

## REFLEXIONES SOBRE EL PRIMER INTERCAMBIO CIENTIFICO ESTUDIANTIL SOBRE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN.

MSc. Soraya Pacheco Machado<sup>1</sup>, MSc. Raúl Antonio Velasco Barani<sup>2</sup>, Lic. Pilar  
Idalmis Machado Quiala<sup>3</sup>

*1, 2 y 3. Universidad de Matanzas, Vía Blanca Km.3,  
Matanzas, Cuba.*

*soraya.pacheco@umcc.cu*

*raul.velasco@umcc.cu*

*pilar.machado@umcc.cu*

### Resumen

La existencia creciente de un gran número de estudiantes que presentan certificados médicos al ingresar a la universidad, es el móvil que conlleva a plantearse como objetivo la aplicación de un conjunto de acciones de orden práctico que contribuyan a elevar la cultura deportiva de dichos estudiantes y que no queden marginados en la Cultura Física, por su condición física.

Las acciones que se aplicaron fueron de fácil asimilación y ejecución por parte de los estudiantes. Después de su puesta en práctica durante las clases de Educación Física se observaron resultados favorables en este sentido expresado en la adquisición de nuevos conocimientos, tanto para ellos como para su vida diaria así como el aumento del nivel cultural deportivo de los alumnos.

El objetivo general de esta nueva experiencia pedagógica está basado en determinar y aplicar acciones de orden científico investigativo que contribuyan a elevar la cultura deportiva mediante las clases de Educación Física de los estudiantes con certificados médicos.

***Palabras claves:*** *Cultura Deportiva; Cultura Física; Certificados médicos; Nivel cultural deportivo; Glorias Deportivas.*

---

## Introducción.

Desde tiempos muy remotos el hombre ha sentido la necesidad de practicar deportes, es decir de ejercitarlo a través de una práctica consciente y regulada que le permita proponerse un objetivo y mediante su esfuerzo cumplirlo. El deporte se realizaba a través de la vida cotidiana e incluso influyó determinantemente en la transformación del hombre mediante la necesidad de atrapar, lanzar, caminar y correr para de esta forma poder adaptarse al medio y las circunstancias que lo rodeaban. Claro todo esto de forma inconsciente.

Más tarde, como entretenimiento, desde la era de la antigua Roma, tanto así que de ahí comenzaron los primeros juegos olímpicos, que con el tiempo se fueron perfeccionando e introduciendo nuevas reglas y reestructuraciones que hoy en día conocemos.

El hombre se satisface espiritualmente cuando practica deporte o participa en un evento deportivo ya sea como deportista o como espectador. El deporte forma parte del hombre, de su idiosincrasia y su cultura.

En estos tiempos modernos donde prima la tecnología en todas las ramas del conocimiento y en el plano laboral, el sujeto necesita espacio para contrarrestar el sedentarismo y los momentos de estrés, estos los sule a través del ejercicio, solo que ya exige de algo más motivador para que la práctica del mismo sea lo más emotiva posible y además ayude al alumno a retener en sus conocimientos algo que le será de gran utilidad para toda la vida e incluso para ayudar a que las demás personas de su comunidad sean más libres y aptos para enfrentar el alto nivel de masividad del deporte que en estos momentos está adquiriendo este país.

La práctica del deporte y su masividad, son aspectos importantes en la formación integral de las futuras generaciones, constituyen una de las actividades priorizadas para elevar el nivel de vida mundial y nuestra universidad no queda exenta a este reclamo.

La etapa actual de desarrollo del país exige de todos abogar por un perfeccionamiento físico, la creación y desarrollo de hábitos, habilidades, capacidades físicas y convicciones teniendo en cuenta los esfuerzos que realiza el país por elevar la cultura deportiva del pueblo y su incorporación cada vez más creciente a la práctica de ejercicio físico por ello queremos capacitar de conocimientos a nuestros alumnos que presentan certificados médicos para convertirlos en un personal activo y capacitado en el ámbito de la cultura física, capaz de enfrentar los retos diarios que la vida nos impone.

¿Que ofrece la práctica sistemática del deporte a cada persona?

Por una parte fortalece la salud del ser humano para que se desarrolle y perfeccione físicamente, ejerce una fluencia positiva en el mundo espiritual del individuo, en sus emociones, gustos estéticos, nociones éticas y la concepción del mundo y abre nuevas posibilidades para la formación de la consciencia y una conducta altamente moral, al

mismo tiempo ofrece a cada persona enormes posibilidades de superación y perfeccionamiento en general de libre expresión autoafirmación y proporciona la alegría de comunicarse, de compartir emociones y el sentido del colectivismo.

Por otra parte: tiene importancia como medio para establecer entre las personas relaciones de amistad, no solo en el marco del país sino también a escala internacional, con la cual contribuye al fortalecimiento de la comprensión mutua entre los pueblos en su acercamiento y a crear un clima de paz y fraternidad.

A nuestra Universidad ingresa cada año un número considerable de estudiantes con limitaciones que les impide desarrollar el programa de Educación Física en su totalidad, ellos por orientaciones del INDER y el MES, deben incorporarse al área de Cultura Física Terapéutica la cual los atenderá rigiéndose por el programa elaborado por el MINSAP-INDER-MINED.

#### Programas de la actividad Física Terapéutica

- **Angiología:**
  - enfermedades venosas crónicas
  - enfermedades arteriales periféricas
- **Respiratorio:**
  - Tratamiento para el asma y otras afecciones respiratorias.
- **Cardiología**
  - Tratamiento de pacientes cardiopatas
  - Fiebre reumática
  - Hipertensión Arterial
- **Endocrinología:**
  - Diabetes Mellitus
  - Obesidad
- **Ortopedia:**
  - Tratamiento de las deformidades de la columna vertebral y de los miembros inferiores.

- Tratamiento de las Alías vertebrales
- Enfermedades articulares crónicas.
- Lesiones osteomioarticulares
- Amputados

- Neurología:

- Epilepsia
- Parálisis Cerebral
- Parálisis Braquial Obstétrica
- Accidentes Vasculares Encefálicos
- Neuropatías
- Parkinson

#### Documentos que deben poseer

1. Programas de tratamientos de las diferentes enfermedades.
2. Control de tratamiento individual
3. Control de la asistencia
4. Control de los Test Posturales y otras pruebas que se apliquen en dependencia de la enfermedad.
5. Control de las evaluaciones a los escolares
6. Control de Preparación Metodológica
7. Control de tratamiento a domicilio y centro escolar

#### Control de tratamiento individual

Se debe controlar por escrito por parte del profesor los datos individuales de cada paciente (nombres y apellidos, edad, sexo, tiempo de padecimiento de la enfermedad, dirección, teléfono, si son estudiantes: grado y escuela, si son trabajadores: ocupación y centro laboral) así como el tratamiento mediante tarjeta de dosificación de cargas.

## Control de la asistencia

Cada profesor debe poseer su propio registro, que tendrá desglosado por grupos de especialidades. Estos deben reflejar claramente la asistencia a los tratamientos de todos los pacientes que son atendidos. También controlar las bajas efectuadas.

Control de los Test Posturales y otras pruebas que se apliquen en dependencia de la enfermedad

Se le debe realizar Test Posturales a todos los pacientes remitidos por Ortopedia y por problemas Respiratorios, dejando constancia de los mismos.

Se controlará de ser posible las pruebas realizadas a los pacientes en el transcurso de su tratamiento Ej. Plantograma, Rx, pruebas respiratorias etc.

En anteriores cursos estos alumnos con certificados médicos realizaban algunas actividades como, confección de medios auxiliares, entre ellos banderas, carteles, colaboraban con la digitalización de datos, apoyaban las estadísticas deportivas de los eventos de los cuales la universidad era sede y la confección de trabajos prácticos acerca de algún tema orientado por el profesor, pero todo esto era poco pues no se apropiaban de conocimientos deportivos necesarios para su ulterior desempeño como profesionales por eso nos dimos a la tarea de trazarnos un plan de acción para elevar su cultura deportiva lo cuál en un futuro les permita conocer y orientar a otras personas en una acción tan sencilla como el calentamiento muscular y la recuperación física, actividades que llevan un orden lógico de realización que de violarse no cumplen su función principal y ponen en riesgos, a los practicantes, al llegar a la parte principal de la clase o cualquier actividad deportiva de sufrir algunas lesiones que se pueden evitar con el simple conocimiento de estos aspectos.

Tomando en consideración la importancia y la demanda que esta problemática exige inserto esta investigación como resultado de esta aspiración devenida en necesidades dedicada al estudio del poco conocimiento que se manifiesta en los alumnos con certificados médicos en cuanto a su enfermedad y a las personalidades deportivas de nuestra provincia .

Motivados por esta situación, decidimos realizar la investigación en función de contribuir como educadores a la erradicación de este problema y para ello establecemos y aplicaremos posteriormente varias acciones que serán aplicadas en las clases de Educación Física.

Objetivo: Determinar y aplicar acciones de orden práctico que contribuyan a elevar la cultura deportiva en los estudiantes de 1er año con certificado médico, mediante las clases de Educación Física.

Desarrollo.

El presente trabajo se desarrolló a partir del curso escolar 2017 – 2018 con un total de 47 estudiantes de todas las carreras del Curso Regular Diurno, que estudian en la Universidad de Matanzas, en primer año en la asignatura Educación Física que es una de las cuales está comprendida dentro del ciclo de formación básica de los estudiantes. Las patologías que más refieren estos estudiantes son, síndrome inflamatorio articular, sacrolumbargía aguda, escoliosis dorso lumbar, asma bronquial y soriasis palmo plantar.

En las clases iniciales nos dimos a la tarea de reunirnos con los certificados médicos de primer año, que son los que no se encuentran en el área terapéutica y trabajan directamente con los profesores iniciales.

Estos alumnos fueron capaces de realizar un total de 27 trabajos investigativos, fundamentalmente acerca de glorias deportivas, de sus enfermedades, así como acerca del salón de la fama.

Las acciones realizadas fueron de gran aceptación por dichos estudiantes y para el profesor pues mejoraron en gran medida el trabajo a realizar con estos alumnos, los cuales se sintieron incluidos dentro del proceso educativo, practicando así el respeto a la diferencia, desarrollando valores como la responsabilidad, la honestidad, sentido crítico y autocrítico y se apropiaron de conocimientos acerca de nuestra glorias deportivas y de sus enfermedades todo lo cual repercutió positivamente en la adquisición de una consciencia de la cultura física que, incluso, muchos adultos hoy no poseen.

Para los profesores fue de gran importancia y ayuda porque pudieron mejorar y realizar un trabajo diferenciado con estos estudiantes en el mismo momento de encontrarse impartiendo docencia.

Para el diseño de estas acciones no fue necesario introducir la utilización de grandes medios.

Acciones.

- 1.- Reunión inicial con los alumnos a trabajar.
- 2.- Búsqueda de información necesaria para la realización del trabajo.
- 3.- Presentación del trabajo en la jornada científica del departamento.

Medios a utilizar.

-Audiovisuales.

- Libros de deportes.

- Conocimiento del personal humano capacitado para el tema.

#### Conclusiones.

1.- Las acciones de orden práctico elevaron el nivel de conocimiento de los alumnos acerca de nuestras glorias deportivas matanceras.

2.- Los alumnos con certificados médicos fueron capaces realizar la primera Jornada científica del Departamento de Didáctica de la educación Física y la Recreación.

3.-Se resaltaron y rescataron, las memorias de algunas glorias deportivas matanceras que estaban en el olvido.

#### Recomendaciones.

1- Generalizar esta experiencia para próximos cursos escolares.

2- Incrementar más acciones las cuales ayuden a elevar el nivel de conocimiento de los alumnos con certificados médicos.

#### Bibliografía.

CABEZAS, M. M. Beneficios psicológicos de la actividad física y el deporte. Revista digital EFDeportes.com. Disponible en: [http:// efedeportes.com..](http://efedeportes.com..) 2005

RUIZ A, A. Metodología de la Educación Físicas. Tomo I. Ciudad de la Habana. Editorial Deportes, 1998.