



FACULTAD DE EDUCACIÓN
Escuela de Educación en Ciencias
del Movimiento y Deporte

**FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA DE EDUCACIÓN EN CIENCIAS
DEL MOVIMIENTO Y DEPORTES**

**TIEMPOS DE COMPROMISO MOTOR EN
LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN
ESTUDIANTES DE 7^{MO} Y 8^{VO} BÁSICO EN LA
COMUNA DE SANTIAGO**

**SEMINARIO PARA OPTAR AL
GRADO DE LICENCIADO EN
EDUCACIÓN Y TÍTULO DE PROFESOR
DE EDUCACIÓN MEDIA EN
EDUCACIÓN FÍSICA**

INTEGRANTES:

ARELLANO SANDOVAL GONZALO

FLORES CHACÓN SEBASTIÁN

LEÓN LEÓN ALEXANDER

LÓPEZ LIZANA FELIPE

PIÑA DIAZ SEBASTIÁN

REYES FAÚNDEZ ISAAC

SAEZ MEDINA CRISTOPHER

VALENZUELA PRIETO CLAUDIO

**DIRECTORA DEL SEMINARIO
Srta. MARIBEL PARRA SALDÍAS**

SANTIAGO - CHILE 2014

DEDICATORIA

"A Dios, nuestras familias, amigos y profesores, por acompañarnos en esta etapa de formación académica y profesional ayudándonos a ser mejores cada día."

Agradecimientos

Quiero expresar mi gratitud, a Dios que me ha dado todo, estas líneas no bastarían, ni el tiempo de toda mi vida, para agradecer todo lo que ha hecho en mí. A Él sea la Gloria, la Honra por siempre.

A mis padres, hermanos y familia, quienes me apoyaron durante todos estos años con sus palabras de aliento y ánimo para concluir de la mejor manera todo este proceso de formación académica. En especial a mi madre, que con la ayuda de nuestro Dios, su paciencia, esfuerzo y creer en mí, facilitó mi educación superior. A ti madre, muchas gracias por tanto que has hecho por mí, este logro también es para ti. Es un hecho histórico que se escribe en el libro de nuestra familia. Te amo madre.

A mis amigos, que se preocuparon durante todo el período de formación, por sus constantes oraciones para que en cada momento concluyera con la bendición de Dios, para ellos también es mi agradecimiento.

Y a mi mejor amigo, el Espíritu Santo de Dios, que sin su dirección, ayuda, consejo, nuevas fuerzas que me dio cada mañana para seguir adelante, no hubiera logrado nada. Cada etapa de mi vida ha sido guiada y guardada, para hacer Tu perfecta voluntad. Para Ti es este total agradecimiento, te mereces todo el reconocimiento y mucho más, y lo quiero hacer de todas las formas posibles. Gracias Espíritu Santo.

Gonzalo Ignacio Arellano Sandoval.

Tengo 3 cosas por las cuales agradecer:

Primero le agradezco el esfuerzo, preocupación y amor de mis padres, sin ellos no hubiera podido lograr con éxito la finalización de mi carrera profesional y no tendría los valores que hoy tengo; agradezco también a mi novia, por sus consejos, ayuda y confianza, ya que contribuyó de manera significativa en mi formación personal y profesional; y finalmente agradezco a Dios, por su enorme misericordia que me permitió estudiar una carrera profesional, y darme la motivación para esforzarme cada día.

“Los muchachos se fatigan y se cansan, los jóvenes flaquean y caen; pero los que esperan a Jehová tendrán nuevas fuerzas; levantarán alas como las águilas; correrán, y no se cansarán; caminarán, y no se fatigarán.” Isaías 40:30-31

Sebastián Flores

Sin duda, que esta travesía en la cual me embarque un año 2009, no ha estado exenta de anécdotas, sorpresas y adversidades, las que compartí, descubrí y supere por completo, gracias a la ayuda y apoyo de diferentes hermosas personas a las cuales evocaré a continuación.

En primer lugar agradecer a Dios, ingeniero de mi camino, el mejor maestro y el principal autor de la posibilidad de poder estudiar mi querida carrera.

Gracias a mi madre, quien levanto la base de este proyecto de calidad de persona que soy hoy, inculcándome valores, hábitos y aspiraciones esenciales para el éxito. Tarea ardua, que requiere de esmero y dedicación, lo que nunca faltó y que por consecuencia brinda uno de sus mayores frutos, con la presente instancia.

También agradecer a mi familia, quienes siempre mantuvieron confianza en mis capacidades, y fueron oportunos para brindarme buenos momentos, encargados de colocar la pausa necesaria.

Agradezco a Juan Pablo Conejeros, Isolda Vergara y Víctor Reyes, profesores que marcaron mi paso por la universidad. Los primeros dos por enseñarme que el ser estricto y no perder la calidad humana son dos características cien por ciento compatibles y gratas de vivenciarlo. Al profesor Reyes por enseñarme y recalcarme lo importante y relevante que es la fundamentación teórica, para defender nuestro punto de vista u opinión.

Gracias a mi pareja, que a pesar de las adversidades que hemos enfrentado, sigue a mi lado, lidiando con la despreocupación que provoco este último año de carrera y a mi hijo Luciano, quien se hizo parte de este gran desafío que significaba este último año, pero que a la vez, se convirtió en la fuerza fundamental para ganarle a dicho desafío.

Y como no darle las gracias a Isaac Reyes, excelente compañero, persona y amigo que encontré en esta travesía, sin duda una amistad que no termina aquí.

Para terminar, agradecerle a nuestra profesora guía Maribel Parra, por toda su paciencia y trabajo, a cada uno de los integrantes de esta investigación ¡buen trabajo! estimado grupo, y finalmente gracias a todas las personas que de una u otra forma aportaron a mi formación profesional y personal.

Alexander León León.

Cuando decidí comenzar este camino de pedagogía, me inundaba la duda, por cuestiones personales, de poder concretarlo. Y aquí me encuentro llegando al final de este camino, a pesar de los miedos, las incertidumbres, los obstáculos.

La finalización de esta tesis marca el cierre de una etapa, la que se constituyó de desafíos, de aprendizajes, de esfuerzo, pero sobre todas las cosas, de crecimiento, en el cual me acompañaron personas muy importantes para mí, sin los cuales seguramente no hubiera podido llegar hasta aquí.

Mi familia (Lilian Lizana Montoya, José López, Gonzalo López, Graciela Lizana Montoya, Fernando Lizana Montoya, Myriam Lizana Montoya, Roberto Solís, Abuela Julia) y amigos por enseñarme el valor del esfuerzo y no permitirme bajar los brazos en ningún momento, comprensión, paciencia, ánimo, por el apoyo incondicional en cada paso de este, me acompañaron en esta aventura que significó la maestría y que, de forma incondicional, entendieron mis ausencias y mis malos momentos.

Son muchas las personas que han formado parte de mi vida profesional a las que me encantaría agradecerles su amistad, consejos, apoyo, ánimo y compañía en los momentos más difíciles de mi vida. Algunas están aquí conmigo y otras en mis recuerdos, sin importar en donde estén quiero darles las gracias por formar parte de mí, por todo lo que me han brindado.

Felipe Alejandro López Lizana

Al realizar este trabajo, debo agradecer la paciencia de mi familia, como también amigos, en soportar mis cambios anímicos, la empatía que sentían en el transcurso del desarrollo de la tesis, en donde algunos pasos eran óptimos, como también la gran cantidad de errores en su construcción.

Todos los momentos comprometidos que viví con el trabajo y con cada uno de los compañeros del grupo, a los cuales agradezco haber formado equipo en donde su paciencia, como también la entrega en elaborar, era notoria en este proyecto; en donde yo, por elección de ellos, fui elegido como “coordinador”, entregando su confianza en mí para guiar este trabajo.

Fueron los hechos significativos que sucedieron en estos meses de elaboración del proyecto, en donde de a poco, vimos como lográbamos las metas propuestas, enterándonos de los datos que obtuvimos en cada colegio.

Para concluir, vuelvo a reiterar la paciencia y preocupación de todas las personas que me rodean en este momento, en donde se elaboró el proyecto de título, el cual es el trabajo final de la carrera.

Sebastián Piña Díaz

Sin duda es gratificante estar culminando un proceso de 5 años de gran esfuerzo, en donde conocí mis potencialidades, mis debilidades, además de vivir momentos de fracasos y éxitos, pero a pesar de todo pude aprender a entender que se puede con mucho empeño y sacrificio lograr cualquier meta. Pero sé que este proceso lo viví acompañado por muchas personas a las cuales quiero agradecer. En primer lugar no me cansaré de agradecerle a mi Dios, que cada día con su eterno amor y su misericordia me dio las fuerzas para sacar adelante este desafío de vida. Estoy convencido que sin ÉL, no soy nada, y que a pesar de mis errores y mis flaquezas, siempre ha sido fiel. Gracias le doy a mi Dios por la hermosa familia que me regaló, ya que son muchos los esfuerzos que debo destacar de ellos, y no solo en estos 5 largos años, sino que a lo largo de toda mi vida.

Quiero agradecer a mis padres, Alejandro y Maritza que nunca dejaron de creer en mí, y que con su valioso esfuerzo logramos juntos sacar adelante esta difícil misión, jamás olvidaré su apoyo en momentos de dificultad económica, ofreciendo de su tiempo y espacio para poder ir en ayuda de este desafío, agradecer también a mis hermanos Ángelo y Siboney que siempre fueron un pilar fundamental.

También quiero destacar a mis abuelos, a mi lilita, a mi tata y a la mamita, que fueron quienes con su apoyo, con palabras como “vamos tu puedes”, “tú eres capaz”, siempre me animaban a poder luchar con más entusiasmo en cualquier situación. También no olvidar que ellos, en momentos de dificultad económica, siempre estuvieron disponibles para brindar su apoyo.

No quiero dejar de lado a aquellos que Dios puso en el camino para hacer más gratificante este proceso, a compañeros como Luis vega, quien fue siempre un hermano de oración y un compañero valioso para desarrollar de mejor forma mis estudios, así también a un excelente compañero como lo fue Alexander León, con el cual vivimos momentos de altos y bajos, pero nunca dejamos de creer en nuestras convicciones para poder sacar adelante la tarea, sin duda fue un apoyo importante en esta etapa. Además agradezco a mis hermanos del Grupo bíblico universitario (GBU), que siempre con sus oraciones fueron un sostén importante.

Por último, a los integrantes de la Iglesia Ejército Evangélico de Chile, que siempre me tuvieron presente en sus oraciones, además de demostrarme su energía para poder seguir y terminar con éxito esta carrera.

Isaac Alexander Reyes Faúndez

Para llegar a este punto pasé por penas y alegrías, pero siempre con apoyo de gente hermosa e importante. En este momento quizás es difícil mencionar una por una a las personas que me acompañaron y que conocí en este camino ya que fueron muchas, pero si puedo agradecer a la vida y a Dios por presentarme a gente que en un comienzo solo partieron siendo compañeros de Universidad y que poco a poco comenzaron a transformarse en amigos, de tal calidad humana que nunca dejaron que decayera, siempre una palabra de apoyo en momentos difíciles y que, hasta el día de hoy, algunos ya egresados, siguen estando presentes en mi vida y por sobre todo en mi corazón.

Gracias a mi familia Cardenal de la Selección de Fútbol, a la cual pertenecí durante todos estos años de estudios, por entregarme enormes satisfacciones y alegrías, sonrisas por montones, siendo mi vía de escape en momentos de fastidio y cansancio.

Gracias a los profesores, que en ocasiones uno los critica pero que sin sus ganas, en ocasiones su amor y por sobre todo sus conocimientos, hoy no podría estar finalizando esta hermosa etapa.

Y para finalizar, infinitas gracias a mi familia, a mis tías Yasna y Marisol, que en conjunto con sus esposos Cristian y Alberto, siempre me dieron una mano, o un simple “vamos hijo, tu puedes”, “tú eres capaz”, “dale pelaíto, no queda nada”. Gracias a mis padres por creer en mí y darme esta hermosa oportunidad de estudiar, de adquirir conocimientos y de hacer lo que amo y me gusta, la Educación Física. Gracias mamá por levantarte cada día para llevar a mis hermanitas al colegio y luego ir a “romperte el lomo” durante todo el día para poder costear mis estudios, por dar lo mejor de ti para sacarnos adelante junto a mis hermanas, por defenderme con uñas y dientes y no dejar que nadie me dijera que no podía estudiar, que no era capaz de sacar esto adelante o de apagar mis sueños e ilusiones. Sin duda, no tengo como agradecerte tanto que haces por mí, pero finalizando mis estudios creo estar retribuyendo de a poco. Gracias, infinitas gracias mamá, te amo.

Y de manera especial, gracias a mi sol, mi estrella, mi fuerza y ganas de levantarme día a día, de seguir adelante cuando ya no quedan fuerzas, el que llegó durante este periodo, pero que solo aportó sonrisas y todas mis ganas de sacar esto adelante, por él y por mí.

Simplemente gracias hijo hermoso Maximiliano por llegar a mi vida y existir.

Cristopher Javier Ángel Sáez Medina.

En este arduo y largo proceso de diferentes momentos dentro de los cuales pase alegría, penas, frustración, quiero agradecer a todas las personas que, de alguna u otra manera, han intervenido y apoyado mi formación como docente.

Gracias a mi familia, que siempre estuvieron dándome consejos de mantener la calma ante cualquier situación y poder así avanzar tranquilo sin desesperarme, frente a lo que pueda pasar a futuro.

Mis amigos, que en los momentos de nervios, me apoyaron y me dieron alientos de motivación para mi desempeño laboral.

A mi profesora guía, que siempre estuvo insistiendo en hacer un trabajo exitoso y a la vez corregir nuestro trabajo para de esa manera, finalizarlo de forma completa. También gracias por su motivación, comprensión, preocupación, paciencia y entrega.

Claudio Valenzuela Prieto

Índice

	Página
RESUMEN.....	15
INTRODUCCIÓN.....	16
CAPÍTULO I	
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	19
1.1. Antecedentes Generales.....	20
1.2. Justificación.....	21
1.3. Objetivos.....	22
1.4. Limitaciones.....	23
1.5. Hipótesis.....	24
CAPÍTULO II	
MARCO TEÓRICO.....	26
2.1 Hechos históricos de la educación física.....	27
2.2 La clase de Educación Física.....	29
2.3 Parámetros de actividad física según la OMS.....	32
2.4 Acción del alumno.....	33
2.5 Acción del profesor.....	35
2.6 Descripción de los sujetos.....	37
2.7 Tiempos en la clase de Educación Física.....	40
2.8 Tiempo de Compromiso Motor.....	42
CAPÍTULO III	
MARCO METODOLÓGICO.....	47
3.1 Tipo de investigación.....	48
3.2 Diseño de investigación.....	48
3.3 Población y muestra de la investigación.....	48
3.4 Estrategia de recolección de datos.....	49
3.5 Descripción de Colegios.....	50
3.6 Descripción de Variables.....	53
3.7 Producto Esperado.....	54
3.8 Instrumento.....	54

CAPÍTULO IV

4.1 Análisis y Representación de los datos	57
4.2 Análisis por Género	59
4.3 Análisis de los tiempos por edad	62
4.4 Comparación del tiempo por Establecimiento	66
4.5 Tiempo administrativo y tiempo útil por colegios	68
4.6 Tiempo Perdido	74
4.7 Comparación a nivel mensual	75
4.8 Tiempo utilizado por el profesor.....	76
4.9 Análisis por Actividad.....	77
4.10 Comparación duración de actividad y compromiso motor	83
4.11 Interpretación General	85

CAPÍTULO V

5.1 Conclusiones	87
5.2 Proyecciones	91
BIBLIOGRAFÍA.....	92
ANEXOS.....	95

ÍNDICE DE TABLAS Y GRÁFICOS

Tabla N°1 El paradigma centrado en la condición física.....	28
Tabla N°2 Prevalencia de sedentarismo en la población.....	30
Tabla N°3 Minutos y porcentajes en relación a los tiempos de clase.....	57
Tabla N°4 Comparación de resultados con autores.....	58
Tabla N°5 Tiempo útil y tiempo de compromiso motor por curso.....	62
Tabla N°6 Tiempo útil y compromiso motor 7 ^{mo} y 8 ^{vo} Básico.....	63
Tabla N°7 Tiempos de organización y explicación del profesor.....	64
Tabla N°8 Resultados de los tiempos del Colegio Blas Cañas.....	68
Tabla N°9 Resultados de los tiempos del Colegio María Auxiliadora.....	69
Tabla N°10 Resultados de los tiempos del Colegio Uruguay.....	70
Tabla N°11 Resultados de los tiempos del Colegio Oratorio	71
Tabla N°12 Resultados de los tiempos del Colegio Santa María... ..	72
Tabla N°13 Resultados de los tiempos del Colegio Salesiano.....	73

Tabla N°14 Promedio de duración de las actividades.....	83
Tabla N°15 Promedio de duración Tiempo de compromiso motor.....	83
Gráfico N°1 Total de la muestra por género.....	59
Gráfico N°2 Tiempo de Compromiso Motor.....	60
Gráfico N°3 Comparación de tiempo útil y compromiso motor por nivel.....	62
Gráfico N°4 Comparación del tiempo útil y compromiso motor por nivel....	63
Gráfico N°5 Tiempo de organización y explicación del profesor.....	64
Gráfico N°6 Comparación del tiempo útil por colegio.....	66
Gráfico N°7 Comparación del tiempo de compromiso motor por colegio...	67
Gráfico N°8 Tiempos administrativos y tiempo útil Colegio Blas Cañas.....	68
Gráfico N°9 Tiempo administrativo y tiempo útil Colegio María Auxiliadora	69
Gráfico N°10 Tiempos administrativos y tiempo útil Escuela Uruguay.....	70
Gráfico N°11 Tiempos administrativo y tiempo útil Colegio Oratorio.....	71
Gráfico N°12 Tiempos administrativo y tiempo útil Colegio Santa María...	72
Gráfico N°13 Tiempos administrativos y tiempo útil Colegio Salesiano....	73
Gráfico N°14 Tiempo perdido versus colegio.....	74
Gráfico N°15 Acumulación del tiempo perdido en un mes de clases.....	75
Gráfico N°16 Comparación del tiempo utilizado por el profesor.....	76
Gráfico N°17 Tiempos respectivos en la 1° actividad.....	77
Gráfico N°18 Tiempo de compromiso motor de la 1° actividad.....	78
Gráfico N°19 Tiempos respectivos en la 2° actividad.....	78
Gráfico N°20 Tiempo de compromiso motor de la 2° actividad.....	80
Gráfico N°21 Tiempos respectivos en la 3° actividad.....	81
Gráfico N°22 Tiempo de compromiso motor de la 3° actividad.....	82

Resumen

La presente investigación tiene como foco de estudio medir la cantidad de movimiento activo en las actividades que el alumno realiza durante la clase de Educación Física en estudiantes de 7^{mo} y 8^{vo} básico en colegios de la comuna de Santiago, con la intención de entregar información útil a profesores, directivos y apoderados, con el fin de conocer lo que ocurre en las clases de educación física, y así poder generar cambios y mejoras. Estos tiempos fueron determinados por factores intrínsecos tales como: la organización de alumnos y materiales, y el tipo de actividad o ejercicio destinado a realizar; para esto se recolectó información mediante la aplicación de un instrumento (ALT-PE), adaptado a las necesidades de esta investigación, registrando datos en unidades de tiempo sobre dichos factores, donde se analizaron 6 establecimientos educacionales de la comuna Santiago.

Palabras claves: Compromiso Motor, Tiempo Útil, Tiempo de organización, Clase de educación física.

INTRODUCCIÓN

La educación física en la actualidad ha sido objeto de constantes críticas por los resultados del sistema de medición de la calidad de la educación (SIMCE), es por esto que es necesario observar lo que ocurre en la sala de clases, para poder determinar sus falencias. Considerando lo anterior, es imprescindible identificar los tiempos que se generan en la sesión, y el porcentaje que le da el profesor a cada uno de ellos, para poder conocer la cantidad de tiempo perdido durante la clase.

Ésta investigación también se funda a partir del combate al sedentarismo, una de las mayores problemáticas actuales en la sociedad, cuyo crecimiento puede ser atacado desde la institución escolar, y más aún, desde el aula. Por esta razón, la investigación se basará en la observación detallada desde la sesión de clases determinando los factores que favorecen y limitan el tiempo de compromiso motor (cantidad de movimiento), entregando un listado de todos los tiempos que transcurren en el aula, con sus respectivos valores de las instituciones observadas.

Con los datos obtenidos se entregará información relevante para los docentes del campo de la Educación Física, con el fin de aumentar la cantidad de movimiento del alumno y la participación activa de este, siendo un fundamento sólido para aprovechar al máximo las clases.

La investigación es de carácter cuantitativo de tipo descriptivo y está conformada en cinco capítulos:

- Primer capítulo: Se entregarán los antecedentes generales, dando énfasis en la problemática actual de nuestra sociedad y la relevancia de esta investigación.
- Segundo capítulo: Se dará cuenta del marco teórico, el cual sustenta esta investigación.
- Tercer capítulo: Se describen los procedimientos de este estudio.
- Cuarto capítulo: Se realiza todo el análisis e interpretación de los datos obtenidos.

- Quinto capítulo: Se entregarán las conclusiones del presente estudio.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Antecedentes Generales

Pieron, Siedentop, Olmedo, y Fernández, A. B., Viciano J., Lozano L., son los principales autores que han investigado sobre los tiempos de la clase de educación Física, cuyos estudios se han llevado a cabo en diferentes países, principalmente en España y Bélgica. Donde específicamente el tiempo de compromiso motor presenta niveles deficientes.

Los primeros estudios realizados partieron analizando al docente (Pieron 1988), considerando que desde los inicios de la educación, la mirada estaba centrada en el profesor y no en el alumno.

“La observación sistemática del profesorado se constituye como una herramienta metodológica que contribuye de manera importante a establecer los determinantes que condicionan su efectividad” (Cuéllar, 1999).

Sin embargo, con el paso del tiempo, la educación dio un vuelco rotundo en cuanto a su foco, metodologías, estilos de enseñanza, etc., pasando del conductismo al constructivismo, haciendo centrar su atención en el educando, tal es así, que los estudios posteriores del tema se han enfocado en la observación de los alumnos en vez del profesor.

En Chile investigaciones realizadas en los años 1991, 1992 y 1993 por seminaristas del Instituto Blas Cañas, guiados por el docente Miguel Barrera, obtuvieron como resultados un 17,17% , 15,5% y 15.1% de implicancia motriz, del tiempo tiempo total de la clase.

Esta investigación sigue el paradigma de los estudios más actuales, observando principalmente el actuar del estudiante, para posteriormente conocer a través de estos resultados, la capacidad organizativa del profesor.

1.2 Justificación

Según el Sistema de Medición de la Calidad de la Enseñanza (SIMCE) realizado el año 2012, a través de los resultados obtenidos en los octavos básicos, la población escolar carece de condiciones y cualidades físicas (fuerza, resistencia y flexibilidad), además muestra la dramática realidad de una baja capacidad aeróbica, especialmente en las mujeres, con un 85%, versus el 48% para los hombres que necesitan mejorar, plantean también que el 47% de las mujeres, y el 40% de los hombres presentan sobrepeso u obesidad, producto de esto, el 23% de los estudiantes presenta riesgo de desarrollar enfermedades cardíacas y metabólicas en la edad adulta (Informe para docente y directivos, 2012)

Frente a esta grave problemática, el Ministerio de educación (MINEDUC), desde el año 2013, ha propuesto elevar de 2 a 4 las horas obligatorias de las clases de Educación Física en todos los establecimientos del país (de 1^{ero} a 4^{to} básico), con el fin de combatir el problema del sedentarismo desde los primeros años de vida escolar, fomentando hábitos de vida activa y saludable.

Considerando lo anterior, es de vital importancia ir al interior del aula, y conocer qué es lo que hace realmente el alumno en la sesión de clase (desde el compromiso motor), y por otro lado saber cómo el profesor organiza y estructura sus sesiones, de tal manera que el estudiante permanezca constantemente en movimiento.

Por lo tanto, si el docente no sabe organizar sus clases en base al incremento del tiempo de compromiso motor, ¿Servirá aumentar las horas de Educación Física para disminuir la cantidad de sedentarismo?, ¿Tendrá efecto esta medida, si el profesor mantiene a los niños esperando tiempos prolongados en filas “eternas” para poder realizar una acción deportiva?

Hay una serie de investigaciones (Fernández, A.B., 2008, Vargas,S., 2008) que han estudiado sobre el tiempo en que se mantiene en movimiento el alumno durante la clase, ha esto se le llamo el “compromiso motor” (Olmedo, 2000). Según estos estudios, el profesor debe hacer lo posible para aumentar al máximo este compromiso motor, y para esto es necesario que sepa estructurar de manera eficiente su clase.

Autores como: Pieron, Siedentop, Birdwell, Metzler, Lozano y Viciano han creado instrumentos (Ej.: ALT-PE, BESTPED, OBEL/ ULg) que miden variables temporales, las cuales entregan una visión más amplia y detallada sobre el comportamiento motor del alumno, tomando en cuenta no sólo la cantidad de minutos que el educando se mueve, sino también las actividades que el profesor destina al alumno.

Con lo expuesto anteriormente se plantea la siguiente pregunta:

¿Cuánto es el tiempo de compromiso motor de los alumnos de 7^{mo} y 8^{vo} básico en los colegios y liceos de la comuna de Santiago?

1.3 Objetivos

Objetivo General:

- Conocer la distribución de los diferentes tiempos que acontecen en las clases de educación física.

Objetivos Específicos:

- Identificar el tiempo de Compromiso Motor.
- Identificar los Tiempos Perdidos en la clase de Educación Física
- Identificar el tiempo de organización y explicación del profesor”
- Identificar el “tiempo de espera de turno”

1.4 Limitaciones

La mayor limitación para el desarrollo de esta investigación, es la disponibilidad de los colegios, debido a que se están negando a recibir gente externa, por la integridad de la escuela y su comunidad.

Los constantes abusos sexuales que han ocurrido en las diferentes instituciones en la actualidad, han generado que estas se priven de poder grabar las clases, lo que significa una dificultad enorme a la hora de observar las sesiones, con el fin de obtener datos más amplios para esta investigación.

Otra dificultad que se encontró, fue que los alumnos al ser observados, participan y actúan de una forma distinta a lo común en las clases de educación física, esto repercute en los resultados, y por este motivo, hay que tratar de ser muy minuciosos a la hora de observar, para no interrumpir el estado natural del aula.

Los docentes también están cada vez menos dispuestos a ser observados, para no ser criticados, y que esto no influya en su continuidad laboral, es por esto, que se oponen a ser observados por otras personas, lo que significa una complicación a la hora de obtener las muestras.

1.5 Hipótesis

Hipótesis Descriptivas

- El género del alumno no es determinante para el grado de compromiso motor.
- El porcentaje del tiempo de al compromiso motor de los alumnos no es mayor al 30% del total del tiempo de programa.
- El porcentaje de tiempo perdido durante la clase, supera el 40% del tiempo de programa.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1 Hechos históricos de la educación física

Desde los primeros tiempos de la humanidad, se sabe que el hombre ha necesitado del movimiento de su cuerpo y del ejercicio físico para buscar seguridad y sobrevivir. Utilizó la velocidad, fuerza y agilidad entre otras para proveerse de los medios suficientes de subsistencia, enfocando sus habilidades en la caza, pesca y la capacidad de defenderse o atacar frente a cualquier hecho que afectase a su integridad o tribu. Es por esto, que vemos al hombre de la prehistoria como alguien que manejaba muchas exigencias vigorosas como: el correr, saltar, trepar, lanzar, nadar, etc., y que además tuvo que aprender a confeccionar y maniobrar herramientas como: el arco, la flecha, lanza, etc., las cuales se convirtieron en algunas de sus ocupaciones habituales, donde requirió de gran práctica para su correcto manejo; esto da cuenta de un hombre totalmente comprometido con su cuerpo y movimiento. De esto se puede concluir que el ejercicio físico en la prehistoria fue indispensable para este tipo de hombre sacando el máximo provecho para su vida.

Países como China, Japón y Corea trascienden en la práctica de la gimnasia, donde los estudios demuestran que hace más de 2.000 años se practicaban este tipo de disciplina por medio de posiciones y movimientos bajo el nombre de Cong-Fou.

Otro país que nos ayuda a la integración de multiformes actividades deportivas es Egipto, que con sus diferentes clases de carreras (caballo, a pie, a carro y otras competiciones semejantes), junto con la gimnasia y el atletismo, nos demuestra que su acercamiento a la educación física es histórica. Cabe destacar que en estas grandes civilizaciones la religión y el deporte estaban muy ligados entre sí, tanto es así que en Egipto, existió una diosa llamada Sehet, que fue reverenciada como “Señora del Deporte”.

También en Grecia consideraban la armonía entre el cuerpo y el espíritu como un factor necesario en la educación que recibían los ciudadanos, preparando a grandes guerreros y atletas. Este equilibrio entre el espíritu y el cuerpo, según los filósofos, “producen genios” y una cultura casi inigualable por las demás generaciones (Arnold 1968), tal es así que filósofos de la época como: Hipócrates, Galeón, Pitágoras, Platón y Aristóteles entre otros, participaron de esta dedicación al cuerpo, atribuyéndole gran importancia a la educación física,

muchos de ellos participaron como luchadores, campeones olímpicos y entrenadores.

Es en Grecia donde la importancia de la concepción filosófica de la vida y la educación física se inicia como un preparativo para la vida futura. Tanto en Esparta como en Atenas, los jóvenes recibían entrenamiento físico muy duro, donde en esta última, debían tener una formación íntegra que contemplara el ámbito intelectual, moral y físico, siendo enseñado en los gimnasios.

En épocas como la Edad Media y el Renacimiento, la fascinación por el cuerpo y su preparación cobran sentido, junto con una fuerte admiración hacia los griegos. Es así como pintores y escultores dan énfasis a esto, dando a conocer sus obras de arte exhibidas ante el público en plazoletas e iglesias.

Ya por el siglo XVIII en Alemania, Guts Muht, luchaba por la combinación de la gimnasia y la pedagogía, enfatizando que los ejercicios físicos forman parte de la educación integral del niño, es por esto que se le reconoce como el propulsor de la educación física en la escuela.

En el siglo XIX, Francia fue el primer país en tener una escuela con la incorporación de la gimnasia a través de una ley promulgada el año 1850. Sin embargo, ésta no tenía una finalidad escolar, sino que el objetivo de las clases era fortalecer la condición física de los estudiantes, debido a que estas eran guiadas por un suboficial del Ejército, por lo tanto, no existía una orientación ni sentido pedagógico.

2.2 La Clase de Educación Física

Hoy en día en Chile, las nuevas bases curriculares implementadas el año 2012, para los cursos de 1º hasta 6º sexto básico, consideran que el nombre de la asignatura de Educación Física es “Educación Física y Salud” (decreto 433 realizado el 2012).

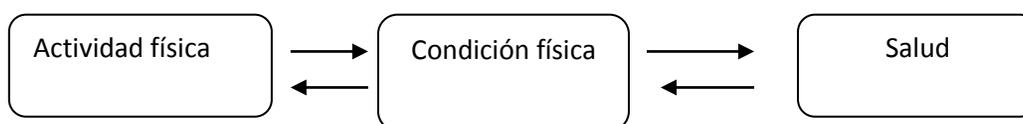
Los planes de estudio realizados con el decreto 2960 en el año 2012 agregan una cantidad de horas de enseñanza para la jornada escolar completa (JEC). Para los cursos de 1º a 4º básico se incorporaron 2 horas semanales de clases de Educación Física y Salud, mientras que para los cursos de 5º básico a 4º medio las horas siguen siendo las mismas (2 horas semanales). Esto se oficializó en la más reciente edición de los programas de estudios correspondiente a las asignaturas aprobadas en el decreto del MINEDUC, los cuales se pondrán a disposición de todos los establecimientos educacionales de educación básica del país a partir del año 2013.

La inclusión de la salud en las clases de Educación Física está apoyada ampliamente por la profesión médica, ya que las enfermedades modernas que surgen en la sociedad son resultado de la inactividad física de las personas. Es así como los autores (*Extraído de Devís.J y Peiró.C 1993*) han denominado dos paradigmas para las clases de Educación Física:

a) El paradigma centrado en la condición física:

Tiene como visión que las actividades planificadas para una clase de educación física deben ir enfocadas en la mejora del rendimiento de las cualidades físicas de las personas con el fin de lograr una óptima salud.

Tabla N°1



* Fuente: Bouchard y cols (1990) (*Extraído de Devís.J y Peiró.C 1993*)

En cambio:

b) El paradigma orientado a la Actividad Física

Propone que los estados de salud pueden mantenerse o mejorar (según la persona) sólo con realizar actividades físicas, las cuales no tienen como fin la mejora del rendimiento, sino que lleve un consumo de energía significativo. (Blair y cols. 1992) (*Extraído de Devís.J y Peiró.C 1993*). Esto es importante, ya que las personas que más necesitan la ayuda en estos tiempos son las sedentarias con problemas de obesidad, diabetes o hipertensión, quienes requieren de actividades de intensidad moderada con características lúdicas, considerando sus limitaciones y capacidades.

Ahora bien, la relevancia de establecer una relación entre la salud y las clases de educación física, provoca que los establecimientos escolares sean agentes promotores de la actividad física en la sociedad, ya que éste es el único lugar donde participan todos los niños sin importar sus habilidades o destrezas deportivas, por ello la importancia en la cantidad de movimiento que realizan los alumnos durante las clases. En base a esto, el Ministerio de Educación ha considerado crucial aumentar la cantidad de horas de ejercicio físico para que los alumnos permanezcan el mayor tiempo posible en movimiento y así aumentar su gasto energético, todo esto con el fin de crear hábitos de vida activa y disminuir los índices de sedentarismo.

La integración del término “salud” en el nombre de la asignatura, responde a los graves problemas de sedentarismo que enfrenta nuestro país. En Chile se han realizado dos encuestas sobre actividad física que son: “Caracterización Socioeconómica” (CASEN), que se efectuó a 20.000 el 2011 y la “Encuesta de Calidad de Vida y Salud” (ENCAVI) realizada a 6.000 hogares de zonas rurales y urbanas de diversas regiones del país el año 2006, en donde plantean que el 71%(CASEN) y 73% (ENCAVI) de la población es considerada sedentaria. La Encuesta Nacional de Salud (ENS) ejecutada el 2012, nos muestra que un 88,6% de la población mayor de 17 años tienen un comportamiento sedentario, a esto se le suman los resultados obtenidos en el SIMCE de Educación Física realizado el 2012, el cual nos revela que tan sólo el 10% de los alumnos tiene una actividad física satisfactoria y el 20% de éste se encuentra propenso a contraer enfermedades cardiovasculares y cardiorrespiratorias. (CASEN, 2011), (INE, 2012)

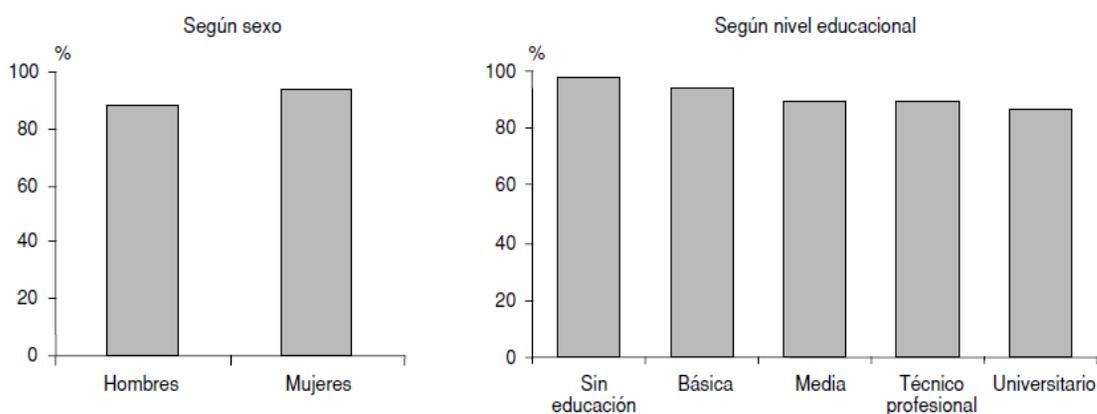
Acuñaando este nuevo nombre, el MINEDUC da a conocer la importancia de esta asignatura constituyéndola como un eje principal de la educación para

prevenir las nuevas enfermedades, ya que se enmarca en el proceso de formación integral del ser humano.

“A partir de la participación en la clase de Educación Física y Salud, los estudiantes podrán desarrollar habilidades motrices y actitudes proclives al juego limpio, el liderazgo y el autocuidado. Esto les da la posibilidad de adquirir un estilo de vida activo y saludable, asociado a múltiples beneficios corporales y sociales, lo que contribuyen al bienestar cognitivo, emocional, físico y social del alumno. De hecho, existe una abrumadora evidencia que documenta las relaciones positivas entre actividad física y las capacidades cognitivas” (Decreto 433, 2012).

“Para que la actividad física se transforme en un hábito, es necesario disponer de espacios y tiempos destinados para la práctica regular durante la jornada escolar y fuera de ella. En este sentido, las escuelas, los padres y la comunidad son facilitadores esenciales para que los estudiantes desarrollen el movimiento, aumenten los grados de complejidad y lo continúen ejerciendo durante todo el ciclo escolar” (Decreto 433, 2012).

Tabla N°2. Prevalencia de sedentarismo en la población. Chile, 2000. Fuente: Datos de la encuesta calidad de vida. (Adaptado MINSAL)



2.3 Parámetros de actividad física según la Organización Mundial de la Salud

Según la Organización mundial de la salud (OMS) reconoce que la inactividad es el cuarto factor de riesgo de mortalidad en el mundo, por lo mismo ha ido aumentando sus cifras no solo en Chile, sino que en distintos países contribuyendo de manera considerable a la prevalencia de enfermedades no transmisibles (ENT) y en la salud general a la población mundial.

Debido a esto la OMS reconoce que es de suma importancia la promoción de la actividad física, para prevenir las (ENT). Es por esto, que pone en marcha algunas recomendaciones sobre ejercicio físico para la mejora esta situación mundial.

Estas recomendaciones poseen tres divisiones la cual cada una tienen su respectivo rango de edad, estas son: de 5 a 17 años – de 18 a 64 años – de 65 años en adelante.

Las recomendaciones de 5 a 17 años (donde se encuentra el rango de edad de los sujetos analizados en esta investigación) son las siguientes:

- Estos sujetos deberían almacenar un mínimo de 60 minutos diarios de actividad física moderada o vigorosa. Si esta actividad física se establece durante más de 60 minutos diarios, lograra un beneficio aún mejor para la salud de los sujetos.
- Que la actividad física sea en mayor cantidad aeróbica, así también es recomendable agregar como mínimo tres veces por semana actividades intensas para contribuir al desarrollo óseo y muscular. (Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud, 2010)

Tomando en cuenta las cifras del CASEN anteriormente planteados, es necesario considerar estos parámetros para el desarrollo de múltiples beneficios para la salud, son olvidar que las personas inactivas físicamente deben ir gradualmente aplicando un ejercicio, por lo que la OMS propone empezar con tiempos muy pequeños para evitar lesiones y así poder aumentar progresivamente sus capacidades para posteriormente llegar a los parámetros que establece.

Es importante notar la diferencia entre el desarrollo de la condición física y actividad física (Blair y cols. 1992).

La OMS deja en claro que es importante favorecer principalmente el ejercicio físico, por este motivo, es necesario desarrollar actividades que generen una pérdida significativa de calorías como las que se mencionaron anteriormente, para producir los beneficios relacionados con la salud. (OMS, 2010)

2.4 Acción del alumno

En la clase de educación física existen aspectos que se deben considerar, ya que influyen en el alumno, tales como: su actitud, edades, género y también los comportamientos de los profesores, los que serán factores que determinarán el desarrollo del estudiante. Estos aspectos pueden condicionar totalmente la participación del educando en las sesiones de educación física. Silverman y Subramaniam en 1999 dan a conocer que las actitudes están desarrolladas a partir de las creencias, de esta forma, si un alumno tiene un prejuicio positivo de que las clases de educación física, le van a proporcionar un alto desarrollo en el aspecto físico, dependiendo de los contenidos que programen los profesores, este estudiante se sentirá más identificado o no con los objetivos de la sesión y tendrá una actitud más o menos participativa.

Los aspectos del “cómo, qué y para qué” se enseñan en la educación física, son percibidos con distinto grado de satisfacción en los alumnos, y sus disposiciones varían por la personalidad de cada uno y en parte, como resultado de las experiencias vividas. Por otra parte, se conoce que los niños de mayor nivel socioeconómico tienen actitudes más positivas hacia la asignatura de educación física que los grupos de nivel socioeconómico más bajo, donde según género, generalmente los hombres tienen actitudes más positivas que las mujeres hacia la realización de actividades físicas, y según edad, los más adolescentes manifiestan mayor interés que los jóvenes. (Informe de resultados educación física, 2012)

“una mejor comprensión de las actitudes y creencias de los estudiantes acerca de la EF puede influir de manera considerable en la efectividad de los profesores y en el diseño de programas destinados a cubrir las necesidades de los niños”. (Ward, Hardman y Almond, 1968)

Si se analizan los factores que influyen al momento de la realización de la clase en los alumnos, estos serían principalmente, las actitudes negativas y positivas que tienen hacia la asignatura. Por otra parte podemos captar la metodología que ocupa el educador en su clase, o tal vez más importante aún, la calidad de interacción que tiene con los estudiantes. Este aspecto fue estudiado por investigadores y educadores físicos, quienes resaltaron que los docentes que proporcionan a los alumnos oportunidades de tomar decisiones, obtienen mejores resultados que los profesores que utilizan mayormente mando directo

hacia los estudiantes, en relación al tiempo de compromiso motor. (Figley, 1985; Gutiérrez, 2003; Hendry, 1975; Luke y Sinclair, 1991; Rizzo, 1985).

Luke y Cope (1994) determinaron en una investigación a 386 estudiantes de 9, 13 y 16 años, que el comportamiento y participación que los alumnos tienen al momento de la clase, es principalmente actitudinal, ya que ellos son observadores y como tal, hacen valer su postura, llegando a determinar que un “buen profesor” o a quien se le presta atención y es responsable, es aquel docente que tiene clara y planificada su clase, es conocedor de la materia, tiene buena presentación personal y es cercano a sus alumnos.

2.5 Acción del profesor

Tomando en cuenta los requerimientos del MINEDUC en las clases de educación física, el profesor debe primeramente conocer los beneficios e importancia del movimiento, tratando de encantar al alumno con la asignatura mediante actividades dinámicas, distintos estilos de enseñanza u otros, ya que a partir de este, se logran los objetivos establecidos en los planes y programas de educación física de los diferentes niveles educativos. A su vez, necesita entender que el movimiento es completamente innato y natural del ser humano, por lo tanto debe ser desarrollado desde edades pequeñas.

Al momento de planificar, el profesor debe tener en cuenta cuatro fases que se presentan en ella y que hace mención Jesús V. Ramirez (2002):

- Fase de Diagnóstico: El profesor rescata información sobre el curso, que será relevante para el desarrollo de la planificación.
- Fase de Diseño: El profesor comienza a planificar lo que trabajará en el año, considerando como punto inicial los datos obtenidos en la fase antes mencionada.
- Fase de Realización: Etapa en donde se desarrollan las planificaciones y son ejecutadas en los alumnos.
- Fase de Evaluación: El profesor mide la eficacia de sus planificaciones para en caso de necesitar alguna corrección, poder reestructurar sus planificaciones.

Tomando en cuenta las fases antes descritas, las que tienen mayor énfasis a la hora de planificar, son las dos primeras, ya que en ambas el profesor conoce el nivel cultural y social del cual proviene el alumno, cuáles son sus motivaciones, sus conocimientos y necesidades. Esta planificación realizada por el docente debe intentar ir enfocada a que el alumno tenga un mayor volumen de movimiento en las actividades que realiza y además evitar la improvisación, ya que consume un valioso tiempo.

Con la finalidad de cumplir los objetivos que el alumno debe aprender, hay autores que han planteado estilos de enseñanza para contribuir al docente a través de un instrumento esencial para manejar de mejor forma las diversas situaciones que se dan en clase, y así lograr que los alumnos aprendan lo que se busca enseñar y poder aumentar el tiempo de compromiso motor en ellos.

Por su parte, existe un aspecto relativamente amplio en base a los estilos de enseñanza (Mosston, 1996), y que están a disposición de los profesores. Estas son las características más relevantes de aquellos estilos que pueden contribuir al compromiso motor y que son los más comunes en las clases de educación física:

- Mando Directo: El contenido no cambia y se aprende en base a estímulo y respuesta.
- Basado en la Tarea: El profesor entrega una labor al estudiante y éste debe desarrollar ese desafío con plena libertad considerando las consecuencias de sus decisiones.
- Enseñanza Recíproca: El responsable de la corrección y retroalimentación son los mismos estudiantes, el profesor les da la libertad de trabajar entre ellos.
- Inclusión: El alumno participa activamente durante la clase debido a que el profesor realiza actividades considerando las exigencias de cada alumno y la inclusión de ellos, la intensidad está determinada por la capacidad de cada individuo.
- Resolución de Problemas: El profesor formula problemas a los estudiantes y ellos deben tratar de resolverlos, el profesor acepta soluciones variadas. (Mosston, 1996).

Mosston menciona que no debe existir punto de controversia entre los distintos estilos descritos anteriormente, sino más bien que el profesor debería utilizar dos o más de estos para lograr el objetivo propuesto en la planificación de la clase. (Mosston, 1996).

Es por esto, que es fundamental que se integren en las clases, actividades óptimamente organizadas y en donde los alumnos tengan un mayor compromiso motor, y así se logren de mejor manera los aprendizajes esperados

2.6 Descripción de los sujetos

Las edades de los estudiantes de los niveles 7^{mo} y 8^{vo} básicos fluctúan entre los 12 a 14 años, por lo que es importante describir algunas de sus características generales como: desarrollo psicológico, motor, social y sexual, para comprender con mayor profundidad su actuar.

Para David Gallahue, el comportamiento en estas edades frente a los patrones motores va desde la “Fase de habilidades motrices específicas” y “Fases de habilidades motrices especializadas”, donde existirían dos posibilidades:

- Mayor desarrollo para alcanzar altos niveles de rendimiento deportivo
- La combinación de patrones para el desarrollo de las destrezas para ser usadas en los deportes u otras manifestaciones motoras.

En la etapa de “Fase de habilidades motrices específicas” se comienza con el deporte reglado, la competición por categorías y nuevas tomas de decisiones, lo que posibilita estrategias y tácticas en el juego. Por otro lado en la “Fase de habilidades motrices especializadas” entra de lleno el dominio de los deportes. Por lo tanto, el alumno al dominar los patrones motores básicos, facilita la tarea del profesor, debido a que podrá realizar cualquier acción que este le asigne favoreciendo el tiempo de compromiso motor, y aprovechando los tiempos de clases evitando enseñar un movimiento o gesto técnico de forma repetida.

Para Piaget, los adolescentes de estas edades se encuentran en la “Etapa de Operaciones Formales” (12 años en adelante), donde formulan hipótesis y las ponen a prueba para encontrar solución a los problemas, es decir, ya están aptos para trabajar con supuestos que no están en una realidad concreta, sino que son parte de una abstracción e imaginación. En esta etapa el joven tiene un pensamiento lógico deductivo, donde ya tiene la capacidad de una variedad de posibilidades en función no solo de lo que se observa.

El alumno, al superar este nivel de abstracción, será capaz de desarrollar aquellos desafíos que plantee el profesor, y que este evite dar mayores explicaciones, para aumentar el tiempo de compromiso motor y aprovechamiento de la clase.

Según Freud, estos niños se encuentran en la etapa de latencia y genital en el aspecto psicosexual. En la latencia Freud dice que en los niños ya están formados los sentimientos, pensamiento y creencias, y se empieza a formar la

personalidad. En la etapa genital no solo se acota al aspecto de la genitalidad, sino que en esta etapa el niño termina de formar la personalidad que ha ido desarrollando a través de su experiencia, siendo visto por otras personas con comentarios, opiniones, gustos, etc.

Por lo tanto, al estar en una etapa de desarrollo de su personalidad y preocupación de su imagen frente a sus demás compañeros, tendrá una sensación de vergüenza cuando el profesor le pida realizar una acción motriz, y esto desfavorecerá al compromiso motor, debido a que puede disminuir la participación del alumno en la clase, por el temor a ser objeto de burlas en el caso de equivocación de un movimiento.

Según Erik Erikson, en el ámbito psicosocial, se encuentran en el estadio de "Identidad frente a Confusión de Roles", en esta etapa los alumnos se encuentran en plena pubertad, donde empiezan a ser más conscientes con su futuro en relación a la familia, amigos, formación profesional, entre otros. A la vez, existe un despegue hacia sus padres haciéndose más independientes (se debe recordar que es un periodo de transición a la edad adulta), también comienzan a formar su propia identidad en base a sus creencias, independencia y exploraciones, lo que les da una sensación de confusión debido al camino o a la propia identidad con la que se casarán.

Esta etapa, si bien es un periodo de formación de identidad, en donde son muy observadores de su entorno, lo que genera que el alumno cometa prejuicios hacia compañeros que no comparten sus mismas ideas o creencias, por lo tanto, el profesor tendrá problemas para que trabajen con cualquier compañero, siendo esto, un factor que disminuya la participación del alumno en la clase, y pierda tiempo en organizarlos.

Aspecto Morfológico

En este periodo comprendido entre los 12 y 14 años, las mujeres sobrepasan en altura a los varones, aunque es progresivo el desarrollo en ambos sexos, después de los 14 años, los varones empiezan a tomar ventaja en la estatura, esto es producto que las mujeres tienen su proceso de maduración sexual antes que los hombres. (Barros, D. 2011)

Aspecto Funcional

En esta etapa los niños comienzan a incrementar su fuerza, mientras que en las niñas aumenta entre los 11 y 12 años, debido a esto, las niñas pueden empezar a trabajar la fuerza máxima más temprano que los niños (12 y 14

años), por el motivo que su periodo de desarrollo es más temprano que el de los niños.

Los niños pueden empezar a trabajar la fuerza resistencia con respectivas medidas de precaución debido a su corta edad, a diferencia de las niñas que la desarrollan desde los 9 y 10 años. (Barros, D. 2011)

2.7 Tiempos en la clase de Educación Física

Actualmente, uno de los aspectos que más preocupan a los investigadores relacionados con la educación física, es la distribución de los tiempos de la clase, y la optimización de estos. (Pierón, 1999; Lozano y Viciano, 2002).

Estos tiempos son muy variados ya que se distribuyen en distintos aspectos dentro de la sesión de clases. El tiempo de programa corresponde a los 90 minutos propuesto por las autoridades, de este se sabe que no son 100% empleados al aprendizaje, a los objetivos de una clase y/o al movimiento directamente, ya que se deben contemplar:

- Los tiempos administrativos (TA) que pasan a ser los minutos gastados en pasar la lista, la cantidad de tiempo que los pupilos pasan en camarines, los minutos que éstos demoran en llegar al lugar de trabajo (ya sea gimnasio o pista atlética), y la recepción de los alumnos a la sala.

Todos estos momentos significan una sustracción del tiempo de programa. A la vez consideramos importante mencionar otras variables que podemos encontrar en la calendarización escolar, según Bloom (1976), existen otras variables que podrían influir en el proceso enseñanza - aprendizaje y a su vez, en el real compromiso motor que ejerce el niño en su clase de educación física, donde una sesión de clases la conforman:

- Tiempo de programa
- Tiempo útil o funcional
- Tiempo disponible para la práctica
- Tiempo de compromiso motor

El “Tiempo de programa”, se refiere al tiempo asignado para la asignatura, determinado por entidades públicas (MINEDUC) o la administración de la institución educativa. Al ser un tiempo designado por el Estado no es modificable y corresponde a dos horas pedagógicas.

En segundo lugar, el “Tiempo útil o funcional”, el cual comienza al momento en que empiezan las instrucciones directamente relacionadas con los aprendizajes u objetivos de la sesión, hasta que finaliza sus actividades. (Pierón, 1986)

Toda actividad requiere de una instrucción, descripción u organización, en donde volvemos a realizar la sustracción de todos estos minutos empleados en las instrucciones al tiempo útil, siendo el resultado de esto el “Tiempo

disponible para la práctica”, que se considera como el tiempo que el profesor otorga para la realización del ejercicio o actividad. (Pieron, 1988)

¿Fila?, ¿Hilera?, ¿Todos a la vez? Dependiendo de la actividad y la organización, la participación de cada alumno se reduce, ya que si éste se encuentra en una hilera, deberá esperar su turno para poder realizar el trabajo; sea un movimiento, gesto técnico, secuencia etc., Este tiempo es llamado “tiempo de espera de turno”. (Olmedo, 2000).

Por último, al sustraer los tiempos anteriormente definidos, se obtiene el Tiempo de compromiso motor (TCM), *“parte del tiempo disponible para la práctica, durante la cual el alumno pone realmente en práctica las actividades físicas”* (Fernandez, 2008). Este tiempo será mejor explicado en la siguiente sección.

2.8 Tiempo de Compromiso Motor

Para Siedentop (1998) *“el alumno necesita practicar para aprender”*, por lo tanto, se requiere de un tiempo que este destinado a la realización de las acciones motrices, para esto, se encuentra el tiempo de compromiso motor.

Según Sierra (2003), el término “compromiso” fue acuñado por Pieron en 1988, donde lo considero en el contexto de la enseñanza de la educación física, definiéndolo como, “tiempo efectivo durante el cual el alumno está realizando una actividad motriz durante la sesión de educación física”

A continuación, se citará la definición de compromiso motor, desde la mirada de algunos autores reconocidos en esta área:

Para Olmedo, el tiempo de compromiso motor está referido a la cantidad de movimiento, y también está directamente relacionado con los objetivos de la clase, Esto quiere decir, que para el autor, este tiempo está caracterizado por un índice de logro, y que está asociado a la adquisición de aprendizajes, por lo tanto, para Olmedo el tiempo de compromiso motor está directamente enfocado a la calidad del movimiento. (Olmedo, 2000).

Lozano, lo define como, *“el tiempo que el alumno dedica a la realización de actividad física en las clases de Educación Física”* (Lozano, 2004). Cuéllar y Carreiro Da Costa (2001) lo definen como *“el tiempo que el alumnado pasa en actividad durante la clase de E.F.”*. Es decir, es una medida cuantificable.

El tiempo ocupado por la realización de la tarea es considerado como un medidor a través del cual la instrucción e interacciones del profesor se transforman en aprendizaje para el alumnado (Pierón, 1991). Por lo tanto, como menciona Pierón, el tiempo de compromiso motor es la cantidad de tiempo en que el alumno se mantiene en movimiento, el cual siempre se ve afectado por el Tiempo de Organización (TO) de los alumnos (TOA) o del Material (TOM); Tiempo de Espera de Turno (TET) y Tiempos Imprevistos (TI).

Si el objetivo de una determinada clase es mejorar la condición física, la práctica de un deporte o la ejecución de un baile folclórico, hay que preocuparse rotundamente del tiempo en que el alumno está en movimiento. Así también, si en la clase el objetivo es que el alumno controle el balón de fútbol, lo más lógico sería darle la mayor cantidad de tiempo para que el

alumno se familiarice, practique y domine el control del balón. Lo mismo pasa con las unidades de aptitud física, habilidades motrices (en educación básica), deportes individuales, colectivos y de expresión corporal.

El definir el tiempo de compromiso motor y medir su cantidad en minutos, no determina que la clase haya sido un éxito o que el profesor es efectivo en su ejecución, ya que el TCM sólo define cantidad de movimiento y no todo puede ir enfocado al contenido de la clase. Es así como surge el concepto de “Tiempo de Compromiso Motor Específico”, el cual es muy similar al propuesto por Pieron, “Tiempo Empleado en la Tarea”, ya que este movimiento va enfocado al objetivo y contenido de la clase para adquirir el aprendizaje esperado de la sesión.

A la vez, cabe considerar que los grupos cursos poseen una heterogeneidad en sus alumnos presentándose los “hábles y menos hábiles”; donde una actividad puede llegar a ser inadecuada para unos si la dificultad es alta, o inadecuada para otros, si la dificultad es muy baja, lo cual no significa un desafío para él; esto correspondería al “TCM Inapropiado”, pero si la actividad representa un desafío, al cual el estudiante se compromete y supera, teniendo como resultado un aprendizaje, ese compromiso motor fue “Apropiado”. Los evaluadores podían detectar este indicador mediante su experticia evaluativa de la ejecución por parte del alumno, su motivación por realizar dicha actividad o por realizar una encuesta al alumno en donde él respondía si la actividad era adecuada para él o no. (Fernandez, 2008)

“la combinación del nivel de dificultad de la práctica y del número de ensayos con éxito es más importante que el tiempo de compromiso en la práctica simple de la habilidad”. (Pieron 1988)

Estos tiempos, a diferencia del tiempo de compromiso motor son más complejos de medir, ya que requieren de grabaciones para poder analizar de forma exacta cada movimiento, y también medir esta variable significa llevar a cabo una investigación que busque conocer la calidad de la educación física.

“Evidentemente los alumnos no pueden estar activos y en movimiento todo el tiempo que dura la sesión. Hay momentos donde se necesita desplazar el material a emplear (TOM), variar la organización de los alumnos (TOA) para llevar a cabo una nueva tarea, juego o actividad; dar información e instrucciones de dirección. Por otra parte también hay que tener presente que

*los alumnos necesitan períodos de recuperación y descanso a lo largo de la clase. Es necesario, fisiológicamente hablando, alternar esfuerzos intensos con períodos de recuperación activa o momentos de relativa calma” * (Olmedo, J. A. 2000).*

Como se menciono anteriormente, se encuentra tambien el TOM, que es aquel tiempo que el profesor destina a la organización de los materiales para llevar a cabo una actividad en la clase, y tambien el TOA, cuyo tiempo el profesor lo invierte en ordenar a sus estudiantes.

Esto determina que la capacidad organizativa del profesor de las actividades en la ejecución de clases es muy importante, ya que según Moreno, L. (2008), existen tres sistemas generales de organización de los alumnos (TOA):

- Sistema de Circuito: Separación de los alumnos en grupos para realizar una actividad específica, que forma parte de un circuito en donde se encuentran otras actividades con otros grupos de trabajo.
- Masiva – Consecutiva: Ejecución masiva de la actividad o que no tiene muchos tiempos de descanso, donde busca que el alumno esté en constante movimiento durante toda la actividad.
- Grupos de Nivel: Selección de grupos por nivel de los alumnos, en donde se encasillan a los más hábiles y en otro grupo los más débiles para así adecuar la actividad según el grupo que la realiza.

Los resultados de la investigación de este autor determinaron que los sistemas de circuito y los grupos de nivel tuvieron mejor porcentaje de compromiso motor en sus sesiones, pero que los tres sistemas superaban el 50% del total de la clase en compromiso motor. Es por esto que el autor deja en claro que *“la clave para obtener buenos registros de la variable del tiempo de compromiso motor, está en la planificación exhaustiva de las sesiones y sus componentes”* (Lozano, L. 2006).

Siguiendo este mismo lineamiento, las bases curriculares del año 2012 plantean sugerencias a los profesores para su práctica docente (orientaciones didácticas de las nuevas bases curriculares, 2012), de las cuales hay algunas que están relacionadas al objetivo de esta investigación, como lo son: evitar organizar actividades que generen que el estudiante este una gran parte de tiempo parado y sin realizar algún esfuerzo; animar constantemente a los

alumnos para favorecer la participación de estos; realizar actividades que llamen la atención de los alumnos y que sean motivadoras; incentivar a los estudiantes a reducir al máximo los tiempos destinados a equiparse; realizar los trámites administrativos de manera fluida evitando interrupciones al pasar la lista, o recibir justificaciones; organizar el material antes del comienzo de la clase; entregar instrucciones que ocupen el menor tiempo posible, y que sean claras; procurar no realizar tantas actividades en una clase, para evitar pausas en la clase; utilizar variantes para una misma actividad; organizar los grupos de trabajo antes de la sesión; organizar actividades que mantengan a todos los estudiantes en movimiento.

También proponen un sistema de organización llamado “circuito”, la cual consiste en varias etapas que deben ir siendo superadas, estas requieren de una gran variedad de ejercicios, materiales, objetivos, y condiciones, por lo tanto, permiten que los estudiantes puedan desarrollar una gran variedad de habilidades motrices. Proponen para efecto de este sistema:

- Mostrarle previamente al alumno un esquema del circuito.
- Mezclar a hombres con mujeres
- Informarle al alumno que después de realizar el ejercicio, procure dejar el material como estaba para que los demás equipos puedan también participar.
- Realizar al final de la actividad, una retroalimentación, para conocer lo que aprendieron los estudiantes, y para reforzar los objetivos de la actividad.

Por último cabe mencionar aquellos tiempos que no están considerados en la planificación común, es decir, los “Tiempos imprevistos”, como menciona (Fernández, A 2008), este se subdivide en Internos y Externos. El primero está dirigido a aquellas circunstancias que suceden en el desarrollo de la clase y que no está incluida en las categorías anteriormente nombradas, como por ejemplo, la lesión de algún alumno, conflicto entre compañeros, entre otros. El Tiempo Improvisado Externo se refiere a situaciones externas que influyen en el transcurso de la clase, como cuando un director o inspector entra a la clase a entregar alguna información relevante. A la vez, se consideró en esta investigación integrar a este tiempo, cada interrupción al baño o camarines como tiempo imprevisto, debido a que no es fundamental para los tiempos que son relevantes y propios de este estudio.

Estos dos tipos de Tiempo Imprevisto, será contabilizado junto a los tiempos administrativos, que están fuera del compromiso motor de los estudiantes en las clases de Educación Física.

Para efecto de esta investigación, se considera la mirada del TCM de Pierón y Cuellar, en donde lo definen como, el tiempo en el que el alumno se encuentra en movimiento en la clase de educación física, debido a que se observará una medida cuantificable para poder compararlo con los tiempos mencionados anteriormente intrínsecos de una clase.

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1 Tipo de Investigación

El estudio se caracteriza por efectuarse bajo el paradigma cuantitativo de carácter no experimental, debido a que no se manipuló ninguna variable, con el fin de observar las clases de educación física de las formas más reales y objetivas posibles. Al ser una investigación cuantitativa se contrastó información entregada por bibliografía referida al compromiso motor, con los datos obtenidos mediante la observación y registro de tiempos de cada clase. (Sampieri, 2006).

3.2 Diseño de Investigación

El tipo de diseño es descriptivo transaccional, este tipo de investigación se caracteriza por observar durante un tiempo específico a un sujeto, un grupo o una realidad específica, describiendo lo que acontece en ese período.

La investigación se centra en observar la realidad de un grupo de alumnos, de distintos establecimientos educacionales durante un tiempo determinado, describiendo lo observado sin intervenir dicha realidad (Sampieri, 2006).

3.3 Población y Muestra de la Investigación

Población:

Corresponde a 400 estudiantes de 7^{mo} y 8^{vo} Básico, de colegios de la comuna de Santiago Centro, tanto mujeres y hombres.

Colegio María Auxiliadora: 1500 alumnos, carácter Mixto

Colegio Santa María de Santiago: 2550 alumnos y es considerado uno de los colegios grandes de Santiago Centro. Carácter Mixto

Colegio República de Uruguay: 1200 alumnos, Carácter Mixto.

Colegio Oratorio Don Bosco: 1920 alumnos. Carácter, solo varones.

Colegio Salesianos Alameda: 1900 alumnos. Carácter Mixto.

Instituto Comercial Blas Cañas: 1500 alumnos, Carácter Femenino

Muestra de la Investigación:

La muestra es de carácter intencionada aleatoria, intencionada porque se observó aquellas características que son relevantes para la investigación, y aleatoria porque los sujetos a investigar no están previstos, sino que serán seleccionados 5 minutos antes que comience la clase, sin considerar diferencias entre ellos para la observación.

Abarca a 89 estudiantes, de los cuales 50 son masculinos y 39 femeninos, cuya edad promedio es de 13 años aproximadamente.

3.4 Estrategia de recolección de datos

Para la recolección de los datos, se realizaron los siguientes pasos:

1. Se buscó instituciones educativas dentro de la comuna de Santiago centro, presentado una carta a cada escuela. (ver anexo n°1).
2. Se presentó el instrumento de observación a cada escuela.
3. Se aplicó el instrumento, seleccionando a los sujetos 5 minutos antes del comienzo de la clase.
4. Se creó una planilla formato Excel, utilizando los rangos de diferenciación por escuelas, género y tiempos.
5. Se realizó la tabulación de los datos recopilados, en las planillas de Excel, para posteriormente realizar los análisis e interpretaciones.

3.5 Descripción de Colegios

COLEGIO MARÍA AUXILIADORA



Misión:

“Formar hombres y mujeres que como buenos cristianos y honrados ciudadanos sean capaces de responder a los desafíos que les presenta un mundo globalizado y pluralista, testimoniando una opción creyente que se fundamenta en la persona de Cristo, que encuentra su modelo en María, que se vivencia en la Iglesia , la sociedad d y la familia.”

COLEGIO SANTA MARÍA DE SANTIAGO



Misión:

“Entregar una formación educativa de calidad con atención específica al desarrollo de competencias intelectuales, habilidades físicas y sociales en el marco de los principios humanistas.”

ESCUELA REPÚBLICA DE URUGUAY



Misión:

“Proporcionar a nuestra comunidad escolar experiencias que impulsen el desarrollo de habilidades psicomotrices, cognitivas, sociales y emocionales que generen competencias para enfrentar la vida, aceptando, respetando y atendiendo a la diversidad de nuestros alumnos, brindándoles un contexto valórico que fomente la autoestima, empatía y pertenencia, y respeto al medio ambiente, mediante un trabajo colaborativo que involucre a todos los miembros de la comunidad escolar.”

ORATORIO DON BOSCO



Misión:

“Educar y Acompañar con estilo Oratoriano en comunidad, a cada niño y joven, a través de una propuesta educativo-pastoral de calidad que le permita formarse como buen Cristiano y Honesto Ciudadano.”

COLEGIO SALESIANOS ALAMEDA



Misión:

“(...) Educar y evangelizar, a niños y jóvenes, especialmente aquellos en situación de riesgo, siguiendo un proyecto de promoción integral del hombre. La finalidad fundamental de nuestra comunidad educativa pastoral consiste en desarrollar a niños y jóvenes teniendo como modelo de vida a Jesucristo, clave de sentido, felicidad y plenitud. Como escuela nos proponemos entregar una formación integral, enfatizando el desarrollo de las diversas competencias que les permitan insertarse en forma progresiva, activa y transformadora, en la sociedad”.

INSTITUTO COMERCIAL BLAS CAÑAS



Misión:

“El Instituto Comercial Blas Cañas desea transmitir, de modo sistemático y crítico, la cultura a la luz de la fe y educar en el dinamismo de las virtudes cristianas, promoviendo así en los educandos, la doble síntesis entre “Cultura, Fe y Vida”. Formando mujeres que hagan vida el legado valórico de nuestros fundadores y que sean capaces de desempeñarse, con creatividad e iniciativa, en su entorno social y laboral a través de sus conocimientos y habilidades técnico-profesionales con alto sentido ético”.

3.6 Descripciones de Variables

1. Tiempos en la clase de educación física

El objetivo principal de esta investigación es medir los tiempos que se destinan en la sesión de educación física para las siguientes variables:

- Tiempo Útil (TU): Es la cantidad de tiempo que dispone el profesor para realizar la clase, y comienza al momento en que el profesor explica la primera instrucción hasta que finaliza su sesión.
- Tiempo de compromiso motor (TCM): Es la cantidad de movimiento que el alumno realiza en la sesión la sesión.
- Tiempo de organización (TO): Es la cantidad de tiempo que utiliza el profesor para organizar a los alumnos y materiales en la sesión.
- Tiempo de espera de turno (TET): Es la cantidad de tiempo que los alumnos deben esperar para poder realizar una acción motriz en alguna actividad.
- Tiempo de explicación del profesor (TEP): Es la cantidad de tiempo destinada por el docente para explicar una actividad o feed back.
- Tiempo imprevisto (TI): Es la cantidad de tiempo perdido producido por alguna situación imprevista.

2. Sujetos de Estudio

- Edad: Lapso de tiempo que transcurre desde el nacimiento hasta el momento de referencia (Médicos Cubanos, 2008)
- Estudiante: Persona que cursa estudios en un establecimiento de enseñanza (RAE, 2010).
- Género: Conjunto de seres que tienen uno o varios caracteres comunes (RAE, 2012)

3.7 Producto Esperado

Considerando la realidad actual y estudios sobre la distribución del tiempo de las clases de educación física realizados en Chile y otros países, se espera que esta investigación ayude a corroborar la enorme cantidad de tiempo perdido en las sesiones, y la gran cantidad de tiempo que el alumno permanece inactivo, que han sido planteadas por los autores descritos en las secciones anteriores,

De la investigación se desprenderá una tabla con la cantidad de tiempo de compromiso motor real que el niño emplea en una clase de educación física, como también el tiempo que se pierde en esta. Se espera que esta información sirva a otros profesores como guía para mejorar la calidad de su actuar profesional, ayudándolos a organizar de mejor forma sus clases, de tal manera, que pierdan la menor cantidad de tiempo posible en sus sesiones.

Por otro lado la consideración del tiempo destinado al compromiso motor sin duda será un aporte significativo a la hora de ayudar a reducir la tasa de sedentarismo en nuestro país.

3.8 Instrumento

El instrumento es una adaptación de ALT-PE de Siedentop, validado por el profesor Ramón Rojas (docente de la Universidad católica Silva Henríquez(UCSH), y Luis Valenzuela(Director de la carrera de educación física en la UCSH). Los distintos tiempos de observación son más específicos y fueron controlados por un cronómetro durante la clase de Educación Física. De esta manera se pueden obtener tiempos más fidedignos del desarrollo de cada actividad y del total de la clase. Además se pueden obtener con mayor exactitud los intervalos de acción del alumno en la actividad, apuntando esta información en segundos, minutos y horas. Cada uno de estos, deberá ser anotado en las casillas designadas para cada tiempo. (Ver anexos en página N°98)

Este instrumento se divide en 8 tiempos a medir:

Tiempo de programa

Es el tiempo que el Ministerio de Educación o la administración del colegio destinan para desarrollo de la clase de educación física. En Chile actualmente corresponden a 90 minutos de clase.

Tiempo útil o Funcional

Corresponde al rango de tiempo desde que el profesor comienza la sesión de clase hasta cuando la termina. Generalmente se considera un 80% de tiempo de programa, lo que corresponde a 72 minutos aproximados.

- La disminución del tiempo útil está determinada entre otras cosas por el tiempo de acceso al lugar de trabajo (trayecto al gimnasio, cambio de vestuario).

Tiempo de compromiso motor

Corresponde al rango de tiempo en donde los alumnos están más activos físicamente durante las actividades de aprendizaje.

Tiempo de espera de turno

Tiempo de inactividad y pasividad del alumno, mientras espera realizar una acción motriz.

Tiempo de Organización de alumnos

Tiempo en que el profesor invierte en ordenar y organizar a sus estudiantes.

Tiempo de organización de materiales

Tiempo que dedica el docente a organizar el material de clases.

Tiempo de explicación del profesor

Tiempo que el profesor designa para explicar una actividad o realizar una retroalimentación.

Tiempo Imprevisto

Tiempo de inactividad del profesor y alumno.

CAPITULO IV
ANÁLISIS Y REPRESENTACIÓN DE LOS DATOS

4.1 Análisis y representación de los datos

Al observar los datos correspondientes a los 89 alumnos, se obtuvieron resultados preocupantes, que guardan relación con la organización de los tiempos por parte de los profesores. En un primer acercamiento se puede observar que en general los profesores desperdician alrededor del 45% de la clase en tiempo administrativo, es decir, pierden 0:40:56 minutos de clases, lo que significa que solo disponen de un 55 % para desarrollar la clase.

El promedio de tiempo restante es 0:49:04 minutos de tiempo útil, el cual se comienza a segmentar con los diversos tiempos que se obtuvieron por medio del instrumento, los cuales son; TCM, TO, TET, TEP y TI.

Tabla N°3: *Resultado en minutos y porcentajes en relación a los tiempos de una sesión de clase de todos los alumnos observados*

T. UTIL					T. ADMIN
TCM	TO	TET	TEP	TI	
0:17:57	0:08:52	0:10:20	0:07:47	0:04:07	0:40:56
20%	10%	11%	9%	5%	45%

Aquí se describe el resultado promediado de todos los sujetos observados. Estos tiempos dan cuenta de lo que realmente acontece en una clase de educación física, en donde el tiempo de compromiso motor es el 20% del tiempo total de la clase (TP)

Diversos autores que también han medido los tiempos de una clase de educación física en otros países (España, Bélgica y Argentina), han determinado los siguientes porcentajes para el TCM:

Tabla N°4: *Porcentajes obtenidos de diversos autores de los resultados del tiempo de compromiso motor por sesión de clase*

Viciana, Lozano, Ramirez y otros	J.A,Olmedo	A.B, Fernández	Datos de esta Investigación
30 - 50 %	36 %	28%	20%

Según investigaciones realizadas en la Universidad Católica Silva Henríquez, Se observó que en Chile los porcentajes son menores con un promedio de 15,6% de compromiso motor, siendo un valor inferior a lo que proponen los autores. (*Como hacer más eficiente la distribución del tiempo en la clase de educación física*, 1992), (*El tiempo que se invierte en aprender en la asignatura de educación física*, 1991).

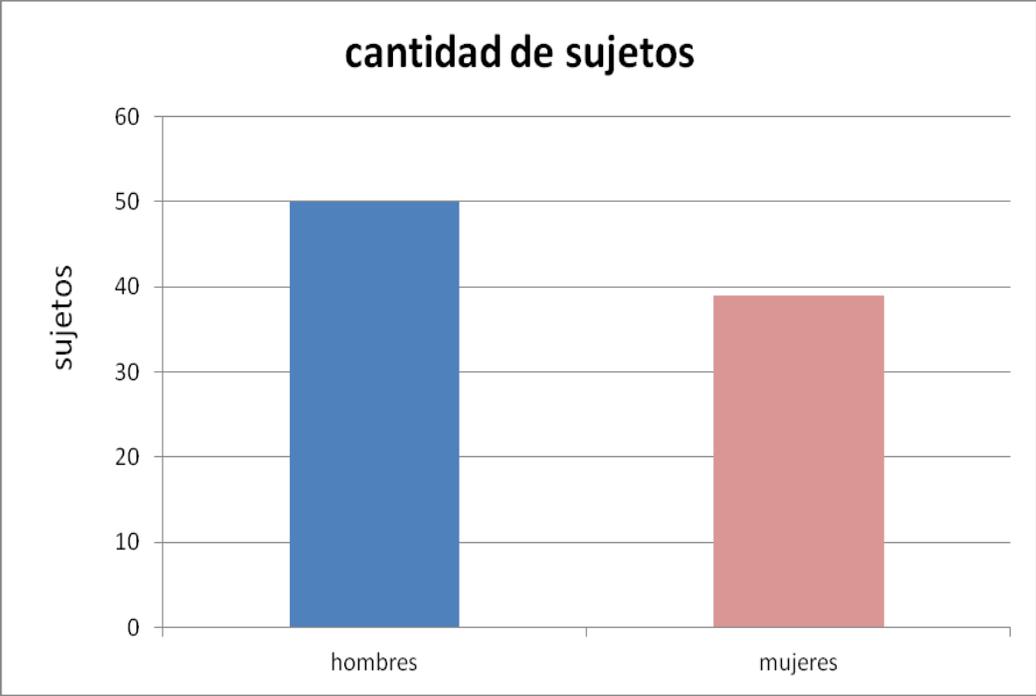
En esta investigación, el TCM fue de 20% del total de la clase, que corresponde a 00:17:57 minutos, los cuales en la mayoría de los casos observados se presentó en intervalos de acción, donde el alumno tenía pausas entre un movimiento y otro.

Esas pausas en las que el alumno no se encuentra en movimiento son los denominados TET (tiempos de espera de turno) los cuales equivalen a un 11% de la clase total, los que corresponden a 00:10:20 minutos y los denominados TO y TEP (tiempo de organización y el tiempo de explicación del profesor) los cuales equivalen respectivamente al 10 % y 9% del total de la clase, los que a su vez corresponden a 0:08:52 minutos y 0:07:47 minutos respectivamente. El alumno en estos casos no se encuentra en movimiento, lo que perjudica el tiempo de compromiso motor, representando en los tiempos totales de la clase.

Otro variable es el TI (Tiempo de imprevisto), el cual no se apreció en todos los alumnos, pero que en definitiva equivale al 5% del tiempo total de la clase, lo que corresponde a 00:04:07 minutos.

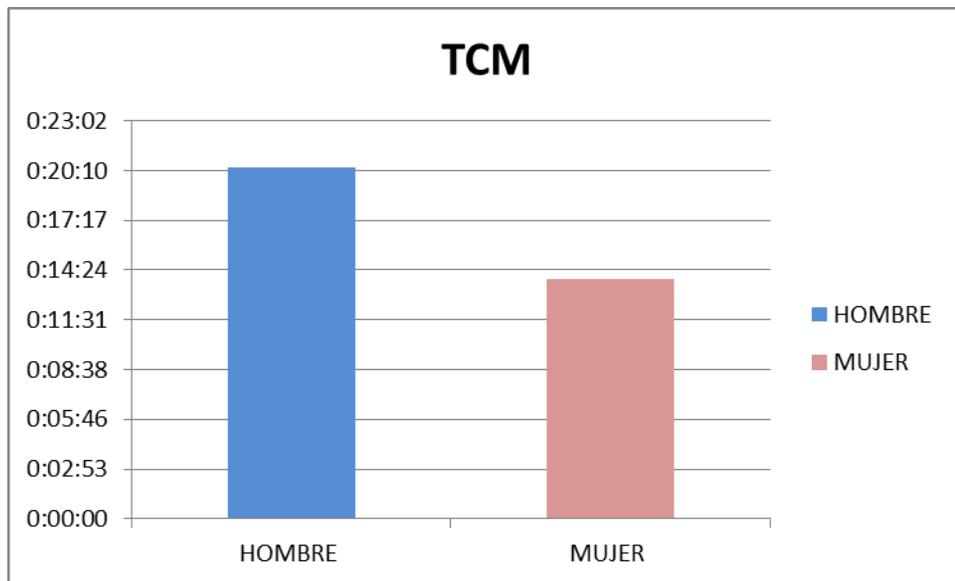
4.2 Análisis por Género

Gráfico N°1: *Total de la muestra por género*



Primeramente se presenta la cantidad de varones y mujeres, donde se analizaron 50 hombres, y 39 mujeres.

Gráfico N°2: *Tiempo de Compromiso Motor*



Las mujeres presentan un tiempo de 0:13:05, y los varones de 0:20:22, donde existe una diferencia de 6 minutos aproximadamente por género.

Aunque los varones presentaron mayor cantidad de compromiso motor, es muy deficiente este valor, considerando que el tiempo total corresponde a 90 minutos. Por lo tanto, tiene un porcentaje muy pobre en comparación al tiempo de programa.

En general se ve que los hombres participan mayor tiempo en el transcurso de toda la clase, ya que, exceptuando el tiempo de espera de turno y de imprevisto, las mujeres presentan menores cifras en los distintos tiempos de la sesión. Las diferencias existen y son claras al momento de analizar los distintos tiempos, independientemente de la actividad.

A pesar de que el TO y el TEP de las mujeres son inferiores, lo que debiese traducirse en más tiempo para ejecución o más TCM, no lo es, y se mantiene una inferioridad por parte de las damas en este último. Claramente la falta de interés que se observó durante la aplicación del instrumento por parte de ellas, provoca que aumenten los tiempos de inactividad perjudicando obviamente el tiempo de compromiso motor.

Debido a que el TI y el TET, en las damas, son considerablemente mayores al de los varones, disminuye drásticamente el tiempo que podría ser destinado para el TCM por parte de ellas. Al momento de ejecutar o participar en la actividad, divagaban demorando la participación de sus compañeras (TET), y en varias ocasiones dejaban de participar sin razón alguna, actitudes y tiempos que se consideraban como TI. Tampoco se puede dejar

de mencionar la demora excesiva de las damas para cambiarse o estar listas para la clase (TA), acotando aún más el tiempo útil, el cual finalmente condiciona todos los demás tiempos de la sesión, de manera negativa.

Principalmente las mujeres tienen un mayor rechazo a realizar las actividades de las clases de educación física, y se observó que las actividades propuestas por los profesores no tenían una adaptación a las necesidades físicas de cada alumno, los profesores hacían actividades generales para todo el grupo curso sin considerar que las mujeres son menos rápidas que los varones y que tienen menos fuerza que ellos, es por eso que en las actividades deportivas las damas esperaban más tiempo esperando que les llegue el balón para poder participar en el juego, esto generaba una reducción significativa del tiempo de compromiso motor y un aumento relevante de los tiempos de espera. Los varones al tener más fuerza que las mujeres participaban mucho más en este tipo de actividades aumentando mucho más su compromiso motor y disminuyendo el tiempo de espera.

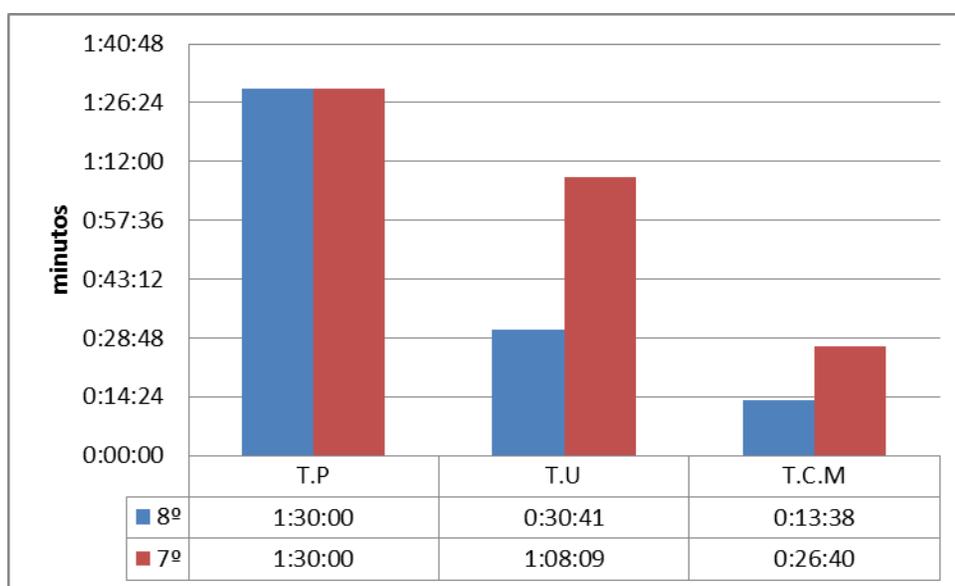
En definitiva uno de los factores de mayor influencia en los resultados arrojados fueron la motivación y el poco interés por parte de las damas, las cuales teniendo a favor el TO y el TEP, no lograron convertir esos minutos en mayor TCM. Y esto se debe a la capacidad del profesor de poder adaptar sus actividades a los requerimientos de todos sus alumnos no de forma generalizada.

4.3 Análisis de los tiempos de una clase de Educación Física según edad.

Tabla N°5: Comparación de tiempo útil y tiempo de compromiso motor de todos los colegio según curso

	T.P	T.U	T.C.M
8º	1:30:00	0:30:41	0:13:38
7º	1:30:00	1:08:09	0:26:40

Gráfico N°3: Comparación de tiempo útil y compromiso motor según nivel



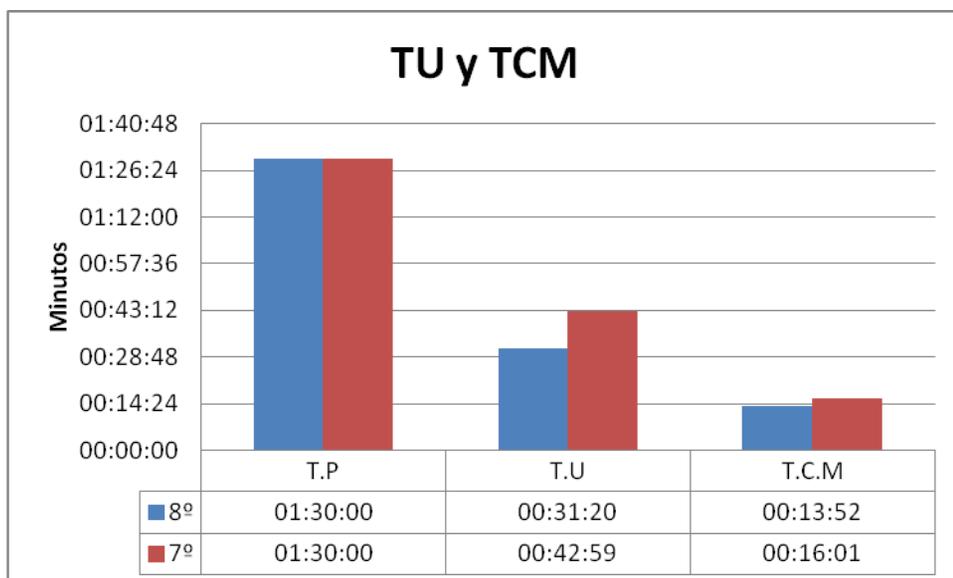
El siguiente análisis involucra a todos los niños de 12, 13 y 14 años de edad. Lamentablemente en este gráfico no fue posible colocar todos los datos, ya que de los 6 colegios estudiados, sólo en algunos fue posible observar los dos niveles, mientras que en otros sólo se pudo hacer la observación de uno de ellos, a causa de la interrupción del departamento de UTP del establecimiento. Por esta razón se presenta un nuevo gráfico, en el cual sólo fueron considerados los establecimientos en los que se pudo observar a ambos niveles (es decir 7^{mo} y 8^{vo} Básico), estos colegios son: María Auxiliadora, Santa María, Blas Cañas y Oratorio.

Tabla N°6: Comparación de tiempo útil y tiempo de compromiso motor en los que se observó 7^{mo} y 8^{vo} Básico

	T.P	T.U	T.C.M
8 ^o	1:30:00	0:31:20	0:13:52
7 ^o	1:30:00	0:42:59	0:16:01

Gráfico N°4: Comparación de los tiempos útil y compromiso motor en los colegios que se observó 7^{mo} y 8^{vo} Básico

Colegios: María Auxiliadora, Santa María, Blas Cañas y Oratorio Don Bosco



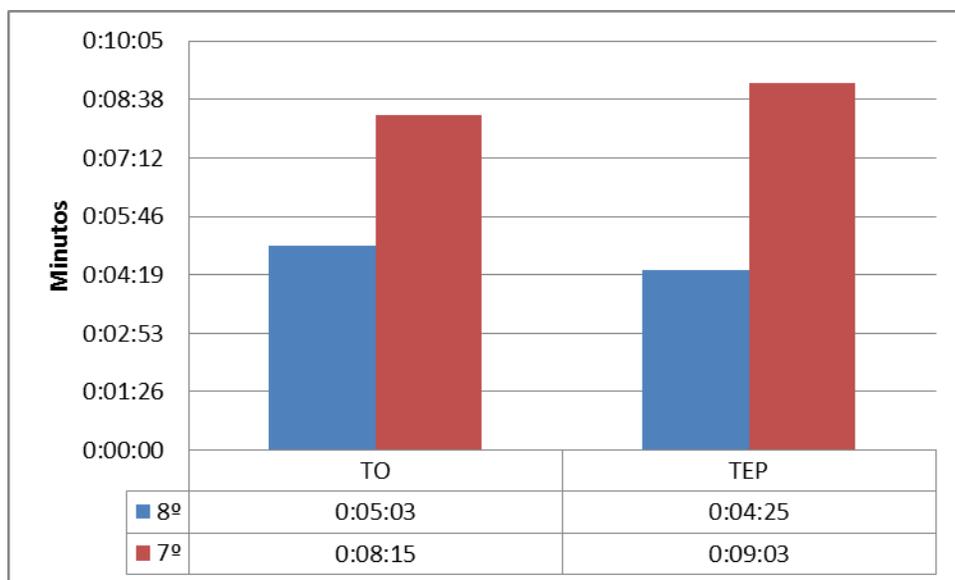
Aquí se muestra que los resultados son mucho más equitativos que en el gráfico N°3, aun así se observa que los alumnos de 7^{mo} Básico (12 y 13 años de edad aprox.), presentan mayor tiempo de compromiso motor por sesión de clase, con un tiempo de 0:16:01 minutos, versus 0:13:52 minutos en los niveles de 8^{vo} Básico. En los casos observados, se podía apreciar mayor motivación por parte de los alumnos de menor edad para realizar las actividades.

No se puede identificar una proporcionalidad en la relación de estos tiempos, pero si se observa, que existe una escala de mayor a menor.

Tabla N°7: Comparación de los tiempos de organización y explicación del profesor por nivel

CURSO	TO	TEP
8º	0:05:03	0:04:25
7º	0:08:15	0:09:03

Gráfico N°5: Comparación de los tiempos de organización y explicación del profesor por curso



Los tiempos de organización, tanto de materiales como alumnos, son superiores en séptimo básico con 0:08:15, en cambio en octavo básico 0:05:03.

Se encontró también una diferencia significativa en los tiempos de explicación del docente, ya que en las sesiones de 7^{mo} Básico el TEP duplica en minutos a las sesiones con alumnos de 8^{vo} Básico. Existen varios elementos que pueden determinar esta situación, pero según esta investigación, es más influyente la calidad de presentación de las actividades o feed backs por parte del profesor, que la capacidad de entender las instrucciones por parte de los alumnos.

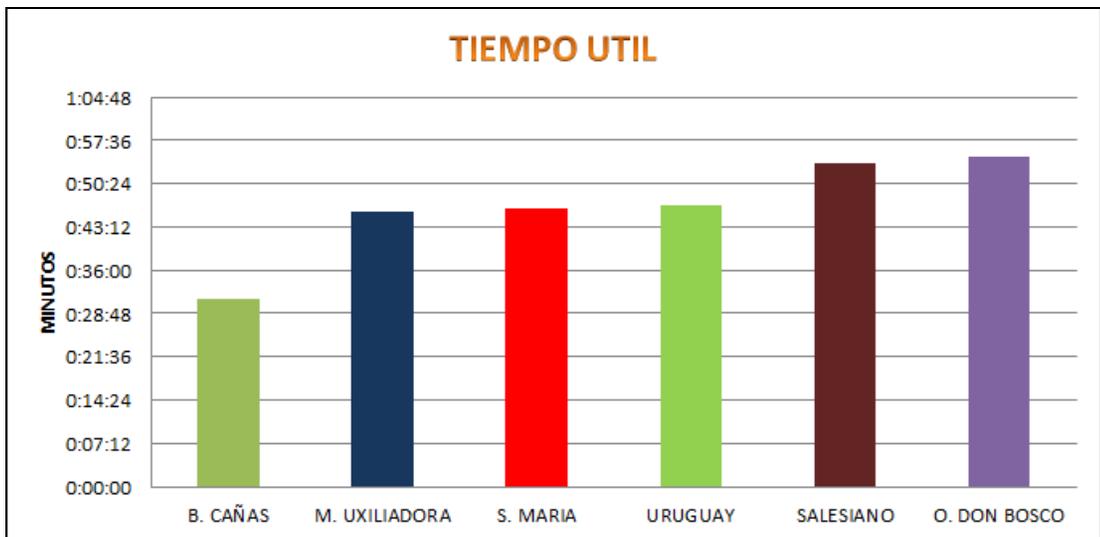
Además de esto, hay que agregar que los autores que se nombraron anteriormente para describir las características de estos alumnos, encasillan en un mismo rango a los niños de 12 a 14 años, por ende no se presentan diferencias significativas entre ellos; pero si se pueden encontrar

desigualdades en la competencia docente por parte de los profesores, en la calidad de las explicaciones.

Siguiendo lo anterior uno de los factores primordiales que determino el TCM en la comparación de estos dos niveles fue la edad, generalmente los niños más pequeños tienden a correr más, a jugar más debido a que la esencia del niño es moverse, y en octavo básico los jóvenes están pasando un periodo entre la niñez y la pubertad, en donde según autores como Freud, señalan que están en la etapa de latencia y genital, el cual los jóvenes son un poco más vergonzosos y cuidadosos con su cuerpo al ser observados por el sexo contrario. Por lo tanto, se retraen de realizar actividades que los avergüence o que sean observados. Es por esta razón que los jóvenes de séptimo básico tienen mayor cantidad de compromiso motor.

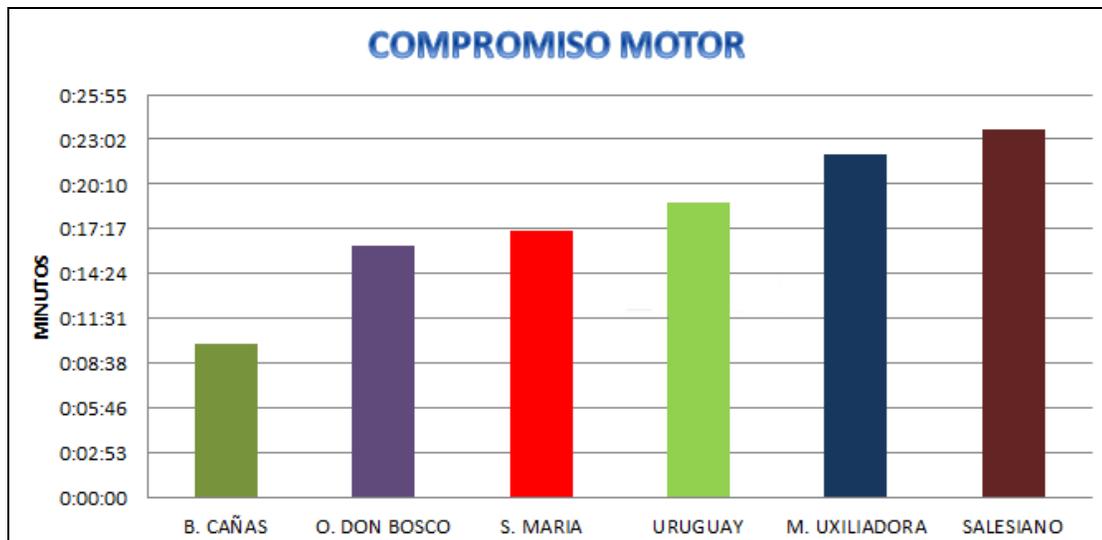
4.4 Comparación del Tiempo por Establecimiento

Gráfico N°6: *Comparación del tiempo útil por colegio*



Aquí se muestra que los colegios que estuvieron cercanos al promedio (55 minutos) fueron, Colegio Salesiano (0:53:50 minutos), República de Uruguay (0:46:48 minutos), Oratorio Don Bosco (0:55:00 minutos), Santa María (0:46:20 minutos), y María Auxiliadora (0:45:39 minutos). La institución que estuvo por bajo del promedio fue el Colegio Blas Cañas con 0:31:18 minutos. Estos datos sirvieron para conocer la cantidad de tiempo utilizado por los profesores en las clases.

Gráfico N°7: Comparación del tiempo de compromiso motor por colegio



Aquí se muestra que el colegio que presentó un mayor tiempo de compromiso motor fue el Colegio Salesianos de Alameda, con un tiempo de 0:23:38 minutos, mientras que el colegio Blas Cañas obtuvo un menor TCM con 0:09:50 minutos.

Los colegios que estuvieron cercanos a este promedio fueron: Oratorio Don Bosco (0:16:08 minutos), María Auxiliadora (0:17:08 minutos) y Uruguay (0:18:58 minutos).

El colegio Blas Cañas al tener un menor Tiempo Útil, indica que la cantidad de tiempo administrativo en la clase es muy significativa, lo que provoca que el TCM sea muy inferior al promedio (17 minutos) y proporcional al TU, lo que a su vez conlleva a que haya una menor probabilidad de lograr los objetivos de la clase.

Frente a estos primeros análisis, se puede observar la importancia de lograr un tiempo útil extenso, y comenzar la clase lo antes posible pero bien se sabe que existen otras variables como el tiempo de higiene y el desplazamiento al lugar de trabajo que en ciertos colegios se extendió de manera significativa, como fue en el Colegio Blas Cañas y Oratorio Don Bosco.

Al momento de hablar del tiempo de compromiso motor, se aprecia claramente que el Colegio Salesiano y María Auxiliadora presentan los

mejores tiempos, pero aun así son deficientes para poder combatir el sedentarismo, ya que sólo logran un 00:23:38 minutos de TMC del tiempo total de clase que es 01:30:00 horas, lo que significa un 29% por parte del colegio.

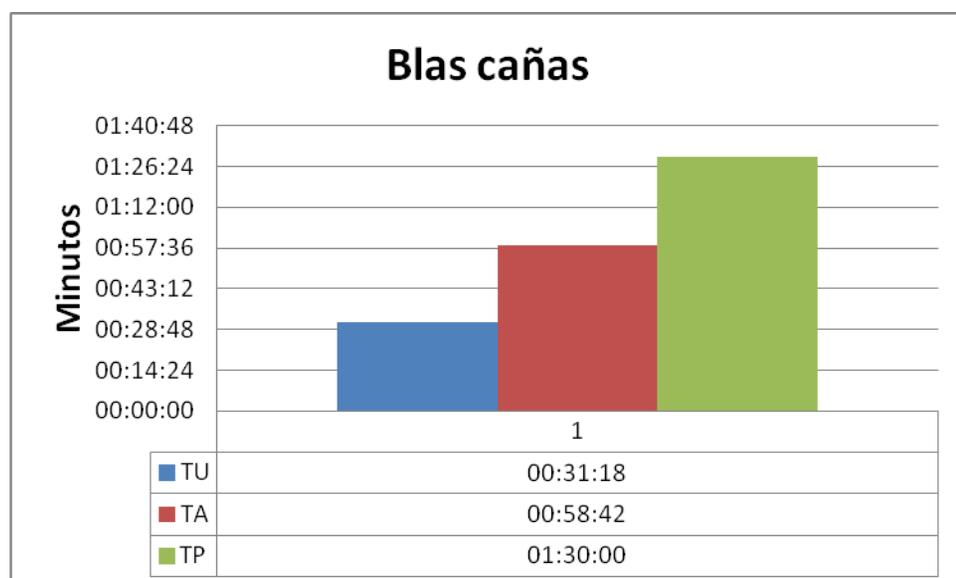
Realizar alrededor de 9 minutos de actividad física, de un total de 01:30:00 minutos, es muy poco, simplemente los alumnos no logran mejorar, o el estímulo necesario para poder aumentar su aptitud física o dominar un nuevo movimiento. Ahora la pregunta que surge al analizar los datos, es ¿En quién recae la responsabilidad de esto, el profesor o los alumnos?

4.5 Descripción de los Tiempos Administrativos y Tiempos Útiles por Colegio

Tabla N°8: Resultados de los tiempos del Colegio Blas Cañas

B. Cañas	TCM	TO	TET	TEP	TI	TU	TA	TP
promedio	0:09:50	0:04:08	0:08:43	0:04:16	0:04:21	0:31:18	0:58:42	1:30:00
	11%	5%	10%	5%	5%	35%	65%	

Gráfico N°8: Tiempos administrativos (TA) y tiempo útiles (TU) Colegio Blas Cañas en relación al tiempo de programa (TP)

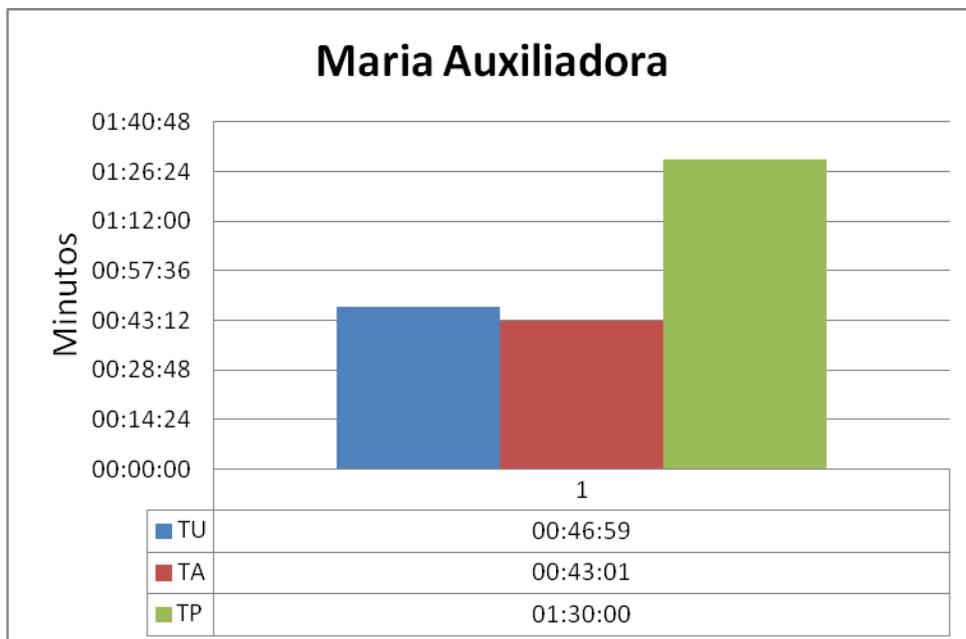


Aquí se muestra que estos resultados presentaron grandes diferencias, el tiempo útil es el menor, con un tiempo de 0:31:18, el tiempo administrativo tuvo 0:58:42, lo que significa que hay un gran porcentaje en la clase que se pierde y perjudica en la utilización del tiempo. Se observó, que la gran mayoría de las alumnas no demostraban interés por las actividades, por esto demoraban su entrada al lugar de trabajo y al término de la clase presionaban a la profesora, para poder ir a cambiarse de nuevo el uniforme, lo que hizo que varias clases terminaran antes.

Tabla N°9: Resultados de los tiempos del Colegio María Auxiliadora

M.Aux.	TCM	TO	TET	TEP	TI	TU	TA	TP
promedio	0:22:03	0:05:04	0:12:27	0:05:39	0:01:47	0:46:59	0:43:01	1:30:00
	24%	6%	14%	6%	2%	52%	48%	

Gráfico N°9: Tiempos administrativos y tiempo útiles Colegio María Auxiliadora



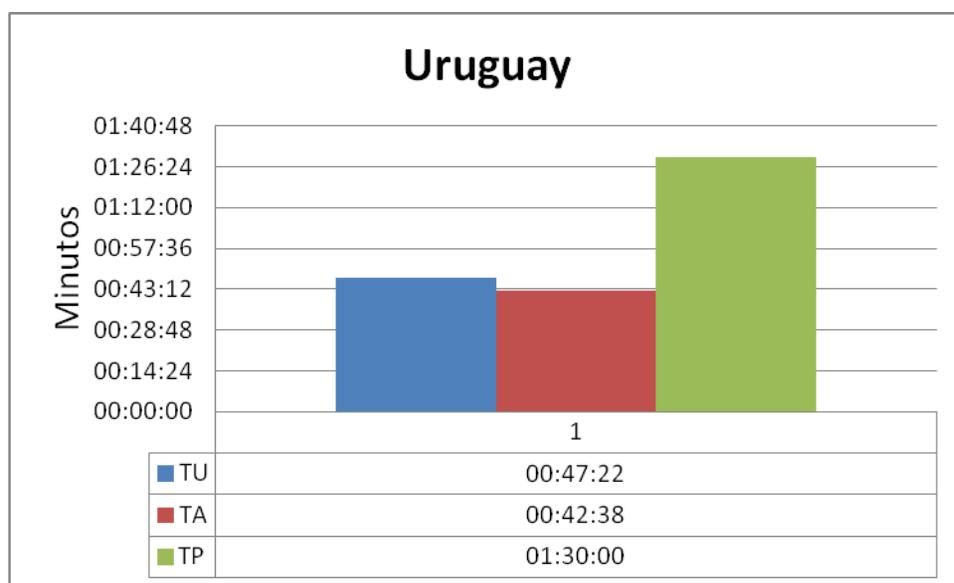
Aquí se muestra que los resultados de este colegio están en 2° lugar por debajo del Colegio Salesianos, y demuestra un alto porcentaje de TCM en comparación con los demás, pero lo extenso del tiempo administrativo, perjudica en que los tiempos de acción por parte del alumno no sean sobresalientes. Al ser un colegio mixto, pero con prioridad en alumnas, la duración en el camarín, como también la calma en llegar al lugar de trabajo, determinó la duración del tiempo útil.

El otro tiempo que se distingue es el de tiempo de espera de turno (TET), esto se debe a la unidad que estaban desarrollando durante las observaciones, las cuales era voleibol, la organización del profesor de los alumnos, más la disponibilidad de material didáctico, limitaba la participación de varios alumnos, los cuales tenían que esperar durante bastante tiempo su turno.

Tabla N°10: Resultados de los tiempos del Colegio Uruguay

Uruguay	TCM	TO	TET	TEP	TI	TU	TA	TP
promedio	0:18:58	0:11:22	0:04:14	0:09:24	0:03:24	0:47:22	0:42:38	1:30:00
	21%	13%	5%	10%	4%	53%	47%	

Gráfico N°10: Tiempos administrativos y tiempo útiles Escuela Uruguay

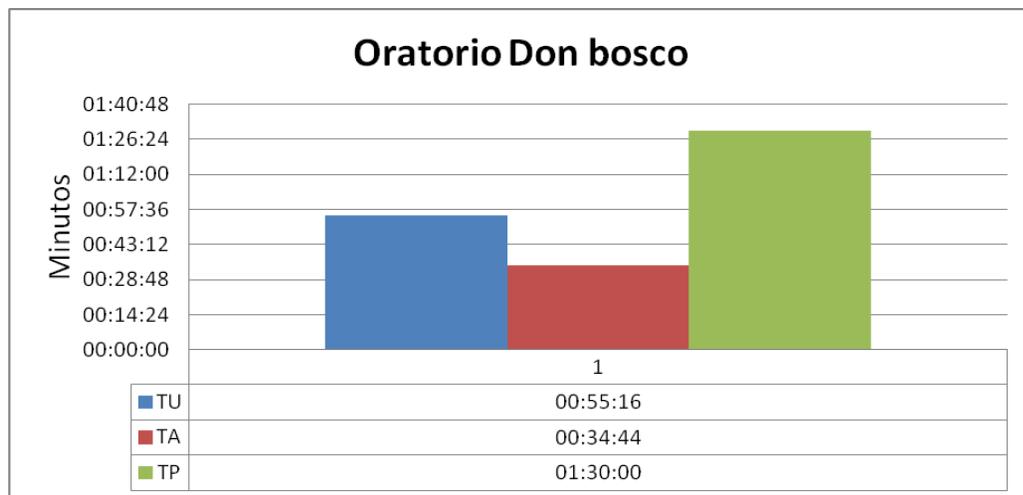


Este colegio presenta una cercanía entre el TU y TA, teniendo una diferencia solo de 4 minutos aproximadamente, aun así, el valor de TU es muy bajo en comparación al TP. Surge una información relevante, relacionada con la cantidad alumnos por clase (28 alumnos), por lo que aumenta el tiempo de compromiso motor debido a que el alumno tiene menos tiempo de espera en las actividades, esto se refleja con un 5% de TET en el total de la clase, Por lo tanto, la cantidad de alumnos en la clase, van a determinar los tiempos de espera de turno y el tiempo de compromiso motor.

Tabla N°11: Resultados de los tiempos del Colegio Oratorio de Don Bosco

Oratorio	TCM	TO	TET	TEP	TI	TU	TA	TP
promedio	0:16:08	0:07:41	0:10:30	0:16:24	0:04:33	0:55:16	0:34:44	1:30:00
	18%	9%	12%	18%	5%	61%	39%	

Gráfico N°11: *Tiempos administrativos y tiempo útiles Colegio Oratorio Don Bosco*



Aquí se presenta una disminución en la cantidad de tiempo administrativo (TA), ya que el profesor utilizaba una estrategia para ahorrar tiempo, consistente, en que después del fin de recreo, los alumnos debían ir rápidamente a buscar su ropa, pasar al camarín, y llegar directamente al

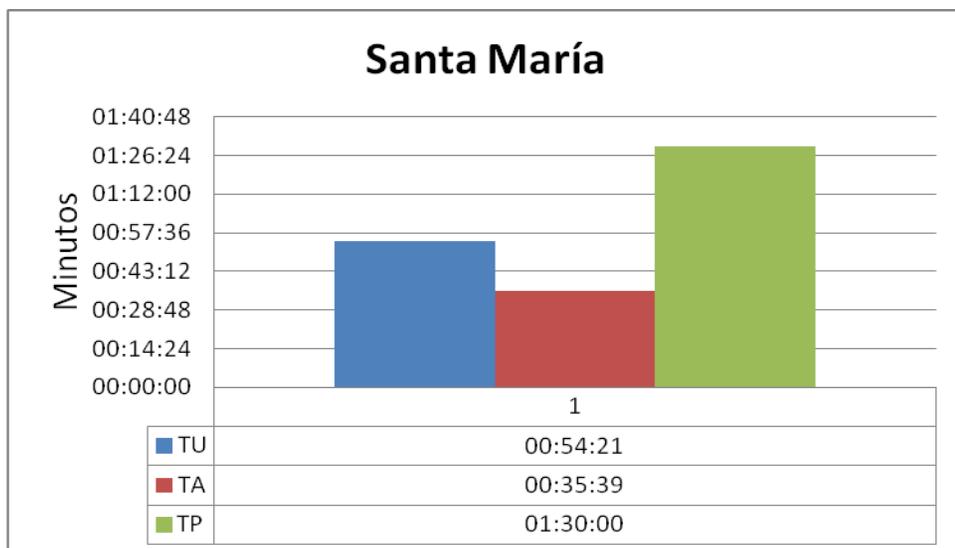
lugar de trabajo, donde el profesor pasaba la lista (esta fue la acción donde se perdió más tiempo) y así dar comienzo a la clase.

Además se utilizó mucho tiempo en la explicación del profesor, debido a la gran cantidad de actividades, y en ocasiones las explicaciones eran muy complejas, proporcionando información que no todos los alumnos comprendían, esto significó un aumento de TEP, y una disminución de TCM.

Tabla N°12: Resultados de los tiempos del Colegio Santa María

S. Maria	TCM	TO	TET	TEP	TI	TU	TA	TP
promedio	0:17:08	0:13:57	0:12:11	0:07:15	0:03:50	0:54:21	0:35:39	1:30:00
	19%	16%	14%	8%	4%	60%	40%	

Gráfico N°12: Tiempos administrativos y tiempo útiles Colegio Santa María



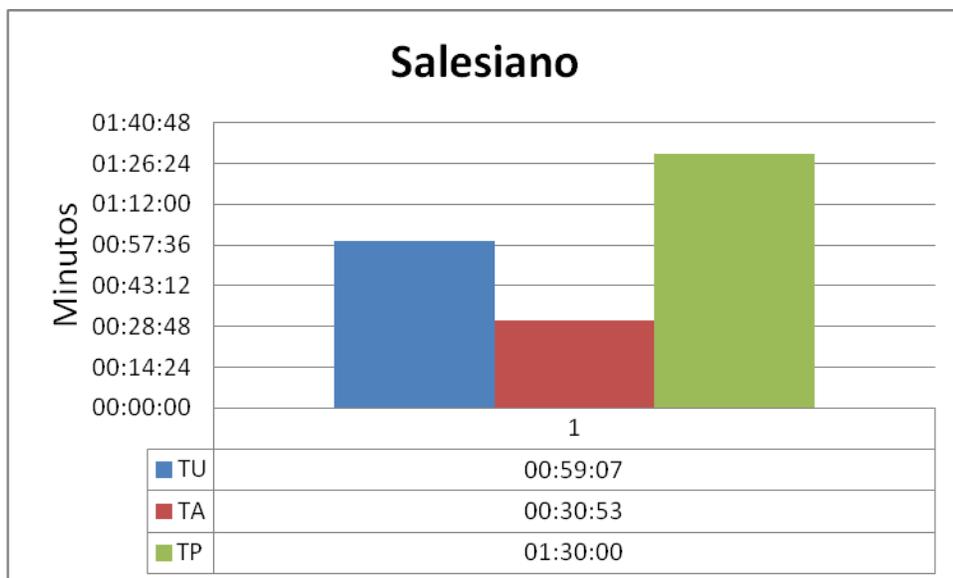
Aquí se muestra que en el tiempo administrativo, la profesora a cargo tardó mucho tiempo en quehaceres personales, por lo que comenzaba su clase con un tiempo perdido considerable sin aun estar dentro de la sala. De esta forma, los minutos de clases se redujeron, ya que la educadora no tenía los materiales, por lo que debía ir a buscarlos y luego organizar lo que iba a implementar en la sesión del día. Se pudo observar una falta de interés por parte de los estudiantes, ya que la actitud de la profesora frente al programa de clase, no se acomodaba a las necesidades de los jóvenes dejando a un

65% aproximadamente sin vivenciar los ejercicios que se realizaron. Según lo expuesto, la gran falta no es de los estudiantes, donde el compromiso motor fue muy escaso y preocupante para la alta demanda que tiene la asignatura de educación física hoy en día, sino más bien del profesor, en su organización de materiales, un correcto lenguaje para las explicaciones, planificación de clases, ordenar al grupo curso a un desempeño colectivo, y también su actitud a la hora de empezar su sesión.

Tabla N°13: *Resultados de los tiempos del Colegio Salesiano*

	TCM	TO	TET	TEP	TI	TU	TA	TP
media	0:23:38	0:11:00	0:13:56	0:03:47	0:06:46	0:59:07	0:30:53	1:30:00
	26%	12%	15%	4%	8%	66%	34%	

Gráfico N°13: *Tiempos administrativos y tiempo útiles Colegio Salesiano*



Aquí se muestra el último colegio estudiado, el cual obtuvo el mayor tiempo de compromiso motor, también se observa que el tiempo útil es muy superior al tiempo administrativo, esto quiere decir, que el profesor utiliza buenas estrategias para favorecer la utilización del tiempo, para no desperdiciar una cantidad temporal significativa. Este Colegio tenía la misma estrategia que el Colegio Oratorio donde los alumnos se dirigían inmediatamente al camarín al término del recreo y además, al terminar la actividad de calentamiento el

profesor entregaba el material didáctico para que los alumnos realicen realidad de juego por el resto de la clase.

No existía un contenido claro para la clase, solamente que los alumnos estuviesen en movimiento realizando el deporte que más les agradaba, lo cual significó un mayor tiempo de compromiso motor.

4.6 Tiempo Perdido

Gráfico N°14: *Tiempo perdido v/s colegio*



Este tiempo corresponde a la suma del tiempo imprevisto junto al tiempo de administración, ya que ambos tiempos determinan que el alumno no está haciendo nada productivo. Aquí se muestra que la institución que tuvo mayor tiempo perdido fue el Colegio Blas Cañas con 01:03:03, y con menor tiempo el Colegio Salesiano (0:37:39), muy cerca de él, se encuentra el colegio Oratorio (0:39:17) y Santa María (0:39:29). Estos números son bastante elevados dentro del total de la clase, lo que significa que todos los colegios (no importando su diferencia de TA) desperdiciaron demasiado tiempo, como se mencionó anteriormente el TA del colegio Blas Cañas fue muy significativa, ya que sobrepasa la mitad del tiempo de programa, es decir, el tiempo que el profesor pudo invertir (T.U.) en los alumnos es de solo 00:27:57 de 90 minutos.

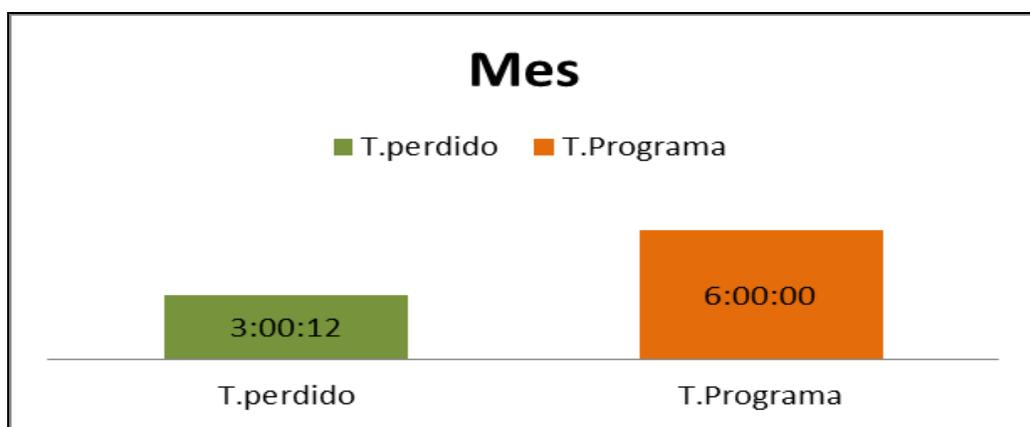
El colegio Salesiano, Oratorio y Santa María, tuvieron menor cantidad de tiempo perdido debido a que los profesores daban mayor cantidad de tiempo

a la práctica, reducían mayormente el tiempo para pasar la lista y el tiempo que invertían los alumnos en cambiarse de ropa, esto favorecía, debido a que reduciendo estos tiempos ayudaban al tiempo utilizado para la clase y disminuían de manera significativa los tiempos perdidos.

Por el contrario, otras instituciones desperdiciaban mucho tiempo en pasar la lista, ir a buscar los materiales a la bodega y ordenar los materiales. Esto influía directamente en todos los tiempos de la clase.

4.7 Comparación a nivel mensual

Gráfico N°15: *Acumulación del tiempo perdido en un mes de clases*

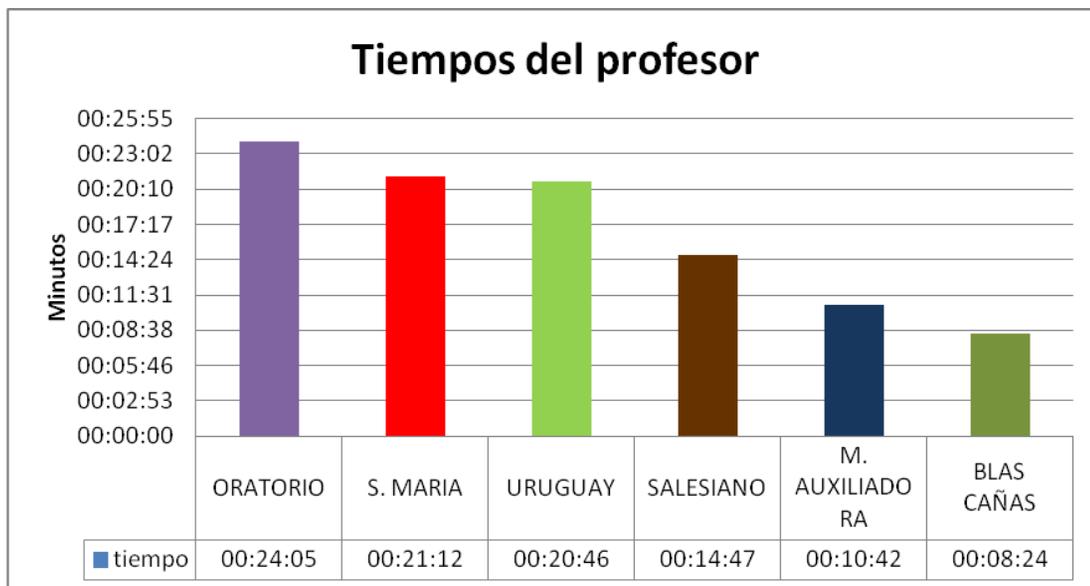


Aquí se realiza el promedio de estos dos tiempos. En primer lugar, tenemos una clase de educación física que ocupa 90 minutos de clases, el promedio de tiempo perdido de una clase es de 0:45:03, si se proyecta a nivel mensual, se obtiene un valor de 3 horas con 12 segundos de tiempo perdido, es decir, la mitad del tiempo total de clases (6 horas). Esto quiere decir, que la realidad actual de la educación física, es solamente la mitad del tiempo establecido por las autoridades, lo que significa un valor preocupante.

Estos tiempos perdidos como se han visto en gráficos anteriores, están determinados por la organización del profesor y el tiempo que le destina al desarrollo de la clase.

4.8 Tiempo utilizado por el Profesor

Gráfico N°16: Comparación del tiempo utilizado por el profesor para la organización y explicaciones en clases



Aquí se muestra la utilización del profesor en la organización del material, organización de los alumnos, y las explicaciones de las actividades.

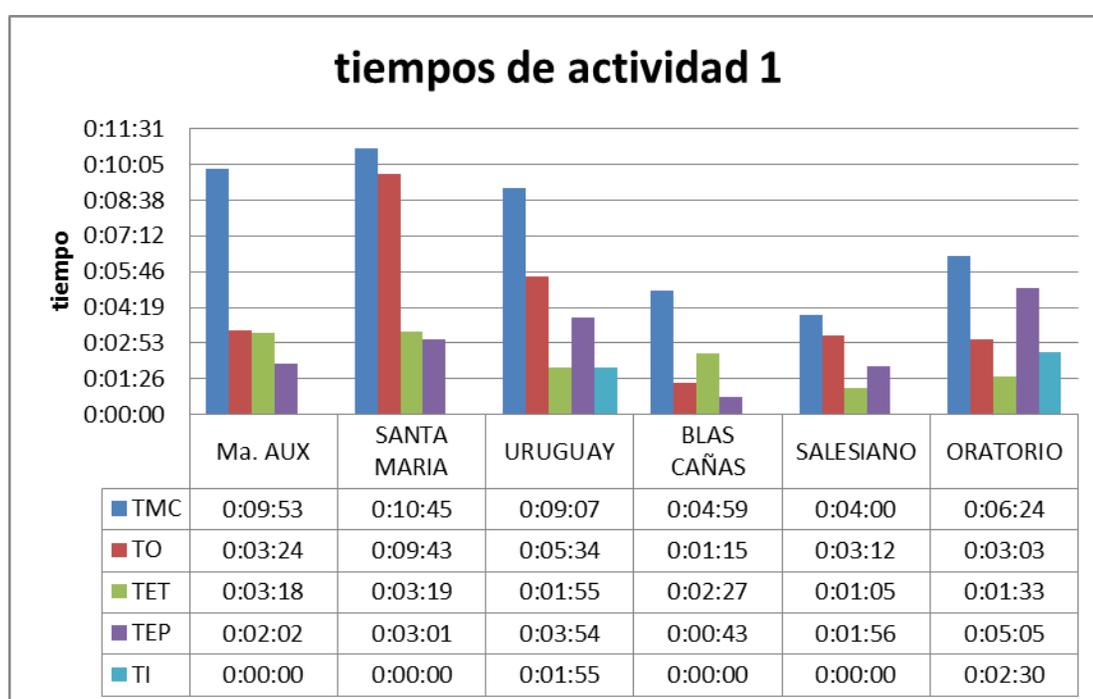
Para el caso puntual del Colegio Oratorio, el profesor de educación física realizó una gran cantidad de actividades, explicaciones complejas para los alumnos y organización del material de apoyo, representando un 26,76% del total de esta clase (0:24:05). Dejando de lado al Colegio Blas Cañas, por su escaso tiempo útil que en definitiva va a resultar una cantidad muy pequeña de tiempo utilizado por el profesor, el Colegio María Auxiliadora presentó el menor tiempo con 0:10:42, menos de la mitad del colegio Oratorio y por ende, resulta un mayor tiempo de compromiso motor de los alumnos.

El docente requiere ser concreto en sus explicaciones, al igual que utilizar estrategias para poder ahorrar tiempo en la organización de en estas acciones, y así mejorar su eficacia en la ejecución de las clases.

4.9 Análisis por Actividad

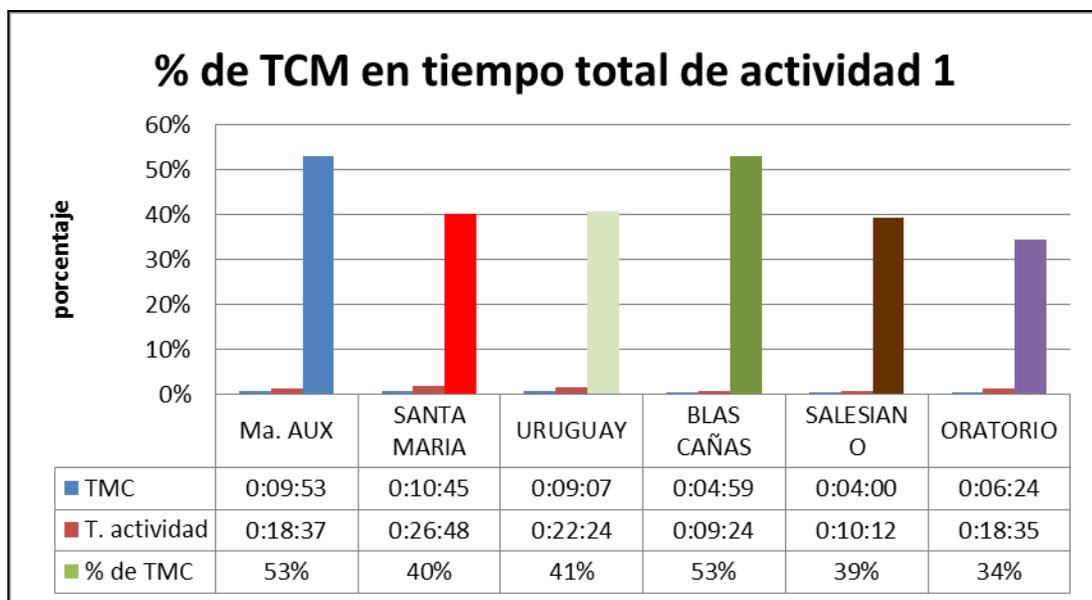
Se busca conocer los tiempos de cada parte de la clase referidos a las diferentes actividades, donde la división de la sesión se encuentra en tres actividades. No todos los momentos de la clase son similares, esto se refleja en la competencia organizativa del profesor quien selecciona el rumbo de la clase, por esta razón, este análisis está netamente relacionado al docente. Los siguientes porcentajes corresponden al promedio de todos los sujetos.

Gráfico N°17: *Tiempos respectivos en la 1° actividad de las sesiones observadas.*



Es importante considerar que a pesar de los tiempos totales de todos los colegios, siempre en la primera actividad de la clase, el TCM es mayor, esto puede deberse a que en esta sección se realizaba el calentamiento, donde en la mayoría de las observaciones se inician con trote siendo las explicaciones precisas y rápidas, además de una participación masiva-consecutiva por parte de los alumnos. Sólo en un colegio se elevó por sobre los demás el TEP, este fue en el Colegio Oratorio con un 00:05:05 de TEP.

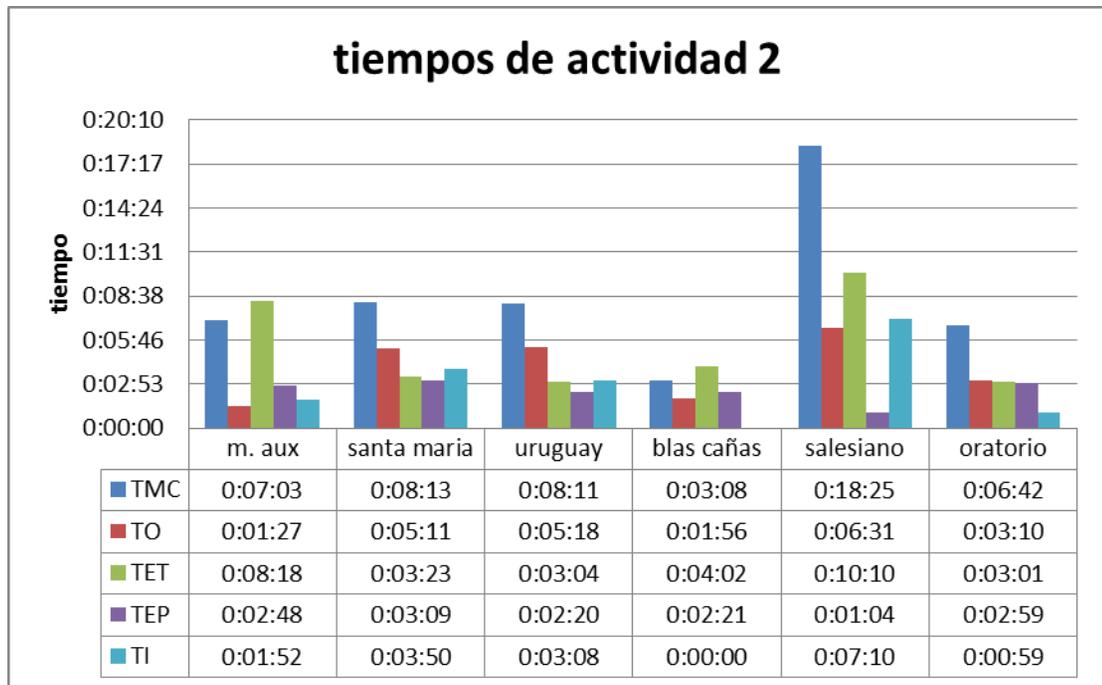
Gráfico N°18: *Porcentaje de tiempo de compromiso motor por parte del alumno en relación a la duración de la 1° actividad*



Aquí se muestra que los colegios que obtuvieron una mayor cantidad del TCM en base al tiempo total de la primera actividad fueron: el Colegio María Auxiliadora y el Colegio Blas Cañas, ambos con un 53% de TCM, el peor resultado corresponde al Colegio Oratorio con un 34% de tiempo de compromiso motor.

Cabe mencionar que a pesar de que el gráfico demuestre que el Colegio Santa María es el que tiene la mayor concentración de TCM con un tiempo de 00:10:45, no es el que tiene el mayor provecho de este, lo que se debe a el tiempo total de la primera actividad con un 00:26:48, por lo cual el TMC correspondería a un 40% del tiempo total de la actividad.

Gráfico N°19: *Tiempos respectivos en la 2° actividad de las sesiones observadas*



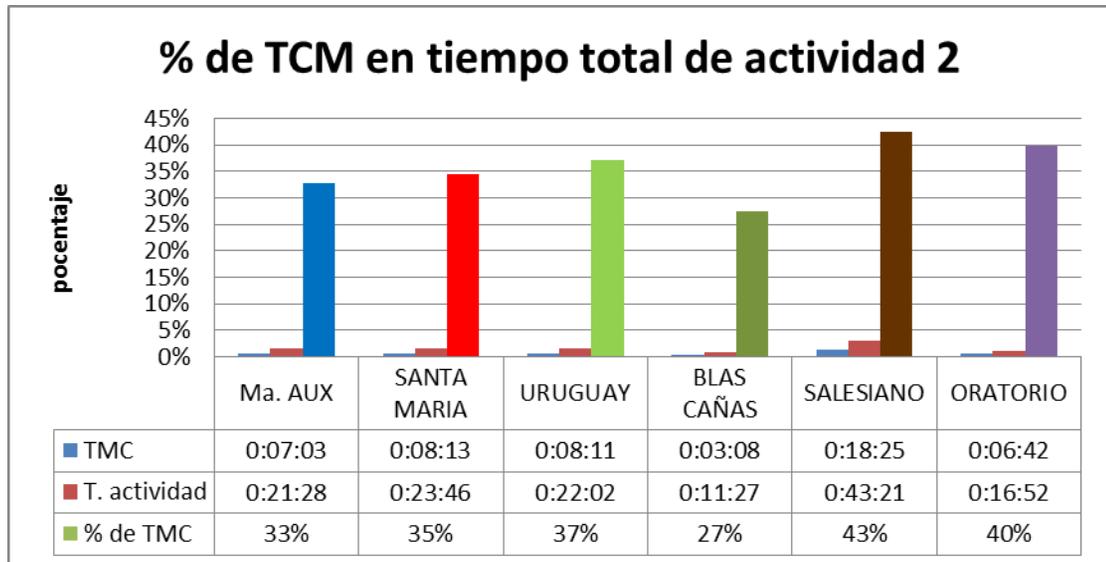
En la segunda actividad, el colegio Salesiano, es el que presenta mayor TCM (0:18:25), y el que menor tiempo obtuvo fue el colegio Blas Cañas (0:03:08), lo que significa una diferencia enorme entre estas dos instituciones, las demás instituciones presentaron un valor cercano entre los 5 y 8 minutos.

Los tiempos de espera, fueron mayores en el colegio María Auxiliadora (0:08:18) y el Salesiano (0:10:10), las demás escuelas estuvieron bajo los 4 minutos.

En cuanto a las explicaciones del profesor, todos los colegios presentaron un tiempo muy bajo, (inferior a los 4 minutos) lo que determino muy poco los TCM de la actividad.

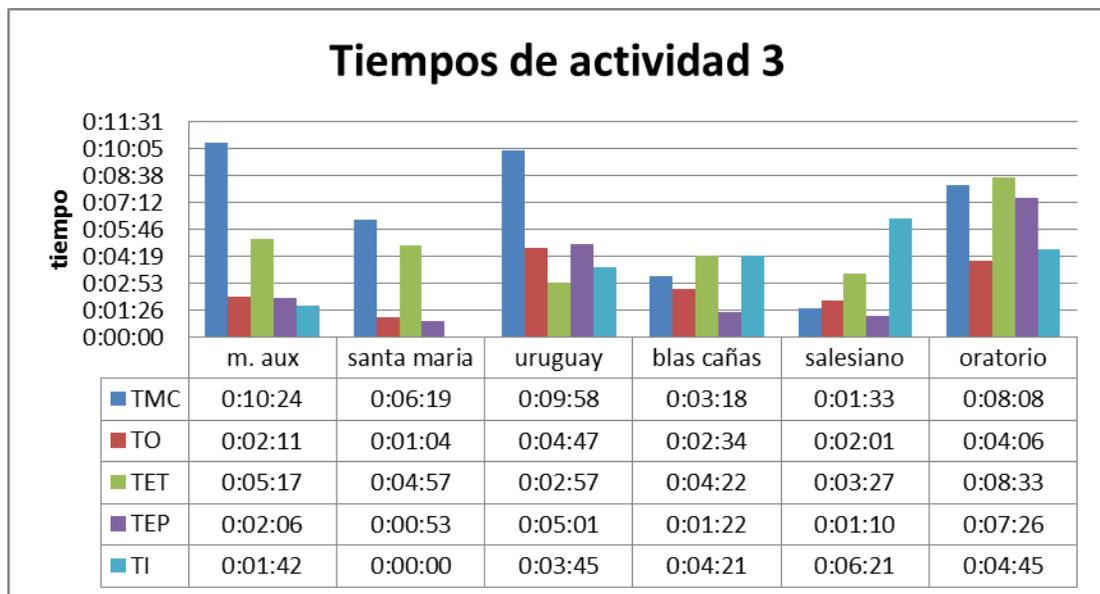
En los tiempos de organización, se observó cuáles eran los profesores que tienen mejores estrategias para este tiempo, por ejemplo, en el colegio María Auxiliadora se utilizó solo un minuto para la organización del profesor, en cambio el colegio Salesiano, utilizo 6 minutos con 31 segundos para organizar tanto alumnos como materiales, y que aun así, presento el mayor tiempo de compromiso motor, esto depende del tipo de actividad y de su duración.

Gráfico N°20: *Porcentaje de tiempo de compromiso motor por parte del alumno en relación a la duración de la 2° actividad*



Aquí se muestra que el colegio de mayor provecho de TCM en base al tiempo total de las actividades, es el Colegio Salesiano con un 43%, siguiéndolo el colegio Oratorio con un 40%, y el más bajo fue el colegio Blas Cañas con un 27%. Aun así, si comparamos el tiempo de duración de la actividad, con el tiempo de compromiso motor, este último es muy inferior en todas las escuelas.

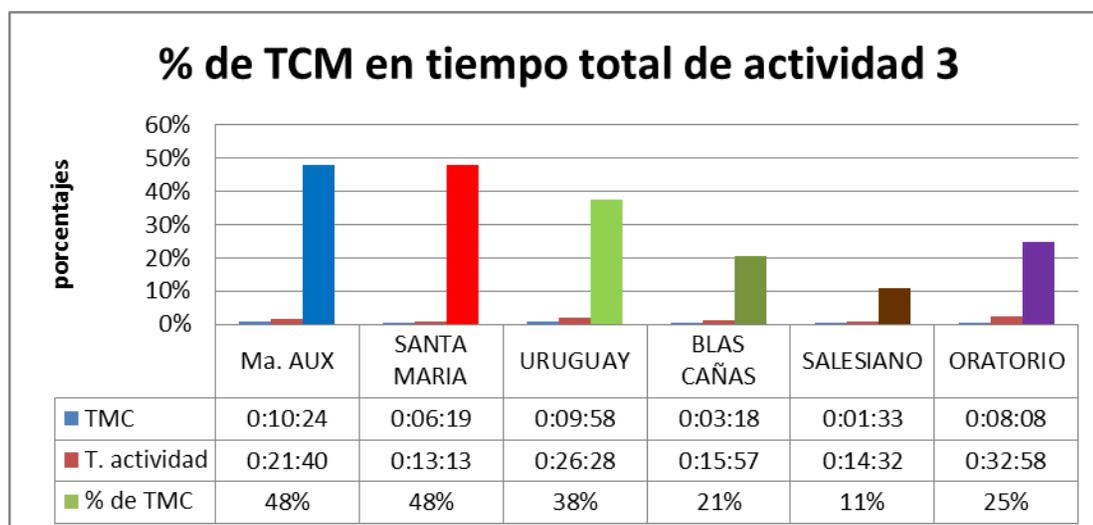
Gráfico N°21: *Tiempos respectivos en la 3° actividad de las sesiones observadas*



Aquí se muestra que los colegios que tuvieron una muy baja cantidad de TCM en comparación con el TO, TET, TEP y TI son: el Colegio María Auxiliadora junto con el colegio Santa María tuvieron un porcentaje de Compromiso Motor casi similar a la suma de los otros tiempos con 0:10:24, y la suma de TO, TET, TEP y TI da 0:11:16. En el segundo colegio tuvo un TCM de 0:06:19 y la suma de los otros tiempos 0:06:54. Los demás colegios tuvieron un TCM muy pobre en comparación a los otros elementos observados. De igual forma todos tuvieron un porcentaje deplorable en cuanto al compromiso motor, debido a que los tiempos que utiliza el profesor son muy extensos, lo que significa que los profesores tienen falencias en ese ámbito de la pedagogía. A la vez, los tiempos de espera de turno hicieron disminuir el TCM, debido a que los profesores no utilizaban buenas formas de estructurar las actividades.

Con lo anterior cabe señalar que, el profesor es determinante en el TCM, se puede apreciar que los tiempos que él utiliza en organizar y explicar son muy significativos, lo que hace que el tiempo que en esta investigación se le da prioridad, disminuya.

Gráfico N°22: *Porcentaje de tiempo de compromiso motor por parte del alumno en relación a la duración de la 3° actividad*



Aquí se muestra que los colegios de mejor provecho de TCM fueron el María Auxiliadora y el Santa María ambos con un 48 % de TCM. Los resultados más bajos los obtuvo el Colegio Salesiano con un 11% d en base al tiempo de actividad.

4.10 Comparación duración de actividad y compromiso motor

Tabla N°14: “Promedio de duración de actividades”

Duración de la Actividad		
Actividad 1	Actividad 2	Actividad 3
0:17:40	0:23:09	0:20:48

Tabla N°15: “Promedio de duración de compromiso motor”

Tiempo de Compromiso Motor		
Actividad 1	Actividad 2	Actividad 3
0:07:31	0:08:37	0:06:37

El promedio de duración de la primera actividad es de 0:17:40 con un TCM de 0:07:31, la segunda actividad 0:23:09 con un TCM de 0:08:37, y la tercera actividad 0:20:48 con 0:06:37 de TCM.

No hay una proporción directa entre el TCM y la duración de la actividad, los valores representados reflejan que el TCM no alcanza a ser ni siquiera la mitad del tiempo de la duración de la actividad, lo que significa que mientras mayor es un tiempo no necesariamente aumenta el otro, por lo tanto, la duración de la actividad no es un factor influyente en el compromiso motor, sino como el profesor distribuye y organiza la actividad.

En la actividad 2, fue donde mayor TCM se obtuvo, esto se debe a que en esta actividad se realizaron principalmente juegos (que generaba mayor motivación para el grupo), donde los sujetos estaban en todo momento en movimiento, mientras que la actividad 3 tiene un menor TCM debido a que eran mayormente analíticas, donde se realizaban hileras con balones para que cada alumno realizara el trabajo que el profesor/a designó, se puede apreciar que en este tipo de actividades los alumnos permanecen mucho tiempo esperando para estar en contacto con el balón y poder realizar el objetivo de la actividad, lo que genera que ese tiempo de espera sea un momento pasivo y sin movimiento por parte del alumno en donde se pierde de manera notoria y significativa TCM.

Si estos tiempos de compromiso motor de las 3 actividades se suman a una clase completa se obtendría un valor de 22 minutos aproximadamente, que es solamente cercano a la duración de una actividad, si lo comparamos con el tiempo útil (0:55:00) es notoriamente inferior, esto quiere decir, que el TCM de una clase promedio comparado con el tiempo de programa que corresponde a 90 minutos es de un 24% de la sesión completa de educación física, es decir, un valor preocupante para profesores, establecimientos y autoridades.

4.11 Interpretación General

Al observar los datos de manera más específica y detallada, tomando en cuenta el género, la institución, y el momento en que se realizó más actividad física por parte del alumno, demuestran que las sesiones de educación física en la comuna de Santiago son deficientes con respecto al tiempo, considerando que los parámetros de actividad física que entrega la OMS son de 60 minutos diarios, y en las clases los alumnos solo se mueven 17 minutos aproximadamente, y un solo día a la semana, por lo tanto, los alumnos no se mueven lo suficiente como para prevenir las nuevas enfermedades, que son causales del sedentarismo, de la poca actividad que los niños realizan y que la intervención por parte del MINEDUC de aumentar las horas de las sesiones de educación física, no tendría efecto en estos casos.

El tiempo más preocupante, es lo escaso que es el tiempo útil, los minutos que el profesor tiene para poder realizar su clase, son la mitad del tiempo de programa, y significa que mirando los datos de manera mensual, se pierden dos clases completas al mes a causa de los tiempos administrativos, y se pudo apreciar, gracias a las visitas a los establecimientos, que hay profesores que no tienen interés de aumentar este tiempo apurando a los alumnos o realizando estrategias que ayuden a disminuir el tiempo administrativo, sino que dejaban a los alumnos tomar el control en ese momento, utilizando el tiempo en situaciones que se desvían del objetivo de la clase. Esto se presentaba más en colegios femeninos que masculinos, como también en cursos que tenían mayor cantidad de alumnas que alumnos en los casos mixtos.

CAPÍTULO V
CONCLUSIONES

5.1 Conclusión

En relación al primer objetivo: *“Identificar el tiempo de Compromiso Motor en las clases de Educación Física”*

- Se reconoce que en 7^{mo} básico los estudiantes obtuvieron un tiempo de 00:26:40 mayor que 8^{vo} básico (00:13:38), sin embargo, estos tiempos fueron muy reducidos, llegando sólo a un 20% del tiempo de programa de las sesiones. Este porcentaje equivale a 00:17:57 minutos en que el educando se encuentra en tiempo de empeño de trabajo motor.
- Se constata que esta variable es reducida mayormente por los tiempos de administración, que superan en más del doble a los minutos que el estudiante se encuentra en movimiento.
- Se observa que el profesor es determinante en la reducción de TCM, principalmente por su organización de alumnos y materiales en las respectivas actividades.

Según lo expuesto, es necesario que el docente tenga el conocimiento de los diferentes tiempos expuestos en esta investigación y tenga también la capacidad de ejecutar la sesión, para que el alumno participe activamente y por más tiempo durante la clase.

Hombres v/s Mujeres

En relación a los géneros a la hora de la clase de educación física, el profesor juega un papel importante, ya que debe realizar actividades que sean acordes a las capacidades tanto de los hombres como de las mujeres y que a su vez sean relevantes para ellos, con el fin de que participen de manera igualitaria, sin embargo, en esta investigación queda en evidencia que los profesores al diseñar las actividades, no han tomado en cuenta las necesidades físicas, motivaciones, intereses y características de los alumnos, ya que su carencia ha generado una diferencia en el porcentaje de compromiso motor entre ambos sexos, influyendo de manera negativa en las mujeres hacia los hábitos de vida activa y a su vez hacia el deporte.

En relación al segundo objetivo: *“Identificar los Tiempos Perdidos en la clase de Educación Física”*

Se obtuvieron datos relevantes y preocupantes con respecto a este tiempo, el cual es la suma de TA y TI, con un valor de 00:45:03 minutos, lo que equivale a la mitad del TP, esto demuestra la alarmante realidad de las clases de educación física en los establecimientos observados ya que se está perdiendo una gran cantidad de tiempo que podría ser destinado al combate al sedentarismo. De esta forma, se puede identificar que las acciones más significativas que influyen en la pérdida de tiempo son:

- El tiempo utilizado por los alumnos en cambiar su vestuario en el camarín
- El traslado desde la sala al lugar de trabajo
- El tiempo destinado a pasar la lista

También se observó que el Tiempo Imprevisto no fue un factor influyente para la reducción del TCM y TU.

Frente al tercer Objetivo: *“Identificar el tiempo de organización y aplicación del profesor”*

Tiempo de organización de los alumnos y materiales

En este punto se puede observar la capacidad de organización del profesor de los alumnos y los materiales. La disciplina toma un papel importante en la capacidad de administrar a los alumnos y de agrupar o de llamar su atención. Se observó que el profesor con mayor experiencia tiene un mejor dominio de grupo, lo que ayuda en la organización de este. En el caso de la organización de materiales, se aprovechaba mejor el tiempo cuando los alumnos agrupaban y organizaban estos.

Tiempo de explicación del profesor

El factor primordial que determinó este tiempo fue la capacidad que tenían los profesores para entregar instrucciones breves y precisas para cada actividad, por lo que poder conocer en profundidad dichas actividades, favorecía el entendimiento por parte de los alumnos, evitando dudas e imprevistos al momento de desarrollarlas. Sin embargo, en ocasiones el número de actividades era un factor que influía en la cantidad de minutos de TEP, dado que el profesor debía explicar cada una de ellas e incluso corregir en algunos casos.

Con respecto al cuarto objetivo: “Identificar en minutos el “tiempo de espera de turno”

Respecto a este punto, la cantidad de tiempo que los alumnos esperan, está determinada por la estructura con la que el profesor diseña su actividad, y a su vez con el material que entrega o dispone para la realización de esta. Por lo tanto, a mayor agrupación de alumnos por hileras, mayor es el tiempo de espera, generados en ocasiones por los escasos materiales.

Por otra parte, en comparación con las hipótesis presentadas se puede observar que:

- Hipótesis 1: *El género del alumno no es determinante para el grado de compromiso motor.*

Los resultados son relevantes y con grandes diferencias, pudiéndose identificar que el género masculino tiene mayor compromiso motor que el género femenino, debido al interés frente al deporte que surge en los hombres, a diferencia de las mujeres, que tienen en contra factores personales de cada una de ellas y cambios hormonales acorde a su edad. También el profesor juega un rol importante, debido a que debe diseñar actividades que sean acordes a cada uno de sus estudiantes para que las actividades sean inclusivas y favorezcan el TCM tanto a hombres como mujeres.

- Hipótesis 2: *El porcentaje del tiempo de clase destinado al compromiso motor de los alumnos no es mayor al 30% del total del tiempo de programa.*

Se observó que el TCM es muy bajo, en las 6 realidades observadas, y que corresponde al 20%, por lo tanto, se confirma la hipótesis que el porcentaje es insignificante con respecto al TP, se pudo concluir que el profesor tiene toda la responsabilidad de la cantidad de este tiempo, es decir, depende solamente de la capacidad organizativa y claridad de las actividades por parte del profesor.

- Hipótesis 3: *El porcentaje de tiempo perdido durante la clase supera el 40% del tiempo de programa.*

Efectivamente la última hipótesis cumple con lo descrito, ya que el porcentaje de tiempo perdido es de un 80% contra un 20% de compromiso motor de los alumnos, por lo expuesto anteriormente. Esto muestra la falta de manejo en los tiempos de la clase por parte del profesor, en donde un 45% solamente es de tiempo administrativo, un 11% de espera de turno, y un 10% de organización de materiales y de los alumnos.

La presente investigación entregó información valiosa, y que se comparó con artículos de la misma índole en otros países, los cuales entregaban datos relevantes en relación a “los tiempo en la clase de educación física”.

En nuestro país, específicamente en la RM, comuna de Santiago, se observó que las clases de educación física son incluso peores en términos de compromiso motor que como lo decían los autores en otros países, ya que los alumnos chilenos sólo se mueven un 20% del total del tiempo de la clase.

Al poder identificar los tiempos de la clase, saber qué es lo que está realizando el alumno en ella, entrega valiosa información del profesor, ya que critica de manera constructiva su acción a la hora de ejecutar la clase. Según Fernández A, B. no se puede determinar el éxito pedagógico del profesor con estos conocimientos o investigaciones, pero ayuda mucho a conocer lo que está sucediendo en las clases reales y es el producto esperado de esta investigación descriptiva.

Proyecciones

1. Analizar esta investigación, e investigar la calidad del compromiso motor.
2. Realizar un estudio, sobre la diferencia entre profesores con mayor y menor experiencia, para observar la diferencia en el compromiso motor de los alumnos.
3. Aplicar el instrumento a otros niveles y colegios de la comuna de Santiago para obtener datos regionales generales sobre el tema.
4. Investigar la relación entre el compromiso motor en las diferentes dependencias educativas del país, ya sean privadas, subvencionados o municipales, implementando el instrumento para su análisis.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Alda, B., Pamela, C., Cristián, H., Hernán, M., Marisol, G., Yamila, M., María, M., María, S., Fernanda, S., Marisol, U. (1992). *Como hacer más eficiente la distribución del tiempo en la clase de educación física*. Seminario para optar al título de Profesor de educación física. Instituto profesional Blas Cañas, Santiago. Chile.
- Barros, D.(2011) *Características morfológicas, motoras y de condición física de los niños escolares entre 6-12 años del municipio de cerritos-valle como criterio para la selección deportiva*. Santiago de Cali, Colombia
- Caceres, C., López, J., Maureira, M., Morales, C., Ruiz, F., Sepulveda, B., Sotomayor, J., Tejas, G. (1991). *El tiempo que se invierte en aprender en la asignatura de educación física*. Seminario para optar al título de profesor de educación física. Instituto profesional de estudios Blas Cañas, Santiago, Chile.
- Devís.J y Peiró.C (1993) la actividad física y la promoción de la salud en niños/as y jóvenes: la escuela y la educación física. *Revista de psicología del deporte*. 71-86
- El Colegio. (s.f) Recuperado el 30 de Diciembre de 2013, de <http://www.salesianosalameda.cl/>.
- Fernández, A. (2008). *El tiempo en la clase de educación física, la competencia docente tiempo*. Granada, España: Editorial Excmo
- Gutiérrez, M. Doménech, C. (2006) *Actitudes de los alumnos hacia la Educación Física y sus profesores*. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la actividad Física y el Deporte* vol. 6 (24) pp. 212-229 <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista24/artactitudes36.htm>
- Historia del colegio Santa María de Santiago.(s.f) Recuperado el 30 de Diciembre de 2013 de <http://www.colegiosantamariadesantiago.cl/info.php?tit=Historia>.
- Historia de la Educación Física Rosa M. ^a Sainz Varona (Cuadernos de Sección. Educación 5. (1992), p. 27-47.)

Información del Colegio María Auxiliadora.(s.f) Recuperado el 30 de Diciembre de 2013, de <http://matta.fmachile.org/nuestro-colegio.html>

Información Institucional. (s.f) Recuperado el 30 de Diciembre de 2013, de <http://www.educasantiago.cl/Establecimiento/uruguay?idcolegio=16&idcontenido=598>.

Jackson, P. (1992). *Handbook of Research on Curriculum*. American Educational Research Association. New York, Estados Unidos.

Lozano, L. y Viciano, J. (2006) “*análisis de los instrumentos de observación empleados para el registro de variables temporales en educación física*”. *Apunts*, 22-31.

Lozano, L. “*la influencia de tres sistemas de organización sobre el tiempo de compromiso motor en las clases de educación física con alumnos en secundaria*”. Cataluña, España

MINEDUC. (2013). *Orientaciones didácticas*. Recuperado el 27 de Noviembre de 2013, desde Curriculum en línea Sitio Web: <http://www.curriculumenlineamineduc.cl/605/w3-article-21304.html>

Moreno Juan.(2005). Motivación, disciplina, coeducación y estado de flow en educación física: diferencias según la satisfacción, la práctica deportiva y la frecuencia de práctica. *Cuadernos de Psicología del deporte, Vol 5*. Descargado el 02 de Diciembre de 2013, de <http://revistas.um.es/cpd/article/viewFile/93511/90061>.

Nosotros Blas Cañas. (s.f) Recuperado el 30 de Diciembre de 2013, de <http://www.incoblascanas.cl/index.php/menu-nosotros>.

Nuestro Colegio Oratorio Don Bosco. (s.f) Recuperado el 30 de Diciembre de 2013, de <http://www.odbcolegiosalesiano.cl/sitio/index.php/nuestro-colegio>.

Olmedo, J. Á. (2000). *Estrategias para aumentar el tiempo de práctica motriz en las clases de Educación Física escolar*. *Apunts*, 22-30.

- OMS. (2010). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. Recuperado el 27 de Noviembre de 2013, de Organización Mundial de la Salud, Santiago Sitio Web: http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/
- Piéron, M. (1988). *Didácticas de las actividades físicas y deportivas* (1 edición ed.). Madrid: Gymos.
- Ramirez, J.V. (2002) *Planificación en educación física*. España ISBN: 84-9729-009-7 Colección Educación Física Pág. 46-61
- Ramírez, W., Vinaccia, S., & Suárez, G. R. (2004). *El impacto de la actividad física y el deporte*. *Revista de Estudios Sociales*, 67-75.
- Ramirez, J; Lozano, L; San Martín, J; Zabala, M. y Viciano, J. (XXXX) "Directrices metodológicas para la observación sistemática del tiempo de clases en la investigación de la educación física"
- Recio, F. J. (Enero de 2009). Obtenido de http://www.csi-sif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_14/FRANCISCO%20JESUS_MARTIN_2.pdf
- Recio, F. J. (Julio de 2003). Obtenido de <http://www.efdeportes.com>
- Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, M. D. (2010). *Metodología de la investigación científica*. Mexico: MC graw hill.
- Siedentop, D. (1998). *Aprender a enseñar la Educación Física*. Barcelona: INDE publicaciones.
- SIMCE. (2012). *Informe de resultados educación física*. Recuperado el 29 de Diciembre de 2013, de INE, Santiago Sitio web: http://www.ind.cl/estudioseinvestigacion/investigaciones/Documents/2012/Simce_Informe_de_Resultados_Educacion_Fisica.pdf.pdf
- Unidad Curriculum y Evaluación. (2012). *Bases curriculares y programas de estudio 1° a 6° básico*. Recuperado el 27 de Noviembre de 2013, de

MINEDUC, Santiago Sitio web:
http://www.educasantiago.cl/documentos/recursos/educ_basica/nivel/bases_curriculares.pdf

Unidad de Curriculum y evaluación. (2013). *Nuevas Bases Curriculares*. Recuperado el 27 de Noviembre de 2013, de MINEDUC, Santiago
Sitio web: <http://www.lyd.com/wp-content/uploads/2013/06/Mineduc.pdf>

Vargas, S. (2008) *Clases de educación física*. Recuperado 24, agosto, 2008, de <http://saladehistoria.com/wp/2008/08/24/clases-de-educacion-fisica-en-chile/>

Anexos

Anexo N°1 Carta de presentación a Colegios



Escuela de Educación en Ciencias
del Movimiento y Deportes.

Santiago 24 de Octubre de 2013

Señor/a:

Director/a o

Presente

Junto con saludarle, y agradecer la buena disposición que han tenido en otras oportunidades, con estudiantes de la Carrera de Pedagogía en Educación Física de la Universidad Católica Silva Henríquez; me permito solicitar a usted autorización y facilidades para que los estudiantes seminaristas, _____, RUT: _____, _____ RUT: _____ y _____ RUT: _____, para observar las clase de educación física de los 7° y 8° básico, en la escuela que usted dirige.

Estas observaciones se enmarcan en el seminario de grado “Tiempo de compromiso motor en la clase de educación física”, cuyo objetivo medir los tiempos y comportamientos de los alumnos en las clases.

Sin otro particular, saluda atentamente,

Maribel Parra Saldías
Académico Universidad Católica
Silva Henríquez

MPS/cs

C.c. Archivo

Anexo Nº2

Instrumento de recolección de datos

Profesor evaluador: _____

Curso: _____ Fecha: _____

Colegio: _____ Nombre del profesor: _____

Se necesitara de un cronometro para poder realizar la toma de datos, en la realidad de clases, así como también seleccionar uno o varios alumnos aleatoriamente, a los cuales se anotarlos minutos o segundos en la acción que está realizando en la clase de educación física.
Se presentan tiempos macros, los cuales tiene sub-divisiones. Estos tiempos se les tomara el porcentaje por separado, ya que no es válido dar su porcentaje debido a que distorsionara los demás tiempos.

Indicadores:

Tiempos de compromiso motor (TCM)
-tiempos de compromiso motor específico (TCM-E)

Tiempo de organización (TO)
-tiempo de organización de los alumnos (TOA)
- tiempo de organización de los materiales (TOM)

Tiempo esperando turno para practicar (TET)
Tiempo de explicaciones del profesor (TEP)
Tiempo imprevisto o en otras tareas (TI)

Indicador	Minutos	Porcentaje
TCM		
TCM-E		
TO		
TO-A		
TO-M		
TET		
TEP		
TI		

Anexo nº 3

Tiempo de programa : _____ Tiempo útil : _____

Actividad	Tiempo de compromiso motor	Tiempo de organización	Tiempo de espera de turno	Tiempo de explicación del profesor	Tiempos de imprevistos
	Total:	Alumnos materiales	Total:		
Actividad 1					
Actividad 2					
Actividad 3					
Actividad 4					

Observaciones:
