

El ambiente de la cultura física un espacio para la formación integral del estudiante de la Universidad Pedagógica Nacional

MG. GERMÁN PRECLADO MORA*

El Ambiente de Formación de la Cultura Física es un encuentro académico que brinda la Facultad de Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional (UPN) a todos los estudiantes

de los diferentes proyectos curriculares que ofrece la Universidad. Dicho ambiente nació como respuesta y propuesta académica de la Facultad a los requerimientos hechos por el Consejo Académico de la Universidad en el segundo semestre del año 1998, en su documento: *Lineamientos, criterios y mecanismos para los procesos de renovación e innovación curricular: adecuación de programas y reglamentación académica*, donde se lo enmarcaba dentro de una concepción de formación integral y se concebía como “el espacio académico en el que se cultiva racionalmente el cuerpo por medio de un conjunto de actividades y experiencias corporales, lúdicas, recreativas y deportivas. Estas permiten al futuro educador expresarse corporalmente, mejorar su calidad de vida y proyectarse productivamente en su quehacer profesional”.

El Ambiente de formación de la Cultura Física está compuesto por tres (3) espacios pedagógicos o niveles, que se cursan uno por semestre, otorgando a los alumnos participantes dos (2) créditos semestrales, en cada nivel se trabaja un

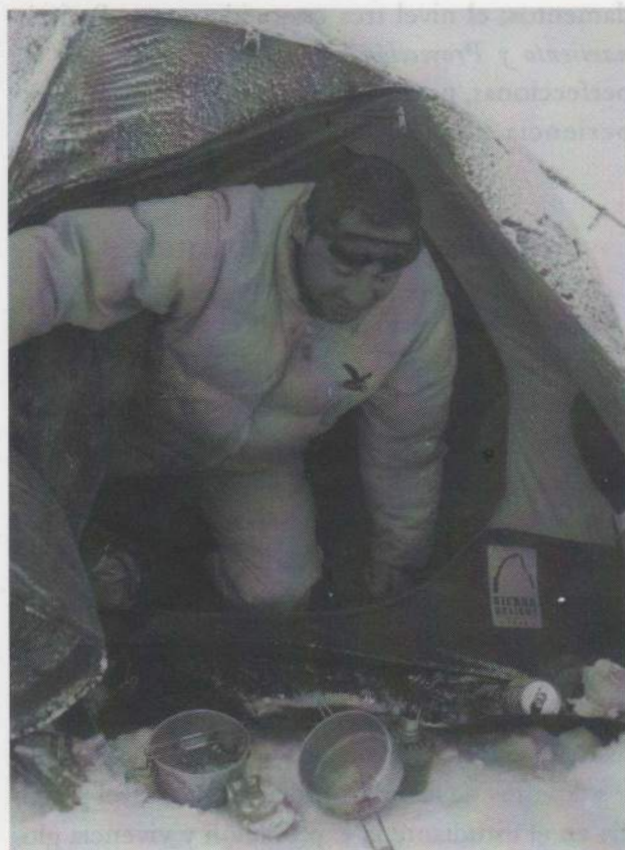


Foto: Omar Moreno

* Docente e investigador. Catedrático del Ambiente de la Cultura Física de la Facultad de Educación Física de la U.P.N.

espacio pedagógico denominado “Encuentro con la Cultura Física”. Los grupos de trabajo son interdisciplinarios, como estrategia pedagógica, para fomentar la socialización, integración, la creación de lazos de hermandad y la convivencia pacífica entre todos y cada uno de los estudiantes de los diferentes proyectos curriculares de la Universidad.

La propuesta del *Ambiente de Formación de la Cultura Física* que se ofrece a la comunidad estudiantil, recogió, mejoró y adecuó a las necesidades y requerimientos actuales de la Universidad Pedagógica Nacional. Las experiencias y logros alcanzados en los 17 años de funcionamiento (1986-2003) del programa de electivas de Educación Física denominado “Educación Física Básica y Deportivas” y es el fruto del trabajo de cuatro años de todos y cada uno de los aproximadamente 31 docentes que venían trabajando en las electivas, quienes aportaron sus experiencias y logros a un grupo designado para elaborar el documento-propuesta integrado por los profesores: Raúl Bernal, Germán Preciado y Olegario Rincón.

Los objetivos planteados por el *Ambiente de la Cultura Física* son:

- Propiciar, impulsar y estimular en el futuro licenciado el hábito por la práctica de actividades y vivencias corporales, lúdico-recreativas y deportivas para que se conviertan en una forma de vida que le garanticen una adecuada, exitosa y cálida interacción personal, familiar, social y profesional.
- Fomentar la recuperación, mejoramiento y mantenimiento de la condición física y de la salud de los estudiantes, brindándoles la posibilidad de alcanzar una excelente calidad de vida y un exitoso desempeño en sus labores diarias.
- Estimular las relaciones sociales, la capacidad de liderazgo, la creatividad y el respeto de los valores, de los futuros docentes como medios de formación integral.

- Propender y favorecer la interacción en un mismo encuentro académico de estudiantes de diferentes semestres y proyectos curriculares de la universidad.

Los tres (3) niveles que componen el *Ambiente de Formación de la Cultura Física* están planeados de tal forma que su recorrido progresivo y secuencial aporte a la recuperación, mejoramiento y mantenimiento de la condición física y el desarrollo motriz del estudiante que los curse, por eso están estructurados gradualmente de la siguiente forma: el primer nivel denominado *Exploración y Vivencias*, es común para todos los estudiantes de los diferentes proyectos curriculares y los prepara para aprovechar eficazmente todas las posibilidades que brinda el ambiente; el segundo nivel o *Técnicas Básicas* ofrece al alumno la oportunidad de elegir entre una variada gama de posibilidades de encuentro con la cultura física manifiestas en experiencias de tipo: corporal, lúdico-recreativas ó deportivas, conociendo y practicando sus fundamentos; el nivel tres conocido como *Perfeccionamiento y Proyección* brinda la posibilidad de perfeccionar, profundizar y proyectarse en la experiencia elegida.

Exploración y vivencias

Este primer encuentro con el *Ambiente de Formación de la Cultura Física* busca incentivar en los alumnos la formación de hábitos para la recuperación, mejoramiento y mantenimiento de: la aptitud física, la actitud de vida y los valores, preparándolo para asumir responsable, eficiente y productivamente la práctica de experiencias: corporales, lúdico-recreativas ó deportivas que le ayuden a la construcción de la autoestima, la prevención de enfermedades (respiratorias, digestivas, cardiovasculares o músculo-esqueléticas), la disminución de la ansiedad y el estrés que generan los desafíos de la vida cotidiana. Este nivel propicia en el estudiante la exploración y vivencia global de todas las actividades y experiencias que

ofrece el ambiente, preparándolo para asumir con responsabilidad su proceso de formación dentro del mismo y en su respectivo proyecto curricular, mejorando con ello su calidad de vida: individual, familiar y comunitaria, además orientándole para que pueda elegir de acuerdo a sus intereses, expectativas, experiencias y motivaciones el camino que desea continuar dentro del ambiente.

Técnicas básicas

En este segundo nivel y después de elegir una de las 30 experiencias: corporales, lúdico-recreativas ó deportivas que se ofertan; se brinda al estudiante el conocimiento y práctica de los fundamentos básicos de la experiencia elegida; incentivando en él la disciplina de práctica aun en los tiempos extracurriculares, como medio de conservación de su calidad de vida y de afianzamiento de su proceso de formación profesional.

El encuentro trabaja en la fundamentación: técnica, táctica y reglamentaria de la experiencia, estimulando además la integración, las relaciones sociales, la capacidad de liderazgo, la creatividad y el respeto de los valores, como medios de formación integral de los futuros docentes.

Perfeccionamiento y proyección

En este último nivel se perfeccionan los fundamentos trabajados en el nivel anterior, ampliando los conceptos técnicos, tácticos y reglamentarios propios de la experiencia a nivel individual y grupal; utilizándolos como elemento de proyección a la comunidad, mediante prácticas, presentaciones, intercambios, exhibiciones y organización de eventos; que le permitan al estudiante interactuar segura, eficiente y productivamente en el entorno al cual se encuentre vinculado personal, familiar, comunitaria o profesionalmente.



Foto: Omar Moreno

Durante el semestre además de los encuentros académicos de cuatro horas semanales que tiene cada grupo con su docente, se planean y realizan actividades de integración intergrupos lideradas por el colectivo de profesores; se destacan las salidas pedagógicas de uno y dos días a sitios ubicados dentro y fuera de Bogotá (por ejemplo visitas a campos de tenis en polvo de ladrillo en el Centro de Alto Rendimiento, visitas a diferentes gimnasios multifuerza de Bogotá, salidas a la finca San José, que tiene la universidad en Villeta, caminatas en poblaciones como Anapoima); presentaciones y exhibiciones dentro y fuera de las instalaciones de la universidad y una gran actividad deportivo-recreativa que se varía cada semestre y que ha incluido eventos como: carrera de observación y exhibición de aeróbicos en las instalaciones del Parque Nacional; Festiva-

les de juegos tradicionales, de comparsas, de destrezas motrices y muestras de Trabajo de cada electiva desarrolladas en la sede de la Calle 72.

El *Ambiente de Formación de la Cultura Física* es evaluado y revisado semestralmente por el grupo de profesores que laboran en él, con el fin de poder realizar los ajustes pertinentes que garanticen el poder ofrecer un servicio de alta calidad académica y pedagógica a los cerca de 900 estudiantes de la universidad que semestralmente lo escogen como espacio electivo de complemento a su formación profesional. Asimismo el grupo de docentes se reúne en plenaria cada mes para analizar el funcionamiento del programa y para enterarse de los aspectos administrativos del mismo, de la Facultad y de la Universidad.

