

-
- ✓ El alumno goza de mayor autonomía, decide cuándo y dónde va a ponerse a trabajar
 - ✓ Permite que los estudiantes marquen su propio ritmo de aprendizaje.
 - ✓ Tiende a ser más flexible que la formación presencial, tanto desde el punto de vista del alumno como del profesor.

Conclusiones

- 1- La implementación del modelo de Aprendizaje Mixto en la Disciplina FLICF constituyó un paso significativo en la formación del modelo de profesional al que aspiramos, favoreciendo en nuestros alumnos el autoaprendizaje, potenciando competencias tales como saber buscar, acceder, interpretar, organizar, sintetizar y comunicar etc., desarrollando conocimientos y habilidades que les permitirán desempeñarse con éxito en su vida laboral.
- 2- Las funciones a realizar por los profesores en la implementación de este modelo exigió un mayor nivel de preparación, los equipos de trabajo organizados se convirtieron en comunidad de aprendizaje donde se aprendió de otros y con otros, en una propuesta de trabajo grupal para aprender.

Bibliografía

- Bartolomé, A. (2008). *Entornos de aprendizaje mixto en educación superior*. S/l: S/e, en formato digital.
- Camblor. (2016). *Tecnología informática aplicada a la educación física*. Recuperado de: <http://www.bibhuma.fahce.unlp.edu.ar>
- Cabero, J. y Llorente, C. (2008). Del eLearning al Blended Learning: nuevas acciones educativas.
- Ministerio de Educación Superior. (2018). Resolución No. 2/2018. Reglamento de trabajo docente y metodológico de la educación superior. En *Gaceta Oficial* 21 de junio de 2018. Edición ordinaria. Recuperado de: <http://www.gacetaoficial.cu>
- Rheingold, H. (2002.). *Multitudes inteligentes*. Barcelona, España: Gedisa.
- Roquet, G. (2010). *Diccionario de términos en educación a distancia*. México: S/e.
- O. Grau-Perejoan (2008). Formación on line. *Revista: Educ Med* 2008; 11 (3): 137-144.
- Guzmán, R., Tapia, L, y González, N. (2014). *Manual para el desarrollo de la formación virtual*. Santo Domingo: : S/e.
- Stephenson, J. y Sangrà A. *Modelos pedagógicos y e-learning*. Barcelona, España: FUOC.

1.18

Acciones para la formación de los estudiantes de medicina a través de la educación física en el II año

Actions for the training of medical students through physical education in the second and second years

Elisa Iriana Reyes Proenza. Máster en Ciencias. Profesora Auxiliar. Dirección electrónica: ereyes@uho.edu.cu Móvil: 55989992 . Orcid: 0000 - 0001- 8031-1105. Universidad de Holguín - Facultad de Cultura Física. Cuba.

Licenciada en Cultura Física. Profesora Auxiliar. Máster en Ciencias de la

Educación, se ha desempeñado cómo jefa del departamento de Educación Física, metodóloga del vicedecanato docente y vicedecana docente en la facultad de Cultura Física de Holguín.

Rafael Ramón Nápoles Riaño. Máster en Ciencias. Profesor Auxiliar. Dirección Electrónica: rnapolesr@infomed.sld.cu Móvil: 55568843. orcid: 0000-0002-0460-2792. Universidad Médica “Mariana Grajales” Holguín.

Licenciado en Cultura Física. Máster en Pedagogía de la Educación Física y el Deporte. Profesor de Educación Física en la Universidad de Ciencias Médicas “Mariana Grajales” Holguín.

Magdey Casado Reyes . Máster en Ciencias. Profesora Auxiliar. Dirección Electrónica: gabrielapatry56@gmail.com Móvil: 54391119. orcid: 0000 - 0002 - 5305 - 0728 . UCCFD Habana.

Licenciada en Cultura Física. Máster en Ciencias. Profesora auxiliar. Se desempeñó como Jefa de departamento de Educación Física y metodóloga del vicedecano docente en la Facultad de Cultura Física de Holguín. Metodóloga y Directora Docente Metodología de la Vicerrectoría Docente de la UCCFD Habana, profesora del departamento de Práctica Laboral.

Resumen

En el estudio realizado se profundiza en el análisis del programa Educación Física dirigido a la carrera de medicina en el que se pretende adaptar actividades que potencien la formación del futuro médico donde sea capaz de reconocer la valía de la actividad física y su práctica sistemática en su propio crecimiento profesional, espiritual, social influyendo en el proceso de formación a través de la clase de la Educación Física para ampliar los conocimientos de la asignatura dirigidos a lograr una amplia formación en el desarrollo de las actividades físicas con un carácter sistemático e incidir en su futuro desempeño como profesional. Se utilizaron métodos teóricos y empíricos los cuales propiciaron el análisis de la problemática así como la falta de contenidos en el programa relacionados con otras disciplinas de la carrera, se comprobó que luego de finalizada esta asignatura los estudiantes de medicina no realizan actividades físicas con carácter sistemático, el bajo porcentaje de incorporados a las actividades del deporte extraescolar, ausencias en clases de actividades teóricas-prácticas en aras del desarrollo de su profesión, luego de aplicadas las actividades relacionadas con la estrategia se amplió considerablemente la vinculación de dichas actividades así como el logro en la nueva concepción de la Educación Física dirigida a estos médicos en formación.

Palabras clave. Educación Física, Acciones Metodológicas , Medicina

Abstract

Summary

The study carried out delves into the analysis of the Physical Education program aimed at the medical career in which it is intended to adapt activities that enhance the training of the student where they are able to recognize the value of physical activity and its systematic practice in growth professional, spiritual, social influencing the training process through the Physical Education class for the knowledge of the subject aimed at a broad training in the development of physical activities on a systematic basis and influence their performance as a professional. Theoretical and empirical methods were used which led to the analysis of the problem as well as the lack of content in the program related to other disciplines of the career, verifying after completing this subject that medical students do not perform physical activities on a systematic basis. the low percentage of those incorporated to extracurricular sports activities, absences from theoretical-practical activities that enhance professional development, after applying the actions, the link between these activities was considerably expanded as well as the achievement in the new conception of Physical Education addressed to these physicians in training.

Key words. Physical Education, Methodological Actions, Medicine.

Introducción

En Cuba la Educación Física es considerada una disciplina en la formación del hombre para dar respuesta a las necesidades que la nueva sociedad demanda y al mismo tiempo contribuir con su desarrollo, su carácter obligatorio dentro del sistema de educación escolar abarca desde la edad preescolar hasta el segundo año de las carreras universitarias. Esta asignatura contribuye a la formación y desarrollo de un hombre nuevo el cual pueda dar respuesta a las necesidades que la sociedad demanda además de contribuir a su propio desarrollo, al mejoramiento de la salud, desarrollo físico y psíquico, con significación en la repercusión de los cambios de la personalidad en la formación de una cultura general del individuo.

La Educación Física influye en el desarrollo afectivo, cognitivo, social y motriz como parte fundamental en el logro de la personalidad del individuo, aspectos dirigidos al factor desarrollador del proceso pedagógico de la actividad física donde el subsistema de enseñanza puede acceder para solucionar los problemas presentados en su contexto.

Por otra parte se declara la valía de la Educación Física como parte de la Cultura Física en su concepción de sistema dentro de la educación cubana como una asignatura de carácter obligatorio en el sistema de educación escolar que abarca desde la edad preescolar hasta el nivel universitario. Autores como Ruiz (2012) y López (2016). Se refieren al papel de la Educación Física en la formación del hombre nuevo fundamentando que la construcción de una nueva sociedad exige de la educación, la formación y el desarrollo de un hombre con una personalidad integral, multilateral, armónicamente desarrollada el cual pueda dar respuesta a las necesidades que esta demanda para contribuir a su propio desarrollo, manifiesta la relación dialéctica establecida entre el desarrollo de la sociedad y el de la personalidad, conduce a la elevación del nivel de vida del individuo hacia el mejoramiento de sus posibilidades instructivas-educativas, el desarrollo de su cultura, la prolongación de su tiempo libre, el mejoramiento de la salud, el desarrollo tanto físico como psíquico.

Dentro de los aspectos a tratar se pretende relacionar el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física no solo como aquel acto docente de enseñar movimientos como núcleo fundamental del contenido sino como el espacio donde el estudiante encontrará oportunidades para ejercitar la mente, los músculos, fortalecer las relaciones interpersonales desde una óptica profiláctica además asumir hábitos de prácticas de ejercicios físicos y juegos en general, para así lograr un modelo del ser humano con una personalidad integral, portadora de los más elevados valores y principios. Los contenidos de la cultura son cada vez más complejos, diversos por lo que deben ser cambiados y aplicados en consecuencia con las transformaciones sociales.

Un aspecto no tratado con suficiente profundidad en este proceso de perfeccionamiento es el papel que le corresponde a la disciplina de Educación Física en la formación del profesional ya que en todas las ediciones de planes de estudios la Educación Física ha estado descontextualizada de la carrera de medicina, como tendencia mantiene un enfoque tradicional basado en el desarrollo de habilidades, hábitos así como la práctica sistemática de actividades físicas, deportivas como medio del mejoramiento de la salud pero no tributa al perfil de salida del egresado por ende se requiere de una Educación Física acorde con la época, comprometida con los avances científicos-técnicos.

Los contenidos del programa actual no son significativos para los estudiantes en correspondencia con sus necesidades, e intereses profesionales, esta asignatura no logra los propósitos formativos de actividades físicas en la formación del profesional de medicina para su futuro desempeño.

Los métodos utilizados en la investigación, las encuestas realizadas a los profesores, entrevistas a directivos de las instituciones, observaciones a clases y la propia experiencia del investigador así como las diferentes técnicas, procedimientos, permitieron determinar las principales limitaciones:

- Insuficiente tratamiento a los contenidos del programa de Educación Física dirigidos a la formación del médico
- Insuficiente reconocimiento del ejercicio físico y sus beneficios para su futura profesión
- Ausencia de contenidos en la Educación Física dirigidos hacia el médico en formación para su futuro desempeño profesional en esta esfera
- Carencia de una estrategia pedagógica dirigida al médico en formación para la apropiación de conocimientos de la Educación Física

Después de analizadas las limitaciones y la situación Problemática se declara como problema científico de la investigación:

¿Cómo elevar los conocimientos sobre los beneficios de los ejercicios físicos para los médicos en formación en la Universidad de Ciencias Médicas de Holguín? Para dar solución a la problemática investigada se proponen acciones metodológicas a través de las clases de Educación Física para los estudiantes de medicina del II año.

Metodología

El presente estudio fue desarrollado en el segundo año de la carrera en la Universidad Médica de Holguín, con una muestra de 160 estudiantes, constituido por 8 y 20 profesores de educación física.

La lógica investigativa asumida en la solución de las tareas planteadas posibilitó utilizar varios métodos teóricos y prácticos de gran utilidad en la consulta de información y procesamiento de los fundamentos científicos y criterios de autores referentes al tema investigado.

Métodos de nivel teórico: Método histórico-lógico, el analítico-sintético y el inductivo-deductivo

Nivel empírico. Observación ,encuestas, entrevistas y en el orden en el orden matemático el cálculo porcentual y la Técnica participativa o búsqueda de consenso (Grupo nominal

Resultados y discusión

Para el desarrollo del estudio se definieron etapas que permitieron llevar la lógica de la investigación y analizar sus resultados.

Etapas. Diagnóstico

En esta etapa se caracterizó el proceso docente de la Educación Física para los estudiantes de Medicina del segundo año

Etapas de elaboración.

Esta etapa se utiliza en la recogida de los datos y la obtención de la información acerca del proceso docente de la Educación Física para los médicos en formación. Se proponen los métodos y se aplican los instrumentos

Etapas de aplicación del diagnóstico. Esta implica la aplicación de los instrumentos

Etapas de evaluación y control.

Procesamiento y valoración de la información que arrojen los instrumentos.

Acciones para la formación de los estudiantes de medicina a través de la Educación Física

Los temas seleccionados para las Acciones Metodológicas fueron cuidadosamente analizados, aprobados por el colectivo docente y los especialistas los cuales refirieron ser pertinentes y factibles a la investigación realizada a través de la técnica de consenso grupo nominal.

Acción 1. Caracterización de la educación física

La educación física que se realiza en la carrera de Medicina para los estudiantes en su formación mantiene un enfoque tradicional basado en el desarrollo de habilidades, condiciones físicas, deportivas, prácticas de deportes a los que se le realiza una prueba de actitud en los deportes ofertados, los estudiantes manifiestan no sentirse motivados por las actividades del profesor durante la docencia y no poseer actitud acerca de los deportes ofertados, los criterios se obtienen de clases observadas, entrevistas a profesores del año

Acción 2 Conocimientos de los estudiantes sobre el proceso de educación física

Los estudiantes refieren no estar satisfechos con el programa de Educación Física para los médicos en formación y le falta interdisciplinariedad ya que es una asignatura que se puede vincular con muchas del ejercicio de su profesión

Acción 3 Elaboración de las actividades y su ubicación en el programa y plan temático de la asignatura.

Tema 1.El ejercicio físico

Contenidos: conceptos, clasificación, dosificación, aplicación, beneficios

Concepto de ejercicio físico

El ejercicio físico como medio fundamental de la educación física y el deporte

Dosificación del ejercicio físico, métodos, relación de trabajo y descanso

Beneficios del ejercicio físico

Objetivo

Reconocer el valor del ejercicio físico para el médico en formación como una forma de Educación Física

Evaluación: preguntas orales y escritas

Forma de docencia. Conferencia 2

Tema II. La condición física

Contenidos

Las capacidades físicas como componentes de la condición física, características, conceptos, y clasificación .Concepto de capacidades y condición física

- Características de las capacidades condicionales, coordinativas y la flexibilidad
- Periodos sensitivos para el desarrollo de las capacidades
- Métodos y medios para el desarrollo de las capacidades

Objetivo: explicar la importancia de la condición física en la salud en las personas de la comunidad

Métodos: exposición y explicación por parte del docente

Medios: pizarra, diapositivas, videos

Evaluación: escrita

Tema III El taichí dentro de las actividades, consolidación de las capacidades

Contenidos

- El taichí como medio para mantener la condición física en los individuos que lo practican
- El taichí como actividad en la clase de educación física
 - Incidencia de los ejercicios de taichí para el logro del equilibrio físico y psíquico en los estudiantes de medicina.

Objetivo.Valorar las técnicas orientales para lograr la condición física

Evaluación: valoración según exposición del estudiante

Tema IV Las capacidades condicionales en la educación física dirigidas a los médicos en formación y cómo lograr el mantenimiento de estas.

- Los ejercicios de influencia combinada en el desarrollo de las capacidades
- Cómo desarrollar un plan individual para el desarrollo de las capacidades condicionales
- Metodología para trabajar las capacidades en los planes individuales
- Cómo mantener las capacidades físicas

Objetivo. Elaborar baterías de ejercicios y planes individuales dirigidos al desarrollo de las capacidades condicionales

Evaluación: valoración según exposición del estudiante

Tema V. Trabajo de la capacidad fuerza en los estudiantes de medicina

Toma de pulso y control de la tensión como requerimientos para el desarrollo de estas actividades

- La fuerza como capacidad condicional. Clasificación de la fuerza
- Medios y métodos para el desarrollo de la fuerza, relación trabajo descanso en la capacidad fuerza. El control del pulso y la tensión arterial como requerimientos para el trabajo de las capacidades

Objetivo. Caracterizar el trabajo de las capacidades (fuerza) en el estudiante y la influencia de la toma de pulso y control de la tensión arterial.

Metodología

Elaboración conjunta

Evaluación: según desempeño de cada estudiante

Tema VI La actividad física como un medio de vida saludable

Contenido. Concepto, características, beneficios, recomendaciones sobre la actividad física para la salud de la OMS, taxonomía

5. La actividad física en la prevención del ocio y el empleo inadecuado del tiempo libre

6. La actividad física su incidencia en la formación del futuro médico

Objetivo: Reconocer el valor de las actividades como medio para elevar la calidad de vida y salud.

Evaluación: preguntas orales y respuestas

Forma de docencia Seminario

Tema VII La actividad física como un medio para elevar la calidad de vida y salud

Objetivo Comprobar los conocimientos alcanzados por los estudiantes en el reconocimiento de la actividad física como medio para elevar la calidad de vida y salud

Evaluación. Exposición de los estudiantes en equipos, valoración de los estudiantes y profesor para otorgar la evaluación

Tema VIII. El ejercicio físico en la prevención de enfermedades crónicas

- Las enfermedades crónicas, diabetes mellitus, hipertensión y obesidad su manifestación en la población cubana índice de mortalidad ocasionada por estas enfermedades.
- El ejercicio físico como medio de prevención de estas enfermedades
- Contraindicación del ejercicio en la presencia de enfermedades crónicas
- Beneficios del ejercicio físico como medio en la prevención de las enfermedades crónicas

Objetivo: Recocer el valor del ejercicio físico en la prevención de las enfermedades crónicas como medio para elevar la calidad de vida y salud de las personas que las padecen

Conferencia.

Evaluación

Preguntas orales, preguntas escritas y cuando el estudiante intervenga.

Tema IX Actividad física y sueño

Contenido: La actividad física en el tratamiento a los trastornos del sueño

Horarios más recomendados para la realización de actividades físicas como método para el tratamiento a los trastornos del sueño

Objetivo: Valorar cómo influye el ejercicio físico en el tratamiento del sueño.

Metodología

Método: explicativo ilustrativo

Conferencia.

Evaluación

Preguntas orales, escritas, y cuando intervenga con su criterio

Tema X Ejercicios de estiramiento y relajación su efectividad ante el estrés.

Contenidos

Ejercicios de estiramiento partes del cuerpo que intervienen en su ejecución

La respiración su vinculación con los ejercicios de estiramiento

Los ejercicios de estiramiento y relajación como medio para combatir el estrés

Objetivo: Caracterizar los ejercicios de estiramientos, relajación, y su aplicación ante el estrés provocado por el estudio

Acción: elaboración e ilustración por parte de estudiantes y profesor

Evaluación

Según intervención de los estudiantes

Conclusiones

La sistematización realizada permitió determinar los fundamentos pedagógicos y psicológicos relacionados con los conocimientos sobre los beneficios del ejercicio físico dentro de las clases de Educación Física para la formación de los estudiantes de medicina

El diagnóstico aplicado determinó el estado actual relacionado con los limitados conocimientos sobre los beneficios del ejercicio físico dentro de las clases de Educación Física para formación de los estudiantes de medicina.

Los componentes de la nueva propuesta de acciones para la formación de los estudiantes de medicina relacionado con los conocimientos sobre los beneficios del ejercicio físico dentro de las clases de Educación Física para los médicos en formación, mostraron la lógica para el cumplimiento del objetivo en la investigación

Referencias

- Cuba. MES. Resolución Ministerial 2010/ 07 y 2010 del MES. La Habana: MES
- Cajigal, j. (1979) Cultura intelectual y cultura física Editorial Kapelusz Buenos Aires
- Conferencia internacional sobre Atención primaria se salud, Almatá_ATQ URSS. (1978)
- López Rodríguez, A. (2016) *El proceso de Enseñanza Aprendizaje en Educación Física*. La Habana: Editorial Deportes
- López, A (2006) La educación física más educación que física
- López, A (2000) "tendencias contemporáneas de la clase de Educación Física
- Ruiz Aguilera, A. (2012) *Teoría y Metodología de la Educación Física y el deporte escolar*. La Habana: Editorial Deportes
- Teoría y Metodología de la Educación Física para la EPEF* (2011). La Habana: Editorial Deportes