



La disciplina Educación Física

¿Incide en el rendimiento escolar de los estudiantes?

Tribunal: Susana Futen, Ruben Tiliman, Rosario Molinelli

Grupo: 4to C

Estudiante: Lucía Cabrera

ANÁLISIS PEDAGÓGICO DE LA PRÁCTICA DOCENTE

20 de diciembre, 2022

Introducción:

El presente trabajo corresponde a la asignatura Análisis Pedagógico de la Práctica Docente enmarcada curricularmente en la carrera de Maestro de Educación Primaria cursada actualmente en el Instituto de Formación Docente “Ercilia Guidali de Pisano” en la localidad de Paysandú, Uruguay.

A los efectos establecidos, se elabora un ensayo que se ve en la necesidad de ahondar si la disciplina Educación Física podría incidir en el rendimiento académico de los y las estudiantes.

La producción de éste ensayo se llevó a cabo en el departamento de Paysandú, en donde se recabó información con Licenciados de Educación Física que actualmente ejercen su profesión, alumnos/as de quinto año de una Escuela APRENDER (Atención Prioritaria en Entornos con Dificultades Estructurales Relativas) caracterizada por el “contexto sociocultural crítico”, la cual recibe alumnos en situación de vulnerabilidad. También colaboraron en la búsqueda de respuestas a preguntas, Maestras de Educación Inicial y Primaria que actualmente ejercen y por último un Licenciado en Psicología.

Para abordar los diferentes aspectos que vinculan la Educación Física y el rendimiento académico de los/las niños/as, se realizaron observaciones tanto a alumnos/as como a docentes de Educación Física que permitieron formular el problema a desarrollar: *¿Cuáles son las dimensiones de la Educación Física que inciden en el rendimiento académico de los/las estudiantes de quinto año de una escuela APRENDER?*

Además de las observaciones en la institución escolar, el ensayo proporciona investigaciones que hacen que este tema se analice detenidamente.

Al finalizar el ensayo, éste consta de un análisis de los datos obtenidos a partir de las entrevistas, las cuales se encuadran en la parte de anexos, una conclusión con aportes personales sobre dicho trabajo y por último la bibliografía consultada para el fundamento teórico.

Planteo del Problema:

¿Cuáles son las dimensiones de la Educación Física que inciden en el rendimiento académico de los/las estudiantes de quinto año de una escuela APRENDER?

Justificación del Problema:

La selección de este problema surge a partir de la observación de las prácticas de Educación Física en las Escuelas, a lo que me cuestiono ¿Hay un conocimiento acerca de las variables dependientes que inciden en el alumno a raíz de las dimensiones de práctica de Educación Física, que traerá consecuencias y necesariamente desarrollará un clima de aula diferente?

La disciplina Educación Física lleva a trabajar sobre las funciones ejecutivas, además de estimular la parte motriz de cada individuo. Con función ejecutiva me refiero a lo social y cognitivo del ser humano.

Por otra parte, estimula a la organización, planificación, ejecución y sostenimiento de la atención. Por estas razones se construye una afectación positiva para el alumno, porque significa trabajar en grupo, pensar en equipo, abonar esfuerzos voluntarios y estrategias para lograr una meta.

Por lo tanto, teniendo en cuenta éstas consecuencias que desarrolla el estudiante mediante la Educación Física, se ve en la necesidad de ahondar en material bibliográfico que analice el tema a tratar sobre: La Educación Física ¿incide en el rendimiento escolar de los estudiantes?

Objetivos generales:

- Indagar el grado de incidencia de la disciplina Educación Física en el desarrollo de los estudiantes de quinto año de primaria de una escuela APRENDER.

Objetivos específicos:

- Recopilar trabajos académicos realizados que den cuenta de una posible incidencia de la Educación Física en el rendimiento escolar de los estudiantes.
- Conocer las variables que inciden en los diferentes comportamientos socio afectivos de los alumnos a partir de la Educación Física.

Marco teórico:

Según el Ministerio de Educación y Cultura, la educación física se considera un área obligatoria para el nivel primario, pues permite que los alumnos desarrollen destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su vida diaria.

Por lo general, las instituciones educativas desconocen la importancia de la Educación Física, pero si se estructura como proceso pedagógico y permanente, se puede garantizar la continuidad para el desarrollo y especialización deportiva de los niños en su vida futura.

De acuerdo con lo planteado en el libro “Psicología de la Educación Física y el deporte escolar” escrito por Marco Antonio Tóala Pilay et al. (2019); mencionan que la práctica de la Educación Física el niño, en la mayoría de los casos, adopta una posición de liberación de las regulaciones existentes en las tareas del aula, donde se ve sometido a las exigencias que les plantean las diferentes asignaturas y que le obligan durante horas a permanecer sin moverse y en silencio.

Los autores del libro plantean que someterse a diferentes tensiones provocadas por la obligación de contestar correctamente las preguntas formuladas por el maestro, acudir a la pizarra a dar solución a un problema, tomar dictados, resolver incógnitas que les serán evaluadas, y todo ello, por muy interesantemente expuesto o por mucha atención que le desee prestar, va en contra de sus deseos de expansionarse, actuar libremente y dar rienda suelta a su vitalidad interior.

Marco Antonio Tóala Pilay (et al. 2019; pg. 16) plantea que:

La Psicología de la Educación Física es la ciencia que estudia las características psicológicas del sujeto inmerso en la práctica de las actividades físicas sistemáticas y organizadas en la escuela y las particularidades psicológicas de las propias acciones motrices. Por lo tanto, su objeto de estudio serán las características psicológicas del practicante en las diferentes edades a partir de las cuales acuden a instituciones educacionales.

Por otra parte, José M. Prieto Andreu y Cristian Martínez Aparicio realizaron una investigación en la Universidad Cardenal Herrera de España, la cual fue publicada en la Revista de Educación Física volumen 34, Número 4 del año 2016, denominada “La Práctica de Actividad Física y su Relación con el Rendimiento Académico”.

Ambos investigaron que, en la actualidad, los niños emplean su tiempo libre en diferentes actividades de carácter sedentario, siendo la práctica de actividad física menos habitual. La práctica de ésta es muy importante para prevenir enfermedades o mejorar aspectos físicos y cognitivos.

José M. Prieto Andreu y Cristian Martínez Aparicio (2016, pg. 2) plantea el pensamiento de Sara Márquez (1995):

Existen multitud de estudios sobre los beneficios de la práctica de actividad física, como, por ejemplo: una mejora de autoconfianza, sensación de bienestar, disminución de la ansiedad y reducción de la depresión o la mejora del funcionamiento intelectual. Indica cuáles son los efectos que se incrementa y disminuye con la práctica de actividad física. Incrementa el rendimiento académico, la confianza en uno mismo, estabilidad emocional, independencia, funcionamiento intelectual, memoria, estados de ánimo, percepción, autocontrol, bienestar, eficiencia en el trabajo. Por otra parte, disminuye el absentismo laboral, abuso de alcohol, ansiedad, confusión, depresión, dolores de cabeza, fobias, hostilidad, consecuencias del estrés, riesgo de enfermedades crónicas, problemas de espalda, tabaquismo, tensión.

El estudio analiza que a medida que se practicaba más actividad física, aumentaba el rendimiento académico en los alumnos. En ambos estudios midieron la cantidad de actividad física y el rendimiento académico, analizando que, cuanto mayor sea la actividad física diaria, mayor es el rendimiento académico que se obtiene.

También, realizaron un estudio donde observaron que después de realizar dos carreras de una duración de 3 minutos a una alta intensidad se producía una concentración de

sustancias como la dopamina y la adrenalina, haciendo que se aprecie en una mejora en el aprendizaje verbal y la retención de vocabulario a largo plazo.

En otra investigación llevada a cabo por Luis Gonzalo Córdoba Caro, Ventura García Preciado, Luis Miguel Luengo Pérez, Manuel Vizquete Carrizosa y Sebastián Feu Molinala en la Federación Española de Docentes de Educación Física de España, investigaron “Cómo influyen la trayectoria académica y los hábitos relacionados con el entorno escolar en el rendimiento académico en la asignatura de educación física”.

Analizaron la importancia de la trayectoria académica y los factores relacionados con el entorno escolar. Para realizar dicha investigación se analizaron los sujetos, el total de 1197 alumnos, un 49.9% fueron de sexo masculino (n=597) y un 50.1% de sexo femenino (n=600), con un rango de edades comprendidas entre 12 y 18 años, y pertenecientes a 20 centros de enseñanza secundaria de la ciudad de Badajoz. Las conclusiones que se obtuvieron a través de un estudio cuantitativo a través de preguntas, fue que los alumnos que presentan un alto absentismo escolar reducen su rendimiento académico en las clases de Educación Física.

Dichos investigadores plantean que es bastante obvio que exista una relación entre el tiempo de estudio y la Educación Física, pero hay que notar que el objeto de estudio es una asignatura que tradicionalmente se ha desarrollado exclusivamente en el ámbito práctico a pesar de tener contenidos de carácter conceptual, actitudinal y procedimental. También las nuevas tecnologías facilitan el acceso a la información a favor de no disminuir el tiempo de práctica motriz.

En otra investigación realizada por Miguel A. Conde y Pablo Tercedor en la Facultad de Ciencias del Deporte, en la Universidad de Granada, titulada “La actividad física, la educación física y la condición física pueden estar relacionadas con el rendimiento académico y cognitivo en jóvenes.” estudiaron un ensayo realizado con 134 sujetos eslovenos, de 15 años, el cual estudió el efecto de diferentes programas de intervención en clases de Educación Física sobre el rendimiento académico.

Los sujetos asistieron durante 8 años (desde los 7 a los 15 años de edad) a clases de Educación Física, divididos en un grupo control que efectuó el programa escolar con normalidad, y en un grupo experimental que atendió a un mayor número de horas semanales de Educación Física, así como a actividades deportivas de forma extracurricular. Los resultados obtenidos mostraron con claridad que los sujetos del grupo experimental

obtuvieron mejores resultados académicos, siendo la puntuación del grupo experimental un 7%. Otro estudio observacional efectuó mediciones de los niveles de condición física y las notas obtenidas en la asignatura de Educación Física, en 476 sujetos de China, con una edad comprendida entre los 11 y los 12 años, comparando estos con su rendimiento académico; se observó que los alumnos con buenas notas en Educación Física obtenían mejores resultados en rendimiento académico.

La investigación llevada a cabo con 214 sujetos estadounidenses de 11 años, trató de establecer si existía relación entre el volumen y la intensidad de actividad física realizada, con un auto-recordatorio de actividad física de 3 días y el rendimiento académico. Los resultados mostraron que aquellos sujetos presentaron un mejor rendimiento académico, eran los que asistían a clases de Educación Física.

Miguel A. Conde y Pablo Tercedor (2015, pg. 107) plantean lo siguiente:

La amplia mayoría de los artículos muestran una relación positiva entre actividad física, condición física, educación física y rendimiento académico y/o cognitivo en jóvenes. Concretamente y analizando, los estudios coinciden con los resultados obtenidos en otras revisiones, respecto al hecho de que la actividad física, la condición física y la educación física están positivamente asociadas al rendimiento académico de los estudiantes. Estos hallazgos podrían deberse a que los sujetos físicamente activos dedican menos tiempo a ver televisión y jugar a videojuegos, empleando mayor tiempo en actividades con mayor implicación cognitiva.

Continuando con el análisis el Programa de Inicial y Primaria (2008, pg. 238) define la Educación Física en las escuelas como:

Un área de conocimiento que busca intervenir intencional y sistemáticamente en la construcción y el desarrollo de la corporeidad y la motricidad de los niños apuntando a su formación integral. Contribuye a los objetivos generales de la Educación

Primaria al trabajar desde el juego y el movimiento, factores básicos para el desarrollo y la construcción de la personalidad del niño. Es un espacio privilegiado para el tratamiento de lo grupal, el relacionamiento y el vínculo de los niños entre sí y con el adulto en un clima democrático.”

La Educación Física en la escuela se fundamenta, además, en los Artículos 28, 29 y 31 de la Declaración de los Derechos del Niño (1989).

Por lo tanto, desde la escuela se debe redimensionar la importancia del valor educativo que tiene la educación física, que aporta desde su especificidad a todas las dimensiones educativas como resultado de una permanente interacción.

De éste modo, el programa de Educación Inicial y Primaria plantea que la Educación Física con la intención de formar sujetos libres, críticos, reflexivos y autónomos para contribuir a lograr relaciones sociales más abiertas, flexibles y democráticas se plantea la enseñanza en un clima de igualdad y respeto, estimulando la cooperación.

En otro aspecto, el libro “Mi cuerpo vale Tu cuerpo vale” escrito por Lilian Berardi y Selva García Montejó publicado en el año 2021. Dichas autoras mencionan que, la Educación Física escolar ha estado viviendo un proceso de reflexión casi sin solución de continuidad. En ese sentido, la discusión de cuáles son los contenidos que deben enseñarse en la escuela, cuales deben formar parte del currículo explícito, ha ocupado momentos muy importantes.

Sin embargo, al definir qué contenidos deben integrar el currículo, generalmente no se hacen explícitos los motivos que harían que algunos de ellos pudieran ser directamente dejados de lado o, en el mejor de los casos ocupan un lugar de segundo orden en tanto que otros parecen ser “intocables”, naturalizando su inclusión como si siempre hubiera sido parte del programa escolar.

Cuando se habla de deporte, y a pesar de que el programa escolar vigente no establece cuáles pueden ser enseñados, se hace referencia a los deportes “tradicionales” para referirse al fútbol, básquetbol, hándbol y vóleibol. Si bien es imposible enseñar las múltiples prácticas corporales y sus variantes, se hace necesario preguntar por qué algunas son aceptadas y otras excluidas, como pueden ser otras corporalidades que habilitan de otras formas del infinito lenguaje corporal.

Programa de Inicial y Primaria (2008) plantea el pensamiento de Jorge Gómez:

es un proceso pedagógico tendiente a considerar y crear las condiciones para el desarrollo de la corporeidad en su dimensión global y compleja, en particular de la motricidad como aspecto constitutivo y cualificador, capaz de dar respuesta a los sujetos en su situación y necesidad de aprendizaje, contextualizado en una sociedad cambiante e inestable, con importantes diferencias de clase y sustratos culturales” La escuela podría constituirse como ese otro espacio-tiempo de posibilidad, de potenciar otros tipos de emocionalidad, de creación de corporalidad diversas, de habilidades de todas las formas posibles de ser y estar en el mundo.

Para ir concluyendo, se plantea el pensamiento de dos neurocientíficas Nazareth Castellano y Marian Rojas Escapé que han dedicado su vida a realizar investigaciones acerca de cómo funciona nuestro cerebro y como cuidar de él. No trabajan juntas, pero se dedican a lo mismo y se considera pertinente plantear ambos pensamientos que se obtuvieron en entrevistas que les han realizado.

La primera entrevista observada es la de Marian Rojas Escapé, publicada en YouTube llamada “La neurociencia de las emociones” en el año 2021, en el minuto 31:00 comienza hablar de la corteza prefrontal de nuestro cerebro.

Marian Rojas menciona que ésta es una zona fundamental para la atención, la concentración, la resolución de problemas y el control de impulsos. Marian resalta que es la zona que nos hace ser seres superiores, ya que es la encargada de que seamos capaces de gestionarnos por dentro y controlar las emociones. La corteza prefrontal es una zona muy inmadura cuando un bebé nace y evoluciona conforme el individuo crece, en las niñas evoluciona más rápido que en los niños.

Ésta corteza prefrontal de un bebé se estimula con luz, sonido y movimiento, lo que queremos para ese ser es que a medida que pasan los años sea capaz de prestar atención a objetos inmóviles, a un profesor que le habla, a un amigo que le está contando una historia, que sea capaz de leer un libro quieto, que esa corteza prefrontal vaya madurando y que no solo se active la atención con luz, movimiento y sonido menciona Marian Rojas, sino que también sepa conectar por ejemplo con una puesta de sol, con un cuadro, una

música, etc. Si no estimulamos esa corteza prefrontal de forma correcta, si de bebés al niño le ponemos un dispositivo externo (pantallas) esa corteza prefrontal se pierde.

Si bien la entrevista de Marian Rojas Escapé se centra en el uso de pantallas a temprana edad, menciona sobre como ésta corteza prefrontal es un gran aliado si es bien estimulada sobre el hipocampo¹; esto que menciona ella se enlaza con la entrevista realizada a Nazareth Castellano que también está publicada en YouTube titulada “Conoce tu cuerpo. Conoce tu cerebro” en el año 2021.

Nazareth Castellano en el minuto 13:00 habla de la importancia de la postura corporal y como nuestro cerebro capta esto. Ella menciona, que siempre pensamos que el ejercicio físico es bueno para la salud, lo cual es cierto, pero Nazareth remarca que el ejercicio físico es un gran protector de la salud mental, porque también estás haciendo ejercicio para tu cerebro. Porque se ha visto menciona la neurocientífica, que cuando hacemos ejercicio físico, el hipocampo que es la parte del cerebro más importante para la memoria, se hace más fuerte. El bosque neuronal que habita en el hipocampo crece.

Por lo tanto, menciona Nazareth Castellano, es imprescindible que, en la escuela desde niños, se enseñe y se fortalezca la postura del cuerpo reconociendo la expresión del éste.

¹ El hipocampo es un área relacionada con la corteza cerebral que se ubica al interior del lóbulo temporal. Se le considera perteneciente a la corteza primitiva. Obtenido de:
https://www7.uc.cl/sw_educ/neurociencias/html/204.html#:~:text=El%20hipocampo%20es%20un%20%C3%A1rea,la%20corteza%20primitiva%20o%20alocorteza.

Técnicas de investigación:

En éste ensayo se utilizó la recolección a través de entrevistas. La cual mediante interrogantes fue realizada a seis docentes de Educación Física (que trabajan actualmente con niños y niñas en las Escuelas), dos maestras que ejercen actualmente, un Licenciado en Psicología con la idea de obtener evidencias a nivel psicológico y por último a veinte y tres alumnos/as de 5º año.

Las interrogantes planteadas tienen como finalidad una aproximación a los objetivos planteados del trabajo a realizar. Luego de realizar las entrevistas, las cuales constaban de preguntas cerradas y preguntas abiertas. Se extraen los datos y se elabora un respectivo informe.

Análisis de los datos obtenidos:

Las preguntas estuvieron enfocadas en grandes aspectos: El vínculo entre las prácticas de Educación Física y el rendimiento escolar de los estudiantes. Si las prácticas de Educación Física son pensadas, planificadas y desarrolladas en función de las necesidades del alumno. Que aprende el estudiante en las clases de Educación Física, sean estos valores, trabajos en equipo, cooperación, inclusión, deporte, entre tantas y si el/la Maestro/a comparte el pensamiento acerca del impacto de la Educación Física en el clima de aula.

Licenciados en Educación Física:

De acuerdo con los datos obtenidos en las entrevistas acerca de la primera pregunta planteada a seis Licenciados en Educación Física, tres aprueban que agregarían todos los días una hora Educación Física en las Escuelas mientras que tres de ellos agregarían tres veces a la semana una hora.

Por otra parte, en la segunda pregunta planteada indica que 32% elige los contenidos de acuerdo al centro de interés del estudiante, el 31% para que el estudiante logre cumplir objetivos y mentalizarse metas, el 31% según el contexto y la necesidad del estudiante, mientras que el 7% menciona que no hay criterios que englobe una práctica pensada de Educación Física en función de las habilidades del estudiante.

Continuando con el análisis de las entrevistas, en la tercera pregunta planteada de que si la Educación Física influye en el rendimiento académico de los estudiantes, un 36% considera que sí porque, abona la toma de decisiones, un 36% porque regula la capacidad de atención y concentración, un 14% porque una buena actividad física ayuda a una mejor comunicación a nivel neuronal, un 7% considera que no, que la Educación Física no influye en el rendimiento académico de los estudiantes debido a que la Educación Física no está al servicio de la Escuela, mientras que un 7% considera que no, ya que no considera que la Educación Física sea una función compensadora.

Por último, la cuarta pregunta un 83% considera que si, que la Educación Física puede desarrollar funciones ejecutivas en el educando, estimular la organización y favorecer el sostenimiento de la atención, mientras que 17% considera que otras áreas también pueden generar ese desarrollo.

Niñas/os:

En cuanto a las entrevistas realizadas a las/los estudiantes de 5to año A se obtuvieron respuestas muy variadas.

La primera pregunta planteada indica que un 32% de los niños de la clase realizan actividades fuera del horario escolar, desarrolladas en un solo deporte, fútbol. El resto de la clase, englobando el 68% de los entrevistados, no realizan actividades fuera del horario escolar, pero les gustaría poder hacerlas. No pueden llevar a cabo ciertas actividades por falta de recursos económicos o disponibilidad para poder llevar al niño a las actividades. Por otro lado, la segunda pregunta planteada el 63% de los estudiantes se sienten alegres y felices al finalizar la clase de Educación Física. El 25% considera las clases aburridas ya que creen que se deberían enseñar otras cosas y no solamente fútbol o el manchado.

El 6% se siente triste ya que las clases no son integradoras dejando a muchos niños sin la posibilidad de jugar al fútbol, por ejemplo, ya que no se registra un control sobre los comportamientos de los estudiantes al momento del juego.

El 3% no le genera nada, pero piensa que es por cómo se llevan a cabo las prácticas y un 3% le genera enojo, por el mismo motivo que los que se sienten tristes.

Maestras:

Las docentes entrevistadas consideran que es oportuno la práctica de Educación Física ya que a nivel emocional el individuo presenta mejor rendimiento en todos los aspectos de lo cotidiano.

Desde la opinión de la Docente en el medio rural, al no contar con Docentes de Educación Física se ve implicada en realizar juegos limitados, aunque parezca obvio, por no contar con el título que habilite ejercer la profesión de Licenciado en Educación Física.

Desde su experiencia, si bien no hay nada científico que dictamine si un horario es mejor que otro para la realización de la práctica física, al tener educación física en la última hora, hace que los estudiantes al día siguiente asistan a la escuela más motivados, sin embargo, plantea que se debería analizar el impacto en diferentes horarios.

Finalizando con el análisis de la docente, en la tercera y última pregunta planteada responde que, sin lugar a duda, si hay evidencia que la Educación Física mejora el rendimiento escolar en los estudiantes no se opondría en que los niños tengan todos los días la práctica física.

La segunda docente entrevistada concuerda en varios aspectos con el pensamiento de la maestra del medio rural, con la diferencia en que, si hay una implementación de Educación Física todos los días, al ser una asignatura más, debe ser pensada y planteada con objetivos claros y según las especificidades de cada grupo, esto le adjudica al docente de Educación Física una responsabilidad a nivel institucional y profesional.

Licenciado en Psicología:

No podría iniciarse un trabajo de ésta índole y con ésta problemática sin plantearse primeramente ¿qué sucede a nivel psicológico en un individuo cuando realiza actividad física?

El Licenciado entrevistado plantea que la práctica del deporte genera un impacto realmente significativo en la vida de la persona. Reduce problemas a nivel físicos como a nivel psicológico. Ya que el individuo al realizar actividad física estimula la segregación natural de hormonas que son las encargadas de producir una sensación de bienestar y equilibrio emocional. En la segunda pregunta planteada, responde que la implementación de

programas que incluyan la Educación Física desde los primeros inicios escolares del niño/a fomenta a los educandos experimentar el placer por el desarrollo de actividades físicas, viéndose implicada el abanico de beneficios que con ella trae.

Conclusión:

Luego de analizar detenidamente las encuestas y el marco teórico seleccionado para abordar la temática, se puede afirmar que la práctica de la disciplina Educación Física es un gran aliado en el rendimiento académico de los estudiantes. Pero, ¿de qué manera?

En primer lugar, el hecho de estar planteada y fundamentada en el Programa de Educación Inicial y Primaria, es una asignatura como otras y debe considerarse como tal, dado que todas las disciplinas están en función de lo que el educando a nivel formal necesita para formarse como individuo.

En segundo lugar, una práctica de Educación Física pensada a priori, planificada, estructurada y con objetivos claros, le brindará al estudiante una mejora de autoconfianza, sensación de bienestar, disminución de la ansiedad, incrementa el rendimiento académico, la confianza en uno mismo, estabilidad emocional, independencia, funcionamiento intelectual, memoria, estados de ánimo, percepción, autocontrol, bienestar, eficiencia en el trabajo.

Además, logra profundizar el dominio de su propio cuerpo, de su cuerpo respecto al otro y el cuerpo del otro. Por lo general los alumnos dominan lo macro espacio, pero la Educación Física los ayuda a delimitar el meso y el micro espacio.

Los estudios analizados en el marco teórico, han demostrado que, a mayor actividad física, mayor es el rendimiento académico de los estudiantes. Porque el individuo cuando realiza actividad física, estimula la segregación natural de las hormonas: Serotonina, Dopamina y Endorfina, las cuales son las encargadas de producir sensación de bienestar y equilibrio emocional. Esto demuestra que a través de la práctica de Educación Física el estudiante estimula lo socio afectivo.

Entonces, ¿Por qué no utilizar esos espacios para poder formar al estudiante de manera positiva? Conociendo los beneficios y el impacto a nivel psicológico, social y cognitivo, teniendo claro que todos en una institución tenemos un objetivo en común y es educar a ese niño/a, me cuestiono ¿Por qué para los agentes de las instituciones es difícil establecer

un vínculo entre las clases de Educación Física y las aulas de clase? ¿Por qué a nivel nacional no se implementa la Educación Física todos los días, si se conoce los beneficios? ¿Por qué si conocemos lo trascendental que es ésta, no hay Educación Física en las Escuelas Rurales? Si es un Derecho de todo niño/a, entonces ¿no son los mismos Derechos para todos/as?

A partir de mi trayectoria en los centros educativos como alumna magisterial he analizado desde una postura de observador las prácticas de Educación Física, queriendo de alguna manera estudiar si realmente existe una relación entre la práctica de la actividad física y el rendimiento académico de los estudiantes.

En una de las entrevistas surge la cuestión de que “la Educación Física no está en función de la escuela, no es compensadora de otra, la disciplina tiene su función de ser”. Lo cual comparto, no considero que la Educación Física sea “compensador” de nada, ni tampoco que debe estar en función de lo que el maestro quiere. Pero sí debe estar en función de lo que el conjunto de estudiantes necesita, sí debe considerar que el estudiante adquiera habilidades significativas para su desarrollo, además que cuentan con herramientas suficientes para ahondar en las especificidades de cada uno de los alumnos y potenciar las habilidades de cada uno.

Sí es, que, a través de la Educación Física, el estudiante incorpora aptitudes que necesariamente luego se van a ver reflejadas en el salón de clase. ¿Por qué no apostar a eso? ¿Por qué no dejar de ver a las asignaturas de manera estructural, dejar el egocentrismo de cada docente en función de “las clases las doy como quiero” y empezamos a poner el foco en lo que necesita el estudiante?

Si está demostrado desde la neurociencia y las investigaciones dan parte de que a mayor ejercicio físico mejor es el rendimiento en académico, porque la necesidad querer ostentar en nuestros estudiantes sistemas educativos de otros países

Por supuesto que no es algo lineal que la Educación Física haga su trabajo y el niño por arte de magia comienza a mejorar su rendimiento escolar. Son las variables que van a incidir que ese estudiante adquiera una postura diferente en las clases: Valores, trabajo en equipo, inclusión, conocimiento de espacio, entre otras cosas.

ANEXOS

Entrevistas:

- Licenciado en Psicología.

Pregunta 1: ¿De qué manera influye la educación física tanto a nivel físico, emocional e intelectual en un individuo?

Respuesta:

“La práctica del ejercicio físico y/o el deporte de forma regular, contribuye positivamente a la conservación del equilibrio en el proceso salud-enfermedad. En la literatura científica, un elevado número de investigaciones ha demostrado su eficacia en la prevención de un amplio abanico de enfermedades orgánicas y mentales, así como la mejora en la calidad de vida de niños, adolescentes y adultos que lo practican. A nivel físico reduce la probabilidad de contraer: problemas cardiovasculares, enfermedad del cáncer (colon y mama), diabetes e hipertensión, así mismo, mejora la capacidad aeróbica y moldea la figura. A nivel emocional, la práctica de ejercicio físico estimula la segregación natural de las hormonas: Serotonina, Dopamina y Endorfina, encargadas de producir sensación de bienestar y equilibrio emocional, reduciendo significativamente las posibilidades de desarrollar patologías mentales (Depresión, trastornos de Ansiedad) por citar las más comunes. Al mismo tiempo, contribuye a la reducción de los niveles de Cortisol (hormona del estrés) en el organismo.”

Pregunta 2: ¿Qué entiende usted con respecto a la incidencia en el rendimiento escolar en la educación física?

Respuesta:

“La práctica del ejercicio físico y/o el deporte en la infancia y la adolescencia, contribuye al desarrollo integral de la persona, previene el sobrepeso y la obesidad, contribuye a la mejor formación de huesos y músculos, favorece la maduración del sistema nervioso, incrementa las capacidades motrices y coordinativas, mejora las habilidades sociales entre pares, favorece la adquisición de nuevas rutinas, reglas y hábitos. A nivel intelectual y cognitivo, mejora la plasticidad cerebral, fomenta la creación de nuevas neuronas, mejora la capacidad de procesamiento de estímulos, mejora el control atencional y la capacidad de concentración, fomenta la creatividad e imaginación en la resolución de problemas

complejos, mejorando la productividad y el rendimiento académico de niños y adolescentes. En este sentido, la implementación de programas que incluyan en su currículo a la educación física desde niveles iniciales, contribuye a generar consciencia de los beneficios antes mencionados y por consiguiente fomenta e incita a niños y niñas a experimentar el placer por el desarrollo de actividades físicas o deportivas de diversa naturaleza de forma extracurricular favoreciendo a temprana edad de sus amplios beneficios. Para que esta condición se cumpla, la figura del profesor de educación física resulta de trascendental importancia, este además de impartir los conocimientos propios de su disciplina, debe poseer la capacidad ser un motivador de prácticas saludables (ejercicio, alimentación, cuidado de la salud, hábitos y conductas saludables etc.). Demás está decir que los tres niveles citados (físico, emocional e intelectual) están estrechamente vinculados entre sí, debido a la condición compleja del ser humano, por lo tanto, los beneficios obtenidos en un nivel, se percibirán también en los restantes. Una consideración personal en este punto, es la necesidad de desarrollar a nivel nacional, en educación terciaria, técnica y universitaria, programas que incluyan la educación física en sus carreras. En este sentido, la Universidad de la República ha desarrollado hace algunos años el programa UNISA (Universidad Saludable), que busca entre otras cosas, el desarrollo y mantenimiento de conductas saludables entre sus estudiantes y la prevención de conductas de riesgo.

Licenciados en Educación Física:

- Desde tu perspectiva profesional, con qué frecuencia incorporarías la asignatura Educación Física en una escuela:
 - A) Una hora todos los días
 - B) Una hora tres veces por semana
 - C) Una hora dos veces por semana
- ¿Con qué criterio eliges los contenidos para abordar tus propuestas?
- ¿Consideras que la Educación Física influye en el rendimiento académico de los estudiantes? ¿De qué manera?
- ¿Es posible que un estudiante pueda desarrollar funciones ejecutivas, estimular la organización y favorecer el sostenimiento de la atención a través de la Educación Física

Entrevista N° 1:

1. "B) Una hora tres veces por semana."
2. "En base a Centros de interés o a partir de la identificación de alguna dificultad a nivel grupal, en la cual a partir de diferentes propuestas y en base a las necesidades del grupo, buscaremos aproximarnos a los objetivos planteados."
3. "Considero que sí, influye de manera positiva en todos los ámbitos, en este caso en el rendimiento académico, algunos ejemplos son; la toma de decisiones, trabajo en equipo, resolución de propuestas desde lo físico como también desde lo mental, entre otros. En fin, son muchos los factores que a mi entender favorecen a un desarrollo académico de los alumnos."
4. "Entiendo que sí, la Educación Física debe buscar continuamente la trasmisión de valores, donde el respeto, el trabajo en equipo, la solidaridad, el compromiso, entre otros, primen en todo momento. Situaciones tan normales como el resolver quien lanza, salta, se logra observar la toma de decisiones (ejecución), por otra parte, el formar en una columna, tomar decisiones de cómo organizarse en el propio juego (organización), el prestar atención a la propuesta dictada por el docente (atención). Son claros ejemplos donde la Educación Física puede influir en el desarrollo de éstos factores."

Entrevista N° 2:

1. "B-Una hora tres veces por semana"
2. "En primer lugar, desde los contenidos que se encuentran dentro del programa de cada nivel en el cual pretendo desarrollar las propuestas. Sin dudas, luego hay que direccionarlos según el contexto en el cual se encuentre la institución buscando apoyar desde la asignatura a las diversas metas que pretenden alcanzar. Y como otro punto de incidencia aparece los centros de interés de los alumnos, buscando hacerlos partícipes de su propio proceso de aprendizaje."
3. "Sin dudas considero que es un factor fundamental para el desarrollo de los niños en las diferentes áreas. Aún no tuve la oportunidad de tener horas

dentro de primaria, pero si hice talleres de “relajación” para los niños, donde la maestra me expresó “nunca había estado tan tranquila la clase”, eso como experiencia personal. Pero luego a nivel general, creo que es una de las materias más relevantes a partir de la incidencia, no solo a nivel físico (como lo único que se cree), sino también a nivel cognitivo y social (trabajo en equipo, vínculos interpersonales). Expresión corporal y motricidad gruesa: Aportando a la oralidad y forma de expresarse de los alumnos -Motricidad fina: En el desarrollo de la escritura -Cumplimiento de reglas de juegos: Buenos hábitos en el aula, trabajo en equipo, entre otras. Por eso creo que es fundamental que todas las escuelas tanto urbanas como rurales puedan tener un profesional en el área de educación física, considerando la importancia que tiene la misma y los aportes que pueden llegar a dar en vínculo con otros profesionales que se encuentren dentro de las instituciones. Sabiendo que se encuentran en una edad de suma relevancia en su desarrollo, donde todos los aprendizajes significativos que se puedan generar son fundamentales.”

4. “Yo creo que sí, por algunos aspectos nombrados en la pregunta anterior. Pero sin dudas va a depender del vínculo que se tenga con la maestra y la familia, considerando que hay trastornos, por ejemplo, TDAH que puede afectar en esto y si no se tiene en cuenta, no se podría incidir de una forma positiva en estos aspectos. Considero que el juego como tal, debería de ser la principal estrategia para abordar las propuestas en estas edades, por sí mismo ya genera organización, planificación, regularización en los estudiantes. Teniendo en cuenta que tiene que cumplir reglas, buscar formas de sobrepasar diversas problemáticas prácticas en las diversas propuestas, trabajar en equipo y prestar atención para lograr entender que se quiere desarrollar.”

Entrevista N° 3:

1. “Opción A. Una hora todos los días”
2. “Pensamos que no es por su discurso biologicista, más resonado a la promoción y prevención de la salud, sino que pensamos que viene más con un concepto pedagógico con respecto a que la Educación Física sabe algo de esa cultura que es

propia. Hay un montón de autores que dicen que el deporte, la danza, el juego, de lo que sería lo que sabe la educación física y ahí los criterios son primeramente para los destinatarios. Que uno mira para hacer una educación situada según los destinatarios. Es a esas personas acercar este patrimonio cultural en sus saberes a esas personas que por otros medios de la escuela no son tan fáciles de acercar. La educación física tiene de alguna manera este acercamiento que encierra sus propios saberes. Porque de alguna manera se piensa que la escuela tiene esa función, recursos sociales de poner al alcance ciertos saberes que fuera de la escuela son más difíciles de conseguir o hallar. Hegemónicamente se instauran en la sociedad y en la escuela se presentan desde un lugar cuestionador, movilizador, alternativo para pensar. Se lleva el juego a la escuela se presenta ese contenido en un lugar no reproductor de lo que fuera la escuela viene y consume ese material, sino se piensa que va a ser enseñado allí y para eso hay que evaluar, hacer un diagnóstico didáctica, qué es lo que allí debe ser enseñado. Yo de alguna manera estoy bastante separado de esa mirada de la educación física. Cuando uno piensa, a ver, cuáles son los movimientos que le faltan a una persona, no, no vamos por ahí. Esa mirada más bien centrada al movimiento y esas cosas, es una concepción de educación física más tradicional, donde quizás el cuerpo era el centro de todo y hoy no se está pensando desde este lugar, más desde las ciencias humanas donde da esta perspectiva de pensar el saber, porque si no sigue siendo un circuito de ejercicios y en las prácticas nos cuestionamos ¿enseñaste o practicaste a los gurises? es una gran pregunta que nos ayuda a movilizar lo que siempre hizo la educación física. Nunca se pensó.”

3. “Yo partiría con un no primero, porque no encuentro y no sé si hay una relación genética, hormonal que permita eso. No entiendo si hay una explicación porque yo por ahí no entiendo la educación física. Sé que hay gente que si la entiende por ahí y la puede explicar desde ese lugar. Te diría que sí, porque desde la perspectiva que una persona de alguna manera tiene mayor tiempo de educación generalmente encuentra mayor rendimiento, mayor desempeño educativo. A veces cuando nosotros hacemos cosas que nos gustan, pensando en los nenes de ciertas edades, generalmente estamos mejor con nosotros mismos y estamos más dispuestos a enfrentarnos a diversas tareas que se nos presentan. Porque sé que la educación física a veces está relacionada a la diversión y esto genera una atención del trabajo. Igual a mí no me gusta pensar en esta función compensadora de la educación física

que ayuda a descansar para volver mejor al trabajo, me gustaría pensarla más como un todo que hace a diferentes expresiones que podemos llegar a tener, una no tiene más jerarquización que otra, pensar que la matemática es mayor aceptada que la educación física es un tema cultural, como que la educación física es secundaria y este en el último lugar de todas también es un tema de saberes culturales. A veces buscamos a través de otras áreas como el arte por ejemplo que el estudiante sea más creativo y yo con ese pensamiento no me hallo, no lo pienso por ahí, porque si no seguimos pensando en esa dicotomía entre una disciplina está en función de otra, seguimos pensando que tiene más valor el resto de las disciplinas y la educación física está en función de las demás y tiene su valor propio.”

4. “Yo pienso que no solamente la educación física puede desarrollar esas cosas, creo que es algo transversal a distintas disciplinas. Cuando hablas de la ejecución y la organización. Si de alguna manera esto le ayuda a organizarse mejor, en el espacio, el tiempo, con actividades ejecutivas prácticas. Yo lo pienso como algunos saberes que son más transversales a varias disciplinas. Si obviamente la educación física puede aportar a todo esto, no es su principal cometido. Esto de que la educación física es una herramienta para otra disciplina, es justamente lo que yo te estoy planteando, que no lo pensamos así. Ponerla como una herramienta es poner el lugar de un medio que posibilita otra cosa que importa más, entonces por eso nos separamos un poco del discurso de herramienta, porque no nos legitima como una disciplina propia de sí misma. Lo que nosotros enseñamos tiene valor por sí mismo, no para otra. Pero lo que se puede pensar desde ese lugar como un todo es que los contenidos no se piensen de manera fragmentada y en la disciplina se pueda trabajar la interdisciplinariedad. Lo que sí puedo pensar es buscar un impacto de la interdisciplinariedad para pensar objetos de enseñanza que todas las disciplinas aporten a ese objeto de enseñanza. Entonces el contenido va a ser mucho más enriquecedor.”

Entrevista N° 4:

1. “Opción A, una hora todos los días.”
2. “Los contenidos son elegidos según los resultados de evaluaciones diagnósticas, las cuales reflejan las fortalezas y debilidades del grupo. A partir de ahí se trata de hacer énfasis en los contenidos más débiles para fortalecerlos, sin dejar de lado los

recursos materiales y de infraestructura que la institución tenga, la cual también juega un rol fundamental a la hora de la planificación de las actividades.”

3. “Si, hay evidencia científica que lo fundamenta. Las personas al realizar ejercicio físico o deporte regularmente aumentan la capacidad de concentración y a su vez la actividad eléctrica dentro del cerebro, mejorando notablemente su rendimiento académico. También entran a jugar otras cuestiones disciplinarias como lo son la correcta alimentación y el buen descanso, lo que favorece notablemente el rendimiento no solo académico sino a nivel general, mejorando así la calidad de vida.”
4. “Si, es totalmente posible. Se puede lograr mediante el juego, por el cual se elabora una estrategia para superar un obstáculo, lo que trae consigo un desarrollo en la capacidad de toma de decisiones y luego la ejecución de estas.”

Entrevista N° 5:

1. “Opción B”
2. “Los contenidos los elijo teniendo en cuenta primero que nada los niveles educativos y segundo en algunos casos como por ejemplo en los niveles más grandes (nivel 2 y nivel 3) por centro de interés de los alumnos.”
3. “Si, en educación física no solo se trabaja la parte motriz y física, sino que también mediante los juegos y el deporte se busca una activación en la parte cognitiva. Se hace hincapié en la concentración, atención y se intenta que el estudiante aprenda a resolver por sí mismo algunas situaciones puntuales en diferentes actividades.”
4. “Si, sin duda que la educación física por lo que comentaba más arriba ayuda mucho a la atención porque en las actividades ya sean deportivas o recreativas se necesita mucho de la atención para lograr los objetivos, no depende solo de lo físico.”

Entrevista N° 6:

1. “Una hora todos los días”
2. “Los criterios son abordados por el docente según la necesidad de los alumnos, mediante la relación directa entre el profesor y el niño, el docente utiliza métodos, estrategias, recursos o estilos que permita que el alumno transite por el camino del aprendizaje, esto dependerá directamente según la estrategia que el docente elija”

3. “La Educación Física complementa el rendimiento académico de los estudiantes y lo principal es beneficiar el desempeño escolar mediante la mejora de las capacidades físicas, como pueden ser cardiorrespiratoria. Una mejor respiración va a permitir y alentar la buena comunicación entre células y la habilidad motora a una mejor concentración, beneficiado por el desarrollo de la Actividad Física”
4. “Es fundamental para los estudiantes realizar funciones ejecutivas. La clase de educación física debe ser la principal herramienta para que los niños puedan desarrollarse en sus diferentes etapas. Tradicionalmente siempre se pensó que la clase de educación física era un tiempo de recreo o descanso en el cual el niño practicaba un deporte o simplemente un tiempo de distracción luego de la clase. Con la profesionalización del docente de educación física esto cambió, ya que éste toma el importante papel de la búsqueda del crecimiento del niño en todos sus aspectos, así como también a aquellos individuos con dificultad o problemas en el aprendizaje, orientarlos y estimularlos hacia el camino indicado de acuerdo a sus capacidades. Las funciones ejecutivas son desarrolladas en la educación física principalmente en el juego ya que el niño va desarrollando sus capacidades para controlar su propio comportamiento, su conducta, toma de decisiones y autocontrol”

Niños del grupo 5to año A:

- ¿Realizas deporte fuera del horario escolar? ¿cuál?
- ¿Qué sentís cuando salís de la clase de educación física? ¿Te gustan las clases de Educación Física? ¿Por qué?

Entrevista niño N° 1:

1. “Si, fútbol”
2. “Me siento bien, contento y con más energía. Si, me encantan. Porque puedo jugar al fútbol con mis amigos”

Entrevista niño N° 2:

1. “Sí, fútbol y sibpalki”
2. “Me siento feliz, aunque a veces me enoja porque pierdo. Si, me re gustan mal. Porque puedo jugar al fútbol”

Entrevista niño N° 3:

1. "No, no hago"
2. "Me divierto en los momentos que jugamos antes de los deportes. Más o menos, quisiera que trabajáramos otros deportes no solo fútbol o el manchado"

Entrevista niña N° 4:

1. "No, pero me gustaría. Me gustaría hacer fútbol"
2. "Re contenta, mis días favoritos son cuando hay educación física. Sí, me re gusta"

Entrevista niña N° 5:

1. "No maestra"
2. "Feliz, me gusta mucho. Si me encanta, aunque quisiera que diéramos otras cosas"

Entrevista niña N° 6:

1. "No"
2. "Feliz, tengo más energía. Si me gusta porque puedo jugar al manchado, aunque otro juego me gustaría aprender"

Entrevista niño N° 7:

1. "No porque lo que me gusta mi mamá no puede pagarlo" "Me gusta el judo"
2. "Súper feliz. Si me encanta, pero ahora me gustaría que sea más temprano por el calor."

Entrevista niño N° 8:

1. "Si fútbol"
2. "Con más energía. Si me encantan porque puedo jugar al fútbol sin que me reten tanto"

Entrevista niño N° 9:

1. "Si, fútbol"
2. "Y feliz maestra son mis días favoritos. Re feliz porque puedo jugar al fútbol con el ale"

Entrevista niña N° 10:

1. "No, pero me gustaría"
2. "A veces me voy feliz a veces me voy aburrada. Como te respondí a veces sí a veces no me gustaría que sean más divertidas o que nos enseñen algo yo ni se jugar a otras cosas que no sea el manchado o el futbol"

Entrevista niña N° 11:

1. "No"
2. "Me siento bien. No mucho, me gustaría que sean más divertidas"

Entrevista niño N° 12:

1. "No"
2. "Re energético. Antes no me gustaba ahora me gusta porque están las competencias de hándbol y veo que tengo potencial entonces ahora me gusta"

Entrevista niño N° 13:

1. "No"
2. "No me cambia nada. No, no me gustan, pero capaz es por cómo se dan"

Entrevista niña N° 14:

1. "No"
2. "Feliz. Sí, me encantan porque puedo jugar con mis amigas"

Entrevista niña N°15:

1. "No, pero a veces juego al futbol en el barrio"
2. "Contenta. Si, por el manchado, pero me gustaría hacer otras cosas"

Entrevista niña N°16:

1. "No"
2. "Me re divierto. Sí, porque puedo jugar con mis amigas"

Entrevista niño N° 17:

1. "Si futbol"
2. "A veces feliz y a veces triste. Si me gustan, pero me quisiera que integren a toda la clase a los juegos"

Entrevista niño N°18:

1. "No"
2. "Me siento bien y relajado. Si me gustan mucho pero no hay control"

Entrevista niña N° 19:

1. "No"
2. "Bien y feliz. Si me gustan porque puedo jugar"

Entrevista niña N° 20:

1. "No"
2. "Súper feliz. Si me re gustan porque ahora se que soy buena en el hándbol"

Entrevista niña N° 21:

1. "No"
2. "Con alegría. Si me gustan, porque puedo jugar con las gurisas"

Entrevista niño N° 22:

1. "Si, fútbol"
2. "Yo maestra me voy re feliz. Si porque puedo jugar al fútbol con mi amigo Thiago"

Entrevista niño N° 23:

1. "Si, futbol"
2. "Me voy cansado pero feliz. Sí, porque puedo pasar un rato lindo al aire libre con mis compañeros"

Entrevista niño N° 24:

1. "No, pero me gustaría"
2. "Feliz muy feliz. Si porque es al aire libre, pero me gustaría saber otras cosas"

Entrevista niño N° 25:

1. "Si, fútbol"
2. "Depende el día. Si me gustan, porque juego con los gurises"

Maestras

- ¿Qué opinión tiene acerca del impacto de la Educación Física en el rendimiento escolar de los estudiantes?
- Si tuviera que elegir un momento de la jornada para que sus alumnos y alumnas realicen educación física, ¿cuál elegiría? Justifica su respuesta.
 - A) Antes de ingresar a clase.
 - B) Después del recreo.
 - C) Antes de la salida de clase.
 - D) A contra turno.
- Si le dijeran que la Educación Física mejora el rendimiento escolar de los estudiantes ¿Compartiría que los niños y niñas tuvieran todos los días Educación Física?

Entrevista N° 1:

1. “Mi opinión sobre la Educación Física respecto a los aprendizajes de los alumnos es fundamental, porque el alumno necesita del movimiento por su propia naturaleza, por su propia condición de ser humano para canalizar las energías que por un lado acumula estando en el salón de clase, por otro lado, para profundizar en el dominio de su propio cuerpo, de su cuerpo respecto al otro y el cuerpo del otro. A la vez que por lo general los alumnos dominan lo macro espacio, pero la educación física los ayuda a delimitar el meso y el micro espacio. Desde la especificidad hay juegos cooperativos, hay deportes que el alumno en la educación primaria va a tener un acercamiento que podrá decidir si quiere profundizar en tal deporte o no, y será la familia quien le habilite la oportunidad de profundizar en el deporte que le guste, porque, así como dentro del aula se ve el que es bueno para la escritura o es creativo desde la imaginación, arte. El docente de educación física especializado en la materia puede detectar habilidades en el deporte”
2. “Me es indistinto, porque en la planificación de la jornada es una actividad curricular más.”
3. “Te diría que sí, dependiendo de las decisiones docentes que tome el docente de Educación Física y de los objetivos que se plante de acuerdo a las características del grupo y las especificidades que hacen al grupo, creo que el Profesor de Educación Física en caso de que tuviera todos los días

educación física, debe tener un compromiso, porque es una actividad curricular más”

Entrevista N° 2: Maestra de Escuela Rural

1. “Muy oportuno. Lo podemos extrapolar desde nuestras propias vivencias, pues, cuando realizamos ejercicios percibimos al día siguiente ya la disposición que tenemos para todo, como docentes incluso para realizar actividades que requieren concentración como ser planificaciones, etc. En el contexto escolar se percibe claramente su motivación hacia la misma, y el rendimiento académico el día en que tienen establecida esa instancia.”
2. “Considerando que: Educación física es un Área no considerada para Escuelas rurales y que en particular solo he trabajado en las mismas; que apoyo ampliamente que a todo niño se le debe dar la posibilidad de tener la asignatura más, es un derecho del niño y deber del docente; que ante diversas propuestas realizadas por la docente de proyectos de acercamiento de la Educación Física. A la institución, los cuales han sido desviados desde inspección; se han aplicado por la docente (como se da por toda maestra rural) actividades en día y horario acordados desde el inicio del año. Sería interesante investigar la realización y los efectos en diversos horarios, lo cual se tomará como meta para el 2022. En el correr del año se ha realizado antes de la salida de clases los días miércoles obteniendo los siguientes resultados: mayor asistencia; recordatorio de alumnos a la docente desde el inicio del aula; mejor rendimiento para lograr terminar actividades antes y tener una carga horaria mayor de actividades tendientes a la educación física.”
3. “Sin lugar a dudas. Es más, es interesante la realización de trabajos áulicos a partir de actividades lúdicas que promueven el cambio de formatos escolares y habilitan la motivación y significatividad de aprendizajes del niño.”

Referencia bibliográfica:

- Berardi, Lilian; Montejó García, Selva. (febrero 2021). *Mi cuerpo vale, Tu cuerpo vale*. Editorial QUEDUCA. Montevideo, Uruguay.
- Castellano, Nazareth. (25 de octubre de 2021). *Conoce tu cuerpo, conoce tu cerebro*. [archivo de video]. YouTube: https://www.youtube.com/watch?v=aBe5UVvZjWY&list=LL&index=1&t=884s&ab_channel=AprendemosJuntos2030
- Conde, Miguel A; Sánchez Pablo T. (12 de octubre de 2014). *La actividad física, la educación física y la condición física pueden estar relacionadas con el rendimiento académico y cognitivo en jóvenes*. España. Extraído de: [La actividad física, la educación física y la condición física pueden estar relacionadas con el rendimiento académico y cognitivo en jóvenes: Revisión sistemática - Dialnet \(unirioja.es\)](#)
- Córdoba Caro, L. G., García Preciado, V., Luengo Pérez, L. M., Vizúete Carrizosa, M., & Feu Molina, S. (2012). *Cómo influyen la trayectoria académica y los hábitos relacionados con el entorno escolar en el rendimiento académico en la asignatura de educación física*. RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, (21), 9-13. Extraído de: [Redalyc.Cómo influyen la trayectoria académica y los hábitos relacionados con el entorno escolar en el rendimiento académico en la asignatura de educación física](#)
- Prieto Andreu, Joel M. Martínez Aparicio, Cristian. (2016). *La Práctica de Actividad Física y su Relación con el Rendimiento Académico*. Extraído de: [La Práctica de Actividad Física y su Relación con el Rendimiento Académico \(g-se.com\)](#)
- Programa de Inicial y Primaria. (2008). Extraído de: https://www.dgeip.edu.uy/documentos/normativa/programaescolar/ProgramaEscolar_14-6.pdf
- Rojas Estapé, Marian. (13 de setiembre de 2021). *La neurociencia de las emociones*. [archivo de video]. YouTube: https://www.youtube.com/watch?v=Tjqrualxgkl&list=LL&index=2&t=1990s&ab_channel=AprendemosJuntos2030
- Tóala Pilay, M. A., García Martínez, A. J., Zambrano Cedeño, S. N., Escobar Lozano, D. M. y Delgado Moreira, J. A. (julio 2019). *Psicología de la Educación Física y el Deporte Escolar*. Editorial Área de Innovación y Desarrollo. (S/L).