

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

**IMAGINARIOS SOCIALES DE ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN MEDIA DEL
COLEGIO GENERAL ROJAS PINILLA DE LA LOCALIDAD 8 (KENNEDY) DE LA
CIUDAD DE BOGOTÁ FRENTE A LA ACTIVIDAD FÍSICA**

AUTOR

FREDY YESID RODRÍGUEZ GUEVARA

**UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD
BOGOTÁ, 2016**

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

**IMAGINARIOS SOCIALES DE ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN MEDIA DEL
COLEGIO GENERAL ROJAS PINILLA DE LA LOCALIDAD 8 (KENNEDY) DE LA
CIUDAD DE BOGOTÁ FRENTE A LA ACTIVIDAD FÍSICA**

AUTOR

FREDY YESID RODRÍGUEZ GUEVARA

TESÍS DE MAESTRÍA

Elaborada como requisito para optar el título de
Magíster en Actividad Física para la Salud

JULIO CÉSAR RUEDA CANTOR

DIRECTOR

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS

FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN

MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD

BOGOTÁ, 2016

ÍNDICE DE CONTENIDO

Resumen.....	7
Introducción.....	8
Planteamiento Del Problema.....	111
Justificación.....	177
Objetivos.....	211
Objetivo General.....	211
Objetivos Específicos.....	211
Breve estado del Arte sobre la Actividad Física.....	22
Marco Teórico.....	31
Imaginario e Interpretaciones Filosóficas.....	334
Tendencias.....	377
Definición de Representaciones Sociales.....	388
Actividad Física.....	400
Evolución del concepto.....	422
Adolescencia.....	44

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Metodología	47
Proceso metodológico	48
Categorías de análisis	49
Población.....	500
Técnicas e Instrumentos	500
Resultados	52
Análisis Sub Categoría Comportamiento Activo.....	52
Análisis Sub Categoría Experiencia.....	52
Análisis Sub Categoría Concepto	587
Análisis Sub Categoría Factores Que Influyen En Los Imaginarios	58
Análisis Sub Categoría Beneficios Y Efectos	62
Análisis Sub Categoría Sentimientos Y Valores.....	64
Discusión.....	67
Conclusiones	78
Referencias.....	810
Anexos	876

Lista de Cuadros, Tablas y Gráficos

Cuadro N° 1. Características de la actividad física y el deporte según periodo

Tabla Nro. 1. Categoría y sub categorías de Análisis

Gráfico 1. Relación entre técnicas e instrumentos

Gráfico 2. Aspectos relevantes Planes de Acción

Lista de Anexos

Anexo A. Formato Guía

Anexo B. Transcripción Respuestas por sub categorías de análisis de los estudiantes

Anexo C. Matriz Nro. 1. Relación de Hallazgos Comportamiento Activo

Anexo D. Matriz Nro. 2. Relación de Hallazgos Experiencia

Anexo E. Matriz Nro. 3. Relación de Hallazgo concepto

Anexo F Matriz Nro. 4. Relación de Hallazgos Factores que influyen en los imaginarios

Anexo G. Matriz Nro. 5. Relación de Hallazgos Beneficios y Efectos

Anexo H. Matriz Nro. 6. Relación de Hallazgos Sentimientos y Efectos

Anexo I. Matriz Nro. 7. Relación de Hallazgos por Sub categorías

IMAGINARIOS SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN MEDIA DEL COLEGIO GENERAL ROJAS PINILLA DE LA LOCALIDAD 8 -KENNEDY- DE LA CIUDAD DE BOGOTÁ FRENTE A LA ACTIVIDAD FÍSICA

Rodríguez F.*
Universidad Santo Tomás

Resumen

El presente documento describe los imaginarios sociales de estudiantes de Educación Media del colegio General Rojas Pinilla de la Localidad 8 -Kennedy- de la ciudad de Bogotá frente a la Actividad Física. El enfoque investigativo se centró en un proceso cualitativo, de tipo fenomenológico y diseño descriptivo-interpretativo. Bajo la técnica de entrevista semi-estructurada se realizó el análisis e interpretación de resultados a partir de las categorías Imaginarios Sociales y Actividad Física. Las conclusiones mencionan la importancia de reconocer los imaginarios a través de los pensamientos, actitudes y sentimientos de los jóvenes, el acompañamiento de la familia y la prevalencia de la figura paterna sobre la materna, el rol del educador físico como promotor de la práctica de la actividad física, la necesidad de la promoción de los programas, la carencia en el currículo de lineamientos para el mantenimiento de la salud física y mental en las instituciones educativas, y la relación entre ocupación del tiempo libre y prevención en el consumo de sustancias psicoactivas y adicciones.

Palabras claves: Imaginarios Sociales, Programas de Promoción, Salud y Bienestar, Actividad Física, Educación Física.

Abstract

This document describes the social imaginary of students Media General Rojas Pinilla Education College Location 8 -Kennedy- of Bogota vs. Physical Activity. The research approach focused on a qualitative process, phenomenological and descriptive-interpretative design. Under the technique of semi-structured interview, the analysis and interpretation of results by the categories Social Imaginaries and Physical Activity was performed. The conclusions mention the importance of recognizing the imaginary through thoughts, attitudes and feelings of young people, the support of family and the prevalence of the father figure of the mother, the role of physical educator as a promoter of practice physical activity, the need to promote programs, lack in the curriculum guidelines for maintaining physical and mental health in educational institutions and the relationship between leisure time and prevention in the use of psychoactive substances and addiction .

Keywords: Imaginary Social, Promotion Programs, Health and Welfare, Physical Activity, Physical Education.

*Rodríguez, Guevara Fredy. Maestría en Actividad Física Para la Salud.
Correo electrónico fredwing_17@hotmail.com

Introducción

Los imaginarios sociales fundamentan el eje de la formación de conceptos en los seres humanos a partir de su relación con el otro y con su entorno. Estos imaginarios son la forma de representar el aprendizaje adquirido frente a una situación y las posibles maneras de resolverla o encaminarla al objetivo propuesto por cada comunidad.

Desde esta perspectiva, la presente investigación busca identificar los imaginarios sociales que frente Institución Educativa General Gustavo Rojas Pinilla a la actividad física han construido estudiantes de educación media de la de la localidad de Kennedy, con el fin de generar comprensiones que permitan brindar estrategias que conlleven al bienestar físico y mental dentro de un programa de promoción para apoyar el proceso de desarrollo cognitivo y motor, salvaguardando su salud y estimulando las formas de cuidado y bienestar personal.

En la primera parte se encontrarán los antecedentes investigativos y prácticos sobre el tema en cuestión, así como también los aspectos específicos que ocasionaron y direccionaron este proceso.

Posteriormente se presenta el marco teórico, que incluyó una revisión literaria de investigaciones a partir del año 2010, relacionadas con los imaginarios, la actividad física, sus prácticas y rutinas. Este ejercicio permitió profundizar y establecer los núcleos temáticos, lo cual facilitará la familiarización conceptual con el imaginario social, sus interpretaciones filosóficas, tendencias, definición de representaciones sociales, conceptos de actividad física, evolución del concepto, sedentarismo y adolescencia.

En seguida, la metodología presenta el enfoque y tipo de investigación, diseño y el proceso metodológico. El fundamento metodológico de esta investigación se estableció a partir

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

del enfoque cualitativo con el análisis y la descripción de datos mediante la técnica de la entrevista semi-estructurada; los avances en los resultados se enmarcan dentro del diseño descriptivo interpretativo para evidenciar detalladamente los hallazgos encontrados frente a los imaginarios que poseen los estudiantes del Colegio General Rojas Pinilla.

A continuación se evidencian los resultados, y para su mayor entendimiento, el lector encontrará el análisis de datos a partir de seis sub categorías denominadas: comportamiento activo, experiencia, concepto, factores que influyen en los imaginarios, beneficios y efectos, sentimientos y valores. En los resultados se realizó la agrupación de las respuestas caracterizándolas según su similitud e identificando la tendencia conceptual al contrarrestarla con los diferentes referentes teóricos, lo cual permitió establecer el reconocimiento de los factores que influyen en los imaginarios de los estudiantes frente a la actividad física e identificación de fortalezas, debilidades, oportunidades, debilidades y amenazas para expresar una alternativa de actividad física según el contexto en el cual se desenvuelve su adolescencia del grupo de estudiantes de educación media de la institución educativa Gustavo Rojas Pinilla.

Las categorías de análisis se organizaron con el fin de dar respuesta a la descripción de las percepciones de actividad física de los educandos, a la caracterización de los imaginarios y experiencias de los estudiantes frente a la actividad física, al reconocimiento de los factores que influyen en la actividad física y por último para proponer lineamientos en la construcción de un plan de acción para los estudiantes del Colegio General Gustavo Rojas Pinilla.

Finalmente, el presente documento desarrolla un discurso interpretativo y reflexivo a la luz de los resultados visibilizados, que dan cuenta de la importancia de identificar, interpretar y comprender los conceptos, imágenes, sentimientos y actitudes de estudiantes adolescentes para obtener aproximaciones a los imaginarios sociales que a futuro posibiliten el establecimiento de

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

planes de promoción. Los capítulos de la Discusión y las Conclusiones permiten alcanzar este derrotero. Como complemento informativo, el lector podrá visibilizar los documentos metodológicos que dan cuenta de la forma en que se llevó a cabo el proceso investigativo, con el fin de que puedan servir de guía, o como evidencia, para futuras investigaciones que puedan complementar la que ahora se presenta.

Planteamiento del Problema

La práctica del ejercicio físico ha sido una constante en las actividades humanas. Cada época de la historia constata este hecho; sin embargo, el establecimiento de la práctica del ejercicio físico data desde la antigua Grecia.

Este hecho destaca el privilegio de los guerreros y atletas al considerarlas personas con un equilibrio mental y físico, catalogadas como modelos de salud física y mental. Los privilegios de mantener la “mente sana en cuerpo sano” fueron interpretados por Terry y García en el 2003 (Tadeo, Cárdenas, Arellano & Salazar, 2014) quienes citan el pensamiento de Hipócrates: “el ejercicio físico era imprescindible porque disipaba toda clase de venenos derivados de una mala dieta” (p.148).

Sin obviar la práctica de la actividad física, es evidente que a través de ella y el ejercicio hay un incremento en la calidad de vida de las personas. Por esta razón, la actividad física representa un agregado importante en la vida del ser humano para gozar de una salud mental adecuada a cada individuo.

En el documento Calidad de Vida y Actividad Física (Rodríguez, Molina, Jiménez & Pinzón, 2011), se presenta la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS) que se refiere a la actividad física como: “todos los movimientos que forman parte de la vida diaria, incluyendo el trabajo, la recreación y las actividades deportivas” (p.21); así mismo, establece que la actividad física involucra variaciones en intensidad, duración y gasto calórico.

Bagur y Serra en 1999 (Rodríguez et al., 2011) extienden el concepto a las actividades cotidianas, siendo implícita en los aspectos laborales, escolares y actividades hogareñas.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

La OMS, ha dedicado la mayor parte de sus acciones y políticas a promocionar hábitos de vida saludables encaminados al aumento de la práctica de la actividad física. Las afirmaciones de la OMS contemplan los beneficios de la actividad física en la salud emocional y física sobretodo de los grupos poblacionales correspondientes a la infancia y a los jóvenes entre los 12 a 17 años. Tal como afirma Ruiz Pérez (1994), la actividad física genera un efecto estimulador en los niños y adolescentes; las actividades de cierto esfuerzo corporal y las deportivas conducen al crecimiento de los huesos, músculos y algunos órganos internos. Ahora bien, relacionar la actividad física y su práctica con el crecimiento corporal de los estudiantes presupone el reconocimiento de numerosas variables que influyen en los imaginarios sociales, concepciones, ideas y prácticas de los estudiantes con respecto al crecimiento e implicaciones en la imagen y concepto corporal.

Larson (1973) afirma, sobre la conveniencia dentro de ciertos límites funcionales al exponer a los niños y niñas al ejercicio, que sus efectos traducidos en estrés suponen un fortalecimiento del desarrollo de las capacidades motrices, respiratorias, cardíacas, y circulatorias.

Pero pese a todos los beneficios que causa la actividad física en América Latina, la inactividad física es común entre los niños, niñas y adolescentes, y su causa se debe a múltiples factores de orden, social, económico y cultural, entre otros. En el caso de Colombia, la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional (ENSIN), informó que en el 2005 solamente un 26% de adolescentes entre los 13 y 17 años seguía las recomendaciones de actividad física propuestas por la OMS. Esta encuesta, según el ICBF (2009) “mostró que solo 1 de cada 4 adolescentes desarrolla el mínimo de actividad física recomendada de 60 minutos diarios de actividad moderada o vigorosa por lo menos 5 días a la semana” (p.7).

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

En Bogotá, las estadísticas del estudio realizado por la Fundación FES Social citado en la Política de Deporte, Recreación y Actividad Física del año 2009-2019 (Alcaldía Mayor de Bogotá, 2009), indican la inactividad de los adultos en su mayoría con un porcentaje de 55.3%; también manifiesta que solo el 8.6% emplea el tiempo libre en las actividades físicas.

Montenegro y Rubiano en el año 2006 (Rodríguez, 2015) mencionan que la investigación sobre los factores de riesgo de enfermedades crónicas realizada a nivel nacional en Colombia en 2006 notificó que en la ciudad de Bogotá el 20% de los adolescentes eran sedentarios, de la misma manera que el 50% eran irregularmente activos, el 19% regularmente activos y el 9,8 % activos.

De igual forma, la situación de vulnerabilidad de los adolescentes de Bogotá, D.C aumenta con la presencia de los factores de riesgo y la aparición de enfermedades de orden mental asociados al “tabaquismo, consumo de sustancias alucinógenas, violencia, salud mental, nutrición, salud sexual y reproductiva y VIH” (p.1).

En Bogotá, encuestas realizadas por el programa Muévete Bogotá y la Alcaldía en el año 2009 mostraban que una de las causas principales de la alta tasa de inactividad física es de orden urbanístico. La ciudad se expande sin construir o habilitar espacios suficientes y adecuados para que la población realice actividades físicas recreativas y deportivas. Por esto, para numerosas personas, la escuela todavía es uno de los mejores espacios existentes para la práctica físico-deportiva. De hecho, en algunas localidades, la escuela es el único espacio especialmente habilitado para la práctica deportiva. En consecuencia, el crecimiento urbanístico de Bogotá D.C, exige de las ofertas educativas y sus instituciones el derecho a la recreación, deporte y la promoción de la actividad física del estudiantado con la vinculación de la comunidad educativa.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

A pesar de lo descrito anteriormente, hoy en día es cotidiano observar cómo se pasan por alto estas recomendaciones, favoreciendo estilos de vida ligados al sedentarismo. El colegio General Gustavo Rojas Pinilla no escapa a esta realidad, ya que son muchos(as) los(as) estudiantes que por diferentes razones permanecen alejados de rutinas de actividad física recurrentes y planificadas.

En conformidad con los registros que posee el área de Educación Física de los estudiantes del Colegio General Gustavo Rojas Pinilla, llamada Ficha Técnica de Práctica Deportiva, se establece que el 60% de los estudiantes son inactivos físicamente y practican otras actividades para ocupar su tiempo libre como video juegos, redes sociales, dormir, ver televisión, visitar centros comerciales etc. y no muestran agrado por la ejecución básica o competitiva de la actividad física.

Teniendo en cuenta la problemática planteada en relación a los bajos niveles de Actividad Física, es pertinente y relevante para la institución y el área de educación física identificar los imaginarios sociales sobre actividad física que poseen los estudiantes, ya que resulta ser un paso fundamental para comprender de forma más precisa qué es lo que lleva a una persona a alejarse de actividades que repercuten en una forma de vida más saludable, y prefiriendo paradójicamente lo contrario. Esto podría llegar a permitir más adelante la creación, organización, promoción y ejecución de programas que estimulen la práctica de actividad física en los estudiantes para que ellos desde su experiencia puedan compartir y fomentar estas actividades promoviéndolas al resto de la comunidad educativa, no solo de la institución mencionada sino con su entorno.

Develar imaginarios en estudiantes de este colegio, además, podría propender por procesos institucionales asertivos, donde el docente de educación física sea una persona que oriente, guíe, lidere y promueva de manera acorde y estratégica la actividad física, sabiendo que

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

ésta funciona como un pilar de liderazgo en la realización de actividades y desarrollo social dentro de un grupo de personas, para que sean transmisores de un pensamiento respecto a la actividad física y su importancia en la rutina diaria como pilar fundamental del mejoramiento de la calidad de vida.

En este orden de ideas, el estudio de los imaginarios sociales permite una aproximación a las formas en que los adolescentes vivencian la juventud y a la manera en que ven la escuela. Es necesario identificar y comprender cómo la perciben desde su individualidad, su identidad como grupo, como ser afectivo, espiritual, cognitivo, ecológico, social y corporal (Jaramillo & Hurtado, 2006; en Rodríguez, 2015).

Castoriadis afirma que la transformación de un imaginario social depende de las condiciones históricas dadas “por la necesidad humana de establecer relaciones sociales” (Rodríguez, 2015, p.2). El establecimiento de las relaciones de sinergia entre las diferentes instituciones que circundan al estudiante tales como la familia, la escuela y la sociedad generan expectativas que a través del tiempo y espacio generan diversas dinámicas que conforman en primera instancia los imaginarios individuales y en forma posterior los sociales.

Estas representaciones “rigen los sistemas de identificación y de integración social y que hacen visible la invisibilidad social” (Pintos, 1995; en Cegarra, 2012, p.10); es decir, mediante la identificación de estos imaginarios sociales se hacen evidentes las acciones individuales, su estructura mental, cognitiva, valores, afectos, temores, aciertos, desaciertos y trastornos, miedos, frente a la actividad física. Por esta razón la acción individual da a conocer los imaginarios como un sistema de unificación social, donde existe un reconocimiento de sí mismo y de otros, como método de identificación.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Es necesario profundizar en la forma en que jóvenes adolescentes de colegios públicos (en este caso específico, del colegio General Rojas Pinilla) construyen sus pensamientos y percepciones en torno a la actividad física: cómo los desarrollan, enfrentan, interactúan, dinamizan e interiorizan. De esta manera, la pregunta que guiará la presente investigación es ¿Cuáles son los imaginarios sociales sobre Actividad Física que tienen estudiantes de Educación Media del colegio General Rojas Pinilla de la localidad de Kennedy en la Ciudad de Bogotá?

Justificación

Uno de los medios de expresión, diversión y ocupación del tiempo libre se manifiesta a través de la actividad física. Es indudable las intenciones de la práctica para incrementar la calidad de vida y la estética en el ámbito personal de cualquier individuo, sin obviar la posibilidad de relacionarse con los demás de acuerdo con el estatus social o edad.

Actualmente, la falta de actividad física en la infancia y adolescencia es una de las mayores preocupaciones en varios países. Esta problemática sigue agravándose, pues el transcurrir de la edad va acompañado de la tendencia a disminuir el gasto energético medio diario, a costa de una menor actividad física.

El estilo de vida actual demanda actividades sedentarias con preferencia por el uso de computadores, dispositivos electrónicos que facilitan la vida cotidiana y laboral. Sin embargo, estas facilidades obligan al ser humano a disminuir los esfuerzos físicos, los desplazamientos y el movimiento corporal que involucra dimensiones básicas como el equilibrio dinámico y estático, la motricidad gruesa y fina, la coordinación y el desplazamiento. Sumado a este hecho del sedentarismo, ocurre que en las ciudades va en aumento la inseguridad y la reducción de espacios amplios por la urbanización y alta demanda de vivienda por parte de los habitantes.

Estos aspectos obligan al aumento de las exigencias de actividades sedentarias mediadas por el torrencial de información y comunicación cuyos estándares exigen un alto nivel de educación y dedicación amplia a las actividades escolares, académicas y laborales, dejando a un lado las actividades físicas, de ocio y recreación.

En esta época, mediada en gran parte por los avances tecnológicos, algunos de ellos promoviendo (así sea sin intención) el sedentarismo y formas de expresión ausentes de actividad

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

física, es importante construir y aportar conocimientos que permitan transformar dinámicas de vida asociadas al sedentarismo y el abandono propio, instaurando hábitos que progresivamente se incorporen en las rutinas de las personas, asociados por supuesto a la actividad física.

Ahora, en el caso de niños y adolescentes, un mayor nivel de actividad física contribuye a mejorar el perfil lipídico y metabólico, lo cual reduce la prevalencia de obesidad, por lo que es más probable que un niño físicamente activo se convierta entonces en un adulto activo.

En consecuencia, desde el punto de vista de la salud pública y de la medicina preventiva, promover la actividad física en la infancia y adolescencia significa establecer una base sólida para la reducción de la prevalencia del sedentarismo en la edad adulta, contribuyendo así al mejoramiento de la calidad de vida. No hay duda que la infancia es el periodo más adecuado para el inicio de actitudes y comportamientos saludables; es una etapa donde los niños se encuentran en proceso de aprendizajes constantes y por lo tanto dispuestos a la adquisición de nuevos conceptos. Debido a ello es importante que los padres, profesores, al igual que las personas más próximas a ellos, tengan hábitos saludables de alimentación y actividad física, pues son modelos positivos esenciales durante este proceso de formación. Sin embargo, no es sólo la promoción de la actividad física, ya que de alguna manera ésta se manifiesta constantemente, incluso en la política pública. Se trataría, entonces, de poder llegar a visibilizar y entender los imaginarios que se construyen en torno a la actividad y el ejercicio físico, y una vez comprendido este fenómeno, ahí sí propiciar espacios que promuevan de manera mucho más precisa diferentes estrategias que susciten posibles cambios en el modo de pensar y entender la actividad física por parte de jóvenes estudiantes.

La prevención de enfermedades se establece en la etapa de la infancia y posterior en la adolescencia, es evidente que la promoción de la actividad física, mejora el rendimiento físico y

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

esto a la vez proporciona un gasto energético y, por lo tanto, a través del ejercicio la prevención instaurada en rutinas y dinámicas diarias contribuyen al mejoramiento de la salud y prevención. Sobre esto, Gálvez (2004), afirma que “existen relaciones de la actividad física que generan hábitos saludables significativos, mejoran las condiciones físicas, los hábitos de higiene corporal, facilita la ingesta de una alimentación equilibrada y sana y existe un descenso de tabaco y alcohol” (p.12). De igual manera, el mismo autor asegura que los beneficios de la actividad física no se estancan en la infancia o la juventud, sino que los efectos y hábitos permanecen hasta la edad adulta y determinan una influencia benéfica enorme desde perspectivas psicológicas y sociales.

Así mismo, es claro que las políticas y los programas cuya promoción y apoyo a las prácticas de la actividad física, facilitan y otorgan un estatus de permanencia en el tiempo de modo perdurable.

En el contexto específico escolar de la localidad 8 Kennedy de la ciudad de Bogotá, se ha evidenciado por medio de la observación directa que la mayoría de los adolescentes del colegio General Gustavo Rojas Pinilla se encuentran en situación de riesgo de su bienestar corporal y mental por cuanto no realizan actividad física, ni ejercicio físico y/o deportivo en su tiempo libre, siendo propensos a enfermedades y a llevar una vida sedentaria en el futuro.

Teniendo en cuenta la problemática planteada en relación a los bajos niveles de Actividad Física, es pertinente y relevante para la institución educativa General Gustavo Rojas Pinilla y su cuerpo docente del área de educación física, conocer los imaginarios sociales sobre actividad física que tienen los escolares adolescentes; es un paso fundamental para que posteriormente se promoció de manera más eficaz la práctica regular de la actividad física, para el desarrollo

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

cognitivo y socio-afectivo del estudiante, que es donde se forja su corporalidad, delineamiento de su personalidad, conciencia social y pensamiento crítico, analítico y propositivo.

Por lo anterior, conocer el comportamiento, conceptos, ideales, miedos, actitudes, y demás construcciones subjetivas de los estudiantes frente a la práctica de actividades físicas resulta fundamental para poder avanzar en la intención de develar el problema, y con ello lograr identificar, como se mencionó anteriormente, los imaginarios sociales frente a la actividad física, para consolidar una actitud positiva para la práctica de la actividad física que conlleve a mejorar la calidad de vida, ser útil como respuesta a la solución de problemas anímicos, estrés, seguridad, autonomía, disciplina, creando una autoestima firme en cada educando, que conlleve a una comunicación asertiva que propenda por la resolución de conflictos, el diseño de un ambiente social, económico, político arraigado en los valores de respeto por el otro, el juego limpio, la cordialidad y el amor por sí mismo, que en un futuro próximo se amplíen los procesos necesarios para el bienestar y mejoramiento del estilo de vida de esta población.

Se espera, con la presente investigación, servir de soporte a futuros trabajos investigativos que pretendan profundizar en estas temáticas, especialmente aquellos que se constituyan como base para la conformación de espacios y escenarios que busquen desarrollar en la personalidad de jóvenes estudiantes, la iniciativa del ejercicio de la actividad física desde su intencionalidad, y no desde mecanismos estereotipados tan usuales en esta época contemporánea.

Objetivos

Objetivo General

Comprender los imaginarios sociales sobre Actividad Física que hacen parte de los estudiantes de Educación Media de la jornada de la tarde del colegio General Gustavo Rojas Pinilla

Objetivos Específicos

- Describir las percepciones que tienen los actores sobre la Actividad Física.
- Caracterizar los niveles y experiencias de estudiantes frente a la actividad física
- Reconocer los factores sociales que influyen en el imaginario de actividad física en estos jóvenes.
- Trazar lineamientos que permitan a futuro el diseño y ejecución de diferentes formas de acción en torno a transformaciones de imaginarios sociales relacionados con los beneficios que brinda la actividad física.

Breve estado del Arte sobre la Actividad Física

Transpolar las expectativas de los adolescentes en los espacios académicos con respecto a la actividad física, presuponen un reto pedagógico para los docentes de Educación Física cuya labor se encamina hacia la búsqueda de los aprendizajes significativos para los estudiantes de educación media, de tal forma que el impacto redunde en la salud física de las personas a largo plazo.

En este sentido, descubrir dichas expectativas implica el reconocimiento de las vivencias de los y las jóvenes, sus pensamientos, conocimientos, actitudes e imaginarios en el tema de la actividad física. Al respecto, el tema de imaginarios sociales cobra relevancia en el momento de realizar propuestas para el beneficio de la salud física e integral de los seres humanos.

Para sustentar lo anterior, Giraldo, Zapata y Granada (2008) afirman que los imaginarios frente a la actividad física de adultos se generan a partir de los consejos, conocimientos y las actitudes para preservar la salud física y mental. La investigación denominada *Caracterización de Imaginarios de los Empleados de la UTP con relación a la Práctica de la Actividad Física: 2008* sustenta que los imaginarios sociales surgen a partir de los consejos para mantener la salud tales como evitar o dejar de fumar, destinar un tiempo para dormir y realizar actividad física. La actividad física dentro de los imaginarios en esta investigación se relaciona con la práctica de la caminata libre y la de algún deporte. Se resalta el hecho que los imaginarios centran su atención en la importancia y relevancia de la actividad física para preservar una salud física; sin embargo ésta no se relaciona con cambios comportamentales o actitudinales. Los mismos autores mencionan que los hallazgos en los conocimientos que hacen parte de los imaginarios de los

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

adultos cuentan con la claridad sobre la importancia de la actividad física, la frecuencia y tiempo de práctica: tres veces por semana y más de treinta minutos cada vez o cada día.

Estos imaginarios sobre el conocimiento sobre actividad física, también involucran la actitud. Al respecto, Giraldo et al. (2008), afirman que los adultos refieren dos tipos de actitud: una actitud activa y otra contemplativa. Afirman en los hallazgos sobre la importancia de relacionar la distancia entre conocimientos, actitudes y la práctica de la actividad física; lo anterior es un aporte porque cuestiona el hecho que a la edad adulta existe una disminución de la práctica, mas no de los conocimientos y la actitud de la actividad física. Esto permite reiterar, entonces, la importancia de establecer bases que permiten a los y las jóvenes aprender el valor de la práctica constante de la actividad física con disciplina y esfuerzo para no abandonar en la edad adulta.

En concordancia, Castillo, Venegas y Fiabane (2013), en la investigación *La actividad física en escuelas de educación primaria*, auspiciada por el Ministerio de Educación de Chile durante los años 2012 a 2013, cuyo fin fue conocer los diferentes niveles de la actividad física en las escuelas y municipalidades de la primaria para establecer políticas de intervención estatal, señalan el hecho de una disminución de los niveles de la actividad física cuyas causas se soportan en el acelerado crecimiento industrial y sobrepoblación en las grandes ciudades.

Lo anterior, afirman los autores, ha ocasionado cambios en el comportamiento infantil y juvenil. Hoy en día existen variedad de actividades recreativas con bajos niveles de actividad física y por ende poco desgaste calórico, generando sedentarismo y enfermedades complejas como la diabetes. Este hecho, la sobrepoblación y el sedentarismo supone un reto para las escuelas y los profesores de educación física; es claro que las posibilidades de un crecimiento sano, que impacte en la salud a largo plazo de los estudiantes, se instaura desde las escuelas y la

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

enseñanza de los docentes; sin embargo, no es posible iniciar planes de acción sin conocer los imaginarios sociales de los y las jóvenes para realizar propuestas acordes a su cultura, desarrollo individual, lenguajes propios y desenvolvimiento social.

Así mismo, la infraestructura, la dotación de materiales y la cantidad de docentes del área de educación física son relevantes para establecer políticas que incrementen la actividad física en niños y niñas de primaria. Castillo et al. (2013) afirman que el currículo y los planes de estudio de la educación física son acordes a las prácticas cotidianas institucionales; realizan aproximaciones cuyos aportes a esta investigación se centran en la necesidad de involucrar los actores de la comunidad educativa como la familia, docentes de educación física y estudiantes en la defensa y práctica de la actividad física; en su mismo trabajo investigativo se menciona la necesidad de coordinar las prácticas educativas con los lineamientos institucionales para encontrar coherencia en cada estamento y darle un valor a la educación física que deje de lado el plano secundario a la que es sometida en la mayoría de los colegios. Lo anterior es relevante para este estudio puesto que es considerable valorar todos los elementos que involucran el acto de educar frente a la actividad física con base en conocimiento, actitud y práctica.

Por otro lado, en el trabajo de investigación *Niveles de actividad física habitual en estudiantes de la carrera de profesorado universitario de actividad física y deporte en la sede Comahue de la Universidad de Flores*, se manifiesta la necesidad de formar los docentes de educación física en la práctica de la actividad física. Este hecho cobra importancia para los estudiantes cuyas clases mediadas por el ejemplo y condición o aspecto físico del docente resultan con aprendizajes significativos para el estudiantado. Sobre esto, Bazán y Farinola (2008) afirman: “creemos que la efectividad de la educación física en la creación de hábitos de

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

actividad física saludables en los estudiantes será mayor si los docentes mismos son físicamente activos” (p.2)

Lo anterior centra la atención en el docente de educación física en su aspecto, actitud y práctica de la actividad física como factores para la consolidación de los imaginarios sociales de los estudiantes de la media del Colegio General Gustavo Rojas Pinilla. Otro aporte de esta investigación, es la relación entre la actividad física y el sedentarismo con las enfermedades cardiovasculares. Antivero (2012), afirma que entre mayor actividad física de los docentes de educación física en formación, menor es el riesgo de sufrir una enfermedad cardiovascular. Lo anterior permite vislumbrar la necesidad de indagar los imaginarios de los y las jóvenes a partir de la percepción que existe de los adultos y comunidad en general, incluye maestros y padres de familia y la relación que los participantes de esta investigación logran establecer entre práctica de la actividad física y salud.

Otro trabajo de investigación denominado *Calidad de vida y actividad física en estudiantes, docentes y administrativos de una universidad de Bogotá*, publicado en el año 2011 por la Universidad del Bosque, manifiesta las relaciones entre los niveles de la actividad física y la calidad de vida de los participantes. Los hallazgos revelaron una relación “significativa y positiva” entre la salud, calidad de vida y los niveles de actividad física (Rodríguez et al., 2011). Al respecto, docentes y estudiantes podrían compartir a partir de sus experiencias personales e institucionales lo referente a conceptos, actitudes y prácticas que conlleven a la recolección de datos que permitan un análisis y descripción de estos imaginarios partiendo de la realidad de los y las jóvenes, facilitando un espacio de escucha y expresión.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Rodríguez et al. (2011) afirman que la actividad física involucra todos los movimientos que forman parte de la cotidianidad en los ámbitos laborales, recreativos y deportivos; estas actividades pueden variar en intensidad, duración y gasto calórico.

Contreras (2003), establece que las actividades son variadas y se realizan en diferentes ambientes, incluyendo el escolar y el del hogar. Igualmente, menciona los beneficios de la actividad física: en el plano físico acondiciona los sistemas óseo y muscular, mejora e incrementa la capacidad cardiovascular y pulmonar, mejora el funcionamiento del aparato digestivo e inmunológico de las personas. Así mismo, los beneficios en la salud mental “aportan baja en los niveles de estrés, depresión, mejora la capacidad cognitiva, afectiva y emocional de las personas” (p.21).

Al respecto, Arent y Landers, 2001; Ceballos, Ochoa y Cortez, 2000; Salazar, Solís y Barbosa, 1996., mencionan que la práctica de la actividad física en mujeres jóvenes que padecen de anorexia hace que disminuyan algunas de sus conductas auto lesivas. Los beneficios de la actividad física son variados y sustentan en el ámbito investigativo la relación con la calidad de vida.

Por otro lado, pero desde la misma perspectiva, la calidad de vida es definida por la Organización Mundial de la Salud OMS (1998), como la percepción del lugar que ocupa un individuo con relación al sistema de valores y entorno cultural en el cual vive, sin obviar las expectativas, objetivos y criterios personales; la calidad de vida involucra el estado emocional, físico y el grado de independencia, relaciones sociales, factores ambientales y las creencias personales. La percepción también se relaciona con la imagen de sí mismo y su propia situación en la vida.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Uno de los resultados relevantes para este estudio, se relaciona con las consecuencias negativas que acarrear el sedentarismo, y la necesidad de desarrollar acciones de mayor impacto orientadas a grupos poblacionales, en este caso, los y las jóvenes de la media, que se encuentren reunidos en un ambiente institucional. Estas prácticas representan un mayor impacto en la vida de las personas puesto que al ser convocadas desde la institución educativa representan mayores aprendizajes significativos: “para la vida”, al involucrar aspectos sociales y motivacionales de grupos que se encuentran sincronizados por interés, motivaciones y edades.

Las Memorias del XV Congreso Internacional de Educación Física, Deporte y Recreación de agosto del 2011, cuyo lema: Ciencia y Cultura Física: Un reto del presente; resalta en una de las conferencias magistrales la actividad física y los beneficios para la salud en el siglo XXI.

También el uso del tiempo libre y su impacto en la actividad física, así mismo, la influencia de la familia e iguales en la práctica física de los adolescentes. La familia y pares influyen directamente en el comportamiento de los jóvenes; al respecto Ruiz, Ruíz y Piéron (2011), de la Universidad de Murcia y la Universidad de Lieja (en España y Bélgica respectivamente), afirman que “el acompañamiento de los amigos de los jóvenes en las actividades físico-deportivas así como el papel del padre en la animación y acompañamiento de estas prácticas son aspectos que determinan la socialización de los adolescentes” (p. 66).

Para este estudio resulta relevante partir de la socialización de los jóvenes e indagar los imaginarios sobre la actividad física con respecto a los amigos y a la familia específicamente con la presencia de los padres de familia (papás). Se afirma en este estudio que la práctica paternal intensa se relaciona con los índices de prácticas elevadas en los jóvenes, contrarios a los estudiantes que por la ausencia de compromiso paternal presentan puntajes y actividad física baja. Este estudio denominado *La influencia de la familia e iguales en la práctica física de los*

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

adolescentes, afirma que el papel del profesor de Educación Física en la socialización de la actividad física relacionada con tiempo libre es escaso. Lo anterior, da a entender que la actividad física cuyo tiempo se relaciona con ocio es más productiva y significativa para los jóvenes en espacios de socialización con pares y amigos, de tal forma que los imaginarios describan este aspecto.

En concordancia, Jasso Reyes J., Rivero Carrasco G, Chávez Guerrero A., Almanza Rodríguez C., Conchas Ramírez M. y Paredes Carrera R. (Citado en Escorza & Carranza, 2011), mencionan en la investigación *Uso del tiempo libre, su impacto en la actividad física*, la influencia de las TIC en la práctica de la actividad física. Parte del concepto de la adolescencia como una etapa donde el ser humano define y conforma gran parte de su personalidad cuyas características se dan por la inestabilidad de las conductas; así mismo, para el adolescente es el momento de encontrarse a sí mismo y autodefinir la identidad. Dadas estas particularidades y teniendo en cuenta la oferta de los programas actuales dedicados a adolescentes, en general, “se establece carencia de contenido axiológico y apropiado que responda a las expectativas de los jóvenes y se advierte sobre los factores determinantes de la tecnología recreativa que aleja a los adolescentes de la actividad física” (p. 261)

Este hecho es relevante a la hora de indagar sobre los imaginarios sociales. Sin duda, las TIC o tecnología recreativa son parte de la actividad física de los y las jóvenes de la media del Colegio General Gustavo Rojas Pinilla y deben contemplarse en las conversaciones con la población objeto de esta investigación partiendo del contexto inmediato de los estudiantes. Resulta interesante para esta investigación, las conclusiones de este estudio donde se afirma que la agresividad y aislamiento en detrimento del desarrollo psicomotor de las niñas son el resultado

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

del uso en edades tempranas de la tecnología recreativa, ocasionando aparición de enfermedades como la obesidad, la diabetes y del aparato óseo y muscular.

Las conclusiones afirman que el tiempo libre u ocio es empleado en actividades de tecnología recreativa con escasa o nula actividad física; también relaciona el estrato socioeconómico con el uso de la tecnología recreativa; entre más alto mayor uso contrario en los estratos bajos cuyo uso se ve limitado por la falta de recursos y en consecuencia mayor práctica de la actividad física (Reyes et al., 2011, citado en Escorza & Carranza, 2011). De igual manera, afirman que el rol del educador físico es dinamizador y motivador con sus estudiantes, y este aspecto surgirá en los imaginarios de los jóvenes:

[...]el educador físico, deberá asumir su liderazgo natural para incentivar y motivar a las niñas en la actividad física, deportiva y recreativa, no tanto como una práctica limitada a la clase de educación física, si no como una práctica social que ayude a construir en las niñas un estilo de vida saludable y positiva (p. 271).

Lo anterior, confirma el tema de la actividad física de interés general y la pertinencia al generar investigaciones cuyas indagaciones pretendan generar conocimientos respecto a los imaginarios sociales, puesto que representan el punto de partida para describir y valorar los aspectos inmersos que promuevan y generen calidad de vida y salud en la población en general.

Finalmente, el profesor Oscar Albornoz en el trabajo de investigación denominado *Los Beneficios de la Actividad Física, para la salud del Siglo XXI*, argumenta sobre la necesidad de reflexionar en el rol pedagógico de los profesores de educación física frente al tema de la salud, el comportamiento y conducta humana, y la relación de la actividad física con el medio ambiente (Citado en Escorza & Carranza, 2011). Plantea estos aspectos como “la base de una propuesta

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

educativa impactante y emancipadora donde las poblaciones estudiantiles alcancen modificaciones en la práctica de la actividad física y la forma como redundan en la salud (p. 63).

En este sentido, el mismo autor afirma que la salud es “una tarea personal y colectiva en la que el éxito depende en gran parte del resultado del conocimiento de uno mismo, la autodisciplina y los recursos internos” (p. 65); comprende esfuerzos colectivos e institucionales que presuponen imaginarios frente a la actividad física como es el conocimiento, actitudes y frecuencia de la práctica. Salud entonces no significa solamente no estar enfermo; se asocia con el crecimiento y actuar humano en el ámbito individual y colectivo.

En el mismo trabajo se menciona cómo el tema de la actividad física ha sufrido transformaciones. Antes se empleaba tradicionalmente en la rehabilitación y con fines utilitarios; hoy en día se espera que la actividad física y sus beneficios se den en la mayoría de las poblaciones, con el fin de disminuir los niveles de sedentarismo sin decir con esto que la persona se tenga que volver deportista. Es decir, las propuestas involucran una “compensación accesible, atractiva, suficientemente estimulante y singularmente dosificada” (Albornoz, 2011, citado en Escorza & Carranza, 2011, p. 65).

Marco Teórico

Para indagar sobre los imaginarios sociales de los estudiantes de Educación Media del Colegio General Rojas Pinilla de la Localidad 8 (Kennedy) de la Ciudad de Bogotá frente a la Actividad Física, es necesaria la teorización de los núcleos temáticos referidos a imaginario social, representación social, actividad física y adolescencia.

Como afirmación, la construcción de las vivencias directas de las situaciones reales de las relaciones con el entorno, facilitan a la vez la construcción de los imaginarios a través del tiempo, la cultura y la sociedad. Frente a lo anterior, Solares (2006) afirma que los imaginarios son una dimensión constitutiva del ser. Es decir, y evocando a Gilbert Durand, el mismo autor sostiene que “la verdadera libertad y la dignidad de la vocación ontológica de las personas sólo se apoyan en la espontaneidad espiritual y la expresión creadora que constituye el campo de lo imaginario” (p. 130).

Expone cómo lo imaginario surge a partir de las organizaciones de un individuo o una sociedad, cuyas representaciones emanan del conjunto de imágenes mentales y visuales que dan paso a la narración mítica, y a la vez constituyen los valores existenciales y la interpretación del mundo a través de la expresión simbólica. En otras palabras, los imaginarios hacen parte de la cognición y el lenguaje pero sin duda del afecto de las personas, implica un componente emotivo.

Este mismo autor afirma que el estudio de los imaginarios se realiza para revelar nuevas interpretaciones de una situación o tema de estudio a través de relatos, motivos, tramas,

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

composiciones o puestas en escena que representen y den paso a nuevas imágenes y narraciones que den un sentido simbólico o indirecto.

Al revisar el término del imaginario, la imaginación hace parte del mismo. Aristóteles (Vizcarra, 2008) definió la imaginación como base del entendimiento al lado de la memoria y la sensación. La imaginación es el proceso donde actúan los sentidos y se adquiere una realidad de algo, permite a la vez mostrar una imagen que involucra elementos materiales y gracias a las imágenes el entendimiento actúa. De acuerdo con lo anterior, la experiencia con relación a la información que brindan los sentidos, da paso a la sensibilidad, que a la vez permite la representación de imágenes producto de los sentidos y dotarla de un formalismo cuyas dimensiones abren paso al conocimiento. La imagen se constituye en la base del entendimiento al separar lo material de lo formal.

Platón indica que la imaginación también cumple con una función mediadora entre el mundo tangible y el de las ideas, es decir, la imaginación decanta en las ideas a partir de la inteligencia, así estas se convierten en el objeto propio y real del entendimiento. González (1874) aporta la existencia de dos mundos según Platón: un mundo eterno, inteligible, insensible e inmutable el de las ideas y otro mundo material, cambiante, visible y sensible o un mundo objetivo.

A estos dos mundos corresponden cuatro grados de conocimiento: la imaginación que percibe lo tangible a través de los sentidos o representaciones, la fe o *fides* que se convierte en la herramienta para asentir lo que sentimos del mundo externo, la ciencia racional o *ratio* la cual representa la verdades y objetos del orden matemático; finalmente la ciencia racional o *intellectus* o la inteligencia intuitiva de las ideas, es el principio universal de los dos mundos.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Para Francis Bacon, la capacidad del individuo para establecer vínculos con las cosas se encuentra mediada por la imaginación. Sin embargo, para este autor resultan ilegítimos, puesto que la imaginación surge a partir del campo de la poesía; es decir, separa totalmente cualquier tipo de relación con el conocimiento racional. En forma opuesta, Kant estableció diferencias claras entre la imaginación reproductiva de la productiva, enfatizando lo cognoscitivo, intelectual o racional en la imaginación productiva.

Para Schlegel y Belinsky (citado en Aracena, 2010), la imaginación resume todas las capacidades de producir obras, de tal manera que “bien podría identificarse la historia de la imaginación y sus productos con la historia de la consciencia humana” (p. 15).

Frente al concepto de imaginario surge la función imaginarizante, es decir, es posible potenciar la imaginación solamente con la subjetividad creadora, la cual produce energía en movimiento. Mientras Sartre lo expone como un proceso meramente cognoscitivo estableciendo claramente diferencias con Bachelard, éste pretende tomarlo como un acto que incluye diferentes estamentos de orden social. Estos dos autores coinciden en afirmar, que lo imaginario es producto del futuro y devenir de los hechos históricos y culturales.

Los imaginarios como concepto han sido vistos desde la perspectiva psicológica, antropológica, filosófica y sociológica que le otorgaron diferentes interpretaciones y comprensiones. Desde la mirada psicológica, Freud afirma la necesidad de las imágenes para el funcionamiento de la psique, ya que adquieren un atributo de intermediarias, desde lo que Freud denomina significados inconfesables y significados confesables. Estos significados solamente son valorados por medio de la función del subconsciente.

Gilbert Durand (1982) realizó aportes importantes a la conceptualización de lo imaginario desde la perspectiva antropológica. Durand asume lo imaginario como el hilo que permite unir el

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

mundo subjetivo con el entorno. Esta concepción asume lo imaginario con una trascendencia antropológica mediada por la cultura y los hechos históricos, sin obviar el lenguaje como la conexión entre lo que vive cada ser humano y su comunidad y los hechos que suceden; en palabras del autor:

...en el que la representación del objeto se deja asimilar y modelar por los imperativos pulsionales del sujeto, y en el que, recíprocamente, las representaciones subjetivas se explican por las acomodaciones del sujeto al entorno (p. 35).

Imaginario e Interpretaciones filosóficas

Desde la perspectiva filosófica, el concepto gira en torno a los eventos representativos mediado por el lenguaje oral o verbal; incluye una fuerte concepción desde lo sensorial, así mismo la cultura y su influencia relacionan lo socialmente instituido y la interrelación que se establece entre la gestión individual de cada sujeto y la sociedad en donde se encuentra inmerso.

Wunenburger, 2003 (Aracena Vicente T. 2010), desde la perspectiva de la filosofía contemporánea involucra no solo la cognición sino también lo afectivo como un componente que hace parte de la experiencia humana consolidando lo que él denomina ritos y creencias. Así mismo, para este autor el imaginario constituye desde lo lingüístico y lo representativo.

La sensorialidad es un aporte indispensable y necesario para ligar la experiencia lingüística con lo verbal y las imágenes provistas de visión del mundo físico. Al respecto, Aristóteles y Platón establecen lo imaginario como el puente que comunica lo irracional con lo racional partiendo de la base sensorial.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Los aportes de Castoriadis (1975) surgen de las dinámicas de la cultura, ella constituye el espacio donde surge lo imaginario porque relaciona fenómenos o eventos que parte de lo instrumental y trascienden a lo que denomina el ámbito poético. Este ámbito poético manifiesta la perspectiva de los sentidos. Cada significado se cohesionan de forma interna, Castoriadis sostiene que las significaciones imaginarias sociales son un entretejido de sentidos que dan cohesión interna para alcanzar un entretejido social importante que obliga a cada individuo en principio a ser el portador concreto efectivo de las instituciones de una sociedad y está “obligado por construcción” a mantenerlas y reproducirlas.

Como resultado, la sociedad multicultural de hoy en día, espera que cada quien por medio de la educación asuma reglas y principios, constituyendo al individuo como un sujeto condicionado a la transmisión de la cultura y sus imaginarios.

Castoriadis (1975) contrapone dos aspectos en la conformación de los imaginarios, por un lado se encuentra la ontología que se genera a partir de tres elementos como: la cosa, la persona y la idea (p.2). Por otro lado, la idea de la creación, mientras la ontología es un proceso social y colectivo, la segunda instancia resulta ser un proceso interno meta cognitivo y en consecuencia personal frente a lo que se designa como real. En esta investigación los jóvenes oscilarán entre lo que socialmente se acepta como práctica de la actividad física y su opinión y concepto personal.

Este mismo autor, argumenta desde el plano filosófico la necesidad de involucrar el lenguaje como herramienta mediadora entre el pensamiento y la acción, sucede que los imaginarios no se producirían sin el efecto del lenguaje, del símbolo y el simbolismo. Alrededor de esto, resulta importante adoptar, comprender y traducir el lenguaje de los jóvenes para realizar un acercamiento y teorizar sobre los imaginarios en la actividad física.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Baczko (1984) afirma que los imaginarios sociales surgen de las representaciones sociales, las cuales se han elaborado a lo largo de la historia con base en lo simbólico.

Las representaciones sociales según Baczko determinan la identidad de las sociedades, las caracteriza, generan modelos formadores para los individuos que la conforman e inciden en la legitimación del poder.

Estas representaciones se transforman en un “orden” cuyos elementos atañen a un lugar, identidad y razón de ser. Ahora para que este “orden” funcione surgen medios para su protección y difusión, así como para su transmisión de una generación a otra (p12). Los imaginarios según este autor, representan la conexión de la sociedad con el ejercicio del poder, establecen a la vez, simbólicamente organización en los tiempos colectivos.

Por otro lado, desde la perspectiva de la sociología, Baeza (2000) afirma que los imaginarios actúan como “singulares matrices de sentido” (p.14). Lo anterior, es traducido como un componente alcanzable en la interrelación de sentidos subjetivos cuyos usos desde el discurso, el pensamiento y la acción social, Baeza le otorga una función fundadora a los imaginarios, en concordancia, para esta investigación es considerable este aspecto puesto que la interrelación entre sociedad e individuo determinan gran parte de la construcción de saberes y sentires alrededor de la práctica de la actividad física.

El concepto de imaginario permite comprender el conjunto de la cultura, así lo afirma Wunenburger (2003) cuando establece la existencia del imaginario desde una categoría fundamental de la cultura. En estas interpretaciones sobre el entendimiento y comprensión del imaginario social surgen dos concepciones que se contraponen al significado del mismo.

La primera forma surge de las interpretaciones y construcciones del imaginario a partir del producto de los individuos. Esta genera desconfianza, según Wunenburger (2003) porque se

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

identifica como un producto ya estático. La segunda parte de las agrupaciones sensoriales e imaginativas del individuo, es decir, el proceso como tal, esto hace que las transformaciones alcancen creatividad y dinámicas que en la primera forma no son posibles teniendo en cuenta que es un producto ya resultado del proceso como tal. Transformar y construir el imaginario supone la organización de las ideas, afectos y acciones en un plano meta cognitivo que le da valor a la conceptualización del imaginario.

Tendencias

El concepto de imaginario se concibe desde dos tendencias básicamente. Una primera que lo explica desde un enfoque reproduccionista asociado a la representación de las realidades. Estas representaciones abarcan los esquemas mentales de las personas desde categorías. Durand (1968) manifiesta que las categorías pueden ser directas o indirectas. Dice al respecto que “la relación de las categorías surgen a partir de la interrelación de las dinámicas internas de cada quien, y las externas mediadas por la cultura y el entorno; por ejemplo, los paisajes de Marte; ahí es donde se hace referencia, según el autor, a lo que son los imaginarios” (p. 9).

Shotter (2001) afirma que las dinámicas de los imaginarios se articulan desde lo individual hacia lo colectivo. Este autor define este proceso como realidades conversacionales, contrario al planteamiento de Pintos (2001) quién afirma que la construcción parte desde lo social pero marcado por la realidad.

Searle J. (1978), por el contrario, establece niveles de realidad simbólicos. No solo es un símbolo; trasciende a la conformación del imaginario y depende de la complejidad y organización de los signos y símbolos dando categorización y niveles.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Lo anterior, es relevante para esta investigación puesto que los imaginarios entendidos como producto de la construcción social de la sociedad, despiertan inquietud sobre como transitan y aparecen en el ámbito escolar con respecto a las prácticas de la actividad física.

Para este estudio, los imaginarios son representaciones cuyos significados parten de lo simbólico con un alto contenido de construcción social. Se contempla el lenguaje de los individuos como un agente intersubjetivo que contribuye en parte a la generación de los imaginarios partiendo de lo simbólico.

Para Gómez P.A (2001), los imaginarios se definen desde la conceptualización de esquemas demarcados por mecanismos y dispositivos cuya construcción es eminentemente social y a la vez permiten al individuo percibir y aceptar como algo real, darles una explicación o intervención operativa dentro de los esquemas socialmente válidos.

Definición de Representaciones Sociales

Moscovici, en 1968 (Citado en Murcia & Jaramillo, 2005), relaciona la representación con la descripción del objeto, evento o fenómeno, es decir, a pesar de la existencia de modelos de universalidad de las representaciones construidas socialmente. Solamente las representaciones obtienen sentido y valor mediante la mirada total del surgimiento de la misma.

Es claro que las representaciones sociales surgen de los procesos sociales y relacionales entre unos y otros, generalmente comunicativos que le dan mayor sentido al significado por la presencia del lenguaje. Vale la pena aclarar que son procesos reestructurados desde lo individual hacia lo social y viceversa. Esta perspectiva social incluye aspectos cognitivos, emocionales y

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

simbólicos que conforman dinámicas grupales, organizativas que cuentan con una carga social importante de construcción social diaria de pensamientos, actitudes, sentimientos y valores.

Obvio, la escuela o institución educativa no es ajena a estas interacciones, por tal razón la generación de grupos escolares que compartan ideas con respecto a la práctica de la actividad física pueden constituirse con el fin de lograr unión, reconocimiento e identidad. Estas representaciones sociales surgen en el plano físico y social.

Al respecto, Jodelet (1984) afirma que la representación social incluye un pensamiento constituido, es decir, las representaciones sufren transformaciones que interviene como productos en la vida social. También afirma que las representaciones son mediadas por pensamientos que permiten reflejar la realidad e intervenir en las transformaciones de las realidades de los adolescentes.

Así mismo, el concepto de imaginario se deriva de la imaginación. Los imaginarios obligan a las personas a transformar el pensamiento respecto a un evento o realidad. A pesar de la connotación de transformación, los imaginarios poseen un sentido espontáneo. Esta espontaneidad de los imaginarios facilita la comprensión de los mismos. No es posible catalogarlos desde una explicación estática y acabada, dadas sus características volubles. Los imaginarios transforman ideas y comportamientos a partir de la diferenciación de cada evento.

Desde la misma perspectiva, Ford (1999) afirma que la transformación de los imaginarios facilita a una sociedad establecer identidad, cultura, roles, creencias, territorialidad y las relaciones de las personas. Este autor habla sobre el imaginario social de nación, establece los modos de imaginación de la vida social e individual atendiendo al discurso y pensamiento, los cuales a la vez, se convierten en variabilidad de formas y concepciones aumentando las representaciones sociales e imaginarios.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Para Castoriadis (1996), el imaginario es una constitución activa, es decir, el imaginario no busca la explicación de los hechos o sucesos; centra su atención en la construcción o constitución de nuevos entendimientos y realidades apoyada en lo social. Castoriadis define el imaginario como la creación constante de signos traducidos en figuras, formas e imágenes que corresponden a un proceso de creación y construcción. El imaginario supera la idea que es una imagen de algo; es una construcción individual y social. Este es el concepto que más interesa resaltar en para el desarrollo de la presente investigación. Como complemento a esta definición, vale la pena resaltar a Ramírez (2003), quien manifiesta que existe la significación imaginaria; ésta se refiere a lo que significan las cosas desde la multiplicidad de los sentidos, es decir, es una construcción permanente y creadora que solo se realiza por medio de la experiencia y percepción de la realidad.

Para el imaginario social, Castoriadis distingue dos dimensiones: el imaginario radical y el imaginario efectivo. El imaginario radical “es la capacidad de hacer surgir como imagen algo que no es”. Es la capacidad creativa de la invención y del desplazamiento de sentido para construir nuevas significaciones; es la dimensión instituyente del imaginario social. El imaginario efectivo, se refiere a los productos, a lo imaginado, a las significaciones instituidas de una sociedad.

Actividad Física

Si bien es cierto que en el breve estado del arte descrito en el capítulo anterior ya se hizo una profundización sobre experiencias investigativas en torno a esta categoría, resulta importante centrarlo ahora en lo específicamente conceptual. Para lograr un desarrollo integral y armónico

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

de las capacidades físicas, afectivas y cognitivas del estudiante de la media del Colegio General Gustavo Rojas pinilla, es necesaria la actividad física con base en el movimiento corporal.

La actividad física hace referencia al movimiento, la interacción, el cuerpo y la práctica humana. Figueroa De la Barra (2013) afirma que involucra muchas otras manifestaciones de la vida. La actividad física aglutina una dimensión biológica, una dimensión personal y una dimensión socio-cultural. De ahí que cualquier intento por definir la actividad física debería integrar las tres dimensiones.

La forma más extendida de entender la actividad física recoge únicamente la dimensión biológica. Devís, Devís y Velert (1992) definen la actividad física como el gasto de energía producido por cualquier movimiento corporal que involucra los músculos y esqueleto del cuerpo humano. Sin embargo, la actividad física también es una de las muchas experiencias que vive una persona gracias a su capacidad de movimiento que le proporciona su naturaleza corporal. Devis et al (2000) afirman que estas experiencias nos permiten aprender y valorar pesos y distancias; vivir y apreciar sensaciones muy diversas, y adquirir conocimientos de nuestro entorno y cuerpo. Siguiendo esta misma línea, Gómez y De Arruda (2013) afirman que la actividad física es el movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía. Se trata de un término amplio que engloba el concepto de “ejercicio físico” (p. 231). Para los mismos autores, el ejercicio físico es:

Término más específico que implica una actividad física planificada, estructurada y repetitiva realizada con una meta, con frecuencia con el objetivo de mejorar o mantener la condición física de la persona. Por ejemplo, las actividades de jardinería o subir escaleras en el hogar no pueden catalogarse como “ejercicio” estructurado, pero evidentemente constituyen actividades físicas (p. 232).

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Por otro lado, Roger (2015) afirma que la actividad física cobra importancia en el momento que el individuo se incorpora a la participación que involucra la calidad de vida y el incremento o mejora de la misma; así mismo, la participación obliga al individuo en la actualidad a ser productivo en el plano familiar, social y económico, siendo requerimientos de la sociedad.

Para Lopategui Corsino E. (2012) el concepto de actividad física es entendido como “todo aquel movimiento corporal que es producido por la contracción del músculo esquelético que aumenta el gasto de energía por encima del nivel básico” (p.3). Así mismo, las actividades físicas hacen parte de los hábitos en la vida cotidiana de los individuos, destacando además la “ocupacional, el hogar, el transporte o desplazamiento y de tiempo libre como actividades físicas cuyas ocupaciones hacen parte del quehacer humano” (p.9).

En 1996, según el United States Department of Health and Human Services o USDHHS (citado en Lopategui, 2012), las actividades físicas de tiempo libre u ocio pueden dividirse en sub categorías: actividades competitivas, recreacionales, entrenamiento y ejercicio. Es claro, entonces, que la vida humana se fundamenta en la actividad física mediada por una intencionalidad individual, que en muchas ocasiones no se planifican.

Evolución del concepto

La vida humana integra variedad de esferas de desarrollo, y la actividad física es una de las más destacables. Esto lleva a concluir que sus orígenes se remontan hacia el inicio de la vida humana en la Tierra. Antes del nacimiento, el feto realiza movimientos acordes al ámbito natural del útero; después del nacimiento, el movimiento continúa haciendo parte del ser humano al iniciar la interacción con el medio ambiente y en su relación con otros.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Figuroa De la Barra (2013) afirma que a lo largo de la historia, la actividad física se ha transformado en cuanto a características, utilidades y funciones, generalmente como un medio para alcanzar un fin; es decir, como medio de supervivencia, adaptación, comunicación, expresión, entretenimiento o para la guerra. La existencia y vida del ser humano se basa en gran parte en la interrelación con el medio físico y social a través del movimiento.

Uno de los aspectos más relevantes a lo largo de la historia de la humanidad, es la presencia de la actividad física como un determinante para dar solución a situaciones individuales o colectivas, teniendo en cuenta una connotación social. En el siguiente cuadro, se observan las transformaciones a lo largo del tiempo de este concepto. Se consideran los períodos establecidos desde la pre- historia hasta la actualidad.

Cuadro N° 1
Características de la actividad física y el deporte según periodo

PERIODO HISTÓRICO	CARACTERÍSTICAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y/O DEPORTE
Prehistoria	Medio de vida. Capital para la supervivencia (caza y pesca). Actividades sencillas, naturales, que no presentan demasiadas reglas, y exclusivas para hombres.
Culturas antiguas (Grecia y Roma)	Utilizada/o con fines militares. Es importante para preparar los juegos helénicos. Es importante para el incremento de la belleza corporal. Aparece la idea de actividad física con objetivos higiénicos.
Edad Media	Los fines higiénicos quedan apartados, conservándose exclusivamente para que los caballeros preparen la guerra (torneos).
Renacimiento	Importancia para la salud (opinión de médicos y pedagogos). Introducción de la educación física en los sistemas pedagógicos. La actividad física está limitada a la conservación de la salud.
Renacimiento al S. XIX	Suecos, franceses y alemanes dominan el progreso de la educación física, Prescribiendo médicamente ejercicios terapéuticos con el objeto de desarrollar al individuo. También se utiliza como medio de preparación militar. Influencia del movimiento deportivo de Arnold Thomas en el surgimiento de deportes nuevos, sobre todo en Inglaterra.
Actualidad	Mayor importancia que en las sociedades previas. Surgimiento de nuevas corrientes de educación física: psicomotricista,

expresiva, etc.

Aparición de distintas maneras de entendimiento del deporte: deporte profesional, deporte escolar, etc.

La actividad físico-deportiva se convierte en un elemento fundamental para el entendimiento de la sociedad.

Tomado de: Figueroa De la Barra (2013), p. 22. Fuente: Características fundamentales de la actividad física y / o el deporte en diferentes períodos históricos. Inspirado en Giménez (2000).

La evolución del concepto de Actividad Física a lo largo de la historia se enmarca como un medio y un fin social y personal. Llama la atención el concepto actual que lo convierte en un elemento fundamental para el entendimiento de la sociedad, es decir, la práctica e incremento de la actividad física o, por el contrario, la poca práctica o sedentarismo da cuenta de los prototipos sociales, esquemas de pensamiento, ocupaciones, estado de salud y valores culturales y económicos de las sociedades actuales.

Adolescencia

Aunque el término *Adolescencia* no es una categoría a desarrollar en la presente investigación, el concepto resulta importante desarrollarlo debido a las características de la población. Según la Organización Mundial de la Salud OMS (2003), la adolescencia es la época que fluctúa entre la niñez y la pubertad, entre los 13 y 17 años de edad. Los jóvenes se enfrentan al hecho de tomar sus propias decisiones frente a situaciones que pueden afectar su vida a mediano y largo plazo.

La coyuntura entre la aparición de la adolescencia y el avance en el proceso educativo, implican la instauración de hábitos de vida saludables que pueden beneficiar a los y las jóvenes. Esta etapa también se caracteriza por la facilitación propia de los procesos de intervención, ya

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

que el crecimiento y desarrollo asociados a la madurez y alcance del pensamiento complejo permiten que los(as) jóvenes generen pensamiento de auto cuidado, mayormente que en otra etapa de la vida.

López de Bernal y De Narváez (2003) afirman que la entrada a la pubertad y juventud “ocurre en el niño alrededor de los 12 años, y constituye un proceso acelerado en los tiempos actuales debido a la cantidad de información que las TIC proporcionan en el mundo actual. Este hecho, hace que la época de los cambios físicos y de la curiosidad sexual se acrecienten” (p. 14).

Otro aspecto que llama la atención en la adolescencia es la forma en que se difuminan aspectos relacionados con el respeto hacia los adultos, especialmente los del núcleo familiar, para priorizar las opiniones de pares y amigos. Esa búsqueda de aprobación establece, precisamente, mayor distanciamiento de su círculo familiar y cercanía en los círculos de amigos y jóvenes. López de Bernal y De Narváez (2003) corroboran lo anterior al referirse a la adolescencia como una de las etapas con mayor dificultad en el plano comunicativo y expresivo entre padres e hijos, y al respecto afirman:

[...] que se agudiza la llamada brecha generacional: los hijos pasan la mayor parte del tiempo fuera de casa – en el colegio o con los amigos- y la comunicación se imposibilita. No hacen caso a los sermones de los padres y sólo prestan atención a aquello que atañe a sus intereses personales y a sus preferencias (p. 15).

Posterior al inicio de la adolescencia, a partir de los catorce años las personas tienden a experimentar una serie de vivencias complejas que suceden por primera vez: cigarrillo, noviazgo, relaciones sexuales, alcohol, bailes, fiestas, consumo de sustancias psicoactivas, etc. Estos mismos autores manifiestan que estas situaciones, a la vez, conllevan a un torrente de emociones caracterizado por las desilusiones, alegrías extremas, depresiones, crisis existenciales que pueden

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

ocasionar en el adolescente situaciones cuyas dimensiones pueden ser neuróticas. Los jóvenes consideran estos momentos como situaciones donde se encuentran solos contra el mundo y nadie ni nada los comprende.

Todas y cada una de las situaciones que viven los jóvenes en esta etapa constituyen reales y duras circunstancias donde la cotidianidad y las experiencias permiten explorar y experimentar la vida en las dimensiones buenas y malas. Por esto, se cree que la estancia en el colegio resultaría el escenario propicio para fomentar mejores y saludables hábitos de vida, siendo uno de ellos el comienzo y la permanencia en las actividades físico- deportivas en su tiempo libre. Esto corrobora la relevancia de llevar a cabo procesos investigativos que revelen formas de actuar, actitudes y pensamientos de los adolescentes que permitan propiciar aportes sobre los hábitos de vida, que faciliten el diseño y ejecución de programas de promoción de las prácticas en la actividad física.

Metodología

Hernández (2010) afirma que la investigación cualitativa involucra “una inmersión inicial en el campo” (p. 8), lo que significa que la oportunidad para el investigador se traduce en el hecho de sensibilizarse con el entorno, en este caso, el ambiente jornada tarde sede A de la Institución Educativa General Gustavo Rojas Pinilla, Localidad de Kennedy, con los estudiantes de la media.

La caracterización de los imaginarios sociales en esta población implica un primer paso basado en el análisis descriptivo de la información producida a través de la técnica que se implemente, en este caso el grupo focal. Desde esta perspectiva, la investigación cualitativa permite acceder a expresiones complejas relacionadas con modos de pensar y de actuar, lo cual es prioridad en esta investigación. Dice Corbetta en 2003 (citado por Hernández, 2010), que el estudio cualitativo “evalúa el desarrollo natural de los sucesos, es decir, no hay manipulación ni estimulación con respecto a la realidad” (p. 9), lo que implica la no determinación de hipótesis ni tampoco el establecimiento de procesos experimentales sino sencillamente la observación y análisis interpretativo de una realidad social específica.

Los imaginarios sociales contruidos por los(as) estudiantes en relación a la actividad física, que hicieron parte de la investigación, tienen que ver con aspectos inconscientes, con influencias exteriores, con experiencias personales, con influencia de medios de comunicación, entre otros aspectos, lo cual implica la formulación de un esquema de entrevista semi-estructurada que, al ser utilizado simultáneamente entre varias personas, seguramente permitirá reconocerlos (a los imaginarios) de manera más adecuada. Esta es la razón del grupo focal como

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

técnica escogida, ya que dentro de la misma dinámica del diálogo compartido podrán emerger aspectos relevantes para el propósito investigativo, que difícilmente podrían obtenerse bajo otro tipo de técnica.

El método de investigación es el fenomenológico, ya que el objetivo principal de este trabajo se enmarca en la comprensión de aspectos relacionados con las experiencias y pensamientos personales de cada estudiante, lo que implica un estudio basado en la manifestación de la realidad tal cual ésta se presenta, en primera persona, natural; situaciones que finalmente son características fundamentales de este método de estudio.

Proceso Metodológico

Como se dijo anteriormente, el primer paso tiene que ver con la realización del grupo focal, utilizando como instrumento metodológico la entrevista semi-estructurada. Una vez finalizado este proceso, organizara la información recolectada a través de las categorías y sub-categorías, las cuales se describirán más adelante, en la matriz descriptiva diseñada para tal fin. A continuación se llevará a cabo el análisis de esta información, a la luz precisamente de la categorización establecida. La interpretación de los datos será el siguiente paso, en primera instancia relacionándola con los autores de mayor influencia en la construcción conceptual utilizada a lo largo de este trabajo, y posteriormente para posibilitar el delineamiento de directrices que permitan a futuro generar espacios de intervención en la población estudiantil.

Respecto a la forma de relacionar las diferentes categorías y sub-categorías, el análisis descriptivo permitirá visibilizar convergencias y divergencias, lo cual facilitará el proceso de interpretación en relación con los objetivos general y específicos de la presente investigación.

Categorías de análisis

Son dos las categorías principales de esta investigación. La primera, denominada Actividad Física, se desarrolla a la luz de 6 sub-categorías, las cuales tienen relación directa con la visibilización de la segunda categoría principal: los imaginarios sociales. El comportamiento activo, la experiencia, el concepto de Actividad Física, los factores que influyen en los imaginarios, beneficios –efectos, los sentimientos, y los valores en torno a la percepción de los(as) jóvenes respecto al concepto en mención permite dar cuenta de las dos categorías ya descritas.

A partir del documento macro del cual se desprende la presente investigación, las sub-categorías se conceptualizarán desde las preguntas formuladas en dicho documento, según la siguiente tabla:

Tabla Nro. 1.
Categoría y sub categorías de Análisis

Categoría	Sub categorías	Codificación	Preguntas
			Entrevista semi - estructurada
ACTIVIDAD FÍSICA	Comportamiento Activo	CA	¿Qué actividades realiza usted diariamente? ¿Qué actividades realiza usted fuera de su estudio? ¿Qué hace los fines de semana?
	Experiencia	EX	¿Qué experiencias tuvo o tiene en cuanto a la práctica de actividad física? ¿Cómo ha sido su experiencia actual con relación a la práctica de alguna actividad física? ¿En que se le dificulta hacer actividad física?
	Concepto	CON	¿Qué entiende usted por Actividad Física?
	Factores que influyen los imaginarios	FI	¿Qué cosas ha escuchado de su familia, amigos y/o comunidad en general sobre la práctica de la Actividad Física? ¿De qué manera las organizaciones e instituciones como el colegio, las alcaldías o juntas de acción

		comunal del barrio promueven la Actividad Física?
Beneficios y Efectos	BE	¿Para usted, cuáles son los beneficios de la Actividad Física? ¿Cuál es su opinión sobre el impacto de la Actividad Física en la salud?
Sentimientos y Valores	SV	¿Que experimenta cuando hace Actividad Física? ¿De qué manera cree usted que la Actividad Física, favorece el desarrollo integral del ser humano?

Nota: Las preguntas orientadoras descritas son la base de la conformación de las entrevistas semi - estructuradas.

Población

La población participante se conformó con 5 estudiantes: 3 hombres y 2 mujeres con rango de edad de los 15 a 17 años de edad, estudiantes de la Media del Colegio Gustavo Rojas Pinilla del grado décimo. Si bien es cierto que este es el número mínimo para considerar a un grupo focal como válido dentro del proceso investigativo, se consideró adecuado llevarlo a cabo de esa manera para posibilitar mayor profundidad y detalle en los diálogos generados.

Técnicas e Instrumentos

Las técnicas de recolección de datos en la investigación cualitativa “se establecen con el objetivo de obtener fuentes de obtención de información” (Hernández, 2010, p. 409). Teniendo en cuenta el papel del investigador en la recolección de los datos cualitativos, específicamente en la interacción con la realidad y población de estudiantes, y como educador físico, la inmersión en el campo de acción se realizó desde una postura reflexiva y minimizando en lo posible la influencia de la figura como docente sobre los y las participantes.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

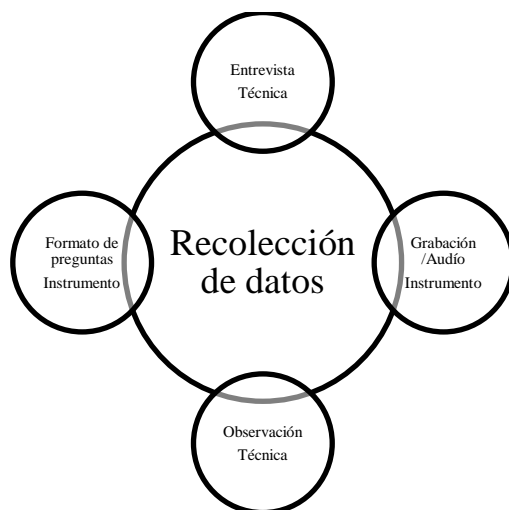
En concordancia, la identificación de los imaginarios que construyen los(as) estudiantes del Colegio General Rojas Pinilla se recolectaron mediante la puesta en marcha de un grupo inicial donde se realizó la escogencia a partir del interés y consentimiento de los estudiantes y la entrevista semi estructurada; se observó la participación del mayor número de estudiantes y el diálogo, discursos y disertaciones entre los educandos sobre el imaginario que poseen de la actividad física.

El grupo convocado obtuvo la participación final de 5 participantes con una población heterogénea, se realizaron las preguntas en forma individual y se trabajó en tres sesiones con una duración de 1 hora. El grupo inicial se ubicó en el aula polivalente del Colegio Gustavo Rojas Pinilla durante la jornada escolar.

El instrumento metodológico empleado puede evidenciarse en el anexo A.

Grafico 1.

Relación entre técnicas e instrumentos



El formato de entrevista contiene preguntas abiertas, y su estructura se fundamentó en dos grandes temas de conversación: el primer eje temático a tratar fue sobre qué se entiende por

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

actividad física. El segundo eje temático fue cuales son las experiencias positivas y negativas frente a la actividad física, y el tercero en cómo influyen los amigos, el barrio la familia y los medios de comunicación frente a la práctica de la actividad física.

Resultados

En la fase de recolección de datos se obtuvieron 80 registros que corresponden a las respuestas de los entrevistados, de acuerdo con las sub categorías del concepto de actividad física.

Este proceso se desarrolló a partir de matrices de narración documental, que según Hernández S. (2010) permiten establecer relaciones entre temas o categorías, prestando especial atención cuando los temas o categorías se cruzan con el uso de filas y columnas. Para esta investigación en particular, cada análisis determinó si frente a las sub categorías establecidas existían relación o no.

A continuación se presentan los resultados que surgieron a partir del análisis vaciada en las matrices descriptivas:

Análisis Sub Categoría Comportamiento Activo

Se obtuvieron 15 respuestas a la pregunta: ¿Qué actividades realiza usted diariamente? Los estudiantes, en su mayoría, relatan actividades de la vida diaria relacionadas con el auto cuidado e higiene personal; enfatizan en la clase de educación física, y las actividades se centran en el estudio. Un estudiante menciona aprovechar el tiempo libre para compartir con amigos y jugar: *“Pues yo realizo las actividades de lunes a viernes normales, me levanto, voy al colegio estudio, desayuno almuerzo y como. Eso sí por las tardes cuando me queda tiempo y que no*

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

dejan muchas tareas entonces me reúno con mis amigos y jugamos, generalmente vamos y jugamos en el parque micro”

El reconocimiento del colegio y las dinámicas como centro de las actividades cotidianas de los jóvenes destacan la importancia de la institución educativa y su influencia directa en el comportamiento de los estudiantes.

A la pregunta *¿Qué actividades realiza usted fuera de su estudio?*, los estudiantes enfatizan en el hecho de compartir con su familia y participar en grupos artísticos y deportivos. Se evidencia la práctica de actividades que requieren un esfuerzo físico y movimiento corporal en compañía de la familia

En este sentido, no se hallaron preferencias por actividades de tipo intelectual como la lectura, o pasivas como visitas a bibliotecas, a Museos, o ir al cine: *“...pues bueno yo estoy en un grupo de danzas y los hago los viernes y los sábados, después digamos los domingos voy a ciclo vía con mi familia con mis primos o a veces con mi papá...mmm no así como con rutina no es lo normal, caminar y de vez en cuando hacer aseo”*

Así mismo, testimonios como: *Entrevistador: ¿Crees que educación física, actividad física o deporte es lo mismo? Pues creo que tiene conexión porque es todo físico es ejercitando el cuerpo. Entrevistador: ¿Te gustaría practicar actividad física? Mmm... sí me gustaría, me gustaría tener una rutina sencilla simple y que de verdad me ayude. Fuera del estudio me levanto hago estiramiento y a veces los fines de semana salgo, a montar bicicleta o a caminar; habitualmente me gusta mucho el patinaje y pues es una afición que tenemos nosotros”*, indican que las actividades que realizan fuera del estudio involucran algunas relacionadas con la Educación Física. Es claro, para los jóvenes, que esta asignatura académica ejerce una influencia

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

permanente en la práctica de la actividad física o deporte, así como la búsqueda de rutinas de prácticas en actividad física que contribuyan al bienestar físico de las personas.

Con respecto a la tercera pregunta ¿Qué hace los fines de semana? Los estudiantes afirman que las actividades lúdicas, artísticas y deportivas como el patinaje y el fútbol son de preferencia para el tiempo libre; mencionan la influencia del clima y el aprovechamiento del tiempo para dormir y salir a bailar con los amigos. Se observa una tendencia al uso de la bicicleta y la influencia de la ciclo vía como actividad predilecta por los jóvenes: *“Los fines de semana no hago actividad física trato de dormir lo más que pueda y descansar y a veces salgo a rumbear. Entrevistador ¿Y estudias? Si hago tareas más o menos en dos horas y ya”*. Otro testimonio indica: *“Eeeh, si no salgo a bailar voy a ciclo vía y monto ya sea patines o bicicleta y doy una vuelta hasta donde arrisque jajaja. Entrevistador: ¿Le dedicas mucho tiempo al estudio? Si bastante. Los fines de semana me encuentro nuevamente con mis amigos y jugamos futbol pero hay otra actividad que me gusta mucho y que tengo un grupo de amigos con la cual la practicamos que es ir a patinar”*.

El comportamiento activo refiere que los jóvenes presentan tendencia al estudio como actividad física durante la semana, sin embargo se resalta el hecho de compartir con amigos ya sea en el colegio, en la clase de educación física, la práctica de deportes como el patinaje, el fútbol, la danza, montar bicicleta. Llama la atención la importancia que dan al acompañamiento de la familia y la participación en grupos artísticos y deportivos.

Hay coincidencia en las actividades de los fines de semana en cuanto a la participación en actividades lúdicas, artísticas y deportivas. Se evidencia uso de espacios públicos y programas de recreación como la ciclo vía. Los jóvenes reportan la influencia del clima como un determinante

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

para la práctica de la actividad física. Hay una preferencia en actividades como dormir y compartir con los amigos. Ver anexo C.

Análisis Sub Categoría Experiencia

Se obtuvieron 15 registros con la realización de tres preguntas. Los estudiantes mencionan con respecto a la pregunta: ¿Qué experiencias tuvo o tiene en cuanto a la práctica de actividad física? preferencia por los deportes como el patinaje, el baloncesto, el fútbol. Con respecto a la experiencia, hacen referencia a las rutinas, al uso del gimnasio y un estudiante da cuenta que los padres no le inculcaron ningún deporte, así mismo mencionan estados emocionales y físicos como la fatiga, la exigencia, superación, establecimiento y cumplimiento de metas, disfrute por la práctica de la actividad física: *“Me gusta hacer actividad física los fines de semana y cuando acabo de hacer el ejercicio me siento aliviado tranquilo”* Otro testimonio indica: *“Estuve metido en un gimnasio y la verdad lo disfrutaba mucho”*

A la pregunta: ¿Cómo ha sido su experiencia actual con relación a la práctica de alguna actividad física? Los estudiantes coinciden en afirmar que la práctica de la actividad física beneficia el estado corporal y emocional, mencionan un aumento en la adrenalina y la aparición de los efectos del sedentarismo en la salud de ellos debido a la falta de práctica. Así mismo, hay hallazgos que relacionan la práctica de la actividad física con la belleza física o estética, así como la salud mental: *“Eeee pues todos les gustaría hacer actividad física por estética por mantenerse bonitos o les gustaría dedicarle más tiempo hacer rutinas de ejercicios ya sea estar en el gimnasio o algo así”*; *“para mí es lo mejor porque me siento saludable, me divierto con mis amigos, con deportes que nos gusta practicar en el colegio, por ejemplo cuando estamos en*

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

descanso nos distrae de todas las presiones de las otras clases cuando tenemos educación física, nos alegra tener este tipo de ejercicios”

Así mismo, los estudiantes consideran que la actividad física es lo mismo que el deporte. Tal y como lo menciona un entrevistado, “...Sí, para mi es lo mismo porque una actividad física la desarrolla usted en el ejercicio de cualquier deporte”.

A la pregunta ¿En qué se le dificulta hacer actividad física?, las respuestas coinciden en la dedicación en mayor tiempo al estudio. Los estudiantes reportan compromisos con las tareas asignadas. Así mismo, la organización de los tiempos para equilibrar estudio, tiempo libre y amigos se evidencia en expresiones como: “Pues el estudio, me toca consagrarme más al estudio nos dejan muchas tareas y precisamente tenemos el grupo de danzas los viernes y sábado que no influyan en mi estudio”. Otro estudiante menciona: “Más que todo es por la falta de tiempo por eso es que realizo actividad física los fines de semana porque de lunes a viernes estudio”

Los resultados de esta sub categoría indican la relación de la experiencia con la práctica de deportes: patinaje, baloncesto, fútbol, así como también la importancia del establecimiento de rutinas; mencionan el gimnasio como un lugar de preferencia para la práctica de la actividad física. Nuevamente la influencia de la enseñanza de los padres denota un aspecto relevante en los imaginarios de los jóvenes. De igual forma, la relación de la experiencia con los estados emocionales y físicos como la fatiga, la exigencia, superación, establecimiento, cumplimiento de metas y el disfrute por la práctica de la actividad física (ver Anexo D).

Los jóvenes refieren los beneficios al estado corporal y emocional, aumento en la adrenalina y la aparición de los efectos del sedentarismo en la salud. Relacionan la práctica de la actividad física con la belleza física o estética, así como la salud mental. Nuevamente, hay

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

bastante dedicación en mayor tiempo al estudio. En consecuencia, para los jóvenes la organización de los tiempos para equilibrar estudio, tiempos libres y amigos es relevante para obtener una práctica de la actividad física productiva y beneficiosa.

Análisis Sub categoría Concepto

A la pregunta ¿Qué entiende usted por Actividad Física?, los estudiantes coinciden en afirmar el concepto de ejercicio como caracterización de la actividad física; para los jóvenes involucra la ejercitación y maduración de los músculos. Afirman que se trata del desarrollo de los aspectos físico y mental, y la actividad física se relaciona con la salud: *“Para mí es el desarrollo del cuerpo físico y también mental”*

Así mismo, un hallazgo menciona la incidencia de las TIC y las graves consecuencias como el sedentarismo y la obesidad, relacionando el concepto con los peligros de la inactividad física y la falta de rutinas: *“Entrevistador: A pesar de que usted no realiza actividad física frecuentemente ¿considera que es importante la actividad física en la vida de las personas? Completamente, porque el sedentarismo está acabando con todo el mundo y está llevando a problemas en la parte de salud como la obesidad y ahora con tanta tecnología todo mundo quiere estar acostado con su celular y no lleva a nada pero la actividad física deberíamos hacerla con más frecuencia”*

En esta sub categoría los jóvenes coinciden en que la práctica de ejercicio como concepto se relaciona directamente con la actividad física, la ejercitación y maduración de los músculos y el desarrollo del cuerpo físico y mental. La actividad física se relaciona con la salud. Llama la atención la incidencia de las TIC y las consecuencias de la no práctica de la actividad física

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

como el sedentarismo y la obesidad. Lo anterior, es reconocido por los jóvenes como peligros de la inactividad física y la falta de rutinas. Cinco registros hicieron parte de los hallazgos de esta categoría (ver anexo E).

Análisis Sub categoría Factores que influyen en los imaginarios

Con relación a la pregunta *¿Qué cosas ha escuchado de su familia, amigos y/o comunidad en general sobre la práctica de la Actividad Física?, los jóvenes refieren las enseñanzas de los docentes del colegio. De igual manera, los padres de familia constituyen un referente importante en la vida de los estudiantes; nuevamente mencionan la necesidad de la práctica de la actividad física para evitar enfermedades, en especial la obesidad: “Sí, el profe de danzas y el de educación física nos dice que hagamos actividad física pues para evitar tantas cosas como infartos pues el caso de la gordura y que es importante hacer ejercicios”. Otro joven menciona: “Busco un beneficio personal en cuanto a la salud porque en el momento de tener una buena rutina de ejercicios no te cansas con las tareas diarias siempre está en constante movimiento entonces mantienes con energía que es muy difícil hoy en día toda la gente está cansada; entonces hacer rutinas físicas ayuda a mantenerse energético y ayudaría también como prevención de enfermedades como la diabetes y el corazón”*

Frente a la pregunta: *¿considera usted que la Actividad Física ayuda a sentirse mentalmente bien a las personas? ¿Por qué?, los jóvenes en totalidad afirman que la ayuda es evidente frente a la salud física y mental; mencionan el funcionamiento corporal relacionado con el metabolismo y la obesidad. El estrés aparece como un imaginario cuya relación con la actividad física es evidente en cuanto a la práctica según la opinión de los estudiantes.*

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Así mismo, hay evidencia de la forma como los jóvenes perciben la influencia del consumo de sustancias psicoactivas y cómo la actividad física y las practicas instauradas desde el deporte logran una forma de prevención al ocupar el tiempo libre: *“Bueno por lo que dice mi familia ayuda a la circulación, al metabolismo, pues para no engordarse al corazón, mmm pues como que oxigenas más el cuerpo activa todo tu sistema nervioso me imagino”*. Otro estudiante menciona: *“Pues buena salud eeee un cuerpo saludable lo mantiene a uno ocupado en cosas que le brinda beneficios hoy en día vemos a muchos muchachos de mi edad se meten mucho en las drogas y porque no tienen en que ocupar su tiempo libre y el deporte nos ayuda a eso”*. De igual forma, otro joven afirma: *“Si totalmente bueno empezando que uno cuando hace actividad física como que se olvida de su trajinar de sus problemas es como una forma desestresarse quitarse el estrés de encima hace que uno despeje su mente y tenga mejor actividad en el estudio”*

Las respuestas a la pregunta *¿con qué aspectos de tu vida relacionas la actividad física?* indican que la buena capacidad física es el soporte de una buena salud, en este sentido, la practica conlleva a aumentar la capacidad corporal y se relaciona directamente con el bienestar y el mantenimiento de la salud. Así mismo, términos como bienestar, desempeño y estético los relacionan con los imaginarios alrededor de la actividad física: *“Con la salud siempre hay que mantener una buena capacidad física para mantener una buena salud...con lo estético...”*; un joven afirma: *“Si claro por eso todos los atletas todas las personas que desde pequeños desarrollan actividad física o cualquier deporte pues más adelante se les ve la el mejor estado físico y mejor desempeño”*

Frente a la pregunta: *¿Cree usted que la Actividad Física le ayudaría a desarrollar mejor las capacidades físicas? ¿Por qué?* el total de los estudiantes coinciden en afirmar que la

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Actividad Física ayuda a desarrollar las capacidades físicas, mencionan la mejoría en la tonificación muscular y la disminución del estrés. Así mismo, el concepto de calidad de vida se encuentra presente en los imaginarios de los jóvenes. Lograr aumentar o mejorar la energía a través del ejercicio es una interpretación de la ayuda de la Actividad Física: *“Creería que sí, si claro tiene relación porque si uno no está físicamente apto entonces, su calidad de vida va a ser deficiente”*. Un joven afirma: *“Si claro ayuda a desarrollar el cuerpo, si da como más energía nos mantiene más enérgicos”*. Otra respuesta: *“Si ayuda también como la energía del día, a uno no se levanta tan cansado se levanta con ganas de hacer las cosas mejor.”*

Por otro lado, los imaginarios sobre las formas de promoción de la Actividad Física de las organizaciones e instituciones son claros, y los jóvenes identifican las actividades que se realizan como formas de promoción tales como: clases de zumba, el deporte, prácticas musicales o culturales, cursos para aprender un instrumento musical. Las respuestas de los estudiantes a la pregunta: *¿De qué manera las organizaciones e instituciones como el colegio, las alcaldías o juntas de acción comunal del barrio promueven la Actividad Física?* coinciden en: *“Si Claro en los descansos juegan futbol y en el barrio hacen clase de zumba “;* otro registro: *“La actividad física es lo mismo que un deporte. Eeee no deporte es como me parece a mí cuando te dedicas solamente a algo en específico actividad física es llegas y mantienes todo el cuerpo en constante movimiento”*

Así mismo, la pregunta arrojó como hallazgos la intención de destinar más tiempo a las prácticas de la Actividad Física. Las respuestas indican que a nivel de la comunidad o de la localidad no se destinan espacios ni tiempos al desarrollo de las jornadas deportivas; se destaca una manifestación de actividad física relacionada con el arte: *“No, en el barrio aquí la*

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

comunidad no hace jornadas deportivas ni de actividad física más que todo lo cultural como aprender a tocar guitarra o pintura”

En términos generales, los estudiantes relacionan las formas de promoción de la actividad física con la destinación de espacios y la realización de actividades, así mismo indican la necesidad de destinar tiempo y la alta demanda del estudio como centro del rol de los jóvenes:

“Pues en el barrio donde vivo montaron un gimnasio y es gratis y nos invitan a que vayamos hacer ejercicio pero como estudio todos los días no me queda tiempo y en las noches no lo abren y en el colegio pues en las clases de educación física y en el descanso los campeonatos de fútbol”

Los resultados de esta sub categoría indican que las enseñanzas de los docentes del colegio son relevantes, así como el referente de los padres de familia. Los estudiantes reportan la necesidad de la práctica de la actividad física para evitar enfermedades, en especial la obesidad. Reconocen la práctica indispensable para la salud física y mental, y la relacionan con el funcionamiento corporal, el metabolismo y la obesidad (ver Anexo F).

El estrés y la práctica o no de la actividad física se relacionan continuamente con el consumo de sustancias psicoactivas. Sin embargo, se evidencia cierto entendimiento sobre la prevención a través de la actividad física; deporte como estrategia de ocupación del tiempo libre.

Afirman que la “buena” capacidad física es soporte de una buena salud, y la práctica conlleva a aumentar la capacidad corporal. También los resultados indican que los jóvenes relacionan la práctica con el bienestar y mantenimiento de la salud, con el desempeño, lo estético y ayuda a desarrollar las capacidades físicas.

En esta sub categoría es evidente, para los estudiantes, la mejoría en la tonificación muscular y la disminución del estrés. Relacionan estos aspectos con el concepto de calidad de

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

vida y lograr aumentar o mejorar la energía a través del ejercicio, lo cual constituye una interpretación de la ayuda de la Actividad Física.

Así mismo, las formas de promoción de la Actividad Física de las organizaciones e instituciones son claras. Los jóvenes identifican actividades que se realizan como formas de promoción tales como: clases de zumba, el deporte, prácticas musicales o culturales, cursos para aprender un instrumento musical. También hay una intención de destinar más tiempo a las prácticas de la Actividad Física.

A nivel de la comunidad o de la localidad no se destinan espacios ni tiempos al desarrollo de las jornadas deportivas pero sí existen ofertas en el campo artístico.

La relación de las formas de promoción de la actividad física con la destinación de espacios y la realización de actividades requieren la necesidad de destinar tiempo frente a la alta demanda del estudio como centro del rol de los jóvenes.

Análisis Sub categoría Beneficios y Efectos

Se obtuvieron 10 hallazgos; en la primera pregunta: ¿Cómo evalúa usted la AF que realiza actualmente? ¿Cree que es suficiente, insuficiente? ¿Por qué?, los jóvenes manifestaron la Actividad Física suficiente con tiempos de más de cinco horas semanales o dedicación todas las tardes después del colegio; no se especifica el tiempo. Se resaltan los tiempos de los fines de semana como un espacio valioso para jugar y o practicar un deporte. El juego en la adolescencia aparece en las respuestas de los jóvenes, diferenciándolo del concepto de deporte: *“Pues no porque en estos dos días estoy casi cinco horas y me parece que es suficiente”* Otro hallazgo indica *“... cada vez que tengo la oportunidad desarrollo por las tardes cuando tengo la*

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

oportunidad y no me dejan muchas tareas, salgo y juego generalmente los fines de semana siempre estoy practicando algún deporte”

La opinión de los jóvenes con respecto a la pregunta: *¿Cuál es su opinión sobre el impacto de la Actividad Física en la salud? gira en torno a los conceptos de prevención, obesidad y forma de evitarla; también el concepto de dieta y el extranjerismo fit. Este léxico indica que los imaginarios de los jóvenes se relacionan con el mantenimiento de la salud física, mental y estética, así como la prevención de las enfermedades, pero con una predominancia por destacarlos desde el estereotipo de la imagen corporal ideal: “Si claro la prevención en lo que te decía ahorita por ejemplo si yo soy gordita pues obviamente si yo estoy ejercitando el cuerpo haciendo ejercicio me va evitar digamos un infarto”. Una estudiante afirma: “Pues tengo unas compañeras que son muy fit, entonces ellas hacen muchas dietas, hacen bastante ejercicio abdominales pero como para mantener su figura pero la verdad no me animo pues soy delgada y no creo que lo necesite mucho”*

En síntesis, los testimonios de los jóvenes indican que el tiempo de dedicación incide directamente en los efectos y beneficios. Los jóvenes consideran suficiente la dedicación con tiempos de más de cinco horas semanales o todas las tardes después del colegio; resaltan los tiempos de los fines de semana. Para los jóvenes, el fin de semana es un espacio valioso para jugar y/o practicar un deporte (ver Anexo G).

De igual forma, el juego en la adolescencia aparece en las respuestas de los jóvenes, diferenciándolo del concepto de deporte. Aparece en el léxico de los estudiantes el concepto de dieta y el extranjerismo fit.

Análisis Sub categoría Sentimientos y Valores

En esta última sub categoría se obtuvieron 10 registros a partir de dos preguntas. Las respuestas a la pregunta: ¿Qué experimenta cuando hace Actividad Física? indican que las experiencias de los jóvenes surgen a partir del aspecto emocional. Los estudiantes experimentan sensaciones de alegría, obtener libertad, liberarse del estrés. Así mismo, opinan sobre los efectos de la actividad física a nivel corporal, como por ejemplo dolor, cansancio, desarrollo corporal, respiración y trabajo muscular: *“Me gusta, me encanta; yo creo que el grupo que tengo de danzas me ayuda a despejarme un poco alegrarme a sentirme como más libre y a quitarme esa carga que tengo del día o la semana porque como te digo la practico los fines de semana”*. Una estudiante afirma: *“Pues como le comentaba, el hecho de ejercitar cada uno de los órganos y músculos porque cuando uno está haciendo actividad física debe tener en cuenta el cuerpo en su totalidad empezando por la mente debe estar concentrado y también la respiración esto hace que prevengamos enfermedades en el futuro”*

Con respecto a la pregunta: ¿De qué manera cree usted que la Actividad Física, favorece el desarrollo integral del ser humano?, los jóvenes opinan que la Actividad Física favorece las funciones cognitivas y el aumento de las habilidades motrices, así como también una clara influencia para lograr una descarga emocional frente al estrés o preocupaciones: *“Pues porque activa mucho a la persona por ejemplo cuando yo juego futbol estoy más concentrada. Ayuda bastante porque es como que empiezas a preparar el cuerpo para que empiece a ser más cada día ayuda a despejar la mente ayuda a no tener a estar sometido solamente a estar durmiendo y estar en la monotonía”*

De igual forma, el favorecimiento del desarrollo humano a través de la Actividad Física incide en la calidad de las relaciones sociales de las personas. La opinión de los jóvenes expresa

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

calidad en lo humano y social, es decir, la Actividad Física y sus prácticas trascienden lo individual hacia lo social: *“Pues como dicen por ahí una persona sana una persona tranquila que tiene mucha mejor vida social mucha mejor integración el solo hecho de salir hacer ejercicio en mi caso el ciclismo uno conoce gente y eso hace que se integre la parte humana y social de cada uno”*

Una afirmación de los estudiantes coincide en que la práctica de una actividad física descarga emocionalmente frente al estrés o preocupaciones. Esto permite, por supuesto, el favorecimiento del bienestar humano a través de la actividad física, la cual incide además en la calidad de las relaciones sociales de las personas. Esto repercute en la calidad de vida, y por ende en las atmósferas individual y social.

Posterior a las seis matrices por sub categorías se procedió al establecimiento de una matriz final para lograr un análisis general de los hallazgos. Se relacionó cada sub categoría con los hallazgos y se obtuvieron interpretaciones descriptivas que facilitaron la identificación de núcleos temáticos y el desarrollo posterior de la discusión de los resultados (ver Anexo I).

En este orden de ideas, en **Comportamiento Activo**, las actividades se centran en los núcleos temáticos de: auto cuidado, corporeidad, participación, roles, tiempo libre, amistad, pares, institución educativa, familia, figuras paterna y materna, grupos deportivos y artísticos, esfuerzo físico, movimiento corporal, educación física, deportes, espacios públicos, influencia del clima, sueño y descanso corporal.

En **Experiencia**, los núcleos temáticos parten de: Práctica de deportes, rutinas, gimnasio, enseñanza de los padres, estados emocionales, disfrute y goce, estado corporal y emocional, sedentarismo, belleza, salud mental, estudio, tiempo libre, amigos. En la sub categoría de **Concepto** surgieron: condiciones físicas, músculos, desarrollo físico, salud mental y física, TIC,

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

consecuencias de la no práctica de la actividad física, ejercicio, sedentarismo, obesidad, inactividad física, falta de rutinas.

En la sub categoría **Factores que influyen en los imaginarios** los núcleos temáticos se centran en: entornos inmediatos, beneficios, salud mental, vida de los jóvenes, creencias para mejorar, maneras y formas de ofertas en la comunidad educativa y local. Enseñanza, familia, padres de familia, salud física y mental, enfermedades, obesidad, estrés, funcionamiento y capacidad corporal, capacidades físicas, belleza física, aumento de la energía, tonicidad muscular, bienestar, desempeño, estético, así como también en consumo de sustancias psicoactivas y prevención.

En **Beneficios y Efectos** se ubicaron los núcleos en calidad de los efectos, tiempo, impacto de la práctica, fin de semana, juego, deporte. Y finalmente, en la sub categoría **Sentimientos y Valores**, lo relacionado con aspectos emocionales, sensaciones, alegría, libertad, y estrés. Respecto a la imagen, se destaca el aspecto corporal, dolor, cansancio, desarrollo corporal, respiración, trabajo muscular. Por último, hay referencia a lo relacionado con las funciones cognitivas, habilidades motrices, desarrollo humano, relaciones sociales, calidad en lo humano y social, trascendencia de lo individual hacia lo social.

Discusión

Los imaginarios de los estudiantes parten de la descripción de las percepciones sobre la actividad física. Es claro el concepto que los jóvenes expresan respecto al tema en cuestión, centrado en las condiciones físicas relacionadas directamente con el desarrollo físico y los músculos del cuerpo. Los jóvenes definen la actividad física como un componente corporal que establece una relación directa con la salud mental y física, y por ende se manifiesta la necesidad de practicar ejercicio acorde con el acompañamiento de los adultos, aludir consejos, recomendaciones y acompañamiento especialmente de los padres de familia. La figura paterna registra mayor impacto sobre la de la figura materna, lo cual permite corroborar los aportes de Giraldo, Zapata y Granada (2008) cuya afirmación sobre los imaginarios y la actividad física de adultos se generan a partir de los consejos, conocimientos y las actitudes para preservar la salud física y mental. Esta relación es reconocida en el ámbito de los jóvenes y prevalece la práctica de la actividad física, preferiblemente en compañía y con el ejemplo de la figura del adulto, ya sea docente o padres de familia cuyos efectos redundan en el mantenimiento y cuidado de la salud en general.

Otro aspecto respecto a la percepción se relaciona con la presencia, influencia y uso de las TIC, así como las consecuencias del uso excesivo o inconvenientes frente a la aparición de enfermedades de alto costo, tales como la diabetes y la obesidad. Es claro que los resultados de esta investigación corroboran lo que plantean Reyes et al. (citado en Escorza y Carranza, 2011) en cuanto a la importancia de abordar en la adolescencia estos temas puesto que resulta relevante dada las particularidades etarias de esta población; así mismo dan a entender cómo el uso de la

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

tecnología recreativa junto a las posibilidades socioeconómicas favorecen o disminuyen la práctica de la Actividad Física. Al respecto, la población participante en este estudio pertenece a un estrato socioeconómico tres, con fácil acceso a redes sociales, juegos en red e Internet, lo que indica la importancia de trabajar desde este aspecto en la promoción y vinculación de programas transversales que promuevan la salud física y mental desde el currículo.

Uno de los aspectos que llama la atención en la descripción de las percepciones se relaciona con el reconocimiento de los jóvenes frente a las consecuencias de la no práctica de la actividad física o ejercicio. Los estudiantes expresan y conocen sobre las características del sedentarismo, la obesidad cuya inactividad física y falta de rutinas facilitan su aparición. Al respecto, la percepción frente al imaginario es contundente a la hora de identificar dificultades, consecuencias y formas de abordar problemáticas desde la participación de los estudiantes.

El comportamiento activo facilita, en segunda instancia, comprender las percepciones y facilitar la descripción. Al respecto, el hecho de ejecutar actividades cotidianas, ligadas a ocupaciones o roles de los estudiantes, así como el aprovechamiento del tiempo libre, centran la atención en el reconocimiento de su corporeidad y la necesidad de desempeñar con éxito actividades de auto cuidado que involucran el mantenimiento de las condiciones físicas corporales y estéticas a la vez; no solo comer por comer o dormir por dormir son esenciales para esta población; constituyen también una base importante para conservar y mantener la salud a mediano y largo plazo.

En este orden de ideas, se espera que a largo plazo los estudiantes logren generar actitudes de adultos tal como se corrobora con el aporte de Giraldo, Zapata y Granada (2008). Desarrollar la actitud activa, más no la contemplativa que propone estos autores, ha de garantizar un desempeño en la edad adulta con preferencias por la práctica de la actividad física; para

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

lograrlo es importante instaurar desde la adolescencia la relación existente entre conocimientos, actitudes y la práctica de la actividad física.

Instaurar programas de promoción resultan productivos desde la postura de Rodríguez, Molina, Jiménez y Pinzón (2011), quienes afirman cómo los imaginarios sociales dan significado con relación a la salud y calidad de vida, y facilitan la práctica en los diferentes niveles de la actividad física; ésto resulta una tarea motivante para los que quieren enseñar y para los que quieren aprender.

De igual manera, la descripción de la percepción centra la práctica de la actividad física en la participación y acompañamiento de la familia. De acuerdo con los resultados, este aspecto es relevante en la consolidación de los programas de promoción y en el abordaje con la población juvenil. La familia, especialmente las figuras paterna y materna, constituyen un espacio vital para el joven y la joven, confirmando el aporte de Ruiz, Ruíz y Piéron (2011) cuando argumentan que el acompañamiento de los amigos de los jóvenes en las actividades físico-deportivas y el rol del padre en la animación, y acompañamiento de estas prácticas, son aspectos que determinan la socialización de los adolescentes.

La percepción también aborda la idea de pertenecer y realizar actividades que hacen parte de grupos deportivos y artísticos; al respecto, los jóvenes argumentan que el movimiento corporal y esfuerzo físico se ven recompensados con el uso de espacios públicos dispuestos tanto en el colegio como en el vecindario. Llama la atención el uso que los jóvenes realizan de la ciclo vía cuya práctica constituye una política pública de la ciudad de Bogotá D.C., y facilita el acceso a espacios deportivos y recreativos, y por lo tanto un incremento en la práctica de la actividad física.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Como segunda parte de la discusión, los niveles y experiencias se relacionan en un primer abordaje con la práctica de deportes y recreación. Al respecto, los estudiantes argumentan que los deportes solamente se instauran bajo las rutinas y la disciplina; dichas prácticas requieren, a la vez, diferentes niveles de complejidad y especialidad. El fútbol, por ejemplo, como deporte o como actividad recreativa varía de acuerdo a su nivel de exigencia, y por lo tanto los resultados que se obtengan; para estos se puede discutir desde el disfrute y goce o desde rendimiento o competición. Así mismo, el espacio físico es determinante en la constitución del imaginario porque asistir a gimnasios, canchas, rutas para bicicletas, etc., moldea de forma particular en los jóvenes la manera de entender la actividad física.

Igualmente, los imaginarios de los jóvenes se establecen desde la experimentación de diferentes estados emocionales durante y después de las prácticas. Se corrobora la propuesta de Albornoz (2011), cuando afirma que la comprensión de esfuerzos colectivos e institucionales presuponen imaginarios frente a la actividad física, como por ejemplo el conocimiento, actitudes y frecuencia de la práctica; estos esfuerzos colectivos también involucran la disponibilidad de espacios actitudinales y físicos. La experiencia de los jóvenes, en el sentido de los imaginarios, involucra una compensación accesible, atractiva, suficientemente estimulante y singularmente dosificada.

Así mismo, los imaginarios respecto a los niveles y experiencia se relacionan con la calidad de los efectos, el tiempo de dedicación, su impacto, el aprovechamiento del fin de semana y nuevamente el modo y tipo de actividad: juego vs. Deporte. En concordancia, Solares (2006) afirma que los imaginarios son una dimensión constitutiva del ser, razón por la cual los jóvenes involucran tanto los niveles como las experiencias desde dinámicas personales.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Así mismo, los imaginarios respecto a los niveles y experiencia se relacionan con los sentimientos y valores. Teniendo en cuenta a Solares (2006) nuevamente se confirma que las sensaciones de alegría, libertad, estrés, y descarga emocional, hacen parte de los imaginarios y son constitutivos del ser humano como una dimensión intrínseca a su condición humana. De igual forma, los imaginarios de los jóvenes se expresan con claras diferenciaciones de los aspectos corporales y mentales. Conceptos como dolor, cansancio, desarrollo corporal, respiración, y trabajo muscular hacen parte de la experiencia. Los jóvenes han experimentado, en diferentes niveles, lo anterior y dan cuenta de ello por su reconocimiento personal en las esferas de las prácticas de la actividad física.

Llama la atención los imaginarios frente al aspecto mental. Los estudiantes conceptualizan los niveles y la experiencia con respecto a las funciones cognitivas, habilidades motrices, desarrollo humano, relaciones sociales, calidad en lo humano y social y la trascendencia de lo individual hacia lo social. Al respecto, los imaginarios surgen a partir de lo ontológico de las personas y se alimentan de la espontaneidad espiritual y la expresión creadora, tal como lo afirma Solares (2006). Los jóvenes reconocen lo anterior desde la integralidad del ser humano y los aspectos constitutivos del ser.

Los factores sociales que influyen en el imaginario de la actividad física constituyen uno de los aspectos con mayor discusión para este estudio o investigación. Las razones involucran tres aspectos claramente identificables: el ambiente o entorno, los actores que se relacionan directamente con la vida del joven y, en un tercer lugar, la sinergia de las dinámicas del entorno con los actores.

A modo de explicación, el ambiente o entorno constituye un factor social puesto que los jóvenes en sus imaginarios contemplan no solo los espacios físicos sino también las ofertas de la

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

comunidad educativa y local. Wunenburger (2003) lo argumenta al considerar los imaginarios desde lo representativo y lo verbal. Los jóvenes son sometidos a imaginarios que engloban dimensiones lingüísticas y experiencias visuales para las cuales los significados se representan por medio de lo que interrelacionan con los programas ofertados y lo que ven en las prácticas.

Los actores que se relacionan con la vida de los jóvenes involucran dos principalmente: el papá como figura paterna y el docente de Educación Física. En este sentido, es evidente que los adultos se transforman y se convierten en ejemplo a seguir como consejeros y acompañantes en la vida de los estudiantes.

Tal como lo afirma Bazán y Farinola (2008), el educador físico constituye un modelo, y si mantiene una vida saludable, seguramente los estudiantes intentaran imitarlo o representa un punto de referencia para la práctica de la actividad física. En concordancia, Reyes et al (2011), establecen que el rol del educador físico se traduce en un actor dinamizador y motivador.

Ahora, la interrelación manifiesta entre el entorno y los actores explican los imaginarios de los jóvenes en cuanto son testigos de estas dinámicas y participan en ellas con propósitos de mantener o incrementar la calidad de vida.

Sin embargo, en ninguno de los hallazgos o de los imaginarios de los jóvenes se evidencia la necesidad de impartir enseñanza desde el currículo, dado que es un tema educativo y de enseñanza. Constituye un aspecto para discutir porque los planes de estudio de Educación Física deben involucrar los actores de la comunidad (Castillo, Venegas, y Fiabane, (2013), y además mencionan que la Educación Física y su efectividad se encuentra mediada por la generación de rutinas y hábitos.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Así mismo, retomando a Morao (2007), los programas de ejercicios físicos para jóvenes constituyen un recurso importante y una herramienta para mejorar los estilos de vida y mantener una vida sana y saludable. Por eso es necesario abordar desde el currículo estos programas.

Los factores sociales que influyen en el imaginario de la práctica en la actividad física de los jóvenes se establecieron desde cuatro perspectivas: entorno inmediato, salud, consumo y prevención de sustancias psicoactivas.

El entorno inmediato surge en el imaginario de los jóvenes a partir de las experiencias personales instauradas en las creencias para mejorar la salud mental, teniendo en cuenta la vida de los jóvenes. La vida de los estudiantes y la cultura conforman gran parte de los imaginarios. Castoriadis (1975) lo sustenta desde las relaciones y cohesiones que surgen en lo individual, y trasciende a lo social, dando paso a la conformación del imaginario social instituido. Este imaginario que menciona Castoriadis permite a los jóvenes adoptar y ampliar los conocimientos respecto a la práctica de la actividad física. En consecuencia, la justificación de la creación de los programas de prevención a partir de las expectativas de los jóvenes y su relación con el entorno inmediato es válida con la base del carácter ontológico.

Sustentado en lo anterior, los individuos son los portadores por naturaleza social de las instituciones que la sociedad les ofrece, es decir, cada sujeto está obligado por construcción a mantenerlas y reproducirlas. Castoriadis lo afirma desde su teorización de lo imaginario; por esta razón es imprescindible que los jóvenes participen en programas de promoción con el fin de reconocer de plano un componente social activo en los imaginarios que resultan mayormente influenciados en los pensamientos y actitudes, que pueden ser modificables a través de la cultura y los programas de promoción.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Para ampliar lo anterior, el entorno y la cultura constituyen dos aspectos relevantes en la construcción de los imaginarios sociales de los jóvenes. Durante esta investigación se logró afirmar, desde los aportes de Castoriadis (1975), la presencia e identificación de los dos aspectos que fundamentan la conformación de los imaginarios: los jóvenes a partir del aspecto ontológico relacionan los tres elementos: la cosa, la persona y la idea; y la interiorización de forma posterior en el pensamiento y psiquis de la persona, convirtiendo así la construcción del imaginario desde lo social a lo individual.

La cosa es la actividad física, la persona es el estudiante y la idea es la práctica. Estos tres aspectos fundamentan la ontología del imaginario, y la construcción del mismo surge a partir de la interrelación de estos. Es claro que esta construcción surge del plano social; por esto el entorno cobra importancia y se puede afirmar que puede someterse a un control para que los estudiantes manifiesten y alcancen conocimientos, actitudes y prácticas que favorezcan la salud física y mental.

Así mismo, la segunda instancia propuesta por Castoriadis (1975) parte de los procesos internos e individuales de las personas, relacionados con la cognición. Durante esta investigación se corroboraron las opiniones, actitudes y conocimientos personales e individuales acerca de la actividad física. Los estudiantes manifiestan imaginarios que parten de símbolo (social) hacia el simbolismo (meta cognición).

Para ampliar esto, Wunenburger cataloga los imaginarios desde el conjunto de la cultura, los jóvenes se nutren y participan en actividades propias de su entorno, consolidando la cultura como un factor definitorio de los factores sociales que influyen en la actividad física.

Es evidente que esta categorización desde lo cultural solamente es adoptada tal como lo plantea Cassirer (1971) y Todorov (1992), al referirse a las funciones simbólicas en la relación

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

signo símbolo. En otras palabras, las relaciones inherentes a lo social, donde el lenguaje es mediador y constructor de los signos y símbolos, constituyen los imaginarios respecto a las prácticas, mantenimiento de la salud, corporeidad, estética y calidad de vida.

Es importante mencionar que uno de los factores sociales corresponde a la escuela como un entorno dinámico, cambiante y promotor de múltiples y variadas experiencias sociales humanas. Al respecto, Jodelet (1984) menciona este espacio desde una representación social que incluye un pensamiento constituido. Los jóvenes encuentran e identifican el colegio como un espacio vital en lo físico, social, emocional, donde encuentran apoyo y retroalimentación constante por parte de los adultos.

Así mismo, la salud y los imaginarios alrededor de este concepto son amplios, pero la coincidencia en singularizar la salud como un estado físico y mental presupone en los jóvenes la idea que las prácticas de la actividad física deben llevarlos a mantener la salud, disminuir estrés, no caer en enfermedades como la obesidad y el sedentarismo. La discusión gira en torno a la afirmación de que los imaginarios se fundamentan en tener un sentido espontáneo, por lo tanto son entes explícitos y completos. En este caso, sucede lo contrario; el imaginario social frente a los factores sociales determina la salud como algo explícito y completo. Los jóvenes desean un estado de salud y rechazan rotundamente el estado de enfermedad.

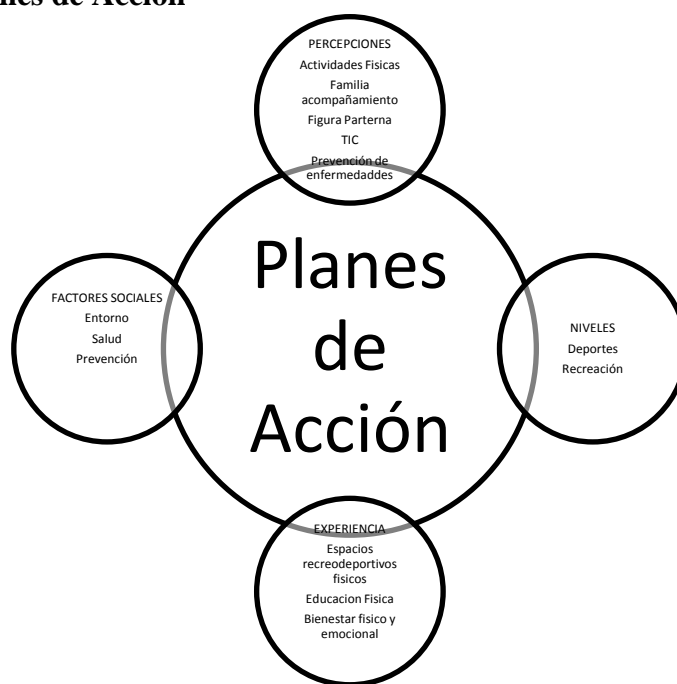
Retomando el aporte de Ford (1999), el imaginario social designa la identidad de una comunidad. Es obvio que los jóvenes estudiantes reciben la información de los medios de comunicación y el prototipo de hombre y mujer sano del siglo XXI; en estas dinámicas, esta investigación discute realmente ¿cuál es el ideal de salud?, a lo cual se podría aducir el considerar el estado estético frente a las prácticas de la actividad física sobre el estado mental.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Para culminar, los factores sociales que influyen en los imaginarios surgen del aprovechamiento del tiempo libre y la prevención del consumo de sustancias psicoactivas. Los imaginarios de los jóvenes afirman que el entorno ligado de la salud realmente previene las adicciones con sustancias psicoactivas.

Ahora, para esta investigación los imaginarios sociales permiten a la vez proponer las bases para planear y ejecutar planes de acción teniendo en cuenta las percepciones de los estudiantes, los niveles y experiencias de los niños y niñas, y por último los factores sociales.

Grafico 2.
Aspectos relevantes Planes de Acción



El grafico representa los cuatro pilares que se consideran como resultado de los hallazgos de esta investigación, con el fin de poder establecer planes de acción en las instituciones educativas.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Los cuatro aspectos fundamentales permiten abordar los planes de acción y centrar las acciones en el estudiante a través del reconocimiento de la actividad y pensamiento de los jóvenes. La familia resulta determinante en este proceso, especialmente la presencia o vinculación de la figura paterna.

Las prácticas de la actividad física surgen de los imaginarios sociales de los jóvenes; éstas son inherentes a los desempeños, entornos y dinámicas sociales e individuales, así como también a las ideas y opiniones frente a las prácticas, las cuales dependen de la cultura y la capacidad de establecer relaciones cognitivas entre los signos y simbolismo, donde el lenguaje juega un papel mediador y de herramienta para contextualizar y formalizar esquemas de pensamiento instaurados en meta cogniciones de cada quien.

Los padres de familia y los docentes son actores relevantes fundamentales, cuyo acompañamiento y ejemplo constituyen en alto grado personas que influyen directamente en el aprendizaje de los adolescentes.

Es considerable, dentro de los planes de acción, el abordaje de los niveles con dos formas: la práctica de un deporte y actividades recreativas. Resulta placentero y beneficioso para los jóvenes practicar con conocimiento y rutinas deportes que involucren desgaste calórico y competición. Sin embargo no es lo único, ya que desde el campo recreativo el carácter lúdico de las prácticas de la actividad física permiten desarrollar valores relacionados con la sociabilidad y el respeto, tanto hacia la persona misma como hacia los demás.

Conclusiones

Los imaginarios de la práctica de la actividad física son comprensibles desde el reconocimiento del pensamiento del estudiante; sus conceptos y opiniones manifiestan las bondades o relevancias de ésta para su vida. Al ignorar al sujeto dentro de la actividad como tal, su pensamiento, concepto y actitud, se ignora también la esencia del ser humano para internalizar los beneficios de la actividad física en la salud individual y colectiva.

Existe una recurrencia en la prevalencia de aspectos estéticos como motivadores en el ejercicio de la actividad física. Es en este imaginario donde mayor repercusión podría llegar a protagonizar la creación de programas de promoción relacionados con la actividad física. Aprovechando la adherencia de esta población debido a sus características etarias, relacionadas con la forma en que los factores de desarrollo coadyuvan en el proceso de crecimiento y maduración, se facilita la asimilación y comprensión de los potenciales programas para motivar la práctica de la actividad física. Así mismo, el docente logra una mayor y mejor participación de esta población porque el dominio corporal, la identidad y los estados emocionales propios de la adolescencia, facilitan cada una de las intervenciones que se realicen al respecto; hay una conciencia o autonomía de pensamiento y se logran mejores resultados.

Es relevante, en los imaginarios de los jóvenes la utilización del tiempo libre en la práctica de la actividad física porque contribuye a la prevención del consumo de sustancias psicoactivas; esta investigación concluye que la relación entre estudiante y el mantenimiento de la salud, se define desde el deseo y accionar de mantenerse saludable físicamente y los efectos en la salud emocional creando un escudo que pone de manifiesto el no querer dañar su cuerpo y las

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

pocas posibilidades porque el tiempo disponible para ello, se emplea en la práctica de la actividad física.

El rol del licenciado en Educación Física como sujeto transmisor de conocimientos, relega la actividad de aprendizaje en el estudiante guiado por sus intereses y expectativas que a la vez hacen parte de sus imaginarios basados en el interés y los beneficios de la práctica cuyos aprendizajes permanecerán para toda la vida y a su vez sea convierten en transmisores de este beneficio.

Por otro lado, no existe la promoción de la práctica de la actividad física en las instituciones educativas. El currículo no contempla estrategias de enseñanza y aprendizaje. Puede ser perceptible en el currículo oculto.

Se confirma la necesidad de la promoción de programas de salud. Desde la Maestría en Actividad Física y Salud podría ser posible establecer lineamientos técnicos y académicos que faciliten la creación de dichos programas, con el fin de motivar a la práctica de la actividad física. Es importante involucrar actores como los padres de familia para fortalecer vínculos emocionales y afectivos.

Los escenarios que podrían permitir el desarrollo de percepciones sobre la actividad física, que rompan con la sobrevaloración del estereotipo de belleza, característico de esta época que se vive, no tienen que ver exclusivamente con programas de promoción. Se podría pensar en encuentros académicos, con diferentes metodologías didácticas, capaces de capturar la atención de niños, niñas y jóvenes de cualquier edad. Los medios de comunicación también podrían verse impregnados por estos contenidos, especialmente porque el poder de influencia que los caracteriza seguramente trascendería a los modos de existencia de jóvenes escolares.

Referencias

Actividadfisica.net. (s.f). *Beneficios de la Actividad física*. Consultado en 20 de junio de 2016 en <http://www.actividadfisica.net/actividad-fisica-actividad-fisica-salud.html>

Alcaldía Mayor De Bogotá (2009) *“Bogotá Más Activa”*. *Política Pública de Deporte, Recreación y Actividad Física Para Bogotá 2009-2019*. Secretaría Distrital de Cultura, Recreación y Deporte-Dirección de Culturas Recreativas y Deportivas. Bogotá, Colombia

Antivero E. (2012). *Niveles de actividad física habitual en estudiantes de la carrera de profesorado universitario de actividad física y deporte en la sede Comahue de la Universidad de Flores*. Argentina.

Aracena Vicente T.(2010) *Implicaciones del marco teórico de lo imaginario en la Psicología Social*. TG Facultad de Psicología de la Universidad de Barcelona. Universidad de Sao Paulo. Brasil.

Baczko (1984) *Los imaginarios sociales*. Paris. Segunda Edición 1999. Buenos Aires, Argentina.

Baeza, M.A. (2000). *Los caminos invisibles de la realidad social: ensayo de sociología profunda sobre los imaginarios sociales*. Sociedad Hoy, Santiago de Chile.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Castillo, D., Venegas, P y Fiabane F., (2013). *La actividad física en escuelas de educación primaria*. Ministerio de Educación, Chile.

Castoriadis C. (1975). *El imaginario social instituyente*. Revista Zona Erógena. Número 35., 1997. Argentina.

Cegarra, J.(2012) *Fundamentos Teórico Epistemológicos de los Imaginarios Sociales*. Cinta Moebio. 43: 1- 13. Doi:[10.4067/S0717-554X2012000100001](https://doi.org/10.4067/S0717-554X2012000100001) [PDF](#)

Devís Devís, J. (2000). *Actividad física, deporte y salud*. INDE, España.

Devís Devís, J. y Peiró Velert C. (1992). *Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: La salud y los juegos modificados*. INDE. Barcelona, España.

Duran G. (1982). *Las estructuras antropológicas de lo imaginario*. Ediciones Taurus. Madrid, España.

Escorza y V. Carranza (2011). *Memorias del XV Congreso Internacional de Educación Física, Deporte y Recreación: Ciencia y Cultura Física: Un reto del presente*. Facultad de Educación Física y Ciencias del Deporte. Universidad Autónoma de Chihuahua. núm. 900. Col. Centro. C. P. 31000, Chihuahua, Chih.1ª. Edición. México.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

- Figuroa De la Barra (2013). *Actividad Física, Salud y Calidad de Vida: El discurso de las personas con Hábitos Sedentarios*. Escuela de Sociología. Universidad Academia de Humanismo Cristiano. Santiago- Chile.
- Ford A. (1999). *La Marca de la Bestia*. Buenos Aires. Grupo Norma. Pág. 64. Consultado en abril de 2016 en <http://glosarios.servidor-alicante.com/psicologia/imaginario-social>
- Gálvez Casas A. A (2004). *Actividad Física Habitual de los Adolescentes de la Región de Murcia. Análisis de los Motivos de Práctica y Abandono de la Actividad Físico-Deportiva*. (Tesis de Doctorado Universidad de Murcia). España.
- Giraldo Trujillo J., Zapata Valencia C. y Granada Echeverry P. (2008). *Caracterización de Imaginarios de los Empleados de la UTP con relación a la Práctica de la Actividad Física: 2008*. Investigaciones Andinas. No. 19 Vol. 11 - 120 p. Pereira, Colombia.
- Gómez Campos R. y De Arruda M. (2013). *Tendencias de la Actividad Física para la promoción de la salud*. Compilación. Universidad de Colima. México
- Gómez P.A (2001). *Imaginarios sociales y análisis semiótico: Una aproximación a la construcción narrativa de la realidad*. Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales - Universidad Nacional de Jujuy. Argentina.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

González, Z (1894) *Teoría de Platón sobre las Ideas y el conocimiento. Historia de la Filosofía, segundo período de la filosofía griega*. Obras del Cardenal Zeferino González.

Recuperado en <http://filosofia.org/zgo/hf2/hf21066.htm>

Hernández, Sampieri (2010). *Metodología de la Investigación*. México. Editorial McGraw-Hill. Quinta Edición.

ICBF (2009) *Encuesta Nacional De La Situación Nutricional En Colombia 2010. Protocolo de Investigación 2009*. Instituto Colombiano De Bienestar Familiar. Bogotá. Colombia.

Recuperado en: https://Www.Minsalud.Gov.Co/Sites/Rid/Lists/Bibliotecadigital/RIDE/V_S/ED/GCFI/Base%20de%20datos%20ENSIN%20%20Protocolo%20Ensin%202010.Pdf

Jodelet, D (1984). *La representación social: fenómenos, concepto y teoría*. Nro. 13. Consultado en <https://sociopsicologia.files.wordpress.com/2010/05/rsociales-djodelet.pdf>

Lopategui Corsino E.(2012). *La prescripción de ejercicio desde el punto de vista de la actividad física. M.a., fisiología del ejercicio*. Consultado el día 30 de junio de 2016 http://www.saludmed.com/ejercicio/contenido/Rx_Ejercicio_Actividad_Fisica.pdf

López de Bernal M. y De Narváez Arango M. (2003). *Inteligencia Emocional*. Tomo I, Tomo II, Tomo III. Editorial Mundo Niños. Tercera Edición. Bogotá, Colombia.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

- Morao, M. (2007). *Propuesta de un programa recreativo para los adolescentes de la zona de Tocoa Municipio Bermúdez Estado Sucre*. T.G. Para optar al título de licenciado en educación Integral. UDO extensión Carúpano. Venezuela.
- Murcia Peña N., y Jaramillo Echeverri L. (2005). *Imaginarios del joven colombiano ante la clase de Educación Física*. CINDE Universidad de Manizales. Colombia.
- Orocopei, M. (2009). *Actividades físico recreativas para el mejoramiento de la salud de los adultos mayores*. T.G. Para Optar al Título Medico Integral. UNEFA Puerto la Cruz Anzoátegui. Venezuela.
- PEGI, (2012). *Plan Educativo de Gestión Institucional*. IED Colegio General Gustavo Rojas Pinilla. Bogotá- Colombia. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd107/motivos-de-practica-y-abandono-de-la-actividad-fisico-deportiva.pdf>
- Rodríguez Bautista J. (2011) *Imaginarios de los Adolescentes Escolares frente a la Actividad Física*. Secretaria Distrital de Educación de Bogotá. Bogotá, Colombia. Consultado En <Http://www.Fiepbulletin.Net/Index.Php/Fiepbulletin/Article/Viewfile/85.A1.83/10494>
- Rodríguez Salazar M., Molina J., Jiménez Muñoz C., y Pinzón Bautista T. (2011). *Calidad de vida y actividad física en estudiantes, docentes y administrativos de una universidad de Bogotá*. Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología. Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología, Vol. 11 No. 1, 19-37. Universidad El Bosque. Bogotá, Colombia.

Roger P. (2015). *Historia de la Educación Física*. Blog consultado el día 30 de junio de 2016 en

<http://paulrogerengland2.blogspot.com.co/2015/03/historia-de-la-educacion-fisica.html>.

Ruiz Pérez, Luis M. (1994). *Desarrollo motor y actividades físicas*. Gymnes. Madrid, España.

Tadeo Ramírez J.G, Cárdenas Negrete J.C, Arellano Ceballos A., y Salazar C.M. (2014) *La*

Cultura Física en Diez Familias Nucleares de Clase Media de la Ciudad de Colima.

Memorias Encuentro Internacional de Organismos Expertos en Cultura Física

Universidad de Colima / Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Colima.

Colima, Col. México.

Vizcarra D. (2008). *Aristóteles y su Teoría del Conocimiento*. Blog. Reflexión número 9.

Recuperado en <https://denissealicia.wordpress.com/>

Anexos

Anexo A

Formato Guía

Este formato hace parte de las preguntas orientadoras para la entrevista semi estructurada, cuya dirección parte del investigador entrevistador.

Preguntas:

1. ¿Qué actividades realiza usted diariamente?
2. ¿Qué actividades realiza usted fuera de su estudio?
3. ¿Qué hace los fines de semana?
4. ¿Qué experiencias tuvo o tiene en cuanto a la práctica de actividad física?
5. ¿Cómo ha sido su experiencia actual con relación a la práctica de alguna actividad física?
6. ¿En que se le dificulta hacer actividad física?
7. ¿Qué entiende usted por Actividad Física?
8. ¿Qué cosas ha escuchado de su familia, amigos y/o comunidad en general sobre la práctica de la Actividad Física?
9. ¿De qué manera las organizaciones e instituciones como el colegio, las alcaldías o juntas de acción comunal del barrio promueven la Actividad Física?
10. ¿Para usted, cuáles son los beneficios de la Actividad Física?
11. ¿Cuál es su opinión sobre el impacto de la Actividad Física en la salud?
12. ¿Que experimenta cuando hace Actividad Física?
13. ¿De qué manera cree usted que la Actividad Física, favorece el desarrollo integral del ser humano?

Anexo B.**Transcripción Respuestas por sub categorías de análisis de los estudiantes**

Sujeto 1 femenino

Entrevistador: Buenas tardes

Entrevistado: Buenas tardes

Entrevistador: Que actividades realizas diariamente

Entrevistado: Eeee Bueno pues normalmente siempre de lunes a viernes me levanto temprano me baño eeee tomo el desayuno me voy para el colegio ya cuando llego al colegio empezamos clase normal después llega la hora del descanso después seguimos nuevamente las clases pues las tareas lo que hay diariamente luego salimos del colegio llego a mi casa como algo hago tareas luego me cambio y me acuesto a dormir

Entrevistador: Que actividades realizas fuera de tu estudio o en los días de descanso

Entrevistado: EEE pues bueno yo estoy en un grupo de danzas y los hago los viernes y los sábados y después digamos los domingos voy a ciclo vía con mi familia con mis primos o a veces con mi papa

Entrevistador: Esto lo haces normalmente todos los fines de semana u ocasionalmente

Entrevistado: Lo de danzas lo hago todos los viernes y los sábados y o de ciclo vía si lo hago cuando el clima no esté como feo.

Entrevistador: Que experiencias has tenido con la práctica de actividad física

Entrevistado: Yo practicaba mucho lo que era patinaje y baloncesto

Entrevistador: Que entiendes por actividad física

Entrevistado: Para mí es el desarrollo del cuerpo físico y también mental.

Entrevistador: Con que aspectos de tu vida relacionas la actividad física

Entrevistado: Con la salud siempre hay que mantener una buena capacidad física para mantener una buena salud.

Entrevistador: ¿Cree usted que la AF le ayudaría a desarrollar mejor las capacidades físicas?
¿Por qué?

Entrevistado: Si claro porque por ejemplo en danzas nos ayuda a des estresarnos y a tonificar

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Entrevistador: ¿Considera usted que la AF ayuda a sentirse mentalmente bien a las personas?
¿Por qué?

Entrevistado: Si claro ya que cuando realizo actividad física me olvido de todo.

Entrevistador: Que experimentas cuando haces actividad física

Entrevistado: Me gusta me encanta yo creo que el grupo que tengo de danzas me ayuda a despejarme un poco alegrarme a sentirme como más libre y a quitarme esa carga que tengo del día o la semana porque como te digo la practico los fines de semana

Entrevistador: ¿Cómo evalúa usted la AF que realiza actualmente? ¿Cree que es suficiente, insuficiente? ¿Por qué?

Entrevistado: No para mi es suficiente

Entrevistador: Y no crees que te falta hacerlo más periódicamente

Entrevistado: Pues no porque en estos dos días estoy casi cinco horas y me parece que es suficiente

Entrevistador: ¿Cree usted que hay alguna relación entre la AF, la salud y la calidad de vida?
¿Por qué?

Entrevistado: Si claro todo es un complemento

Entrevistador: ¿Qué se te dificulta para realizar actividad física?

Entrevistado: Pues el estudio pues que me toca consagrarme más al estudio nos dejan muchas tareas y precisamente tenemos el grupo de danzas los viernes y sábado que no influyan en mi estudio.

Entrevistador: ¿Qué cosas ha escuchado de su familia, amigos y/o comunidad en general sobre la práctica de la actividad física?

Entrevistado: Si el profe de danzas y el de educación física nos dice que hagamos actividad física pues para evitar tantas cosas como infartos pues el caso de la gordura y que es importante hacer ejercicios

Entrevistador: ¿De qué manera las organizaciones e instituciones como el colegio, las alcaldías o juntas de acción comunal del barrio promueven la actividad física?

Entrevistado: Si Claro en los descansos juegan futbol y en el barrio hacen clase de zumba

Entrevistador: ¿Cuál es su opinión sobre el impacto de la actividad física en la salud?

Entrevistado: Si claro la prevención en lo que te decía ahorita por ejemplo si yo soy gordita pues obviamente si yo estoy ejercitando el cuerpo haciendo ejercicio me va evitar digamos un infarto.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Entrevistador: ¿De qué manera, cree usted que la actividad física, favorece el desarrollo integral del ser humano?

Entrevistado: Si claro favorece totalmente pues yo por ejemplo cuando voy a danzas se me olvida las preocupaciones que tengo y eso sería mental me des estreso y quita todas las cargas que tengo.

Sujeto 2 femenino

Entrevistador: Para ti que es actividad física

Entrevistado: Actividad física es una forma de ejercitar y madurar los músculos del cuerpo y ya.

Entrevistador: Que actividades realizas diariamente

Entrevistado: Bueno tengo educación física una vez a la semana lo que el profe nos asigne en la clase de vez en cuando juego futbol y nada más lo que camino de la casa al colegio y del colegio a la casa

Entrevistador: Y los fines de semana

Entrevistado: Los fines de semana no hago actividad física trato de dormir lo más que pueda y descansar y a veces salgo a rumbear

Entrevistador: ¿Y estudias?

Entrevistado: Si hago tareas más o menos en dos horas y ya.

Entrevistador: Que experiencias has tenido en cuanto la práctica de actividad física

Entrevistado: El futbol

Entrevistador: solo as practicado futbol nunca has tenido una rutina o algo de ir a trotar o a ciclo vía o todos los días hacer actividad física

Entrevistado: No nunca he tenido así ninguna rutina diaria exigente no

Entrevistador: Y a qué se debe que no te guste hacer actividad física

Entrevistado: Pues no se mis papás no me acostumbraron al deporte

Entrevistador: Y que has escuchado de amigos o compañeros o de tus padres acerca de actividad física

Entrevistado: Pues tengo unas compañeras que son muy fitt entonces ellas hacen muchas dietas hacen bastante ejercicio abdominales pero como para mantener su figura pero la verdad no me animo pues soy delgada y no creo que lo necesite mucho

Entrevistador: Y no crees que la actividad física va más allá de lo estético puede ser como prevención de enfermedades

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Entrevistado: Si más por la parte de la salud probablemente pero no estoy como muy joven para preocuparme por eso

Entrevistador: Con que aspectos de tu vida relacionas la actividad física

Entrevistado: Con lo estético y nada más

Entrevistador: Crees que la actividad física ayudaría a desarrollar las capacidades físicas

Entrevistado: Si claro ayuda a desarrollar el cuerpo

Entrevistador: Consideras que la actividad física ayuda a mantener físicamente a las personas:

Entrevistado: Si da como más energía los mantiene más enérgicos

Entrevistador: Actualmente desarrollas alguna actividad física

Entrevistado: Mmm m no así como con rutina no lo normal caminar de vez en cuando hacer aseo

Entrevistador: Cuando caminas o haces actividad física que sientes

Entrevistado: Pues en el momento es chévere porque se siente adrenalina pero ya después yo creo que es por la falta de práctica que me canso muy fácil pues por lo que tengo más rutina sedentaria que física.

Entrevistador: ¿Cree usted que hay alguna relación entre la AF, la salud y la calidad de vida?

Entrevistado: MM. Creería que si sí claro tiene relación porque si uno no está físicamente apto entonces su calidad de vida va a ser deficiente.

Entrevistador: ¿Qué aspectos le han dificultado el desarrollo de la AF?

Entrevistado: Soy como muy lenta no me puede estirar bien

Entrevistador: En tu colegio promueven la actividad física

Entrevistado: Si pues en los intercolegiados y los campeonatos intercurros y pues en educación física el profesor siempre nos tiene sus rutinas de clase

Entrevistador: Y en el barrio

Entrevistado: No en el barrio no solo he escuchado programas para abuelitos

Entrevistador: Sin importar que no hagas mucha actividad física que beneficios crees que trae al cuerpo la actividad física

Entrevistado: Bueno por lo que dice mi familia ayuda a la circulación al metabolismo pues para no engordarse al corazón mmm pues como que oxigenas más el cuerpo activa todo tu sistema nervioso me imagino

Entrevistador: ¿De qué manera, cree usted que la actividad física, favorece el desarrollo integral del ser humano?

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Entrevistado: Pues porque activa mucho a la persona por ejemplo cuando yo juego futbol estoy más concentrada.

Entrevistador: Crees que educación física, actividad física o deporte es lo mismo

Entrevistado: Pues creo que tiene conexión porque es todo físico es ejercitando el cuerpo

Entrevistador: Te gustaría practicar actividad física

Entrevistado: Mmm si me gustaría me gustaría tener una rutina sencilla simple y que de verdad me ayude

Entrevistador: En tu infancia jugaste o practicaste algún deporte o eras sedentaria

Entrevistado: Pues si jugaba con los niños del barrio salíamos a jugar corría bastante.

Sujeto 3 femenino

Entrevistador: Para ti que es actividad física

Entrevistado: Poder tener una rutina de ejercicios aparte de lo habitual que es eee ya sea caminar trotar subir escaleras eso es tener una rutina física para mi

Entrevistador: Que actividades realizas diariamente fuera de tu estudio

Entrevistado: Fuera del estudio eeee me levanto hago estiramiento y a veces los fines de semana salgo a montar bicicleta o a caminar

Entrevistador: Y los fines de semana que hace

Entrevistado: Eee si no salgo a bailar voy a ciclo vía y monto ya sea patines o bicicleta y doy una vuelta hasta donde arrisque jajaja

Entrevistador: Le dedicas mucho tiempo al estudio

Entrevistado: Si bastante

Entrevistador: Que experimentas cuando haces actividad física

Entrevistado: Trato como de exigirme cuando siento que ya las piernas ya no me reaccionan trato de exigirme para que poder ir aumentando mi ritmo y poder llegar un poquito superar cada vez que salga mi meta

Entrevistador: Con que aspectos de tu vida relacionas la actividad física

Entrevistado: Con la salud y con el bienestar físico mental

Entrevistador: Crees que la actividad física ayuda a desarrollar mejor las capacidades físicas como la fuerza resistencia velocidad

Entrevistado: Si ayuda también como la energía del día a uno no se levanta tan cansado se levanta con ganas de hacer las cosas mejor

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Entrevistador: Que sientes cuando haces actividad física

Entrevistado: Eee pues inicialmente cuando empezaba eee me cansaba demasiado al otro día los músculos me dolían pero ya con el pasar del tiempo ya mi cuerpo iba reaccionando y sentía como más energía y como que necesitaba hacer más ejercicio

Entrevistador: Y en la parte psicológica

Entrevistado: Me desestrea ee me ayuda como a pensar a no estresarme tanto aaaa ver las cosas diferente

Entrevistador: Actualmente desarrollas actividad física frecuentemente

Entrevistado: Eeee trato de hacerlo seguido sobre todo los fines de semana

Entrevistador: Crees que es suficiente la actividad física que realizas

Entrevistado: Nooo yo creo que me hace falta como más rutina de ejercicios eee para poder como complementar porque solamente ir a patinar oooo a montar bicicleta no me está ayudando necesito poder fortalecer los brazos poder fortalecer la espalda las piernas eee para otros retos por ejemplo de aquí a mañana quiero hacer otro deporte pues los brazos no me serviría para empezar por ejemplo voleibol me cansaría muy rápido entonces si me faltaría.

Entrevistador: Crees que actividad física es lo mismo que deporte

Entrevistado: Eeee no deporte es como me parece a mí cuando te dedicas solamente a algo en específico actividad física es llegas y mantienes todo el cuerpo en constante movimiento

Entrevistador: Estarías dispuesta a practicar más actividad física

Entrevistado: Sii me gustaría si tuviera un poquito más de tiempo me gustaría practicarlo mas

Entrevistador: En tu colegio promueven la actividad física

Entrevistado: Si pero no lo suficiente solo en las clases de educación física pero sería chévere que hicieran como más jornadas deportivas a veces es más que todo educativas entonces esos espacios deberían ser más deportivos

Entrevistador: Y en tu barrio

Entrevistado: No en el barrio aquí la comunidad no hace jornadas deportivas ni de actividad física más que todo lo cultural como aprender a tocar guitarra o pintura

Entrevistador: Que has escuchado de tus familiares amigos profesores sobre la actividad física

Entrevistado: Eeee pues todos que les gustaría hacer actividad física por estética por mantenerse bonitos oo les gustaría dedicarle más tiempo hacer rutinas de ejercicios ya sea estar en el gimnasio o algo así

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Entrevistador: De qué manera crees que la actividad física favorece el desarrollo integral del ser humano

Entrevistado: Ayuda bastante porque es como que empiezas a preparar el cuerpo para que empiece a ser más cada día ayuda a despejar la mente ayuda a no tener a estar sometido solamente a estar durmiendo y estar en la monotonía

Entrevistador: En tu infancia practicaste actividad física

Entrevistado: Eee mi infancia fue más hacia el estudio pero si mis papas tenían la costumbre de salir los fines de semana a ciclo vía y yo tenía uno patines de cuatro ruedas entonces si hacia algo de deporte

Entrevistador: Y en el futuro te vez haciendo actividad física

Entrevistado: Si me veo haciendo actividad física ee me gustaría además de tener una rutina de ejercicios en el gimnasio o algo así poder practicar otros deportes diferentes me llama la atención la natación para poder estar en armonía

Entrevistador: Pero esto lo harías por deporte o buscando un beneficio personal

Entrevistado: Busco un beneficio personal en cuanto a la salud porque en el momento de tener una buena rutina de ejercicios no te cansas con las tareas diarias siempre está en constante movimiento entonces mantienes con energía que es muy difícil hoy en día toda la gente está cansada entonces hacer rutinas físicas ayuda a mantenerse enérgico y ayudaría también como prevención de enfermedades como la diabetes y el corazón.

Sujeto 4 masculino

Entrevistador: Para usted que es actividad física

Entrevistado: Ee pues la actividad física son los ejercicios que uno puede desarrollar para mantener el cuerpo saludable

Entrevistador: Que actividades realiza usted diariamente

Entrevistado: Pues yo realizo las actividades de lunes a viernes normales que pues me levanto voy al colegio estudio ee desayuno almuerzo y como eso si ee por las tardes cuando me queda tiempo que no dejan muchas tareas entonces me reúno con mis amigos y jugamos generalmente vamos y jugamos en el parque micro.

Entrevistador: Los fines de semana que actividades hace

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Entrevistado: Los fines de semana me encuentro nuevamente con mis amigos y jugamos futbol pero hay otra actividad que me gusta mucho y que tengo un grupo de amigos con la cual la practicamos que es ir a patinar

Entrevistador: Eso lo hace habitualmente o esporádicamente

Entrevistado: No es habitualmente me gusta mucho el patinaje y pues es una afición que tenemos nosotros

Entrevistador: Entendiendo que el patinaje es pues la experiencia que ha tenido usted en cuanto la práctica de actividad física fuera de este ha tenido alguna otra experiencia

Entrevistado: No las únicas actividades que yo desarrollo bueno en el colegio el profesor de educación física nos pone hacer otras actividades que es trotar nos pone a jugar baloncesto precisamente porque él dice que pues tenemos que desarrollar el amor por otras actividades o deportes

Entrevistador: Como se siente haciendo actividad física

Entrevistado: Para mí es lo mejor porque me siento saludable me divierto con mis amigos son deportes que nos gusta practicar en el colegio por ejemplo cuando estamos en descanso nos distrae de todas las presiones de las otras clases cuando tenemos educación física nos alegra tener este tipo de ejercicios

Entrevistador: Con que aspectos como lo estético la salud el bienestar físico y mental desarrollo de capacidades físicas con la belleza física relaciona la práctica de actividad física

Entrevistado: Yo lo relaciono con todo porque si uno realiza deporte físicamente se va a ver bien ee con la salud la va a mantener bien mentalmente pues usted va a tener ocupada la mente con cosas productivas

Entrevistador: Sera que actividad física es lo mismo que deporte

Entrevistado: Si para mi es lo mismo porque una actividad física la desarrolla usted en el ejercicio de cualquier deporte

Entrevistador: Cree usted que la actividad física ayuda a mejorar o desarrollar las capacidades físicas

Entrevistado: Si claro por eso todos los atletas todas las personas que desde pequeños desarrollan actividad física o cualquier deporte pues más adelante se les ve la el mejor estado físico y mejor desempeño

Entrevistador: Usted recomienda la práctica de actividad física

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Entrevistado: Si claro a mis padres pues ellos están en una etapa que no quieren hacer ejercicio les digo que eso es saludable y que deberían desarrollar algún tipo de actividad que les guste

Entrevistador: Que ha escuchado de sus padres amigos profesores o comunidad en general acerca de la actividad física.

Entrevistado: Pues generalmente al que con mayor frecuencia escucho que le da a uno consejos es el profesor de educación física del colegio porque él siempre lo mantiene como que lo mete a uno en este campo de la actividad física y los deportes

Entrevistador: Como evalúa usted la actividad física que realiza actualmente, cree que es suficiente o insuficiente

Entrevistado: Yo creo que es suficiente porque cada vez que tengo la oportunidad de desarrollo ee por las tardes cuando tengo la oportunidad y no me dejan muchas tareas salgo y juego generalmente los fines de semana siempre estoy practicando algún deporte

Entrevistador: Cree usted que hay relación entre actividad física salud o calidad de vida

Entrevistado: Si claro porque si uno hace deporte pues va a tener un estado de salud muy bueno y pues generalmente cuando no se hace deporte la gente sufre mucho de obesidad y para ellos la calidad de vida o llevar una vida sana no es tan fácil

Entrevistador: Estaría dispuesto hace más actividad física de lo habitual

Entrevistado: Si yo pudiera lo hago el deporte me gusta mucho

Entrevistador: Que le impide desarrollar actividad física

Entrevistado: Pues mi estudio por ejemplo muchas veces solo lo puedo hacer los fines de semana

Entrevistador: De qué manera las organizaciones el colegio el barrio promueven la práctica de actividad física

Entrevistado: A pues es que ellos hacen campeonatos en el barrio y el colegio

Entrevistador: Cuáles son los beneficios de la actividad física

Entrevistado: Pues buena salud eeee un cuerpo saludable lo mantiene a uno ocupado en cosas que le brinda beneficios hoy en día vemos a muchos muchachos de mi edad se meten mucho en las drogas y porque no tienen en que ocupar su tiempo libre y el deporte nos ayuda a eso.

Entrevistador: De qué manera cree usted que la actividad física favorece el desarrollo integral del ser humano.

Entrevistado: A no pues todo es un complemento porque socialmente uno se reúne con sus compañeros hace más amistades dialoga con más gente espiritualmente pues lo que le digo uno

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

no está pensando en cosas malas sino todo es siempre en beneficio de su salud y bienestar y pues estéticamente mantiene su cuerpo en un estado saludable que mucha gente también envidia porque hay gente que no hace ejercicio estéticamente no se ve bien.

Sujeto 5 masculino

Entrevistador: Que actividades realiza usted diariamente

Entrevistado: Caminar pues generalmente lo hago desplazándome de mi casa al colegio

Entrevistador: Los fines de semana

Entrevistado: Generalmente los domingos salgo hacer recorridos en bicicleta con mis amigos

Entrevistador: Que experiencias tuvo o tiene en cuanto a la práctica de actividad física

Estuve metido en un gimnasio y la verdad lo disfrutaba mucho

Entrevistador: Como es su experiencia actual

Entrevistado: Me gusta hacer actividad física los fines de semana y cuando acabo de hacer el ejercicio me siento aliviado tranquilo

Entrevistador: Que entiende por actividad física

Entrevistado: Pues es como Toda clase de movimientos o ejercicios no deportivos de manera general que pueda hacer uno por diversión

Entrevistador: Con que aspectos de su vida relaciona la actividad física

Entrevistado: Yo creo que en la parte de salud y algo de estético aunque no es tan relevante como la salud

Entrevistador: Cree usted que la actividad física ayuda al desarrollo de las capacidades físicas

Entrevistado: Pues teniendo una buena disciplina creo que si sería fundamental

Entrevistador: Considera que la actividad física ayuda a sentir mentalmente a las personas

Entrevistado: Si totalmente bueno empezando que uno cuando hace actividad física como que se olvida de su trajinar de sus problemas es como una forma desestresarse quitarse el estrés de encima hace que uno despeje su mente y tenga mejor actividad en el estudio

Entrevistador: Actualmente desarrolla actividad física

Entrevistado: Pues solamente lo que hago en ciclismo los fines de semana

Entrevistador: Que siente cuando hace actividad física

Entrevistado: Pues se siente de algún modo como es cada ocho días al principio es como duro a veces como que uno se cansa se agita pero ya uno le va tomando el ritmo se siente gratificante

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Entrevistador: A pesar de que usted no realiza actividad física frecuentemente considera que es importante la actividad física en la vida de las personas

Entrevistado: Completamente porque el sedentarismo está acabando con todo el mundo y está llevando a problemas en la parte de salud como la obesidad y ahora con tanta tecnología todo mundo quiere estar acostado con su celular y no lleva a nada pero la actividad física deberíamos hacerla con más frecuencia

Entrevistador: Como evalúa la actividad que usted realiza suficiente o insuficiente

Entrevistado: Yo diría que insuficiente pero pues la cuestión es por el estudio no me queda tiempo

Entrevistador: Cree usted que hay relación entre actividad física, la salud y calidad de vida

Entrevistado: Total pues la actividad física uno lo primero que piensa es salud porque el hecho de estar ejercitando los músculos del cuerpo hace que uno este activo de que todo funcione bien por lo tanto si uno tiene buena salud tiene buena calidad de vida

Entrevistador: Que aspectos le han dificultado el desarrollo de la actividad física

Entrevistado: Más que todo es por la falta de tiempo por eso es que realizo actividad física los fines de semana porque de lunes a viernes estudio.

Entrevistador: Que cosas ha escuchado de su familia, amigos y/o comunidad en general sobre la práctica de educación física

Entrevistado: Pues afortunadamente mis hermanos practican mucha actividad física y me dicen que es buena para la salud

Entrevistador: De qué manera las organizaciones e instituciones de la localidad promueven la actividad física

Entrevistado: Pues en el barrio donde vivo montaron un gimnasio y es gratis y nos invitan a que vallamos hacer ejercicio pero como estudio todos los días no me queda tiempo y en las noches no lo abren y en el colegio pues en las clases de educación física y en el descanso los campeonatos de futbol.

Entrevistador: Cuál es su opinión sobre el impacto de la actividad física en la salud

Entrevistado: Puesss eee como le comentaba el hecho de ejercitar cada uno de los órganos y músculos porque cuando uno está haciendo actividad física debe tener en cuenta el cuerpo en su totalidad empezando por la mente debe estar concentrado y también la respiración esto hace que prevengamos enfermedades en el futuro.

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

Entrevistador: De qué manera cree usted que la actividad física favorece el desarrollo integral del ser humano

Entrevistado: Pues como dicen por ahí una persona sana una persona tranquila que tiene mucha mejor vida social mucha mejor integración el solo hecho de salir hacer ejercicio en mi caso el ciclismo uno conoce gente y eso hace que se integre la parte humana y social de cada uno.

Entrevistador: Para usted que tan importante es la práctica de la actividad física en el ser humano

Entrevistado: es fundamental ya que nos permite ejercitar nuestro cuerpo prevenir enfermedades y no ser gordos.

Anexo C**Matriz Nro. 1. Relación de Hallazgos Comportamiento Activo****Descripción de los principales hallazgos**

SUB CATEGORÍA	Preguntas	Hallazgos
Comportamiento Activo	¿Qué actividades realiza usted diariamente?	<p>Actividades de la vida diaria como auto cuidado e higiene personal.</p> <p>Participación en la clase de educación física.</p> <p>Actividades se centran en el estudio o de carácter académico.</p> <p>Aprovechamiento del tiempo libre para compartir con amigos y jugar.</p> <p>El reconocimiento del colegio y las dinámicas como centro de las actividades cotidianas de los jóvenes destacan la importancia de la institución educativa y su influencia directa en el comportamiento de los estudiantes.</p>
	¿Qué actividades realiza usted fuera de su estudio?	<p>Importancia de la presencia de la familia para los jóvenes.</p> <p>Participación en grupos artísticos y deportivos.</p> <p>Preferencia por actividades que requieren un esfuerzo físico y movimiento corporal.</p>

	Ninguna actividad de tipo intelectual como lectura o pasivas como visitas a bibliotecas o a Museos o ir al cine.
	Actividades en clase de Educación Física.
¿Qué hace los fines de semana?	Participación en actividades lúdicas, artísticas y deportivas.
	Actividades como la práctica del patinaje y el fútbol, montar en bicicleta.
	Unos de espacios públicos y programas de recreación como la ciclo vía.
	Influencia del clima.
	Dormir
	Compartir con los amigos

Anexo D

Matriz Nro. 2. Relación de Hallazgos Experiencia Descripción

SUB CATEGORÍA	Preguntas	Hallazgos
Experiencia	¿Qué experiencias tuvo o tiene en cuanto a la práctica de actividad física?	Relación de la experiencia con la práctica de deportes: patinaje, baloncesto, fútbol. Establecimiento de rutinas Gimnasio Influencia de la enseñanza de los padres Experiencia y relación con los estados emocionales y físicos como la fatiga, la exigencia, superación, establecimiento y cumplimiento de metas, disfrute por la práctica de la actividad física
	¿Cómo ha sido su experiencia actual con relación a la práctica de alguna actividad física?	Beneficios al estado corporal y emocional Aumento en la adrenalina y la aparición de los efectos del sedentarismo en la salud. Relacionan la práctica de la

		actividad física con la belleza física o estética, así como la salud mental.
	¿En qué se le dificulta hacer actividad física?	Dedicación en mayor tiempo al estudio. Organización de los tiempos para equilibrar estudio, tiempo libre y amigos.

Anexo E

Matriz Nro. 3. Relación de Hallazgos Concepto

Descripción

SUB CATEGORÍA	Pregunta	Hallazgos
Concepto	¿Qué entiende usted por Actividad Física?	Concepto de ejercicio como caracterización de la actividad física. Ejercitación y maduración de los músculos. El desarrollo del cuerpo físico y mental y la actividad física se relaciona con la salud. Incidencia de las TIC Consecuencias de la no práctica como el sedentarismo y la obesidad. Peligros de la inactividad física y la falta de rutinas.

Anexo F

Matriz Nro. 4. Relación de Hallazgos Factores que influyen en los imaginarios

Descripción

SUB CATEGORÍA	Preguntas	Hallazgos
Factores que influyen en los imaginarios	¿Qué cosas ha escuchado de su familia, amigos y/o comunidad en general sobre la práctica de la Actividad Física?	Enseñanzas de los docentes del colegio Referente importante los padres de familia. Necesidad de la práctica de la actividad física para evitar enfermedades, en especial la obesidad:
	¿Considera usted que la	Es evidente para la salud física y

IMAGINARIOS SOCIALES Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES

<p>Actividad Física ayuda a sentirse mentalmente bien a las personas? ¿Por qué?</p>	<p>mental Funcionamiento corporal relacionado con el metabolismo y la obesidad. El estrés aparece como un imaginario. Forma como los jóvenes perciben la influencia del consumo de sustancias psicoactivas. Prevención y prácticas de la actividad física: deporte y ocupación del tiempo libre.</p>
<p>¿Con qué aspectos de tu vida relacionas la actividad física?</p>	<p>Con la “buena” capacidad física es soporte de una buena salud. La práctica conlleva a aumentar la capacidad corporal. Bienestar y mantenimiento de la salud. Bienestar, desempeño y estético.</p>
<p>¿Cree usted que la AF le ayudaría a desarrollar mejor las capacidades físicas? ¿Por qué?</p>	<p>Ayuda a desarrollar las capacidades físicas Mejoría en la tonificación muscular y la disminución del estrés Concepto de calidad de vida. Lograr aumentar o mejorar la energía a través del ejercicio es una interpretación de la ayuda de la Actividad Física</p>
<p>¿De qué manera las organizaciones e instituciones como el colegio, las alcaldías o juntas de acción comunal del barrio promueven la Actividad Física?</p>	<p>Formas de promoción de la Actividad Física de las organizaciones e instituciones son claras. Identificación de actividades que se realizan como formas de promoción tales como: clases de zumba, el deporte, prácticas musicales o culturales, cursos para aprender un instrumento musical. Intención de destinar más tiempo a las prácticas de la Actividad Física. A nivel de la comunidad o de la localidad no se destinan espacios ni tiempos al desarrollo de las jornadas deportivas. Ofertas en el campo artístico. Relación de las formas de promoción de la actividad física</p>

con la destinación de espacios y la realización de actividades. Necesidad de destinar tiempo y la alta demanda del estudio como centro del rol de los jóvenes.

Anexo G

Matriz Nro. 5. Relación de Hallazgos Beneficios y Efectos Descripción

SUB CATEGORÍA	Preguntas	Hallazgos
Beneficios y efectos	¿Cómo evalúa usted la AF que realiza actualmente? ¿Cree que es suficiente, insuficiente? ¿Por qué?,	Suficiente con tiempos de más de cinco horas semanales o dedicación todas las tardes después del colegio Se resaltan los tiempos de los fines de semana Fin de semana es un espacio valioso para jugar y o practicar un deporte. El juego en la adolescencia aparece en las respuestas de los jóvenes diferenciándolo del concepto de deporte.
	¿Cuál es su opinión sobre el impacto de la Actividad Física en la salud?	Opinión relacionada con el concepto de prevención, obesidad y forma de evitarla. Concepto de dieta y el extranjerismo fith. Léxico relacionado con los imaginarios de los jóvenes y el mantenimiento de la salud física, mental y estética. Prevención de las enfermedades.

Anexo H

Matriz Nro. 6. Relación de Hallazgos Sentimientos y Efectos Descripción

SUB CATEGORÍA	Preguntas	Hallazgos
Sentimientos y valores	¿Qué experimenta cuando hace Actividad Física?	Experiencias en el aspecto emocional. Experimentan sensaciones de alegría, obtener libertad, liberarse del estrés. Efectos de la actividad física a nivel corporal, dolor, cansancio,

		desarrollo corporal, respiración y trabajo muscular.
	¿De qué manera cree usted que la Actividad Física, favorece el desarrollo integral del ser humano?	Favorece las funciones cognitivas y el aumento de las habilidades motrices. Descarga emocional frente al estrés o preocupaciones. Favorecimiento del desarrollo humano a través de la Actividad Física incide en la calidad de las relaciones sociales de las personas. Calidad en lo humano y social. La Actividad Física y sus prácticas trascienden lo individual hacia lo social.

Anexo I

Matriz Nro. 7. Relación de Hallazgos por Subcategorías

Descripción General

Sub categorías	Hallazgos	Núcleos temáticos
Comportamiento Activo	Actividades diarias	Auto cuidado Corporeidad Participación
	Actividades del Tiempo Libre	Rol de estudiante Tiempo libre Amistades y pares
	Actividades Fin de Semana	Institución Educativa y su influencia: centro de la vida del joven. Importancia de la familia, especialmente las figuras paterna y materna.
		Actividades en grupos deportivos y artísticos
		Preferencia esfuerzos físico y movimiento corporal.
		Ninguna actividad de tipo intelectual como lectura o pasivas como visitas a bibliotecas o a Museos o ir al cine.
		Clase de Educación Física

		Práctica de deportes: patinaje, fútbol, bicicleta.
		Espacios públicos
		Influencia del clima
		Sueño y descanso corporal
Experiencia	Características de la experiencia	Práctica de deportes: patinaje, baloncesto, fútbol.
	Beneficios	Establecimiento de rutinas
	Dificultades	Uso del Gimnasio
		Influencia de la enseñanza de los padres
		Experiencia y relación con los estados emocionales y físicos como la fatiga, la exigencia, superación, establecimiento y cumplimiento de metas, disfrute por la práctica de la actividad física.
		Mantenimiento del estado corporal y emocional.
		Sedentarismo
		Belleza física o estética
		Salud mental
		Dedicación en mayor tiempo al estudio.
		Organización de los tiempos para equilibrar estudio, tiempo libre y amigos.
Concepto	Condiciones Físicas: músculos, desarrollo físico.	Concepto de ejercicio como caracterización de la actividad física.
	Salud mental y física.	

	Tics	Ejercitación y maduración de los músculos.
	Consecuencias de la no practica de la actividad física	El desarrollo del cuerpo físico y mental y la actividad física se relaciona con la salud. Incidencia de las TIC Consecuencias de la no práctica como el sedentarismo y la obesidad. Peligros de la inactividad física y la falta de rutinas.
Factores que influyen en los imaginarios	Imaginarios de los entornos inmediatos a los jóvenes	Enseñanza Familia
	Beneficios de la práctica de la actividad física para la salud mental	Padres de familia Salud física y mental
	Relación de la actividad física con la vida de los jóvenes.	Presencia de enfermedades: Obesidad, estrés,
	Creencias para mejorar las prácticas	Conocimiento del funcionamiento y capacidad corporal, capacidades físicas, belleza física, aumento de la energía, tonicidad muscular,
	Maneras y formas de ofertas en la comunidad educativa y local	Bienestar, desempeño y estético. Consumo de sustancias psicoactivas y prevención.

		espacios y la realización de actividades. Necesidad de destinar tiempo y la alta demanda del estudio como centro del rol de los jóvenes.
Beneficios y Efectos	Calidad de los efectos de la práctica en Actividad Física. Tiempos. Impacto de la práctica.	Suficiente Horas semanales Fin de semana Juego Deporte
Sentimientos y Valores	Experiencias Favorecimiento de la salud de la práctica de la Actividad Física	Aspecto emocional: Sensaciones de alegría, obtener libertad, liberarse del estrés, descarga emocional. Aspectos corporales: dolor, cansancio, desarrollo corporal, respiración y trabajo muscular. Favorece las funciones cognitivas y el aumento de las habilidades motrices. Favorecimiento del desarrollo humano y calidad de las relaciones sociales de las personas. Calidad en lo humano y social. Trascendencia de lo individual hacia lo social.