentrémonos ahora en el Plan de estudio “D” de Cultura Física.

Vicerrectoría Académica

Plan de Estudio “D”
LICENCIATURA EN CULTURA FÍSICA
CURRÍCULO BASE

ANTECEDENTES

Los estudios de la Licenciatura en Cultura Física se inician el 1973 en la Escuela Superior de Educación Física (ESEF) mediante la Resolución 488/73 del Ministerio de Educación que aprueba la transformación de la ESEF “Cmdte. Manuel Fajardo” en un centro de formación universitaria. El primer plan de estudio de nivel universitario de Cultura Física, fue elaborado de conjunto por profesores cubanos y del campo socialista que en aquel entonces colaboraban en nuestro país. Este primer plan tuvo una duración de cuatro años y partía de “un tronco común bastante amplio con profundización, bien en un deporte, en educación física o recreación”. Pozas y otros (1994).

A partir de 1976 con la creación del Ministerio de Educación Superior el centro pasa oficialmente a denominarse Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”. Se elabora el Plan de Estudio “A” con sus correspondientes programas. Este plan incluía

dos especialidades: la de deportes con 8 especializaciones y la de educación física con tres especializaciones: Preescolar, Escolar y Recreación, con dos modalidades: por encuentro y vespertino – nocturno. El Plan “A” tuvo una duración de cuatro años y comenzó a desarrollarse en septiembre de 1977. Un elemento distintivo de este plan fue la forma de culminación de estudios por Trabajo de Diploma, lo que potenció la labor investigativa en la formación de aquellos profesionales. A partir de ese año comenzaron a desarrollarse en las principales capitales de provincias del país filiales de este Instituto, CES Rector, hasta llegar a la cifra de 14 Facultades.

En 1981, se pone en marcha una nueva generación de planes de estudio o Plan “B” en correspondencia con el principio declarado por el Ministerio de Educación Superior, desde su fundación, de asegurar un continuo perfeccionamiento de la Educación Superior.

El Plan “B” amplió a cinco años la duración de la carrera. También incrementó el número de especializaciones en deportes a 12 y disminuyó a dos las de educación física: Educación Física y Recreación. En este plan se incorporó, como nuevo elemento, un semestre de práctica laboral al final de la carrera vinculada a su futuro desempeño profesional, denominada práctica de preubicación o preasignación. Durante los años 80 un plan de estudio muy similar y de los que hubo varias graduaciones, se desarrolló en los Institutos Superiores Pedagógicos del país donde se formaban Licenciados en Educación, especialidad Educación Física.

Pero lo más novedoso del Plan “B” de Cultura Física fue quizá la creación del Curso para Atletas dada la necesidad de atender, de manera especial, a un gran número de miembros de equipos nacionales y juveniles que, como parte del desarrollo deportivo pujante de nuestro país, decidieron matricular la carrera. Este curso se organizó de manera tal que dichos atletas pudiesen desarrollar sus entrenamientos y compromisos competitivos nacionales e internacionales y a su vez, formarse como buenos profesionales de la Cultura Física. A tales efectos se dictó una Resolución Rectoral que incluía como elementos novedosos el convenio de asignaturas y una extensión de 3 años más para culminar los estudios universitarios. El curso de Atletas se ha seguido perfeccionando en los planes precedentes.

En 1987 la tendencia a incrementar cada vez más la especialización en muchas carreras universitarias, característica de los planes “A” y “B” entre las que se incluye la de Cultura Física, fue fuertemente criticada por la máxima dirección del país. Con estos antecedentes el Plan “B” quedó sometido a un profundo diagnóstico, que evidenció aspectos tales como: un número excesivo de asignaturas; no se derivaban adecuadamente los objetivos en relación con el modelo del profesional; los volúmenes de asignaturas por semestre ocasionaban un alto número de horas de docencia directa a la semana y de actividades evaluativas, en detrimento de las horas para emplear en la práctica docente; no existía una adecuada articulación entre los componentes laboral e investigativo dirigida a la solución de problemas profesionales; exceso de exámenes finales de asignaturas de corte memorístico en detrimento de trabajos de cursos y evaluaciones más integradoras; el sistema de formación práctico docente había estado vinculado a un concepto de especialidad o especialización, lo que provocaba una verticalización muy grande del perfil de salida de los egresados y un perfil de empleo muy estrecho.

Todo ello creó las bases para que la dirección del país hiciera un llamado a cambiar conceptos para dirigirlos a una formación de **perfil amplio**, con una formación básica sólida, una organización curricular por amplias áreas de conocimiento, con énfasis en las habilidades profesionales y la inclusión de programas directores, tales como: Computación, Español, Inglés y Formación Científica. Sobre estas bases se inició la elaboración de una nueva generación de planes de estudios: el Plan “C”

En el caso específico de Cultura Física, el Plan “C” declara, por primera vez, cuatro esferas de actuación de los profesionales de la Cultura Física: la Educación Física, la Recreación y el Deporte, ya existentes, y como nueva, la Cultura Física Terapéutica, teniendo en cuenta el desarrollo sociocultural y deportivo que iba alcanzando el país.

El Plan “C” introdujo como elementos novedosos:

- el principio de la integración de los componentes académico, laboral e investigativo como base del diseño curricular;
- los diseños curriculares ajustados a las necesidades y características de los tres tipos de cursos existentes: Curso Regular, Curso de Atletas y Curso para Trabajadores;
- eliminación del concepto de Cátedras y sustitución por Departamentos Docentes y una organización en doce disciplinas con asignaturas favorecedoras para una mayor integración de las distintas áreas de conocimiento;
- la realización durante la carrera de práctica docente por los estudiantes en las cuatro esferas de actuación; lo que en la práctica no siempre fue posible, dadas determinadas necesidades sociales.
- la incorporación al sistema de evaluación de exámenes y trabajos de curso en las disciplinas;
- la articulación entre la formación del profesional y la educación de postgrado, mediante la transferencia de las especialidades a figuras de educación postgraduada, junto a las Maestrías y Doctorados, entre otros importantes cambios.

No obstante, el Plan “C” de Cultura Física mantenía un número elevado de asignaturas (68), entre 8 y 14 objetivos por año, entre otras insuficiencias y no existía el documento de su aprobación oficial por el MES.

El concepto de perfil amplio en el Plan “C” de Cultura Física es interpretado globalmente, es decir, formar un profesional capaz de desarrollar su actuación en las 4 grandes esferas de actuación antes mencionadas, lo que constituyó un viraje de la extrema especialización, de los Planes A y B, al generalista. Este cambio provocó que la especialidad pasara a ser una figura del postgrado académico y se rompiera el vínculo directo y masivo formación – especialidad, cuestión que se ha mantenido hasta hoy. No obstante, estos cambios contribuyeron a desarrollar fuertemente los estudios de postgrado de Cultura Física que cuenta hoy con Diplomados, Especialidades, Maestrías y Programas Doctorales.

Como parte del perfeccionamiento continuo y el desarrollo acelerado que en estos tiempos va alcanzando la ciencia y la tecnología, el Ministerio de Educación Superior

(MES) convoca en 1997 a la introducción de los Planes “C” modificados, manteniendo los conceptos de perfil amplio pero introduciendo nuevos adelantos en las esferas científico tecnológicas y del diseño curricular para atemperarlos a las nuevas exigencias de desarrollo social y económico del país. En el caso específico de Cultura Física el Plan “C” modificado comienza a aplicarse a partir de Septiembre del 2001, previa defensa ante un tribunal de expertos del MES, el INDER y organismos usuarios, elemento novedoso introducido para la aprobación oficial de estos planes.

Los días 17 y 18 de Enero del 2002 en el II Taller “La Universidad en la Batalla de Ideas” el compañero Fidel plantea la necesidad de *“concebir un nuevo modelo desconcentrado territorialmente, para acercar la docencia a los lugares de residencia y trabajo de los estudiantes, permitirle a las universidades la asimilación de una matrícula masiva y no dar cabida ni al desaliento, ni al fracaso”*. A partir este momento se inicia una nueva etapa conocida como la “Universalización de la Educación Superior”.

En septiembre de 2003, se aprobó por el Consejo de Dirección del MES el Documento Base para la elaboración de los Planes “D” como parte del proceso de perfeccionamiento continuo de la Educación Superior cubana, eso trajo como consecuencia que los cambios que se estaban produciendo en algunas carreras como consecuencia de la Batalla de ideas que libra nuestro pueblo y en particular, la Universalización, se integraran igualmente a este perfeccionamiento.

Los nuevos Planes “D” responden como su antecesor, al Modelo Pedagógico de *Perfil amplio*, basado fundamentalmente en la necesidad de una formación básica profunda que le permita al profesional resolver los principales problemas que se presenten en las diferentes esferas de su actuación profesional. A su vez, declara que los principios fundamentales que sustentan este modelo, que son: *la prioridad de los aspectos de carácter educativo* en el proceso de formación, en estrecha e indisoluble unidad con los instructivos y *el vínculo entre el estudio y el trabajo*, en sus diferentes modalidades posibles.

1. EL MODELO DEL PROFESIONAL.

El Plan “D” de Cultura Física, mantiene la **concepción de perfil amplio**, lo cual asegura una mayor empleabilidad y movilidad laboral del egresado de esta carrera, capaz de actuar en el **campo de la Cultura Física** y en sus diferentes **esferas de actuación profesional** que son: la Educación Física, los Deportes, la Cultura Física Terapéutica y Profiláctica, la Recreación Física, así como, poder cambiar de actividad laboral dentro del campo de la Cultura Física en correspondencia con las necesidades socio – políticas y económicas actuales y perspectivas del país, personales y de cada territorio.

El **objeto** de la carrera es **el proceso de formación del licenciado de cultura física en las condiciones actuales de la educación cubana**, por lo que el egresado del Plan “D” de Cultura Física tendrá una formación integral y de servicio a la Revolución, con sólidos conocimientos y habilidades pedagógico profesionales. Un licenciado con

excelentes condiciones ético - morales y profesionales y con una visión crítico reflexiva y transformadora de los procesos y actividades de la Cultura Física en sus ámbitos de actuación.

En correspondencia con estos postulados se declaran el **objetivo general de la carrera, el modo de actuación y las habilidades profesionales asociadas al desempeño, el sistema de valores y los objetivos de año.**

- **Objetivo general:**

Al finalizar su carrera el egresado debe ser capaz de:

Poner en práctica, en el ejercicio de su profesión, habilidades pedagógicas, físicas, deportivas y recreativas, con dominio de la comunicación, la tecnología y la investigación, sobre bases científicas en correspondencia con los enfoques filosóficos, económicos, psicopedagógicos, biológicos, socioculturales, éticos, estéticos, de dirección y medio ambientales asociados a la Cultura Física, con un pensamiento reflexivo, transformador y de atención a la diversidad, al servicio permanente de la Revolución y de nuestra Sociedad y con un nivel de actuación ciudadana y profesional que evidencie su amor por la Patria y su disposición a defenderla, así como otros valores formados en correspondencia con el sistema de valores establecido en este modelo.

El **modo de actuación** del profesional tiene un **carácter eminentemente pedagógico y se pone en práctica mediante habilidades profesionales** que dan respuesta al “saber”, “saber hacer” y “saber ser” del profesional de la Cultura Física, a partir del análisis funcional del ejercicio profesional para un desempeño **acorde a las exigencias sociales**. Dichas habilidades son las siguientes:

- **Habilidades profesionales básicas.**

- Desarrollar una comunicación dialógica basada en el intercambio de opiniones y el respeto mutuo, con adecuada expresión oral y escrita.
- Interpretar información especializada en idioma inglés y comunicarse de manera primaria en ese idioma.
- Argumentar sus criterios y acciones profesionales sobre la base de las Ciencias Sociales y Psicopedagógicas y de las Aplicadas a la actividad física.
- Utilizar las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC) en la búsqueda, intercambio y procesamiento de la información y como fuente de autoaprendizaje y autodesarrollo profesional.
- Emplear métodos y técnicas de investigación para identificar, definir, y solucionar problemas profesionales.
- Trabajar en equipo y saber sociabilizar con ética los diferentes criterios, con respeto al trabajo propio y al de los demás.
- Actuar con compromiso social y político en el ejercicio profesional institucional.

- **Habilidades profesionales específicas.**

- Programar y desarrollar clases de educación física.

- Ejecutar los elementos técnico-tácticos de los deportes que son objeto de estudio.
- Aplicar la metodología de la enseñanza de la gimnasia, los juegos y los deportes.
- Elaborar planes y desarrollar sesiones de entrenamiento deportivo.
- Utilizar diferentes ejercicios, medios y equipos para la preparación física y deportiva.
- Organizar y desarrollar competencias deportivas, con dominio del arbitraje y la anotación.
- Actuar con respeto de los reglamentos y normas del deporte.
- Organizar y desarrollar actividades físico deportivas y recreativas en diversos medios naturales en la comunidad, desde una visión de “Deporte para Todos”, y medio ambiental.
- Instrumentar y ejecutar el cuidado y mantenimiento de instalaciones y medios deportivos.
- Aplicar técnicas y ejercicios profilácticos y terapéuticos de rehabilitación física, así como métodos de control y adaptación de actividades a personas discapacitadas o con necesidades educativas especiales.
- Diseñar proyectos comunitarios con un fin transformador, a partir del diagnóstico de necesidades socioculturales y de actividad física de la población, en los contextos en que desarrolla su actividad laboral e investigativa.
- Aplicar diferentes formas de diagnóstico, programación, control y evaluación de la actividad física, deportiva y recreativa.

● Sistema de valores

Los valores, al constituir reguladores de la conducta social de cada sujeto, adquieren una gran importancia para la convivencia humana y en la formación integral del futuro profesional. El sistema de valores de la carrera será el siguiente:

- Patriotismo
- Internacionalismo
- Responsabilidad
- Honestidad
- Justicia
- Laboriosidad
- Perseverancia
- Cooperación y ayuda mutua
- Humanismo

En términos de valores, el futuro egresado debe evidenciar en sus formas de actuación una postura en correspondencia con su función de educador y las normas de nuestra sociedad socialista como corresponde a un ciudadano digno de este país. En relación con estos **valores considerados esenciales**, debe lograrse en el futuro egresado una formación donde evidencie su **patriotismo** e **internacionalismo**, y **solidaridad en general** con todas aquellas personas con las que interactúa en su actividad familiar, profesional y ciudadana manteniendo siempre **posturas humanistas, mostrando en la práctica la identidad con su país y con las ideas que defiende la Revolución Cubana**. De igual modo debe ser ejemplo de **honestidad** y espíritu de **justicia** en su comportamiento en general, y mostrar **responsabilidad, laboriosidad y tenacidad (perseverancia)**.

En el proceso de formación, la integración de las habilidades profesionales y del sistema de valores de la carrera en cada estudiante debe expresarse desde el punto de vista cognitivo, en el desarrollo de un **pensamiento reflexivo, crítico y autocrítico así como creativo, que le permita con independencia y de forma lógica e inteligente interactuar con su medio y transformarlo** y desde el punto de vista afectivo, mostrar a sus alumnos sentimientos de **amor, comprensión y atención a sus necesidades**, sin dejar de ser **exigente** pero con **flexibilidad** y **formas de comunicación adecuadas** que propicien que la relación que se establezca esté basada en la **aceptación, respeto mutuo y confianza**.

Este proceso de formación integral debe conducir, a su vez, a formar en los futuros profesionales de la Cultura Física un elevado **compromiso ético y de servicio digno a la patria y a la sociedad como una muestra de su identidad con ella y con los principios que la sustentan**, y a desarrollar un **conjunto de capacidades** de carácter genérico, que conduzcan al profesional responsable a actuar con calidad, tales como: la **capacidad de aprender y actualizarse de forma permanente**, la **capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica**, la **capacidad de abstracción, análisis y síntesis**, la **capacidad de anticipar, identificar y resolver situaciones problemáticas**, la **capacidad de trabajar en equipo** y la **capacidad de motivar y conducir a las personas hacia la práctica sistemática de actividades físicas y deportivas**, entre otras.

Corresponde a cada disciplina y colectivo de año traducir estos valores en formas de actuación concretas, en conductas deseables relacionadas con estos valores. A su vez, existe la posibilidad de incorporar otros valores y operacionalizarlos en formas de actuación o conductas deseables, que sirvan de indicadores de evaluación, toda vez que en la medida que dichas actuaciones o conductas se expresen con regularidad, con tendencia al autoperfeccionamiento y de forma consecuente con nuestros principios y normas, se convierten en indicadores de manifestación y desarrollo de esos valores en el proceso de formación del profesional.

- *Objetivos de la carrera por años*

A continuación se definen los objetivos generales por año en correspondencia con un currículum base. La definición de las habilidades profesionales, que operacionalicen el cumplimiento del objetivo general en los años de la carrera, es responsabilidad del colectivo de año en cada una de las facultades, como parte del principio de centralización y descentralización establecido en el documento base del MES sobre la confección de los Planes de Estudios D.

1er Año

Al finalizar el primer año de la carrera el egresado debe evidenciar que posee las bases de conocimientos biológicos, procedimientos básicos matemáticos y computacionales y formas adecuadas de expresión oral y escrita en su idioma, con el empleo correcto de términos propios de la cultura física, así como las bases de carácter lúdicas, motrices y deportivas del ejercicio profesional, mostrando motivación y clara visión de los campos de actuación profesional de su carrera como un primer acercamiento a su responsabilidad en el ejercicio de su futura profesión, con bases éticas y conocimientos de la historia de su país que le permitan ir ajustando sus formas de actuación en correspondencia con las normas de nuestra sociedad socialista.

2do. Año

Al finalizar el segundo año de la carrera el egresado debe poder impartir clases en la educación primaria con un mínimo de corrección y empleo de conocimientos esenciales psicopedagógicos, biológicos, históricos, físicos, motrices, éticos y estéticos aplicados a la educación física, con un uso adecuado de su idioma, mostrando compromiso y responsabilidad en el ejercicio de su futura profesión en correspondencia con su función de educador, sobre la base de fundamentos filosóficos y económicos que le permitan ir ajustando sus formas de actuación en correspondencia con las normas de nuestra sociedad socialista y los valores declarados en este modelo.

3er año

Al finalizar el tercer año de la carrera el egresado debe poder planificar e impartir clases de educación física en la educación general media, con un mayor empleo de sus conocimientos psicopedagógicos, biológicos, deportivos y recreativos, físicos, motrices, éticos, estéticos e investigativos, mostrando un uso adecuado de su idioma, e incorporando a su actividad profesional conocimientos de la teoría y práctica de la educación física y técnico tácticos y metodológicos sobre el entrenamiento deportivo, así como un mayor compromiso y responsabilidad en el ejercicio de su futura profesión, con un comportamiento en correspondencia con su función de educador, con las normas de nuestra sociedad socialista y los valores declarados en este modelo.

4to año

Al finalizar el cuarto año de la carrera el egresado debe evidenciar en su actuación que puede planificar, ejecutar y evaluar actividades profilácticas, terapéuticas y recreativas para todas las edades, atendiendo a la diversidad en el

entorno de la comunidad y con posturas actualizadas en cuanto al papel de la ciencia y la tecnología vinculada a la sociedad, integrando los conocimientos y habilidades adquiridas a través de las asignaturas cursadas e incorporando a su actividad profesional conocimientos prácticos, éticos y de programación sobre el entrenamiento deportivo y la utilización de elementos técnico tácticos, las reglas y arbitraje, con un mayor compromiso y responsabilidad en el ejercicio de su futura profesión, y un comportamiento en correspondencia con su función de educador, con las normas de nuestra sociedad socialista y los valores declarados en este modelo.

5to año

Al finalizar el quinto año de la carrera el egresado debe evidenciar en su actuación que puede planificar, ejecutar y evaluar planes de entrenamiento deportivo y de dirección y organización de competencias, en correspondencia con las necesidades de la práctica, y mostrar un mayor uso de la investigación y conocimientos de las tecnologías de la dirección en el diseño de proyectos vinculados a las diferentes esferas de su actuación profesional futura, integrando conocimientos y habilidades adquiridas a través de otras asignaturas de la carrera con un mayor compromiso y responsabilidad en el ejercicio de su futura profesión y un comportamiento en correspondencia con su función de educador, con las normas de nuestra sociedad socialista y los valores declarados en este modelo.

2. INDICACIONES METODOLÓGICAS Y DE ORGANIZACIÓN.

➤ Modelo teórico – metodológico de la carrera

El diseño y desarrollo curricular del Plan “D” se sustenta en un modelo teórico - metodológico integrador de base humanista e histórico – cultural del desarrollo humano, dirigido a la formación integral de los profesionales de la Cultura Física. Lo antes planteado significa:

- Concebir el desarrollo en general y el aprendizaje en particular, centrado en **el desarrollo integral de la personalidad que**, sin desconocer el componente biológico del individuo, lo concibe como **un ser social** cuya realización estará determinada por la asimilación de la cultura material y espiritual creada por las generaciones precedentes.

En esta teoría, el desarrollo de la personalidad del estudiante se concibe mediante **la actividad y la comunicación en sus relaciones interpersonales**, constituyendo ambos (actividad y comunicación) los agentes mediadores entre el estudiante y la experiencia cultural que va a asimilar.

- Considerar, como un aspecto de gran importancia en el trabajo del docente, **el conocimiento que debe de tener de lo que el estudiante puede hacer con su ayuda o con la de otros estudiantes** (nivel de **desarrollo potencial**) es decir, en una actividad social de interrelación, **y lo que el estudiante ya asimiló y puede**

realizar sólo de forma independiente (nivel de **desarrollo real**), porque ya constituye un logro en su desarrollo. El conocimiento de esta “distancia entre estos dos niveles evolutivos de desarrollo” o “**zona de desarrollo próximo**”, unido a la acción pedagógica del profesor o la de otros estudiantes, permitirá que lo que es potencial en un momento dado se convierta en desarrollo real del estudiante. De este modo el profesor no solo estará atendiendo el aprendizaje del alumno en el presente, sino también proyectándolo para el futuro.

- Favorecer la formación en el alumno de habilidades profesionales y la capacidad de autoaprendizaje. Para ello es necesario considerar que:
 - La **actividad de aprendizaje**, en cuanto a organización y exigencias reúne potencialidades importantes para el logro del desarrollo de la personalidad del alumno. Esta actividad debe organizarse de modo que propicie un **papel activo, reflexivo en el estudiante**, y que **se planifique teniendo en cuenta la posibilidad de interacción entre los estudiantes**. En esa interrelación social, van asimilando procedimientos de trabajo, conocimientos, normas de conducta, actuando con los compañeros y el profesor, como mediadores de la cultura a asimilar.
 - Se debe concebir el proceso de enseñanza aprendizaje de modo que el alumno realmente esté **activo**, física e intelectualmente, lo que se resume en **lograr un verdadero desarrollo del alumno en todos sus planos: intelectual, físico y moral** (enseñanza desarrolladora). Para ello son muy importantes los métodos y estrategias que emplee el maestro y el tipo de tarea que se le proponga a los alumnos.
 - En el uso de los **métodos y estrategias** son necesarias formas de actuación del docente que propician no sólo la reproducción en el alumno sino también el incremento de su participación activa y productiva. Esto no significa mucha participación externa, visible, sino participación consciente para el alumno, no necesariamente visible en el caso de las actividades intelectuales. Para lograr esa actividad, el sistema de tareas que se organice debe propiciar ese movimiento interno cognitivo o externo motor, pero consciente y reflexivo.
 - Con respecto a las **actividades para los alumnos**, tanto de orden mental como físico, deben planificarse de modo que las de **carácter reproductivo** se sustenten no solo en la memoria mecánica sino en procesos conscientes basados en el conocimiento de los conceptos involucrados, pues estos necesitan saber lo que hacen, así como por qué y para qué lo hacen.
 - Se propicie la activación de otros procesos de pensamiento que contribuyan al desarrollo de lo que se denomina **pensamiento lógico**. Esto significa para las actividades de tipo intelectual y físico, que se incluyan niveles de identificación de conceptos y procedimientos, la realización de los mismos por parte del alumno, la argumentación de hechos, la discusión de problemas específicos del área de formación que se esté trabajando, entre otras actividades.
 - Propiciar **formas de comunicación** eficientes entre los alumnos, de modo de lograr una **socialización de aciertos y errores** en el proceso del aprendizaje, y la posibilidad de analizar críticamente los resultados personales y colectivos.
- Potenciar un **aprendizaje verdaderamente significativo para el alumno** en los tres planos que se debe lograr la significatividad:

- En el **plano personal**, que significa que involucrarse en el proceso de aprender le interese realmente al alumno. Está relacionado con la motivación hacia el aprendizaje y en ello la concepción de la clase juega un papel esencial.
 - En el **plano social**, que significa que el alumno vea la necesidad y utilidad social de lo que aprende.
 - En el **plano cognitivo**, que es el que menos se trabaja, significa que el estudiante puede relacionar el nuevo material de aprendizaje con su estructura de conocimiento existente (**sus condiciones previas**), y adquiera un sentido en esa estructura de conocimiento, pero para lo cual es necesario **que lo que se aprende esté debidamente sustentado en el orden cognitivo** y no sea una mera repetición de algo ausente de sentido en dicho orden. **Estructurar el proceso de enseñanza para lograrlo es una tarea de primer orden para el que enseña.**
- Trabajar con algunos postulados no antes referidos de la enseñanza desarrolladora, entre los que se encuentran:
 - **Poner en práctica el principio de la unidad entre lo instructivo y lo educativo.** No se trata de formar sólo a un estudiante que piense sino y en buena medida a un estudiante que sienta, que sea capaz de orientar su comportamiento a partir de hacer suyos, como normas y cualidades, los valores sociales más relevantes.
 - **Partir del diagnóstico de la preparación y desarrollo del alumno**, lo cual es en la actualidad una exigencia del Ministerio de Educación Superior.
 - **Orientar la motivación hacia la actividad de estudio** y mantener su constancia. Desarrollar **la necesidad de aprender y entrenarse en cómo hacerlo de manera independiente.** Con ello se favorece **el desarrollo de la capacidad de autoaprendizaje**, que es también una exigencia actual del Ministerio de Educación Superior.
 - **Vincular el contenido de aprendizaje con la práctica social** y estimular la valoración por el alumno en el plano educativo.
 - El docente universitario, para lograr lo antes planteado **debe realizar una dirección y un control efectivo** del aprendizaje de sus alumnos mediante una **planificación adecuada de la clase.** Debe tener en cuenta que es un orientador, guía y tutor, que favorece los procesos de aprendizaje, la interacción, búsqueda y reflexión de sus estudiantes. Este docente – tutor, estará más preocupado por el proceso de formación integral de éstos, que en la simple transmisión del contenido de la asignatura que les imparte, teniendo como elementos esenciales de su acción pedagógica la formación de valores – actitudes y el desarrollo de la capacidad de autoaprendizaje de los estudiantes.
 - Estrategias educativas de la carrera

Con respecto al desarrollo de **estrategias educativas relacionadas con el Idioma, Computación, Historia de Cuba, Formación Económica, Medio Ambiente y Dirección** se debe propiciar, de modo general:

- **El uso adecuado del idioma español en todas sus formas**, mediante la exigencia sistemática de su empleo correcto en clases y actividades extra clases así como en la presentación y discusión de sus trabajos.

- La **búsqueda y empleo de información en idioma inglés** de modo que les permita ampliar sus conocimientos tanto en esa lengua como en el tema que esté estudiando o investigando.
- El **empleo de la computación** en el desarrollo de las clases y de las actividades que se propongan para la actividad individual de los alumnos y el uso de la tecnología de la información y las comunicaciones que estén a su alcance en la institución o fuera de ella.
- El **trabajo para lograr una educación científica tecnológica** que subraye la naturaleza social de la ciencia y la tecnología, y represente la adquisición de las capacidades cognitivas necesarias para utilizar los adelantos científicos y tecnológicos para el progreso social, en el ejercicio de la profesión.
- Atender durante la actividad docente y de estudio de los alumnos a su **formación investigativo- laboral** en el campo de la preparación de las diferentes áreas de formación, debiendo proponerse actividades de búsqueda bibliográfica y en las que deben realizar acciones investigativas acordes con sus posibilidades en cuanto a las condiciones previas que ya hayan alcanzado en el momento en que se impartan las diferentes asignaturas.
- El **trabajo con la información científica, económica e histórica** relacionada con el país y con su futura profesión y que esté vinculada a su actividad de aprendizaje dentro de las diferentes disciplinas.
- La búsqueda y empleo de información, dirigida a la **educación ambiental** de los estudiantes, en correspondencia con los objetivos de cada disciplina y que propicien la adquisición y generación de conocimientos, el desarrollo de hábitos, habilidades, cambios de comportamientos y formación de valores orientados hacia:
 - ✓ La organización y planificación de la Cultura Física, al considerar al hombre como un ser social único, **contribuyendo con ello al desarrollo armónico del ser humano como centro de la biodiversidad.**
 - ✓ La divulgación adecuada de los cambios adaptativos en el organismo que practica sistemáticamente las diferentes formas de la Cultura Física, y su contribución a **contrarrestar las influencias negativas que ejerce el desarrollo de la sociedad moderna sobre la actividad motora del hombre.**
 - ✓ La promoción sistemática de las actividades físico deportivas y recreativas como un medio para **el mejoramiento de la calidad de vida.**
 - ✓ La contribución que en general puede lograrse con la aplicación de los conocimientos de la asignatura al **desarrollo sostenible de nuestra sociedad.**
 - ✓ Un uso adecuado de la tecnología tanto para lo relacionado con la salud física de las personas, como con el cumplimiento de normas morales y éticas de acuerdo con los principios de nuestra sociedad, así como para la protección de los equipos y del medio ambiente.
 - ✓ El trabajo hacia nuevas formas de relación de los alumnos y trabajadores con la naturaleza, de estos entre sí y con el resto de la sociedad, en el marco de la Institución y en el contexto social donde ellos se desenvuelven.
 - ✓ La creación de un marco de respeto, afecto y solidaridad en las clases y en la **Institución** en general, que propicie un cambio en las relaciones entre las personas, incrementen el sentido de pertenencia y favorezca actitudes como el cuidado de las áreas verdes, el mantenimiento y limpieza de las aulas, baños e instalaciones en general, ahorro de agua y energía, entre otras manifestaciones de educación formal y ambiental.

➤ La estrategia de formación permanente

El nuevo Plan “D” de Cultura Física cuya concepción responde a las nuevas exigencias sociales de Universalización de la Educación Superior que indican la necesidad de un nuevo perfeccionamiento, tiene como uno de sus conceptos fundamentales la **formación permanente** de los recursos humanos de la Cultura Física. Ello implica asegurar la formación de los profesionales de la Cultura Física articulando **de forma continua y masiva** los estudios de Licenciatura, o de Pregrado, a los de Postgrado.

Por tanto, el nuevo Plan “D” tiene una duración de 5 años en su modelo presencial y se articula con el postgrado mediante una etapa de 2 años de *Adiestramiento Laboral*, posterior a la graduación de dicho Licenciado como parte del cumplimiento de su servicio social. **Durante el adiestramiento laboral**, el egresado tiene la oportunidad de matricular cursos y entrenamientos de postgrado con lo cual se comienza a concretar en la práctica el concepto de formación permanente, **lo que es válido también para los que estudian por la variante semipresencial**, lo único que al ya ser trabajadores – estudiantes no cumplen el servicio social.

Esta etapa de Adiestramiento Laboral o postgraduada, se convertirá además en un excelente escenario de evaluación permanente del logro de los objetivos de la carrera en el desempeño profesional del recién graduado mediante variados métodos y técnicas investigativas y, a su vez, éste será objeto de un acompañamiento pedagógico desde las Facultades, mediante los equipos de Práctica y Adiestramiento Laboral, en los centros o dependencias donde labore.

Posteriormente, el egresado de nuestra carrera tendrá la posibilidad de matricular distintas figuras del postgrado académico en correspondencia con sus intereses, las ofertas de los centros e instituciones de Cultura Física u otras universidades afines y sus méritos docentes e investigativos, durante toda su vida laboral y profesional.



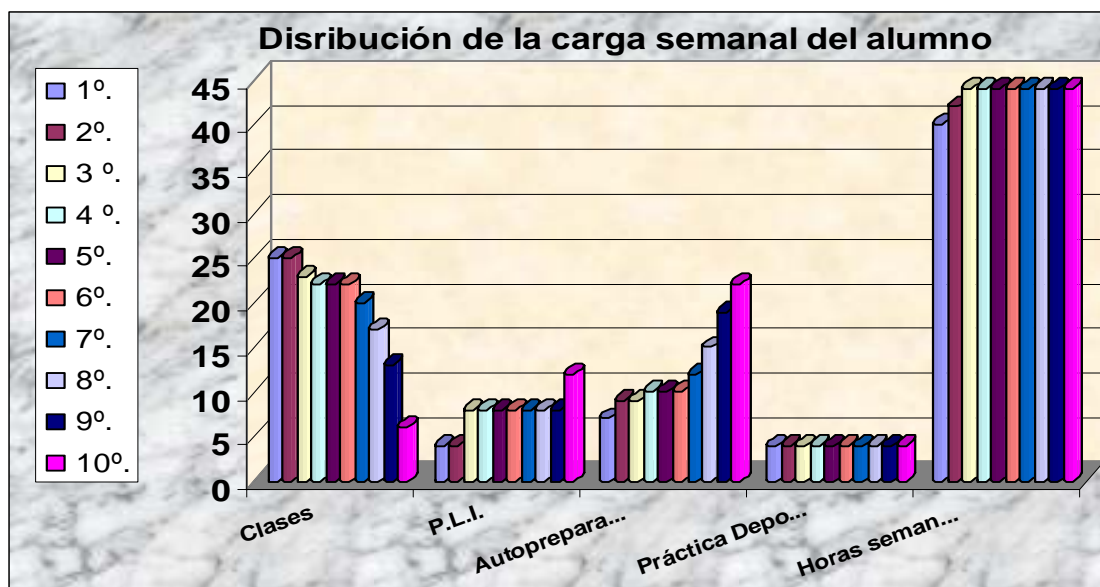
➤ **Balance de la carga docente presencial y no presencial del estudiante.**

Una propuesta de distribución del tiempo por semestres y años académicos en correspondencia con el plan de estudio, se indica en la siguiente tabla:

Distribución de horas semanales por tipo de actividad del estudiante										
Años	Primer o		Segund o		Tercer o		Cuarto		Quinto	
Semestre	1º.	2º.	3 º.	4 º.	5º.	6º.	7º.	8º.	9º.	10º.
Clases	25	25	23	22	22	22	20	17	13	6
P.L.I.	4	4	8	8	8	8	8	8	8	12
Autopreparación¹	7	9	9	10	10	10	12	15	19	22
Práctica Deportiva	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Total de horas semanales	40	42	44	44	44	44	44	44	44	44

La representación gráfica de esta información revela cómo disminuye gradualmente la carga en clases y aumenta lo relativo a la autopreparación, consultas y trabajo investigativo.

Esta planificación de la carga semanal evidencia la necesidad de que en la medida que el tiempo de presencialidad de los alumnos disminuye hacia los años terminales de la carrera, se incrementan otras formas de actividad docente centrada en el estudiante.



Esta

propuesta no contempla el tiempo extra que cada alumno decida dedicar al estudio, según sus necesidades. La autopreparación forma parte de su estudio independiente, pero está sujeta a normas que establecen las asignaturas en función de los trabajos prácticos, seminarios, entre otras actividades que forman parte del programa de estas, y para su organización los colectivos de año deben realizar el balance de las

¹ Incluye el tiempo que el alumno planifique de estudio, consultas a sus tutores y de realización del trabajo investigativo.

actividades según la planificación de las asignaturas, y realizar ajustes para evitar sobrecargas a los estudiantes.

3. ACERCA DE LAS DISCIPLINAS DE LA CARRERA

Las disciplinas se clasifican en: generales, básicas - específicas y del ejercicio de la profesión. Las disciplinas de la carrera son las siguientes:

	DISCIPLINAS DE LA CARRERA
GENERALES	<ul style="list-style-type: none"> • Idiomas • Marxismo Leninismo • Preparación para la Defensa
BÁSICAS – ESPECÍFICAS	<ul style="list-style-type: none"> • Ciencias Biológicas • Morfología - Biomecánica • Psicopedagogía • Dirección de la Cultura Física • Investigación y Métodos de Análisis de la Cultura Física
DEL EJERCICIO DE LA PROFESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Teoría y Práctica de la Educación Física. • Teoría y Práctica del Deporte. • Cultura Física Terapéutica y Profiláctica • Recreación Física.

Las disciplinas y asignaturas de la carrera se diseñan como unidades curriculares de contenido y prácticas de formación, teniendo en cuenta que las actividades que debe realizar el estudiante son: clases presenciales, práctica laboral investigativa, autopreparación, consultas y trabajo investigativo así como práctica deportiva sistemática.

Con respecto a las disciplinas y asignaturas, estas se conciben con un enfoque interdisciplinario y transdisciplinario, en correspondencia con los conocimientos, habilidades profesionales y valores - actitudes, que favorezca la integración de lo académico, lo investigativo y lo social – laboral, como principio rector del proceso de formación profesional y del vínculo universidad – sociedad. Centran su atención principal en aquellos elementos del contenido que son fundamentales y que no pueden dejar de impartirse en todos los centros (**invariantes del conocimiento²**) para el logro de los objetivos previstos en el año académico y la carrera y que aseguren una adecuada secuencia lógica y pedagógica de los contenidos. Formación científica y habilidades del desempeño profesional deben estar armónicamente articuladas a nivel de año y a lo largo de toda la carrera.

Con relación a las **asignaturas optativas**, el Plan de Estudio contempla **7 en total, 3 de ellas nombradas Deporte I, II y III** son propias del ejercicio de la profesión y están explícitamente en el currículo pero de este modo genérico; el alumno debe optar por uno entre los deportes que se ofertan. Luego de seleccionar dicho deporte o deportes, las tienen que cursar y aprobar tal como se establece para las asignaturas de este tipo. Las **4 asignaturas optativas restantes aparecen en el Plan de estudios con el nombre de Asignaturas Optativas 1, 2, 3 y 4** y cada año, a partir de cuarto, son ofertadas por las diferentes disciplinas para que los alumnos puedan

² En forma simple, los invariantes son aquellos aspectos que no se pueden dejar de trabajar en ninguno de los centros que usen ese programa, por lo que tienen que ser fijados de esa manera en dicho programa.

seleccionarlas de acuerdo con sus intereses. En ese caso se les informa los nombres de las asignaturas que se ofertan y una síntesis de sus programas Este número de asignaturas optativas representa el 12,5% del total de 56 asignaturas de la variante presencial y aparecen en los programas de cada disciplina.

Ellas obedecen a diferentes campos de la formación de los alumnos, especialmente al de la pedagógica que se complementa con un **curso de Didáctica Universitaria**. En este sentido es necesario precisar que esta formación se atiende sistemáticamente dentro del propio currículo, tanto desde el punto de vista teórico como práctico teniendo en cuenta que de las 56 asignaturas previstas hay un grupo importante de corte propiamente psicopedagógico y metodológico específico para el campo de actuación de esta profesión, y que la mayoría de las restantes también tienen esa orientación. Se incluyen, además, 1 152 horas de un total de 4 246 del Plan de Estudio dedicadas a la **práctica laboral investigativa** en las escuelas e instituciones en diferentes niveles educativos, para un 27,0% del tiempo total previsto, (más de la cuarta parte del total).

- **Sobre la Disciplina Principal Integradora**

Dado el perfil amplio de esta carrera y su carácter interdisciplinar y transdisciplinar en el ejercicio de la profesión, no es posible identificar **una sola Disciplina Principal Integradora**, por cuanto la integración se da en las cuatro disciplinas del ejercicio profesional. En primer lugar, en la disciplina **Teoría y Práctica de la Educación Física** por su contenido, número de asignaturas, volumen de tiempo docente y de práctica laboral investigativa, el cual se concentra en los tres primeros años de la carrera. Continúan en este orden: **Teoría y Práctica del Deporte, Cultura Física Terapéutica y Profiláctica y Recreación Física**, que se desarrollan esencialmente a partir de 3er año de la carrera con lo cual se completa el perfil amplio del egresado.

4. SISTEMA DE EVALUACIÓN DE LA CARRERA.

Todas las asignaturas del plan de estudio, incluyendo las de práctica laboral investigativa, recibirán una nota final, sea por evaluaciones sistemáticas, parciales, examen final o trabajo de curso de acuerdo a como han sido definidas en el plan de estudio y los programas de disciplinas.

Los exámenes finales o trabajos de curso se han ubicado al finalizar 7 de las 12 disciplinas de carrera y en 6 de los deportes, estos últimos en la etapa inicial de la carrera, con el objetivo de que se adapten a las exigencias y rigor de este tipo de asignaturas que son básicas en su formación. Estos se realizan en: **Psicopedagogía, Fundamentos Biológicos, Metodología de la Investigación, Teoría y Metodología de la Educación Física, Teoría y Metodología del Deporte, Problemas Sociales de la Ciencia y la Tecnología, Tecnologías de Dirección**. También se hará un trabajo de curso al final el **Deporte III** que integra las asignaturas optativas de Deporte (I, II y III) que sin constituir en sí misma una disciplina, es de gran importancia en la formación del egresado de esta carrera.

También se harán **trabajos de curso al finalizar las prácticas laboral Investigativa de cada una de las 4 salidas de la carrera** excepto al finalizar la Práctica Laboral Investigativa de Media General pues en ese caso se hará un examen integrador (al

concluir el tercer año de la carrera) con carácter teórico y práctico y las orientaciones generales para el mismo aparecen en el **Anexo 2**. En el caso de la variante semipresencial este examen integrador se hará al finalizar el primer semestre de cuarto año. Cuando se precise el programa para dicho examen este **debe ser de conocimiento de todos los profesores y de los alumnos desde el primer año en que se inicie este nuevo plan**, de modo que puedan irse preparando para el mismo en la medida que los contenidos previstos vayan siendo desarrollados por los profesores **lo más integrado posible**, y es obligación de estos ir destacando sistemáticamente los aspectos esenciales y su interrelación con los otros temas de dicho programa.

Las asignaturas que realizan Trabajo de Curso o Examen Final también realizarán evaluaciones sistemáticas e incluso algunas pueden realizar también pruebas parciales cuyos resultados también formarán parte de la evaluación final.

Los trabajos de cursos deben consistir en la solución de un problema profesional a partir de los conocimientos y habilidades propias de cada disciplina. No obstante esos problemas pueden ser especialmente diseñados para la situación docente.

La actividad realizada por el estudiante en los trabajos de curso de las prácticas laboral será fundamentada ante un tribunal de carácter interdisciplinario donde mostrará el grado de integración de sus conocimientos. Estos exámenes se realizarán durante el período lectivo, aprovechando la etapa final de la práctica laboral investigativa en cada disciplina.

En la tabla siguiente se sistematiza la información acerca de la evaluación.

Primer Semestre		Segundo Semestre	
Primer Año			
Gimnasia Básica	EF	Educación Rítmica	EF
Baloncesto	TC	Atletismo Básico	EF
Segundo Año			
Fútbol	TC	Voleibol	TC
		P. L. Investigativa Primaria	TC
Tercer Año			
Psicopedagogía	TC	Met. de la Investigación	TC
Fundamentos Biológicos	TC	Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo	TC
Teoría y Metodología de la Educación Física	EF	P. L. Investigativa Media General	Examen Integrador
Cuarto Año			
Problemas Sociales de la Ciencia	TC	Deporte III	TC
P. L. Investigativa Recreación	TC	P. L. Investigativa Cultura Física y Terapéutica	TC
Quinto Año			
Tecnologías de Dirección	TC	Trabajo de Diploma o Examen Estatal	
PLI Deportes	TC		

4.1 Sobre las formas de culminación de estudio.

La carrera de Cultura Física tendrá dos formas de culminación de estudios: **TRABAJO DE DIPLOMA y EXAMEN ESTATAL**, lo cual le imprime mayor flexibilidad y

objetividad a la culminación de estudio en dependencia de las particularidades de cada territorio donde se desarrolla la carrera así como, de las necesidades e intereses específicos de la carrera y de los estudiantes. La selección de una u otra forma de culminación de estudios **será decisión de cada estudiante** siempre que se satisfagan los requisitos que se establecen a continuación.

Para la precisión de la manera de implementar cada una de estas formas se hizo un estudio de opinión y satisfacción en todos los CES del país acerca de las primeras ideas propuestas. Para ello se aplicó un cuestionario que aparece en el Anexo 6, y de sus resultados se concluyó la versión definitiva que se presenta a continuación.

- **TRABAJO DE DIPLOMA**

Según el Artículo 123 de Resolución 210/07 esta forma de culminación de estudios es el tipo de trabajo investigativo que le permite al alumno adquirir un mayor dominio y actualización de los métodos científicos y técnicas característicos de la profesión. **Se realiza de manera individual** y, por lo general, **en una de las esferas de actuación del profesional.**

Esta forma de culminación de estudios exige como requisito básico para su realización la **existencia de tutores especializados** en las líneas de investigación que cada **Facultad o Sede Universitaria** se proponga desarrollar dentro de sus principales problemáticas, o que sea de interés de algún estudiante en particular y se considere pertinente su desarrollo. Estos tutores deben ser como mínimo graduados universitarios, tener relación con el tema del trabajo y alguna experiencia en la investigación y no tienen necesariamente que estar vinculados directamente a la facultad o sede universitaria.

Los alumnos que realicen esta forma de culminación de estudios deben tener:

- Deseos de realizar esta forma de culminación de estudios.
- Interés en la investigación y haberlo demostrado de alguna manera durante sus estudios universitarios.
- Muy buenos resultados docentes en el área de conocimiento específica en que realizará su Trabajo de Diploma.
- Un índice académico general de 4 puntos o más.

La preselección de los alumnos con posibilidades para realizar trabajo de diploma se debe realizar **durante el segundo semestre del cuarto año de la carrera, previa solicitud del estudiante**, de modo de ir precisando con tiempo los tutores que se harán cargo de la dirección de los mismos. Esta preselección será responsabilidad de los profesores coordinadores de año y de los profesores responsables de las disciplinas involucradas (en lo relativo a los resultados de los alumnos en el área de conocimiento específica en la que desea investigar) y se hará atendiendo a los requisitos antes establecidos.

No obstante lo planteado en el párrafo anterior, se faculta a los Decanos, oídas las opiniones del colectivo pedagógico, para aprobar casos excepcionales de estudiantes que defiendan Trabajo de Diploma y que no cumplan estos prerrequisitos, dejando constancia en sus respectivos expedientes académicos mediante carta con los fundamentos por los que se autoriza.

Las normativas del trabajo de diploma aparecen a continuación.

- **Algunos elementos a tener en cuenta en la planificación y desarrollo de la investigación para finalizar la carrera (Trabajos de Diploma o Tesis).**

Para las orientaciones que se requiere para la elaboración de los trabajos de diploma con vistas a la culminación de estudios de la carrera de Licenciado en Cultura Física se debe partir del **Objetivo General** a lograr en un egresado de la misma y que aparece al principio de este documento.

El trabajo se hará sobre temas del ámbito de la cultura física y el deporte:

- De una cualquiera de las 4 esferas de actuación del futuro egresado.
- De cualquier asignatura del diseño curricular de la carrera, incluidas las de los cursos optativos y electivos que los alumnos hayan cursado.
- Relativos al desarrollo de cualquiera de las estrategias educativas establecidas por el MES, relacionadas con el Idioma Extranjero, Computación, Historia de Cuba, Formación Económica, Medio Ambiente y Dirección.

La tesis podrá ser, desde el punto de vista de la metodología de la investigación, **de corte histórico, descriptiva, explicativa o proyectiva, entre otras posibilidades.** Lo importante es que se realice siguiendo los elementos esenciales de un trabajo de investigación, en cuanto a su diseño, es decir que contenga:

- El **problema** que genera la investigación.
- El **tema** que se investiga.
- Los **objetivos** de la investigación en correspondencia con el problema que se investiga y el tema.
 - Las **tareas** previstas para el desarrollo de la investigación en función del problema, el tema y los objetivos. Si se ha realizado un diagnóstico previo estas tareas deben estar en correspondencia también con las necesidades apreciadas en el diagnóstico.
 - Los **métodos** teóricos, empíricos o estadísticos que serán empleados en la investigación, u otros de corte cualitativo en dependencia de lo previsto para su realización y según el tipo de investigación, la naturaleza del problema y el tema que se investiga, así como de sus objetivos y tareas.
 - Los **resultados esperados** y el aporte que se espera tener con dicho trabajo.

El trabajo culminará con la confección de una **síntesis escrita y sus principales resultados**, precisando los datos más significativos de lo realizado en cuanto a:

- El diseño metodológico, según el tipo de investigación.
- Los elementos de la teoría empleada (referidas en la bibliografía) y que sustenta el trabajo realizado.
- Los **resultados** obtenidos. En este caso se deben recoger las principales evidencias de la **importancia de dichos resultados si el tema es de corte histórico o teórico propiamente dicho**, o simplemente descriptivo o explicativo. Si se trata de un tema de **corte proyectivo o sea que propone una transformación de la situación encontrada, se debe hacer su evaluación**

mediante la recogida de criterios de expertos o de usuarios del trabajo (validación de la posibilidad o factibilidad de su realización) en las condiciones dadas, o mediante la puesta en práctica total o parcial que puede hacerse mediante estudio de casos que posibiliten evaluar la **factibilidad** de la propuesta o su **impacto**.

- Conclusiones del trabajo realizado y recomendaciones.

Una vez concluido el trabajo de diploma, el estudiante entregará **un original impreso en papel y una copia en soporte electrónico**. Esta síntesis debe contener **30 páginas como mínimo**. En **casos justificados** el original podrá estar escrito a mano, con letra legible y con una presentación adecuada, dada la importancia que tiene este documento.

La tesis debe estar **escrita en letra Arial, con un puntaje de 12 y a dos espacios**. **No se dan especificaciones para los márgenes** pero debe tenerse en cuenta que no se afecte la lectura después de realizar la encuadernación. Una **posibilidad puede ser utilizar como mínimo 2,5 cm (1 pulgada) para todos los márgenes (superior e inferior y los dos laterales)**.

Desde **el punto de vista del formato** se exige que la tesis contenga:

- Una síntesis de lo esencial de la misma escrita en una sola página.
- El índice por capítulos con subíndices para los epígrafes de cada uno de ellos.
- La introducción.
- De uno a tres capítulos según el tipo de tesis y el contenido de la misma.
- Conclusiones generales y recomendaciones.
- Bibliografía utilizada numerada en orden alfabético de autores³.
- Anexos si el trabajo los tiene.

El autor puede añadir otros aspectos tales como **dedicatorias, agradecimientos**, según sea su gusto y deseo.

Para la Defensa del Trabajo de Diploma se nombra un oponente que sea Licenciado, el cual **deberá tener la obra escrita en su poder con 20 días de antelación** y expresar al estudiante sus valoraciones y preguntas **al menos 5 días antes de la defensa**. El Tribunal podrá ser de 3 a 5 miembros previamente aprobado por el Rector del ISCF para los alumnos de dicho centro y por el Decano en los restantes centros.

Tal como se establece en los Artículos 206 y 207 de la Res. 210/2007, la defensa del trabajo de diploma se realizará en acto público, y se organizará de modo que se garantice el tiempo necesario para escuchar la exposición oral del estudiante, las opiniones del tutor y del oponente, y las respuestas a las diferentes preguntas.

Para la calificación del trabajo de diploma, el tribunal tendrá en cuenta los elementos siguientes:

- Calidad del trabajo (uso de la metodología de la investigación científica, actualización científico técnica, uso de las estrategias curriculares de acuerdo con el contenido del trabajo, entre otros).

³ Ver la **Bibliografía Básica de este documento, en la página 43 una forma de escribirla para que satisfaga todas las exigencias de la misma.**

- Capacidad creadora, originalidad e independencia en el desarrollo del trabajo.
- Calidad de la exposición durante la defensa, respuestas a las preguntas y dominio del tema.
- Opiniones del profesor designado para la orientación científica del estudiante, del oponente y de la entidad laboral para la cual se realizó el trabajo.

• EXAMEN ESTATAL

Se concibe para aquellos estudiantes que no satisfacen las exigencias establecidas para la realización del Trabajo de Diploma o aquellos que teniendo las condiciones no deseen realizarlo.

El examen estatal consta de dos partes, una teórica y otra práctica que consisten en:

Parte 1. Ejercicio teórico

La realización de un ejercicio teórico en donde el estudiante demuestre tener los elementos teóricos básicos de un grupo de temas que forman parte **de los Programas de Disciplinas de la carrera tanto de Formación Básica como del Ejercicio de la Profesión**

Estos contenidos se han agrupado en dos áreas **una de las cuales debe ser seleccionada por el estudiante que tenga esta forma de salida**. Estas áreas son:

- **Área de contenidos 1.** *Teoría y Práctica de la Educación Física, la Recreación Física y la Cultura Física Terapéutica y Profiláctica.*
- **Área de contenidos 2.** *Teoría y Práctica del Deporte*

Los contenidos específicos para la parte teórica de este ejercicio aparecen al final en el Anexo No.1

Como un elemento de flexibilidad que dé la posibilidad a cada facultad de ajustar estos contenidos a su situación específica, se autoriza a los Vicedecanos docentes, oídas las opiniones de la Comisión de Carrera de la Facultad, a proponer para su provincia **modificaciones, sustituciones o supresiones** de contenidos hasta un tercio del total de los 18 temas incluidos en cada área de **contenidos (6 de los 18 temas)**. Las propuestas de modificaciones, sustituciones o supresiones que se realicen en los contenidos del ejercicio teórico del Examen Estatal, deben contar además con el visto bueno del Vicedecano de Universalización respectivo. El Decano finalmente, da la aprobación definitiva. Estas modificaciones deben ser enviadas al ISCF como constancia de la decisión tomada.

Orientaciones generales para la aplicación de la parte teórica del examen estatal

Para la realización del examen estatal se organizarán previamente **grupos de hasta 20 alumnos**, cada uno de ellos con uno o varios profesores o personal designado que serán los responsables de la disciplina y organización durante el tiempo que dure el acto de examen. Para cada grupo **el acto de examen estatal se realizará en un mismo día** y preferiblemente en una sola sesión de trabajo lo que dependerá de la organización y cantidad de alumnos que tenga el grupo.

Cada uno de esos grupos tendrá un tribunal designado, aunque cada tribunal podrá atender a varios grupos en sesiones o días diferentes según la organización que cada Institución realice. Dicho Tribunal estará compuesto por un grupo de 3 a 5 docentes de diferentes áreas de conocimiento de la Carrera, previamente aprobado por el Decano a propuesta del Vicedecano de Universalización o Vicedecano Docente de la Facultad, según sea el lugar de aplicación: SUM o Facultad de Cultura Física de la Provincia.

Para cada grupo se hará previamente un acta de examen, con los nombres de los miembros del tribunal que harán el examen en el mismo, el listado con los nombres y apellidos de los alumnos y de cada uno de ellos se tomará el grupo de estudio. En el acto de examen este listado debe ser completado con el área de contenido seleccionada por cada alumno, y los 2 temas que seleccionó al azar. En esa misma acta el tribunal debe escribir la calificación obtenida por cada alumno en el examen realizado. Puede contener también otros datos que se consideren necesarios tener.

El grupo y local que le corresponde a cada alumno debe ser conocido previamente por el mismo para facilitar la organización en el momento del examen.

El acto de examen tiene tres momentos:

1. La **selección al azar de los 2 temas del área de contenidos seleccionada** previamente por el alumno. Esto se hará en presencia del tribunal.
2. **La preparación individual del alumno, previo a la presentación al tribunal.** Como el examen será oral, en esta etapa cada alumno dispondrá de **hasta dos horas para su preparación** en las que podrá sintetizar sus ideas y hacer apuntes escritos con lo fundamental de cada tema. Si se dispone de personal para mantener la organización en el aula, el tribunal se puede retirar a otro local que puede ser utilizado después para ir haciendo cada examen oral en la medida de los alumnos se encuentren preparados.
3. **La exposición al tribunal de los temas que le correspondió.** Este tribunal podrá, alrededor de los temas que le corresponda a cada alumno, hacer preguntas de aplicación que el alumno también debe responder.

Parte 2. Ejercicio práctico

Esta parte consta de la **defensa de un ejercicio práctico docente profesional** con sus fundamentos teóricos en una de las dos áreas de contenidos previstas según las salidas de la carrera.

En ejercicio consiste en la **defensa o realización práctica** de uno de estos tipos de actividades **según el área de contenidos** seleccionado por el estudiante:

- El plan de una clase dentro de sistema de clases de educación física, con sus fundamentos.
- Plan de una actividad terapéutica o profiláctica para un grupo de personal o de un caso específico, con sus respectivos fundamentos.
- Plan de una actividad recreativa comunitaria o en el entorno natural, con sus respectivos fundamentos.
- Plan de una sesión de entrenamiento dentro de un microciclo de entrenamiento deportivo, con sus respectivos fundamentos.

Tanto en el modelo presencial como en el semipresencial, se deja a la elección del estudiante el área de conocimiento del examen teórico y el tipo de examen práctico a realizar, aunque la parte práctica debe escogerse en correspondencia con el área de contenidos seleccionada (área 1 o área 2) de la parte teórica.

Para la realización de la parte práctica, se deja a la elección del estudiante una de estas dos formas de realización:

1. Presentación del trabajo realizado como una actividad metodológica en presencia del tribunal.

En la defensa del trabajo el estudiante fundamentará su propuesta auxiliándose de medios audiovisuales (presentaciones en powerpoint, pancartas, gráficos, etc.) y expondrá ante el tribunal los elementos teóricos y metodológicos esenciales que lo forman; para ello dispondrá de 15 a 30 minutos. El Tribunal podrá realizar preguntas para constatar el dominio de la propuesta concreta que este defiende.

2. Realización de la actividad práctica planificada, con la participación de un grupo de estudiantes u otro tipo de participante relacionado de actividad escogida y en el contexto de la institución que corresponda (institución escolar o deportiva, área terapéutica o de recreación según sea el caso).

En dicha actividad revelará la concepción que ha hecho de la misma. En este caso es un requisito que el tribunal esté presente y al finalizar la actividad, sin la presencia de los participantes en la misma, podrá realizar también preguntas para constatar el dominio de la propuesta concreta que el estudiante defiende.

Orientaciones de carácter general

Los ejercicios teóricos **del examen estatal** se deben programar en la primera quincena de Mayo y los prácticos en la segunda quincena de Mayo, Junio y primera semana de Julio.

La parte teórica del examen estatal y la parte práctica se realizarán de forma individual y **es requisito para poder realizar la parte práctica haber aprobado la parte teórica.** En ambos casos la calificación será en la escala establecida por el MES de 4 categorías (2, 3, 4 y 5) el aprobado será 3 como mínimo, y la calificación final será el resultado de integrar las dos partes que conforman este examen tal como se indica en la tabla siguiente **donde la parte central en blanco son las calificaciones que se otorgarán** según las combinaciones de notas de la parte teórica y la parte práctica. Estas calificaciones de la parte teórica y la práctica aparecen la segunda fila y segunda columna **sobre fondo gris.**

Nota	Nota Parte Práctica
Final	

		2	3	4	5
Nota Parte Teórica	2	2	2	2	2
	3	2	3	3	4
	4	2	3	4	5
	5	2	4	5	5

De acuerdo con lo establecido en el ARTÍCULO 210 del Reglamento Docente Metodológico (Resolución 210/07), los estudiantes matriculados en la **modalidad presencial que hayan obtenido la calificación de Mal (2)** en el ejercicio de culminación de los estudios correspondiente: Trabajo de Diploma o Examen Estatal, **podrán repetirlo dos veces más**. Dispondrán para ello hasta de **dos cursos académicos como máximo**, pudiendo utilizarse las convocatorias que se libren en esos cursos para las evaluaciones de culminación de los estudios. Se podrán también fijar convocatorias adicionales con ese propósito, según se considere más adecuado en cada caso. Se faculta al Rector o Decano para fijar la fecha de las convocatorias adicionales.

Según lo establecido en el ARTÍCULO 211 del referido reglamento, el estudiante matriculado en la **modalidad presencial** que haya recibido la calificación de Mal (2) en las tres oportunidades que se le otorgan para realizar los ejercicios de la culminación de los estudios, **no recibirá el título de graduado**. De igual modo, y según el ARTÍCULO 212, en los casos de los estudiantes que, **por causas injustificadas**, no se presenten a cualquiera de las convocatorias establecidas para la evaluación de la culminación de los estudios en el período establecido, **el tribunal les otorgará la calificación de Mal (2)**.

Para los estudiantes matriculados en la modalidad semipresencial, las veces que podrá repetir el ejercicio de la culminación de los estudios, según el Artículo 210, se reglamentará por cada organismo de la administración central del estado con centros de educación superior adscritos, por lo que para esta carrera se establece que estos estudiantes a lo sumo **puedan repetir este examen hasta tres veces, lo que significa que tendrán hasta cuatro oportunidades para presentarlo**. Dispondrán para ello hasta de **tres cursos académicos como máximo**, pudiendo utilizarse las convocatorias que se libren en esos cursos para las evaluaciones de culminación de los estudios. Se podrán también fijar convocatorias adicionales con ese propósito, según se considere más adecuado en cada caso. Se faculta al Decano o al Vicedecano de Universalización para fijar la fecha de las convocatorias adicionales.

Las normativas restantes son las mismas establecidas para la variante presencial excepto que en la variante semipresencial el alumno podrá ausentarse a alguna de las convocatorias establecidas para la evaluación de la culminación de los estudios en el

período establecido, y en ese caso no se le otorgará calificación de Mal como sucede con los que están en la variante presencial.

5. ESTRATEGIA PARA ELEVAR LOS NIVELES DE PERMANENCIA EN LA CARRERA.

En función de lograr mayor calidad de nuestros egresados, y contando con el modelo teórico - metodológico integrador de base humanista e histórico – cultural del desarrollo humano en que se sustenta este Plan D, se considera que para contribuir a garantizar el tránsito exitoso de nuestros alumnos por el plan de estudio, es necesario **partir del diagnóstico de su preparación y desarrollo**, lo que en la actualidad es una exigencia del Ministerio de Educación Superior. Para eso es necesario determinar el **verdadero nivel de partida de cada uno de ellos**, de conjunto con aspectos socioeducativos,-- esto último solo en el caso de los de nuevo ingreso--, que posibiliten una caracterización de los alumnos para poder encauzar mejor la atención tanto en el plano cognitivo, como físico deportivo y sociopolítico.

En correspondencia con lo antes planteado se considera necesario elaborar una estrategia de trabajo para la atención diferenciada a los estudiantes al inicio de cada semestre, que parte del diagnóstico de **los alumnos de todos los cursos y años** que debe ser instrumentada por los departamentos mediante la orientación metodológica y el control de los Jefes de las Disciplinas.

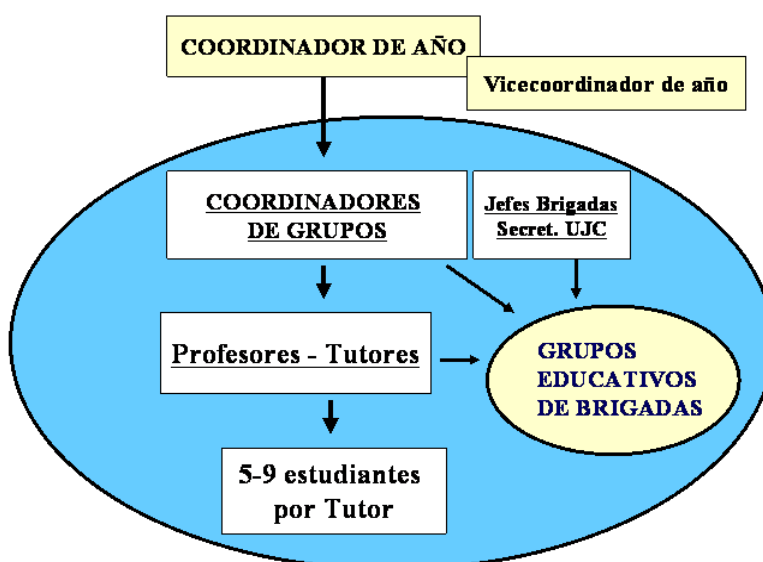
La estrategia en cuestión se expresa a continuación.

- Establecer que la primera semana de cada semestre curso se destine a realizar pruebas diagnóstico de cada asignatura y semestre a los estudiantes. Estas pruebas son elaboradas de conjunto entre los Dptos. Docentes y la Dirección Docente Metodológica o el Vicedecanato docente.
- Realizar en la primera semana del curso, a los **alumnos de nuevo ingreso de los cursos presenciales**, una **prueba de Eficiencia Física**. Para ello, las asignaturas del ejercicio de la profesión: Gimnasia Básica, Baloncesto, Educación Rítmica y Atletismo, en la primera semana de clases de la asignatura, según el Plan Docente de 1er año, realizarán pruebas de capacidades físicas o habilidades motrices deportivas básicas que resulten esenciales para el dominio de los contenidos del programa e informarán dichos resultados a la Dirección Docente Metodológica y las acciones a desarrollar.
- Cada Disciplina y Dpto. Docente correspondiente, elaborará las acciones que deben desarrollarse en las diferentes asignaturas de acuerdo con los resultados de las pruebas de diagnóstico. La D.D.M. o el Vicedecanato docente, controlará y supervisará este trabajo de forma sistemática para tomar las medidas necesarias con los estudiantes que aún mantengan dificultades de aprovechamiento docente. Las formas fundamentales a emplear deben ser: tareas personalizadas, clases grupales de nivelación en horarios extras y actividades de repaso o reactivación de contenidos previos dentro del horario de clases de la asignatura.

- Realizar el diagnóstico socioeducativo de los estudiantes de nuevo ingreso al inicio del curso. La elaboración, aplicación y evaluación de los resultados de esta prueba es responsabilidad de la Dirección Docente Metodológica. La implementación de acciones y tareas específicas para el desarrollo del trabajo educativo en correspondencia con los resultados de dicho diagnóstico será responsabilidad del **grupo de trabajo educativo de la brigada**, que se explica a continuación, y su control será responsabilidad de la Dirección Docente Metodológica apoyado en los coordinadores primer año.
- La Estructura Educativa por año, con entrega pedagógica al finalizar dicho año, está conformada por dos profesores que fungirán como Coordinador y Vicecoordinador de año y los grupos de trabajo educativo de las brigadas. Este **grupo de trabajo educativo de cada brigada** estará integrado por el profesor que funge como Coordinador de Grupo, los profesores tutores, junto al alumno que es Jefe de Brigada y el Secretario de la UJC. Para ello, todos los profesores que imparten docencia en un año académico serán profesores - tutores de estudiantes, subordinados a cada coordinador de grupo, de manera tal que se puedan crear subgrupos dentro del grupo clase, para lograr una mejor atención a cada estudiante, tener mayor conocimiento de sus dificultades y de sus problemas para brindarles ayuda inmediata.

El gráfico siguiente ilustra esta nueva estructura.

Estructura Educativa por año con entrega pedagógica



Esta estructura sustituye a la anterior de profesores guías. En la metodología de trabajo establecida, a partir del Código de Ética de los estudiantes de Cultura Física (Anexo 5), se precisan los compromisos actitudinales de los estudiantes como sujetos activos en el proceso de educación de valores.

Al concluir cada curso académico, se culmina el proceso de integralidad en los grupos el cual sirve de base para la entrega pedagógica de año a año que se realiza al iniciar el nuevo curso.

6. Sobre los niveles de concreción del currículo.

A partir del principio de centralización – descentralización del currículo, el presente Plan de estudio “D” presenta elementos de flexibilidad que permiten incorporar a nivel de las Facultades provinciales y las SUM un conjunto de precisiones para atemperarlo a las condiciones y particularidades de cada territorio donde se desarrolla la carrera. Dichas precisiones a nivel de Facultades y SUM son las siguientes:

- Los Programas de las asignaturas son elaborados a nivel de Facultad por los colectivos de asignatura y aprobados por la Comisión de Carrera respectiva, en correspondencia con lo establecido para cada Disciplina en el presente Plan de Estudio. Dichos colectivos de asignatura confeccionan además el plan temático para el semestre o P1, precisando los temas, subtemas y la distribución de horas clase, según las frecuencias establecidas. Las clases son preparadas por cada profesor, teniendo en cuenta las orientaciones que para ello se han establecido en este Modelo del Profesional y en el programa de su disciplina, y en correspondencia con las características y potencialidades instructivo - educativo del contenido y de sus estudiantes.
- La implementación de la Práctica Laboral Investigativa en las diferentes esferas de actuación se hará atendiendo a lo establecido en los programas de las disciplinas correspondientes.
 - Los Programas de las asignaturas son elaborados a nivel de Facultad por los colectivos de asignatura y aprobados por la Comisión de Carrera respectiva, en correspondencia con lo establecido para cada Disciplina en el presente Plan de Estudio. Dichos colectivos de asignatura confeccionan además el plan temático para el semestre o P1, precisando los temas, subtemas y la distribución de horas clase, según las frecuencias establecidas. Las clases son preparadas por cada profesor, teniendo en cuenta las orientaciones que para ello se han establecido en este Modelo del Profesional y en el programa de su disciplina, y en correspondencia con las características y potencialidades instructivo - educativo del contenido y de sus estudiantes.
 - Las asignaturas optativas / electivas, que representan más del 10% de los espacios asignatura del plan de estudio, son definidas y elaboradas a nivel de Facultad en correspondencia con los intereses de los estudiantes y las particularidades, condiciones y tradiciones de cada territorio.
- Los deportes que se ofertan dentro de la disciplina Teoría y Práctica del Deporte en las asignaturas: Deporte 1, 2 y 3, que también tienen un carácter optativo para el estudiante, son definidas a nivel de cada Facultad y SUM en correspondencia con las posibilidades reales y condiciones para desarrollar la docencia, las tradiciones del territorio e intereses de los estudiantes.
- Las Comisiones de Carrera de Facultad elevan al Decano, para su aprobación, las propuestas de cambios de semestre de asignaturas a nivel de Facultad y de SUM cuando la realidad de la práctica así lo aconseje, siempre y cuando no se afecte la lógica disciplinar ni las precedencias científicas o tecnológicas del conocimiento. El Decano, en cada caso, firmará un dictamen elaborado por el Vicedecanato Docente que fundamente y justifique el cambio.

- Cuando no exista claridad en cualquier ajuste o modificación a realizar, se elevará la consulta al Vicerrector Docente del CES Rector, en su condición de Presidente de la Comisión Nacional de Carrera, para su definición.

7. PLAN DEL PROCESO DOCENTE

VARIANTE PRESENCIAL Tabla No. 1.			
Primer Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Asignaturas	Horas	Asignaturas	Horas
Español	64	Inglés I	32
Matemática Básica	64	Análisis de datos	80
Morfología I	64	Morfología II	64
Computación	64	Historia de Cuba	64
Gimnasia Básica (EF)	80	Educación Rítmica (EF)	64
Baloncesto (TC)	64	Atletismo Básico (EF)	80
Total horas	400	Total horas	384
		Práctica Familiarización	64
Total	400	Total	464
Total asignaturas	6	Total asignaturas	6
Horas semanales	25	Horas semanales	24
Segundo Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Inglés II	32	Inglés III	32
Bioquímica	80	Fisiología	64
Filosofía y Sociedad	64	Economía Política	64
Psicología	64	Pedagogía	64
Teoría Práctica Juegos	64	Talleres deportes combate	64
Fútbol (TC)	64	Voleibol (TC)	64
Total horas	368	Total horas	352
Práctica Lab. Inv. Primaria	128	Prác. Lab. Inv. Primaria (TC)	128
Total horas	496	Total horas	480
Total asignaturas	6	Total asignaturas	6
Horas semanales	23	Horas semanales	22
Tercer Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Psicopedagogía (TC)	64	Metodología Invest. (TC)	64
Fund. Biológicos (TC)	64	Biomecánica	80
Teoría y Met. Educ. Física (EF)	64	Teoría y Met. Ent. Deportivo (TC)	64
Teoría Sociopolítica	32	Recreación	48
Béisbol	64	Balonmano	32
Natación	64	Deporte I	64
Total horas	352	Total horas	352
Prác. Lab. Inv. Media General	128	Prác. Lab. Inv. Media General (Examen Integrador)	128
Total horas	480	Total horas	480
Total asignaturas	6	Total asignaturas	6
Horas semanales	22	Horas semanales	22
Cuarto Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Cultura Física Terapéutica	64	Act. Física Adaptada (AFA)	32
Prep. Defensa 1 (PPD)	48	Prep. Defensa 2 (PPD)	32
Act. Recreat. Naturaleza	48	Educación Física Preescolar	48
Historia de la Cultura Física	64	Dirección Cultura Física	64

VARIANTE PRESENCIAL Tabla No. 1.			
Problemas Sociales (TC)	32	Asignaturas Optativas	32
Deporte II	64	Deporte III (TC)	64
Total horas	320	Total horas	272
Prác.Lab.Inv. Recreación TC)	128	Prác. Lab. Inv. C. F. Terap. (TC)	128
Total	448	Total	400
Total asignaturas	6	Total asignaturas	6
Horas semanales	20	Horas semanales	17
Quinto Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Sociología	64	Asignaturas Optativas	32
Tecnologías de Dirección (TC)	32	Asignaturas Optativas	32
Control Médico	48	Ajedrez	32
Pesas Aplicadas	32	Trabajo Diploma o Examen Estatal	
Asignaturas optativas	32		
Total horas	208	Total horas	96
P. Lab. Inv. Deporte (TC)	128	Preubicación Laboral	192
Total	336	Total	288
Total asignaturas	5	Total asignaturas	3
Horas semanales	13	Horas semanales	6
Datos totales			
Total de horas		3 104	
Total PLI		1 152	
Total General		4 256	
Total asignaturas		56	

Ver los mapas para la implementación del tránsito en el Anexo No. 3.

VARIANTE SEMIPRESENCIAL Tabla No. 2.			
Primer Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Asignaturas	Horas	Asignaturas	Horas
Español	32	Psicología	32
Matemática Básica	32	Computación	32
Morfología I	32	Morfología II	32
Gimnasia Básica (EF)	32	Atletismo (EF)	32
Total asignaturas	4	Total asignaturas	4
Horas semanales	8	Horas semanales	8
Segundo Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Asignaturas	Horas	Asignaturas	Horas
Bioquímica	32	Fisiología	32
Pedagogía	32	Psicopedagogía (TC)	32
Análisis de datos	32	Teoría Met. Educ. Física (EF)	32
Educación Rítmica (EF)	32	Teoría y Práctica de los Juegos	32
Total asignaturas	4	Total asignaturas	4
Horas semanales	8	Horas semanales	8
Tercer Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Asignaturas	Horas	Asignaturas	Horas
Fundamentos Biológicos (TC)	32	Biomecánica	32
Historia Cuba	32	Filosofía y Sociedad	32
Ajedrez	32	Met. Investigación (TC)	32
Fútbol (TC)	32	Voleibol (TC)	32
Total asignaturas	4	Total asignaturas	4
Horas semanales	8	Horas semanales	8

VARIANTE SEMIPRESENCIAL Tabla No. 2.			
Cuarto Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Asignaturas	Horas	Asignaturas	Horas
T. M. Entrenamiento Dep. (TC)	32	Prep. Defensa (PPD)	32
Economía Política	32	Teoría Sociopolítica	32
Recreación (TC)	32	Control Médico	32
Balonmano	32	Baloncesto (TC)	32
Total asignaturas	4	Total asignaturas	4
Horas semanales	8	Horas semanales	8
Quinto Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Asignaturas	Horas	Asignaturas	Horas
Problemas Sociales CT (TC)	32	Historia de la Cultura Física	32
Actividad Física Adaptada	32	C. F. Terapéutica (TC)	32
E. Física Preescolar	32	Asignatura Optativa I	32
Béisbol	32	Deporte I	32
Total asignaturas	4	Total asignaturas	4
Horas semanales	8	Horas semanales	6
Sexto Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Asignaturas	Horas	Asignaturas	Horas
Dir. Cultura Física	32	Tecnologías Dirección (TC)	32
Sociología	32	Asignatura Optativa 3	32
Asignatura Optativa 2	32		
Deporte II (TC)	32		
Total asignaturas	4	Total asignaturas	2
Horas semanales	8	Horas semanales	4
128 horas por cada semestre excepto el último que tiene 64 horas.			Total de horas
4 asignaturas por cada semestre y 2 en el último.			Total asignaturas
			1 472
			46

VARIANTE SEMIPRESENCIAL EN ATLETAS DE ALTO RENDIMIENTO. Tabla No. 3.			
Primer Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Asignaturas	Horas	Asignaturas	Horas
Español	32	Psicología	32
Matemática Básica	32	Computación	32
Morfología I	32	Morfología II	32
Gimnasia Básica (EF)	32	Atletismo (EF)	32
Inglés 1	32	Inglés 2	32
Total asignaturas	5	Total asignaturas	5
Horas semanales	8	Horas semanales	8
Segundo Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Asignaturas	Horas	Asignaturas	Horas
Bioquímica	32	Fisiología	32
Pedagogía	32	Psicopedagogía (TC)	32
Análisis de datos	32	Teoría Met. Educ. Física (EF)	32
Educación Rítmica (EF)	32	Teoría y Práctica de los Juegos	32
Total asignaturas	4	Total asignaturas	4

VARIANTE SEMIPRESENCIAL EN ATLETAS DE ALTO RENDIMIENTO.

Tabla No. 3.

Horas semanales	8	Horas semanales	8
Tercer Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Asignaturas	Horas	Asignaturas	Horas
Fundamentos Biológicos (TC)	32	Biomecánica	32
Historia Cuba	32	Filosofía y Sociedad	32
Met. de la Investigación (TC)	32	Natación	32
Fútbol (TC)	32	Voleibol (TC)	32
Total asignaturas	4	Total asignaturas	4
Horas semanales	8	Horas semanales	8
Cuarto Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Asignaturas	Horas	Asignaturas	Horas
T. M. Entrenamiento Dep. (TC)	32	Prep. Defensa (PPD)	32
Economía Política	32	Teoría Sociopolítica	32
Recreación (TC)	32	Control Médico	32
Balonmano	32	Baloncesto (TC)	32
Total asignaturas	4	Total asignaturas	4
Horas semanales	8	Horas semanales	8
Quinto Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Asignaturas	Horas	Asignaturas	Horas
Problemas Sociales CT (TC)	32	Historia Cultura Física	32
Actividad Física Adaptada	32	C. F. Terapéutica (TC)	32
E. Física Preescolar	32	Pesas Aplicadas	32
Béisbol	32	Deporte I	32
Total asignaturas	4	Total asignaturas	4
Horas semanales	8	Horas semanales	8
Sexto Año			
Primer Semestre		Segundo Semestre	
Asignaturas	Horas	Asignaturas	Horas
Dir. De la Cultura Física	32	Tecnologías de Dirección (TC)	32
Sociología	32	Asignatura Optativa 2	32
Asignatura Optativa 1	32	Ajedrez	32
Deporte II	32	Deporte III (TC)	32
Total asignaturas	4	Total asignaturas	4
Horas semanales	8	Horas semanales	8
128 horas por cada semestre excepto el primero y el segundo tiene 160 horas.		Total de horas	1 600
4 asignaturas por cada semestre excepto en los 2 primeros que tiene 5.		Total asignaturas	50

Ver los mapas para la implementación del tránsito en el Anexo No. 3.

8. BIBLIOGRAFÍA BÁSICA CONSULTADA

1. BENEITONE, P et al. (2007) Reflexiones y perspectivas de la Educación Superior en América Latina. Informe final. Trabajo Tuning - América Latina. 2004 - 2007. Publicaciones de la Universidad del Deusto. Bilbao.
2. CALDERÓN JARRÍN, CARIDAD. (1991) Plan de Estudios C. Programa Director Metodológico de la Carrera de Licenciatura en Educación Física. ISCF Manuel Fajardo. Año 33 de la Revolución.
3. CASTELLANOS, D. (1999). La comprensión de los procesos del aprendizaje: apuntes para un marco conceptual. Centro de Estudios Educativos, ISPEJV, La Habana.
4. CASTILLEJO OLÁN, R. (2004). La dirección de la superación del profesor de educación física escolar, durante el adiestramiento laboral. Tesis Doctoral. Facultad de Cultura Física de Holguín.
5. COLECTIVO DE AUTORES (2001) La educación de valores en el contexto universitario. CEPES. Universidad de La Habana. Editorial Félix Varela.
6. COLECTIVO DE AUTORES (2000) Tendencias Pedagógicas en la Realidad Educativa Actual. CEPES. Universidad de La Habana. Editorial Universidad Autónoma "Juan Misael Saracho". Tarija, Bolivia.
7. DELORS, J. Y COLS. (1996) La Educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la educación para el siglo XXI. Santillana, Madrid,
8. GONZÁLEZ MAURA, V. (2006) "La formación de competencias profesionales en la universidad". Reflexiones y experiencias desde una perspectiva educativa". En: XXI, Revista de Educación de la Universidad de Huelva. Vol. 8. diciembre. pp. 175-188.
9. GONZÁLEZ MAURA, V. (2006) "El profesor tutor. Una necesidad de la Universidad del siglo XXI": En: Revista Cubana de Educación Superior. XXVI 2 . pp. 23-36
10. GONZÁLEZ MAURA, V., LÓPEZ RODRÍGUEZ, A. y otros (2004) "La educación de valores en la práctica profesional: Una experiencia en la formación del estudiante de Educación Física en la Universidad Complutense de Madrid y el Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo" de La Habana" *Revista Cubana de Educación Superior*, No. 3, Ciudad de La Habana.
11. GONZÁLEZ MAURA, V., LÓPEZ RODRÍGUEZ, A. y otros (2007) Educación de la Responsabilidad en la Práctica Docente, Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana.
12. GONZÁLEZ, MIRIAM (2002) La evaluación del aprendizaje. CEPES. Universidad de la Habana. Impresión Ligera.
13. HERRUITINER, P. (2006) La Universidad Cubana: el modelo de formación. La Habana. Editorial Félix Varela.
14. INDER (2001) El Plan de estudio "C" modificado de Cultura Física. ISCF Manuel Fajardo.
15. LÓPEZ RODRÍGUEZ, A. (2006) La Educación Física. Más Educación que Física. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana.
16. LÓPEZ RODRÍGUEZ, A. (2006) El proceso de enseñanza aprendizaje en educación física. Editorial Científico Técnica. Ciudad de la Habana.

17. MES. SEA-CU (2002) Sistema de Evaluación y Acreditación de Carreras Universitarias. Guía para la Evaluación Externa de la Carrera. Comisión Nacional del SEA-CU.
18. MES (2003). Documento base para la elaboración de los planes de estudio (planes "D") Dirección de Formación de Profesionales. Septiembre.
19. MES (2005). Indicaciones complementarias al Documento base para la elaboración de los planes de estudio (planes "D") Dirección de Formación de Profesionales (Septiembre 2003)
20. MES (2007). Resolución 210/07. Reglamento para el trabajo docente y metodológico en la Educación Superior. Dirección de Formación de Profesionales. Julio 31/07.
21. PORTAL GALLARDO, J. A. (2003). Evaluación de la calidad de la enseñanza de la Licenciatura en Cultura Física en la Universidad de Cienfuegos, Cuba" Tesis Doctoral. Universidad de Oviedo. España.
22. POZAS, A. y otros (1994) La formación de profesionales para la Cultura Física y el Deporte en Cuba, ISCF "Manuel Fajardo" Ciudad de La Habana,
23. RICO, P y otros (2001) Hacia el perfeccionamiento de la escuela primaria. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana Cuba. Páginas 1 a 5.
24. RIZO CABRERA, C., L. CAMPISTROUS. (2003) Algunos apuntes acerca del aprendizaje significativo y por descubrimiento. Intercambio Académico con la Universidad Autónoma de Santo Domingo. Agosto-Octubre de 2003.
25. SANTANA LUGONES, J. L. (2005). La contextualización de la dimensión ambiental en el proceso de formación de los profesionales del eslabón de base de alto rendimiento. Tesis Doctoral. ISCF. Facultad de Villa Clara.
26. SILVESTRE ORAMAS, M y otros (2000). ¿Cómo hacer más eficiente el aprendizaje? Ediciones CEIDE. México.

ANEXO 2

Programa de la Disciplina Morfología-Biomecánica.

Plan D. Versión 2 de Noviembre de 2007.

PLAN DE ESTUDIO: D

TIPO DE CURSO: Presencial.

CARÁCTER: Básica específica.

Fundamentación de la disciplina.

Como parte del Proyecto de Investigación de Evaluación Institucional, que se desarrolla en la Vicerrectoría Académica de este Instituto Superior De Cultura Manuel Fajardo, se llegó a la conclusión de que los estudiantes que ingresan a la carrera presentan serias deficiencias en los conocimientos básicos de Biología tanto en los que se encuentran comprendidos en los planes de estudio precedentes, como en otros necesarios para las asignaturas de la Disciplina Ciencias Biológicas.

De esta manera quedaron conformadas las asignaturas Morfología I con 64 horas y Morfología II también con 64 horas.

El tratamiento de los contenidos debe realizarse a partir de problemas de tipo profesional, o de problemas que surjan a partir de los componentes académico, laboral e investigativo durante el proceso docente educativo. Debe tenerse en cuenta que en Morfología Funcional I se debe hacer, cuando lo considere posible, pero teniendo en cuenta que el nivel de tratamiento de esta primera asignatura no es tan profundo como en las siguientes asignaturas y en el mismo es importante lograr que los alumnos aprendan bien todo lo relativo al organismo humano, lo cual es básico para el trabajo en las restantes asignaturas de esta disciplina y de otras donde se apliquen estos conocimientos.

ANEXO 3

Programa de la Disciplina Ciencias Biológicas.

INSTITUTO SUPERIOR DE CULTURA FISICA

“MANUEL FAJARDO”

PROGRAMA DE LA DISCIPLINA

CIENCIAS BIOLÓGICAS

Plan D. Versión 30 de Octubre de 2007.

Programa de la Disciplina: Ciencias Biológicas

PLAN DE ESTUDIO: D

TIPO DE CURSO: Presencial.

CARÁCTER: Formación Básica

INTRODUCCIÓN

Desde el año 1964, que se funda la Escuela Superior de Educación Física “Cdte. Manuel Fajardo” (ESEF), se crean una serie de necesidades de formación de profesionales con condiciones intelectuales y físicas que le permitieran desempeñarse en todas las áreas de la Cultura Física y el Deporte en el país, además de sus condiciones como ser humano enmarcado en una sociedad como la nuestra. En el

caso de las denominadas Ciencias Básicas, ya se incluían la Fisiología, y la Bioquímica en sus planes de estudio.

El desarrollo de la disciplina Ciencias Biológicas comienza desde el propio inicio de la carrera de Licenciatura de Cultura Física en el curso 1973-1974, donde en su plan de estudio se incluían asignaturas de Anatomía, Morfología, Fisiología I Fisiología II, Fisiología III, Química Orgánica, Bioquímica I y Bioquímica II.

Posteriormente, en el curso 1978-79, con el inicio del Plan denominado A la misma queda conformada por las asignaturas Anatomía, Morfología, Fisiología I Fisiología II Bioquímica I Bioquímica II.

En el curso 1982-1983, se inicia el Plan B en el cual las asignaturas de esta disciplina son Morfología Funcional Deportiva, Fisiología I Fisiología II Bioquímica I Bioquímica II.

En el curso 1990-1992 con la introducción del Plan C, la disciplina Ciencias Biológicas queda integrada por las asignaturas Morfología Funcional Deportiva, Bioquímica I, Bioquímica II, Fisiología I y Fisiología II, las que fueron consideradas la base necesaria para fundamentar biológicamente las regularidades que metodológicas que caracterizan a la Teoría y Metodología de la Educación Física y del Entrenamiento Deportivo. Esta Disciplina constituía por sus contenidos un sistema interrelacionado con el resto de las Disciplinas de la carrera, la cual propiciaba la solución de problemas concretos de índole profesional al futuro especialista. Debemos significar además, que esta disciplina posibilitaba que el profesional se apropiara de conocimientos y habilidades específicos para la interpretación integral de los procesos de adaptación biológica que ocurren como consecuencia de la práctica sistemática de los ejercicios físicos.

Con la concepción de ir adecuando cada vez más la formación universitaria a las necesidades del país, en Septiembre de 2003 se aprueba en el Consejo de Dirección del MES el Documento Base para la elaboración de los Planes "D" como parte del proceso de perfeccionamiento continuo de la Educación Superior Cubana. En este documento se afirmó la política en cuanto a que los cambios que se están produciendo en algunas carreras, como consecuencia de la actual Batalla de ideas que libra

nuestro pueblo y, en particular la Universalización, se integren igualmente a este perfeccionamiento.

En atención a esta política, los nuevos Planes “D” responden como su antecesor, al Modelo Pedagógico de *Perfil amplio*, basado en la necesidad de una formación básica profunda que le permita al profesional resolver los principales problemas que se presenten en las diferentes esferas de su actuación profesional.

En este nuevo plan la disciplina Ciencias Biológicas queda integrada por las asignaturas Bioquímica, Fisiología y una nueva asignatura que se ha denominado Fundamentos Biológicos del Ejercicio Físico, pasando la Morfología a la nueva disciplina de Morfobiomecánica, conjuntamente con la Metrología Deportiva que formaba parte de la disciplina de Métodos de Análisis e Investigación.

Dentro de esta concepción de perfil amplio, el egresado de la carrera de Licenciatura en Cultura Física, se concibe de modo que sea capaz de actuar en los campos de la Educación Física, los Deportes, la Cultura Física Terapéutica y Profiláctica y la Recreación Física, en correspondencia con las necesidades socio – políticas y económicas actuales y perspectivas del país y de cada territorio.

FUNDAMENTACION DE LA DISCIPLINA:

La disciplina Ciencias Biológicas, integrada por las asignaturas **Bioquímica, Fisiología Humana y Fundamentos Biológicos del Ejercicio Físico**, tradicionalmente ha representado en la Licenciatura en Cultura Física parte de la base necesaria para fundamentar biológicamente las regularidades que caracterizan a la teoría y metodología de la educación física y el entrenamiento deportivo, así como la base biológica para la aplicación de los ejercicios físicos con fines profilácticos o terapéuticos que actualmente constituyen tres de las principales salidas de dicha carrera.

La asignatura Bioquímica, posibilita en los estudiantes la interpretación de las transformaciones y procesos bioquímicos que caracterizan el abastecimiento energético para el trabajo muscular, en particular en el organismo de los sujetos que están sometidos a un régimen sistemático de actividad física.

La Fisiología Humana por su parte, estudia los procesos fisiológicos que tienen lugar en los organismos vivos, en especial en los seres humanos, durante la realización de

sus funciones vitales en relación con los procesos químicos ya abordados por la Bioquímica y con una correcta interpretación de los fenómenos biofisiológicos que se ponen de manifiesto como resultado de la práctica sistemática del deporte.

La asignatura Fundamentos Biológicos del Ejercicio Físico, cierra el ciclo de formación en esta área, precedida por Morfología Funcional, Bioquímica General y Fisiología General. La misma brinda los conocimientos necesarios para interpretar los procesos y fenómenos básicos que fundamentan los cambios de la adaptación biológica dirigida del organismo; que conduce a la mejoría de la salud, al incremento de la capacidad de trabajo físico y a la elevación de las posibilidades funcionales que experimenta el organismo del sujeto sometido a un régimen de actividad física, así como contribuye a que los estudiantes garanticen una completa integración de los conocimientos y habilidades que la Disciplina Ciencias Biológicas debe formar.

Como se puede comprender de lo antes expresado, esta disciplina constituye por sus contenidos un sistema que con la interrelación que establece con el resto de las disciplinas de la carrera, propicia la solución de problemas concretos de índole profesional al futuro especialista.

Las asignaturas se estructuran dentro de la disciplina como se indica a continuación:

I. ASIGNATURAS BÁSICAS

Asignaturas	Año	Semestre	Total de horas	Evaluación
Bioquímica	2	3	80	Sistemática y parcial
Fisiología Humana	2	4	64	Sistemática y parcial
Fundamentos Biológicos del Ejercicio Físico	3	5	64	Trabajo de Curso
Total			208	

Se dispone, además, de un número de horas semanales para la autopreparación, consultas y trabajo investigativo, que aparecen en el modelo del profesional de esta carrera. En este sentido, la autopreparación forma parte del estudio independiente del alumno y está sujeta a normas que establecen las asignaturas en función de los trabajos prácticos, seminarios, entre otras actividades que forman parte del programa de estas. Para su organización se orienta que los colectivos de año deben hacer un balance y ponerse de acuerdo, a partir del análisis previo de las actividades que se proponen según la planificación de cada asignatura, y realizar ajustes si fuera necesario para evitar sobrecargas a los estudiantes.

OBJETIVO GENERAL DE LA DISCIPLINA

Al finalizar el desarrollo de las diferentes asignaturas que conforman la disciplina, el alumno será capaz de:

Aplicar en su actividad profesional conocimientos, habilidades y actitudes sustentadas en la concepción científico materialista de los diferentes procesos de adaptación biológica que se manifiestan en el hombre bajo el efecto de la actividad física, de manera tal que el proceso de aplicación de las cargas se desarrolle sobre la base de las particularidades del mismo, contribuyendo con ello al desarrollo armónico del ser humano como centro de la biodiversidad y elevando sus competencias profesionales en el área de la cultura física y el deporte.

SISTEMA DE CONOCIMIENTOS

✚ Composición química de los organismos vivos. Las enzimas. Oxidación biológica Ciclo de Krebs, relación con la cadena respiratoria y relación con la fosforilación oxidativa. Estructura y función del ATP. Metabolismo intermediario celular. Relaciones intermetabólicas.

✚ Procesos fisiológicos que garantizan la homeostasia. Participación del sistema nervioso en el control de la postura de equilibrio y movimiento. Sistema límbico y relaciones neuroendocrinas. Actividad nerviosa Superior. Transmisión y contracción muscular. Mecanismos de acción hormonal. Acción de los Estrógenos, Testosterona y hormonas de la capa Cortical y Medular del riñón. Regulación del sistema de

transporte Generalidades del sistema renal. Termorregulación. Clasificación fisiológica de los ejercicios físicos. Regularidades de la adaptación biológica en la Cultura Física. Fuentes de energía para el trabajo muscular. Estados funcionales que tienen lugar antes, durante y después de la actividad motora.

✚ Fundamentos biológicos de las capacidades motoras. La capacidad de trabajo físico en diferentes sectores poblacionales. Características biológicas del organismo en desarrollo. Particularidades funcionales del organismo femenino. Características del ciclo sexual ovárico en la deportista. Particularidades funcionales de la tercera edad. Influencia de los ejercicios físicos en los diferentes grupos etáreos. Métodos de control biológico que permiten la evaluación de la capacidad de trabajo físico como resultado de los procesos de adaptación biológica que tienen lugar en el organismo que práctica sistemáticamente la cultura física.

Este sistema de conocimientos se considera **esencial** para el logro del objetivo antes planteado, por lo que constituyen los **conocimientos invariantes** que deben ser considerados en todos los CES del país, no obstante están en la posibilidad de ampliarlo según los intereses y necesidades de cada una de dichas instituciones y de la práctica en cada región específica.

SISTEMA DE HABILIDADES

- a. **Identificar** los cambios biológicos que se ponen de manifiesto en el organismo humano sometido a la actividad física teniendo en cuenta las particularidades de la edad y el sexo en diferentes sectores poblacionales.
- b. **Argumentar** la esencia de algunas transformaciones bioquímicas como base de los procesos bioadaptativos.
- c. **Interpretar** los cambios funcionales que tienen lugar en el organismo que practica la actividad física sistemática como un proceso de adaptación biológica.
- d. **Aplicar** los conocimientos aprendidos en situaciones que pueden presentarse en la práctica y que estén asociadas a los diferentes procesos de adaptación biológica que se manifiestan en el hombre bajo el efecto de la actividad física.

VALORES FUNDAMENTALES DE LA CARRERA A LOS QUE TRIBUTA.

Esta disciplina, puede y debe contribuir al sistema de valores que constituye una aspiración para un egresado de esta carrera, según se precisa en el Modelo del Profesional. Este sistema de valores es:

- Patriotismo e internacionalismo
- Responsabilidad
- Honestidad
- Justicia
- Laboriosidad
- Perseverancia
- Cooperación y ayuda mutua
- Humanismo

Entre ellos, esta disciplina tiene grandes potencialidades, si se trabaja adecuadamente, de contribuir al desarrollo de la **honestidad** y espíritu de **justicia** en el comportamiento en general de los futuros egresados, y mostrar **responsabilidad, laboriosidad y tenacidad (perseverancia)** en el desarrollo de su actividad de promoción sistemática de las actividades físico deportivas y recreativas como un medio para el mejoramiento de la calidad de vida, lo que **constituye la ética que debe caracterizar a estos profesionales.**

En relación con estos **valores considerados esenciales**, debe la disciplina contribuir a lograr en el futuro egresado una formación donde evidencie su **patriotismo e internacionalismo**, y **solidaridad en general** con todas aquellas personas con las que interactúa en su actividad profesional y ciudadana, manifestando una conducta de defensa de los principios ideopolíticos de nuestro proyecto social y del deporte revolucionario, y que se

revela en su deseo de vincular lo aprendido al proceso de organización y planificación de la Cultura Física basada en fundamentos biológicos, transformando, dentro de sus posibilidades, la realidad en que viven y se desarrollan en sus respectivas escuelas, centros de entrenamiento y comunidades en general, y también en otros países que soliciten ayuda al nuestro, sobre la base de la consideración del hombre como un ser social único, **contribuyendo con ello al desarrollo armónico del ser humano como centro de la biodiversidad.**

Por otra parte, y como sustento cognitivo esencial para que las conductas se correspondan con la forma de pensar, esta disciplina debe trabajar para que en los egresados se desarrolle un **pensamiento reflexivo, crítico y autocrítico así como creativo**, que se manifieste en el proceso de la toma de decisiones profesionales **que les permita con independencia y de forma lógica e inteligente interactuar con su medio y transformarlo**. Estas conductas deben ponerse en práctica sobre la base de una **postura humanista** y de la interpretación y divulgación adecuada de los cambios adaptativos que tienen lugar en el organismo que practica sistemáticamente las diferentes formas de la Cultura Física, como un proceso dirigido a contrarrestar las influencias negativas que sobre la actividad motora del hombre ejerce el desarrollo socioeconómico de la sociedad moderna.

Este proceso de formación integral debe conducir, a su vez, a formar en los futuros profesionales de la Cultura Física un elevado **compromiso ético y de servicio digno a la patria y a la sociedad como una muestra de su identidad con ella y con los principios que la sustentan**, y a desarrollar un **conjunto de capacidades** de carácter genérico, que conduzcan al profesional responsable a actuar con calidad, tales como: la **capacidad de aprender y actualizarse de forma permanente**, la **capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica**, la **capacidad de abstracción, análisis y síntesis**, la **capacidad de anticipar, identificar y resolver situaciones problemáticas**, la **capacidad de trabajar en equipo** y la **capacidad de motivar y conducir a las personas hacia la práctica sistemática de actividades físicas y deportivas, entre otras**.

Para el desarrollo del trabajo con valores es necesario precisar que **esta tarea es responsabilidad de las diferentes asignaturas de la disciplina, y colectivos pedagógicos en cada Departamento y de la Facultad en general**, pero sin perder de vista que **se está formando a un único hombre** y en el sistema de influencias que se ejerce sobre él, en este proceso de formación, debe existir **coherencia** entre todos los que participan en dicho proceso. Debe ser utilizado, además, **un lenguaje común** para facilitar la comprensión y adquisición de la terminología correspondiente y **el empleo de métodos, procedimientos, contenidos y las formas más adecuadas para el trabajo educativo de acuerdo con los intereses y las características de los grupos**.

Sólo así se logrará que sea más efectivo el trabajo que se realice por el colectivo en esa dirección.

Corresponde a los colectivos de profesores de cada asignatura de esta disciplina, en su interactuar entre ellos, con los del resto de la disciplina y con los colectivos de año, traducir estos valores en formas de actuación concretas, en conductas deseables relacionadas con los mismos, sobre la base de una estrategia para la formación de valores que se estructura a partir de la instrucción y a través de los proyectos educativos de años y de brigadas.

A su vez, existe la posibilidad de incorporar otros valores y operacionalizarlos en formas de actuación o conductas deseables, toda vez que en la medida que dichas actuaciones o conductas se expresen con regularidad y de forma consecuente, se convierten en manifestación de esos valores en el proceso de formación del profesional.

INDICACIONES METODOLOGICAS GENERALES.

- **Con respecto a las relaciones interdisciplinarias**

La disciplina Ciencias Biológicas constituye un ciclo de formación básica en el cual el estudiante podrá integrar los conocimientos necesarios que le permitirán describir los diferentes procesos que tienen lugar en el organismo humano y que caracterizan las diferentes respuestas adaptativas a la influencia que los estímulos representados por el ejercicio físico, las cargas de entrenamiento y las actividades físicas sistemáticas ejercen en el equilibrio interno (homeostasis).

Como antes se expresó en la fundamentación de la disciplina, las tres asignaturas que la integran se relacionan entre sí en el sentido de que cada una de ellas aborda desde su ángulo, **el fenómeno de la actividad física del hombre**. De este modo, la Bioquímica aporta la interpretación de las transformaciones y procesos bioquímicos que caracterizan el abastecimiento energético para el trabajo muscular, la Fisiología los procesos biológicos que garantizan el control del medio interno, así como la participación de los diferentes sistemas de control y su regulación en el ejercicio físico y Fundamentos Biológicos proporciona los conocimientos básicos que brindan el marco teórico para fundamentar la adaptación biológica que experimenta el organismo del sujeto sometido a un régimen de actividad física sistemática, como es el caso de los deportistas proporcionando los diferentes métodos de control y evaluación

de la capacidad de trabajo física alcanzada por el organismo en el proceso de adaptación dirigida bajo la influencia de los ejercicios físicos.

Por último, la disciplina garantiza una completa integración de los conocimientos y habilidades que fundamentan biológicamente el proceso docente, el entrenamiento deportivo, respuesta única de adaptación biológica que conduce a la mejoría de la salud, al incremento de la capacidad de trabajo físico y a la elevación de las posibilidades funcionales.

En la disciplina se establecen también relaciones intermateria e interdisciplinarias con la **Morfología Funcional**, las asignaturas del ejercicio de la profesión, las disciplinas de Teoría y Metodología de la Educación Física y Teoría y Metodología del Entrenamiento deportivo, Cultura Física Terapéutica y psicopedagogía ya que la misma justifica las transformaciones **morfobiofuncionales** (los efectos de entrenamiento) que sucede en el organismo por la aplicación de las cargas físicas en dependencia del objetivo de las mismas, así como sustenta biológicamente el efecto de los diferentes métodos de entrenamiento utilizados en el proceso de planificación de cada uno de los deportes y aborda la actividad nerviosa superior que **es necesaria para la disciplina psicopedagogía**.

▪ **Con respecto al tratamiento de los contenidos**

Con respecto a los conocimientos y habilidades, cada asignatura analizará las posibilidades de incluirlos y con qué nivel de exigencia puede hacerlo, para lo cual sería conveniente que se realicen reuniones de la disciplina para los casos de aquellos en que por su importancia y naturaleza es conveniente discutir y acordar cómo hacerlo en cada una de ellas.

Las asignaturas diseñarán sus criterios metodológicos de tratamiento del contenido a criterio de los colectivos en cada centro universitario teniendo en cuenta todo lo expresado anteriormente y los conocimientos y habilidades esenciales a lograr según se establece en este programa.

▪ **Con respecto a la dirección del proceso de enseñanza aprendizaje**

Las formas de enseñanza serán las conferencias, seminarios, laboratorios, talleres y clases prácticas, formas que se expresan en las indicaciones metodológicas de los programas de asignaturas.

Una idea central del trabajo debe ser **enfocar el proceso más en el aprendizaje que en la enseñanza**. Para ello hay que tener en cuenta que, aunque en la actualidad el docente sigue siendo la figura clave en la transformación de la educación en cualquier país y que de su competencia profesional y de su calidad humana depende la tarea de poder realizar investigaciones serias y trascendentes en el campo de la educación, sus formas de actuación se han ido modificando acorde a la época. En estos momentos, a diferencia de épocas anteriores, **este docente no repite conocimientos sino se perfila como un profesional reflexivo, autónomo, que piensa, toma decisiones, interpreta su realidad y crea situaciones nuevas a partir de problemas cotidianos y concretos con el propósito fundamental de mejorar su propia práctica, y esta postura la desarrolla también en sus alumnos**.

Por lo antes planteado, esta labor no debe hacerse solo **motivando u orientando a los estudiantes a investigar** dentro de las exigencias propias de las tareas que se le plantean en el desarrollo de las asignaturas de la disciplina, sino durante toda la vida como un rasgo de la educación moderna. Esto propiciará un alumno independiente, activo, participativo y muy comprometido con el proceso de su aprendizaje creando condiciones para lograr paulatinamente la **formación de habilidades profesionales** y el desarrollo de su capacidad de **autoaprendizaje**, tal como se plantea en el modelo de profesional de esta carrera. Un trabajo con estas características debe **partir del diagnóstico de la preparación y desarrollo del alumno**, tal como lo exige el Ministerio de Educación Superior en la actualidad, y trabajar consecuentemente en su desarrollo a partir de su situación concreta y sus potencialidades.

Para la formación de ese egresado que necesitamos hay que transformar la **actividad de aprendizaje**, por las potencialidades que la misma tiene en el desarrollo de la personalidad del alumno. Esta actividad debe organizarse de modo que propicie un **papel activo, reflexivo en el estudiante**, que lo que aprenda tenga **significados claros para el mismo, tanto desde el punto de vista personal, como social y cognitivo**, y que **se planifique teniendo en cuenta la posibilidad de interacción entre los mismos**. En esa **interrelación social**, van asimilando procedimientos de

trabajo, conocimientos, normas de conducta, actuando con los compañeros y el profesor, como mediadores de la cultura a asimilar.

En relación con lo antes planteado, las asignaturas de esta disciplina tienen muchas potencialidades para concebir el proceso de enseñanza aprendizaje de modo que **el alumno esté activo** intelectualmente, que propicie un verdadero desarrollo del alumno en todos sus planos: intelectual, físico y moral (enseñanza desarrolladora). Para ello es muy **importante los métodos y estrategias** que emplee el maestro, según sus características, la del contenido que va a impartir, las condiciones previas de sus alumnos, el tiempo que disponga para su desarrollo, y **el tipo de tarea que se le proponga a los alumnos**. Una vía en esta disciplina es la **plantear tareas integradoras** a corto, mediano y largo plazo, según se van desarrollando las asignaturas que la conforman, que además de lo instructivas y desarrolladoras que pueden resultar para el alumno, **permiten al docente organizar todo el contenido alrededor de las mismas**.

En este sentido, los **métodos y estrategias que se seleccionen, y el sistema de tareas que se proponga a los alumnos** deben garantizar no sólo la reproducción en el alumno sino también su **participación activa y productiva**. Esto no significa mucha participación externa, visible, sino **participación consciente del alumno**, y **el sistema de tareas que se organice debe propiciar ese movimiento interno cognitivo pero consciente y reflexivo**, no necesariamente visible en el caso de las actividades intelectuales. Lo anterior no significa que no se planteen tareas reproductivas, sino que si fuera necesario plantearlas por las características del contenido de que se trate, no se abuse de las mismas y que no se sustenten solo en la memoria mecánica, sino en procesos conscientes basados en el conocimiento de los conceptos involucrados de modo que los alumnos estén conscientes de lo que hacen, así como por qué y para qué lo hacen.

De igual modo es esencial que las tareas propicien la activación de otros procesos de pensamiento que contribuyan al desarrollo de lo que se denomina **pensamiento lógico**. Esto significa que en las actividades teóricas y prácticas propias de esta disciplina se incluyan niveles de identificación de conceptos y procedimientos, la realización de los mismos por parte del alumno, la argumentación de hechos, la discusión de problemas específicos del área de formación que se esté trabajando, entre otras actividades.

En la impartición de las clases se emplearán métodos activos de enseñanza que propicien una participación activa del alumno que le permita construir y reconstruir el conocimiento, el desarrollo del proceso propiciará la comunicación dialógica, el autoaprendizaje, propiciando la reflexión por parte del alumno, jugando el profesor el papel de orientador del proceso docente.

Una herramienta que puede ser en el caso de las clases prácticas y los laboratorios es la aplicación y valoración de test y pruebas funcionales e investigaciones dirigidas al estudio de las capacidades físicas del hombre sometido a la influencia de la actividad física. De igual modo pueden ser empleados los **mapas conceptuales** que posibilitan sistematizar lo estudiado haciendo visible las relaciones entre los conceptos, ya sea de subordinación o inclusión, así como integrar el contenido de una manera objetiva y en ocasiones diferente a como se aprendió.

En este **plano cognitivo**, al que hemos estado haciendo referencia desde el párrafo anterior y que lamentablemente es el que menos se trabaja, es esencial para que el alumno **posea significados claros de lo que aprende**, que se propicie que pueda relacionar el nuevo material de aprendizaje con su estructura de conocimiento existente (**sus condiciones previas**), **y adquiera un sentido en esa estructura de conocimiento, pero para lo cual es necesario que lo que se aprende esté debidamente sustentado en el orden cognitivo y no sea una mera repetición de algo ausente de sentido en dicho orden.** Esto último es una tarea muy importante para el que enseña, es decir estructurar el proceso de enseñanza de modo que esto se logre y que por la conformación y relación que tienen las tres asignaturas que integran esta disciplina, es muy necesario y posible de hacer.

Es esencial también propiciar **formas de comunicación** eficientes entre los alumnos, de modo que se produzca una **socialización de aciertos y errores** en el proceso del aprendizaje, y la posibilidad de analizar críticamente los resultados personales y colectivos, lo que tiene, además, un gran valor formativo.

En este sentido educativo, es muy importante también en la dirección del proceso, **poner en práctica el principio de la unidad entre lo instructivo y lo educativo, orientar la motivación hacia la actividad de estudio.** Para provocar esas motivaciones es necesario **vincular el contenido de aprendizaje con la práctica social** y estimular la valoración por el alumno en el plano educativo, lo cual es esencial en esta disciplina para el logro de su objetivo general. En este sentido es

recomendable la introducción en las clases de ejemplos concretos de las diferentes disciplinas del ejercicio de la profesión, con el fin de facilitar la comprensión de las mismas y **hacer visible su utilidad e importancia en su formación.**

Es muy importante también desarrollar **la necesidad en lo alumnos de aprender y entrenarse en cómo hacerlo de manera independiente.** Para ello se recomienda, en el trabajo de la disciplina, el aumento de actividades prácticas sobre la base de situaciones problémicas y problemas preprofesionales, o sea que no llegan a tener la envergadura de un problema profesional propiamente dicho, pero que lo ponen en situaciones de búsqueda y tratamiento de la información relacionada con el problema en cuestión.

En el **plano afectivo propiamente dicho** el docente debe propiciar un clima agradable, de distensión y respeto mutuo, así como de tolerancia ante los diferentes puntos de vista que la actividad en las tres asignaturas de la disciplina pueden propiciar. De igual modo el docente debe tener presente que no se trata de formar sólo a un estudiante que piense sino y en buena medida a un estudiante que sienta, que sea capaz de orientar su comportamiento a partir de hacer suyos, como normas y cualidades, los valores sociales más relevantes.

Como se puede comprender, para dirigir el proceso con las anteriores características, el docente debe realizar una **orientación y un control efectivo** del aprendizaje de sus alumnos mediante una **planificación adecuada** de las actividades, tanto de forma individual como en las reuniones de disciplina, departamento y año. En este sentido, es de gran importancia que sea perfeccionado y elevado a un plano superior la **orientación y el control del trabajo independiente**, y que los trabajos que se orienten para realizar en forma independiente o en equipos, dentro y fuera del aula sean debidamente discutidos en colectivo para socializar los resultados y que la consulta establecida sea también utilizada ampliamente para realizar este control y orientación al alumno así como para comprobar y evaluar el uso de la literatura recomendada para la realización de las actividades.

- **Con respecto al desarrollo de estrategias educativas relacionadas con el Idioma, Computación, Historia de Cuba, Formación Económica, Medio Ambiente y Dirección**

En el desarrollo del trabajo en la disciplina, se debe propiciar, sobre la base de las líneas que al respecto se ha trazado el ISCF:

- El uso adecuado del **idioma español** en todas sus formas, mediante la exigencia sistemática de su uso correcto en las clases y en las actividades extra clases que se les propone al alumno en forma escrita y en la presentación y discusión de sus trabajos escritos o en forma oral.
- La búsqueda y empleo de información **en idioma inglés** que le permita ampliar sus conocimientos sobre dicho idioma y sobre lo que está estudiando o investigando.
- En relación con la **computación**, debe tenerse en cuenta, en el desarrollo de las clases y de las actividades que se propongan para la actividad individual de los alumnos, el uso de la tecnología de la información y las comunicaciones que estén al alcance de los mismos en la institución o fuera de ella.
- Durante la actividad docente y de estudio de los alumnos debe atenderse a la **formación investigativo-laboral** de los mismos en el campo de la preparación de esta área de formación, debiendo proponerse actividades de búsqueda bibliográfica y en las que deben realizar acciones investigativas acorde con sus posibilidades en cuanto a las condiciones previas que ya hayan alcanzado en el momento en que se impartan las tres asignaturas de la disciplina.
- El **trabajo con la información científica, económica e histórica** relacionada con el país y con su futura profesión y que esté vinculada a su actividad de aprendizaje dentro de la disciplina.
- La búsqueda y empleo de información, dirigida a **la educación ambiental** de los estudiantes, que esté en correspondencia con los objetivos de la disciplina y que propicien la adquisición y generación de conocimientos, el desarrollo de hábitos, habilidades, cambios de comportamientos y formación de valores orientados hacia:
 - La organización y planificación de la Cultura Física basada en fundamentos biológicos, considerando al hombre como un ser social único, **contribuyendo con ello al desarrollo armónico del ser humano como centro de la biodiversidad.**
 - La divulgación adecuada de los cambios adaptativos en el organismo que practica sistemáticamente las diferentes formas de la Cultura Física, y su contribución a **contrarrestar las influencias negativas que ejerce el desarrollo de la sociedad moderna sobre la actividad motora del hombre.**

- La promoción sistemática de las actividades físico deportivas y recreativas como un medio para **el mejoramiento de la calidad de vida**.
 - La contribución que en general puede lograrse con la aplicación de los conocimientos de la asignatura al **desarrollo sostenible de nuestra sociedad**.
 - Un uso adecuado de la tecnología tanto para lo relacionado con la salud física de las personas, como con el cumplimiento de normas morales y éticas de acuerdo a los principios de nuestra sociedad, así como para la protección de los equipos y del medio ambiente.
 - El trabajo hacia nuevas formas de relación de los alumnos y trabajadores con la naturaleza, de estos entre sí y con el resto de la sociedad, en el marco de la Institución y en el contexto social donde los mismos se desenvuelven.
 - La creación de un marco de respeto, afecto y solidaridad en las clases y en la **Institución** en general, que propicie un cambio en las relaciones entre las personas, incrementen el sentido de pertenencia a la misma y favorezca actitudes como el cuidado de las áreas verdes, el mantenimiento y limpieza de las aulas, baños e instalaciones en general, ahorro de agua y energía, entre otras manifestaciones de educación formal y ambiental.
- **Con respecto a la evaluación en la disciplina**

La evaluación de la disciplina se hará en correspondencia con la evaluación de los objetivos generales de la misma y los del año en que culmina la disciplina.

Los alumnos se evaluarán solo **mediante actividades sistemáticas orales y escritas** así como mediante **pruebas parciales en aquellos temas que se valore en las diferentes asignaturas**, lo que significa **que no hay prueba final en ninguna de ellas**.

Cuando un alumno haya tenido una magnífica asistencia a todas las actividades de una asignatura y sus resultados en la evaluación sistemática hayan sido considerados excelentes por su profesor, puede ser eximido de realizar la prueba parcial correspondiente mediante la consulta previa y aprobación del Jefe del Departamento.

En todos los casos, la forma que se adopte debe tener en cuenta la objetividad, la continuidad y la sistematicidad de la verificación en cuanto a la adquisición de conocimientos y la formación de las habilidades previstas.

En general la evaluación y las actividades en las clases deben contribuir a la preparación del alumno a la realización de los exámenes integradores. Por ello la evaluación estará dirigida en lo fundamental en cada asignatura, a propuestas de problemas sencillos y fundamentales de la Cultura Física y el Deporte, que con un enfoque integrador, enfrenten al estudiante a situaciones problemáticas que deberá resolver de forma individual y colectiva y que le vinculará en cada etapa con las situaciones laborales que deberá enfrentar durante la práctica social laboral.

LITERATURA DE LA DISCIPLINA

Básica

- Guyton A. C. (1998) Tratado de Fisiología Médica (9na Edición) Editorial Interamericana Mc Graw-Hill. España. (7MA Edic).
- León Oquendo (2004).Bioquímica: Bases para la Actividad Física. Editorial Deportes, Ciudad de la Habana,
- N.V. Zimkin Fisiología Humana (1975) Editorial Científico Técnica. Ciudad de la Habana

Complementaria:

- Menshikov, V.V. y N.I. Volkov (1990). Bioquímica. Editorial Vneshtorgizdat, Moscú.
- Cardellá, L, Hernández, R. y col. (1999). Bioquímica Médica. Tomos I, II y III, Editorial Ciencias Médicas, Ciudad de la Habana.
- Guyton, A.C. (1987). Fisiología Humana. “6ta Editorial, Editorial Revolucionaria, Ciudad de la Habana.
- Astrand, P. (1979). Fisiología del Trabajo. .Editorial Panamericana. México
- Costill D.L., Wilmore J.H. (1999). Fisiología del Deporte y del Ejercicio. Editorial Paidotribo, Barcelona.
- Fox A. (1978) Fisiología del deporte. Editorial Panamericana, México.
- Lamb D.R Fisiología del Ejercicio. Madrid, 1985.
- López Chicharros., Fernández. Vaquero A., (1995). Fisiología del Ejercicio. Editorial Médica Panamericana, Madrid.

Consulta:

- Ganong W.F (1988). Fisiología Medica. 9ª Editorial, Editorial El Manual Moderno, México

- Guyton A.C (1987). Fisiología Humana. "6ª Editorial, Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de la Habana,
- Lehninger, A. (1980) Bioquímica. 2da. Edición, Editorial Revolucionaria. Ciudad de la Habana,

Cursos Optativos y Electivos

Doping. Efectos Sociales	32 Horas
Entrenamiento en condiciones extremas del medio ambiente.	32 Horas
Elementos de la metrología en el deporte y la actividad física.	32 Horas

ANEXO 4

Programa de la asignatura Psicología.

- **Objetivos educativos:**

Que los estudiantes sean capaces de:

1. Estudiar con disciplina, autonomía y responsabilidad en las tareas de la asignatura como base para su desempeño profesional futuro.
2. Reflexionar en forma ordenada, lógica y dialéctica que le permita llegar a conclusiones sólidas.
3. Manifestar actitudes de búsqueda y reelaboración crítica del conocimiento y la información científica que posibiliten el tránsito de la simple reproducción de contenidos a la asimilación crítica de los mismos
4. Interpretar con una concepción materialista dialéctica los fenómenos psicológicos en la personalidad de los participantes de la Cultura Física para solucionar los problemas de esta esfera según las características del período evolutivo.

- **Objetivos instructivos:**

1. Identificar el lugar de la subjetividad humana en los marcos de la Cultura Física.
2. Utilizar el sistema de conocimientos de la Psicología en la comprensión de los problemas de la Cultura Física.
3. Aplicar los conocimientos, métodos y técnicas psicológicas que permitan solucionar los problemas en la Cultura Física según las particularidades psicológicas evolutivas de los participantes.

- **Sistema de conocimientos.**

Objeto de estudio principios y métodos de la Psicología. Caracterización de la psiquis. Aspectos generales de la teoría de la actividad y de la comunicación. La atención. La actividad cognoscitiva de la

personalidad: conocimiento sensorial, representativo y racional. Importancia para el trabajo del profesor de Cultura Física. Vías para su estudio. La motivación. La actividad afectiva y volitiva de la personalidad. Caracterización general. Papel en el desarrollo de la actividad física. La Personalidad y su estructura: temperamento, carácter, capacidades, tendencias orientadoras. Importancia de su conocimiento para el trabajo del profesor de Cultura Física.

La Psicología de las edades y su objeto. Algunas categorías relacionadas con la periodización en la evolución psíquica. Tendencias teóricas sobre el aprendizaje motor contemporáneo y el desarrollo psíquico. Procesos de aprendizaje motor. Edad Escolar Adolescente y juvenil: test particularidades psicológicas importantes para el profesor de Cultura Física. Indicaciones metodológicas relacionadas con el papel del profesional de la Cultura Física. Vías para su estudio.

ANEXO 5

ENCUESTA A LOS ESTUDIANTES (1)

I. Sobre la preparación curricular obtenida.

SI

No

-A través de las asignaturas que recibo, me preparo para una mejor conducta sexual.

-Me interesa profundizar en lo relacionado con la sexualidad en las diferentes edades

-La educación sexual que he recibido a través de mi vida de estudiante me resulta suficiente.

-Una correcta preparación con respecto a la sexualidad humana puede influir positivamente en mi actividad profesional.

II.-Sobre las vías de información.

1) Subraya aquellas a través de las cuales **recibes** información sobre la sexualidad.

Televisión, cine, dialogo familiar, intercambio con compañeros y amigos, clases de diferentes asignaturas, charlas y debates, médico de consultorio, otros.

2).- Subraya las que **desearías utilizar**:

.Asignaturas en los primeros años, encuentros de conocimientos, actividades informales, asignaturas optativas, plataformas interactivas digitales, conversatorios con especialistas, otros.

III,- Sobre la educación sexual que reciben.

Buena

Regular

Mala

- La orientación que has recibido con respecto a tu sexualidad es
- La información que te brindan tus profesores sobre esta temática es
- La información que aparece en los medios de comunicación es
- La actitud de tus padres con respecto a tu sexualidad es.
- La educación de la sexualidad destinada a los niños es

ANEXO 6.

TABLAS DE ANÁLISIS PORCENTUAL. ENCUESTA 1. Pregunta1. Sobre la preparación

	SI	NO
A través de las asignaturas	60%	40%
Interés de profundizar.	90%	10%
La educación sexual aburrida.	20%	80%
Influye en la profesión	90%	10%

Pregunta 2. Vías utilizadas

Vías	%
Televisión	100
Cine	20
Diálogo familiar	80
Intercambio con compañeros	90
Clases	70
Charlas y debates	60
Médico del consultorio	10
Otros	20

Pregunta 3. Vías propuestas.

Vías	%
Asignaturas de los primeros años	30
Encuentros de conocimientos	50
Actividades informales	70
Asignaturas optativas	80
Computación	50
Conversatorios	40

Anexo 6...Continuación

Pregunta 4. Opinión sobre Educación Sexual

	<u>B</u>	<u>R</u>	<u>M</u>
Orientación	80%	20%	
Información por los profesores	50%	50%	
Sobre los medios de comunicación	90%	10%	
Actitud de los padres	80%	20%	
Educación sexual en los niños	30%	60%	10%

PREGUNTA 5. SALUD Y SEXUALIDAD.

	Siempre	Casi Siempre	Nunca	No sé
Uso del condón	90%	10%	0%	0%
Se puede reconocer una persona con ITS/VIH/SIDA a simple vista	0%	50%	40%	10%
Las ITS traen consecuencias para los Sistemas Reproductores	10%	50%	30%	10%
Todas las ITS se tratan con antibióticos	10%	60%	20%	10%
Las personas de la tercera edad pueden contagiarse con ITS	60%	40%	0%	0%

ANEXO 7

CUESTIONARIO DE CRITERIO DE ESPECIALISTAS

Datos generales:

Categoría docente:

Categoría científica:

Instrucción:

Por su experiencia profesional, lo hemos seleccionado como evaluador del Programa de la asignatura "Sexualidad y desarrollo humano", que se propone como optativa en el Plan de estudios D de la Carrera Licenciatura en Cultura Física.

Marque con una X en la siguiente escala, el valor que el concede a cada aspecto de la guía. Fundamente el por qué de su criterio.

1. Muy adecuado.
2. Bastante adecuado.
3. Adecuado.
4. Poco adecuado.

Fundamentación

ANEXO 7.....CONTINUACIÓN

Aspectos a evaluar

Escala de
valores

1 2 3 4

- Nivel de aplicabilidad del Programa.
- Nivel científico y actualidad del Programa.
- Correspondencia del Objetivo general del Programa con los objetivos trazados en cada tema.
- Carácter sistemático de los temas y las temáticas a desarrollar en cada uno.
- Contribución del Programa a la solución de las limitaciones en la educación de la sexualidad en la Carrera.

ANEXO 8.

Relación de especialistas consultados.

- Pastora Deler Sarmiento, Lic. En Cultura Física, Dra en Ciencias de la Cultura Física, 37 años de experiencia.
- María Eugenia González Hernández, Dra en Medicina, especialista en Psiquiatría Infanto-Juvenil, Master en Psicología Médica, 35 años de experiencia.
- Iván Brito Fuentes, Lic en Educación especialidad Biología, especialista del CITMA, Master en Ciencias, 30 años e experiencia.
- María de Jesús Balmaseda Meneses, Lic en Educación, especialidad Biología, Master en Ciencias de la Educación, 35 años de experiencia.
- Olga Lidia Bermúdez Alemán, Lic. en Psicología, Master en Psicología Médica, 27 años de experiencia.
- Daniela M.Palacios, Lic. en Cultura Física, Master en Ciencias del Deporte, 26 años de experiencia.
- William Yera Díaz, Lic. en Psicopedagogía, Master en Psicopedagogía, 25 años de experiencia.