

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS

FACULTAD DE CULTURA FÍSICA DEPORTE Y RECREACIÓN

MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD

**IMAGINARIOS SOCIALES DE PADRES FAMILIA DE LA UPZ 58 DE LA  
LOCALIDAD DE USME, ACERCA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, LA  
EDUCACIÓN FÍSICA Y EL CUERPO.**

AUTOR

OSCAR MAURICIO GUZMAN GARZON

DIRECTORA

Mg. Ft. DIANA ALEXANDRA CAMARGO ROJAS

Investigación presentada para optar al grado de Magister en Actividad Física para la Salud

**IMAGINARIOS SOCIALES DE PADRES FAMILIA DE LA UPZ 58 DE LA  
LOCALIDAD DE USME ACERCA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, LA EDUCACIÓN  
FÍSICA Y EL CUERPO.**

## INDICE

|                                                                | Página |
|----------------------------------------------------------------|--------|
| Resumen.....                                                   | 1      |
| INTRODUCCION.....                                              | 3      |
| Planteamiento del problema.....                                | 5      |
| Justificación.....                                             | 13     |
| Objetivo General.....                                          | 15     |
| Objetivos Específicos.....                                     | 15     |
| MARCO CONCEPTUAL.....                                          | 16     |
| 1. Salud: Concepto y Promoción.....                            | 16     |
| 1.1 Promoción de Salud.....                                    | 20     |
| 1.2 Promoción de la Salud en America y en Colombia.....        | 23     |
| 1.3 Promoción de la Salud en el ámbito escolar colombiano..... | 24     |
| 1.4 El lugar del estilo de vida en la sociedad actual.....     | 27     |
| 2. Actividad Física: Historia, Conceptos y Factores.....       | 30     |
| 2.1 Beneficios de la Actividad Física para la Salud.....       | 34     |
| 3. Educación: Concepto y Tendencias.....                       | 35     |
| 3.1 Educación para la salud.....                               | 38     |
| 4. Educación Física: Historia, Conceptos y Tendencias.....     | 40     |
| 4.1 Historia de la Educación Física.....                       | 40     |

|                                                           |     |
|-----------------------------------------------------------|-----|
| 4.2 Historia de la Educación Física en Colombia.....      | 47  |
| 4.3 Conceptos y tendencias de la Educación Física.....    | 52  |
| 4.3.1 Pedagógico Educativo.....                           | 52  |
| 4.3.2 Ámbito Deportivo.....                               | 53  |
| 4.3.3 Ámbito Social.....                                  | 54  |
| 5. Cuerpo: Tendencias y Conceptos.....                    | 56  |
| 5.1 El cuerpo y su relación con el Desarrollo Social..... | 61  |
| 5.2 Cuerpo desde la Educación Física.....                 | 62  |
| 6. Imaginarios Sociales.....                              | 65  |
| METODOLOGIA.....                                          | 68  |
| RESULTADOS.....                                           | 74  |
| DISCUSION.....                                            | 100 |
| CONCLUSIONES, APORTES Y RECOMENDACIONES.....              | 114 |
| REFERENCIAS.....                                          | 118 |
| ANEXOS.....                                               | 126 |

## RESUMEN

La presente investigación busca comprender los imaginarios que la familia y/o los padres de familia construyen en torno a la educación física, la actividad física y el cuerpo, en los colegios distritales de Bogotá. Se adopta como base de metodología el paradigma cualitativo interpretativo, fenomenológico, naturalista, subjetivo, orientado a la comprensión del fenómeno utilizando el lenguaje de las personas y la subjetividad de la experiencia vivida. Se involucraron los padres de familia de los ciclos V de la upz 58 de la localidad de Usme de los colegios distritales de Bogotá, con quienes se desarrollaron grupos focales. La información se proceso a partir de categorías previamente definidas y dando posibilidad al surgimiento de categorías emergentes. Se encontró que la mayoría de los padres de familia, definen la Actividad Física, la Educación Física y el cuerpo desde perspectivas biológicas, convenientes para la salud, hallando más consensos que disensos con respecto a la teoría.

**PALABRAS CLAVE:** Actividad Física, Educación Física, Cuerpo, Estilos de vida, Escolares, Familia, Imaginarios.

## ABSTRACT

This research seeks to understand the imaginary to the family and / or parents built around physical education, physical and body, activity in the district schools of Bogota. The interpretative qualitative paradigm, phenomenological, naturalistic, subjective, aimed at understanding the phenomenon using the language of the people and the subjectivity of the experience is taken as the basis for methodology. Parents of cycles V of upz 58 Usme of district schools of Bogota, who developed focus groups were involved. The process information from previously defined categories and giving opportunity to the emergence of new categories. It was found that most parents define Physical Activity, Physical Education and body from biological perspectives, convenient health, finding more consensus than disagreement about the theory.

KEY WORDS: Physical Activity, Physical Education, Physical development, Lifestyles, School, Family, Imaginary.

## INTRODUCCION

En todo el mundo en la actualidad, el número de seres humanos con Enfermedades Crónicas no Transmisibles ha ido en aumento, lo anterior se debe a la adquisición y práctica de hábitos no saludables. Un ejemplo de lo anterior es el sedentarismo y la mala alimentación, donde la obesidad y el sobrepeso ocupan un lugar privilegiado en esta sociedad, y que se encuentran relacionados directamente con los estilos de vida sedentarios de la humanidad.

Pero lo anterior no solo se evidencia en población adulta o adulta mayor, analizando el hecho evidente, demostrado por diversos estudios, que muestran el sedentarismo y la inactividad física como un hábito también frecuente en la población escolar adolescente de la sociedad actual, se pretende fomentar en los jóvenes estilos de vida activos que contribuyan a construir una sociedad más saludable y por tanto, con menos riesgo de padecer enfermedades y acercarse a un estado adecuado de bienestar y calidad de vida.

Teniendo en cuenta esos factores de riesgo causados por la inactividad física y el sedentarismo en la población escolar, se hace visible la necesidad de generar programas e intervenciones en pro a la realización de actividad física en la escuela, ya que este es el lugar en el que los niños permanecen la mayor parte de su tiempo.

Pero no solo la escuela debe ser garante de este proceso de sensibilización y generación de estilos de vida saludables, la familia toma un papel fundamental al ser el ente

principal de formación en el niño y su imagen proyectada a futuro. La familia es la encargada de interiorizar las prácticas de vida saludables en el niño, es por esta razón, que el núcleo familiar debe ser el objeto de investigación, ya que en él se forman los valores y las bases de formación del futuro individuo.

Por esta razón, es pertinente comprender la forma como la familia y/o los padres de familia conciben la Actividad Física, la Educación Física y el cuerpo, pues es debido a estos imaginarios cómo se pueden visualizar las posibilidades de promocionar estilos de vida saludables con el apoyo de ellos en el escenario escolar y extra escolar, generando así un fortalecimiento en los currículos escolares, donde la familia sea una incondicional herramienta, para poder llevar a cabo las propuestas y generar impacto en la calidad de vida del escolar y su familia.

En este orden de ideas, este trabajo busca comprender los imaginarios que la familia y/o los padres de familia, construyen en torno a la educación física, la actividad física y el cuerpo, en los colegios distritales de Bogotá, y que sirva como ayuda para conocer el estado de la educación física en el distrito capital.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La actividad física juega un papel importante para el desarrollo cognoscitivo, físico, psicosocial y afectivo del individuo. A su vez la actividad física trae consigo unos beneficios en pro a generar estilos de vida saludables y en consecuencia a tener una mejor salud. La salud es uno de los temas que a nivel nacional e internacional es de especial interés en la sociedad actual. Un gran número de muertes provienen por la escasa calidad de salud existente y por la presencia de hábitos de vida de las personas y estilos de vida poco saludables. Sin duda, la modificación de estos hábitos hacia conductas saludables, hábitos alimenticios adecuados y práctica regular de actividad física orientada a la salud, contribuirían a una mayor calidad de vida en la sociedad y a menores gastos en salud. Estos hábitos empiezan a crearse en los niños (as) afianzándose en la adolescencia y perdura en la adultez, donde ya resulta muy difícil modificarlos (Grace, 2001).

Un aspecto importante a tener en cuenta para generar algún cambio en estilos de vida, es la motivación. Con relación a lo anterior, Naspe (2004) nos dice que *“la motivación en el individuo se afecta o altera junto con su desarrollo físico, social y cognoscitivo”* (NASPE, 2004). Lo anterior nos indica que depende de la etapa en que se encuentre el desarrollo humano, ésta determinará su forma de ver el mundo e influirá en sus preferencias y en sus aspectos sociales. Por esta razón, las instituciones educativas en sus primeros años, van a simbolizar la primera influencia social sobre el individuo, lo cual tiene un gran impacto sobre el rumbo que las personas viven y sucesivamente sobre la

sociedad (Deci, Vallerand, Pelletier y Ryan, 1991). Es así como, el colegio toma un papel importante, en el desarrollo del individuo por medio de variadas experiencias, que influirán en su personalidad, formación social y adopción o adquisición de conocimientos, como por ejemplo estilos de vida.

Pero no solo el Colegio y la Sociedad, hacen parte de esta gran escuela de formación de estilos de vida saludables en el individuo. La Familia toma un papel importante, en el momento de interiorizar esas prácticas de vida saludable en el niño (a). Los padres de familia son el ejemplo a seguir de sus hijos y su imagen proyectada a un futuro (Casarin, 2006). A su vez, la familia forma e interioriza en el niño (a) costumbres, prácticas y crea una cultura en los diferentes aspectos de su vida diaria. Aspectos como lo social, cognitivo y físico hacen del niño (a) una persona integral en su formación como ser humano. Ahora, ¿son los Padres de Familia o la Familia en sí, las personas idóneas para servir de imagen y ejemplo a sus hijos (as)?.

La familia, siempre se ha considerado el eje central en la formación de la sociedad. Aquí se crean las bases en cuanto a valores, principios y prácticas de vida sanas, para que luego el individuo las aplique en su cotidianidad (Perez, 2010). Se ha demostrado con diversos estudios, en el que se resalta el realizado por Grace J. Craig (2001), en su libro “Desarrollo Psicológico”, donde habla de la importancia del auto concepto, en el cual indica que las enseñanzas que se inculcan en la familia durante los primeros años de vida, será una constante para la vida futura del niño (a), generando una cultura y unos rasgos de personalidad inmodificables a lo largo de su existencia.

Por otro lado, y centrando la atención en Estilos de Vida Saludables con relación a la familia, surgen las siguientes preguntas: ¿La familia o padres de familia, qué conocimientos y/o prácticas tuvieron en su formación escolar, con relación a la Actividad Física y la salud?, ¿cómo fueron sus clases de Educación Física en su edad escolar?, ¿qué imaginarios tienen sobre la Educación Física actual de sus hijos en sus colegios?, ¿La familia o padres de familia, son ejemplo de vida saludable para sus hijos (as)?.

Teniendo en cuenta lo anterior y vinculando el Sistema Educativo Colombiano, el Ministerio de Educación Nacional plantea un modelo de escuela abierta, el cual se hace realidad con la participación de todos los miembros de la comunidad educativa, Directivos docentes, Docentes, estudiantes y también los Padres de Familia, los cuales cumplen un papel esencial en la educación de sus hijos (as). Pero antes de conocer los imaginarios que construye la familia, alrededor de la Educación Física, la Actividad Física y el cuerpo, hay que destacar las razones que justifica la participación de los padres en el proceso educativo de sus hijos e hijas.

Dentro del marco normativo-legal se puede hacer referencia a la Constitución Política Colombiana (1991), teniendo en cuenta que en el capítulo que habla sobre la educación, establece los lineamientos generales de la participación de la familia, indicando de esta manera en el artículo 67 que “...*la educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; ... El Estado, la sociedad y la familia son responsables de la educación, que será obligatoria entre los cinco y los quince años de edad y que comprenderá como mínimo, un año de preescolar y nueve de educación básica...*”. Por otro lado también encontramos en el artículo 3 del Decreto 1286/2005, de 27 de abril, del Ministerio de Educación Nacional, “... *por el cual se establece normas*

*sobre la participación de los padres de familia en el mejoramiento de los procesos educativos de los establecimientos oficiales y privados, y se adoptan otras disposiciones...*

*“Con el fin de asegurar el cumplimiento de los compromisos adquiridos con la educación de sus hijos, corresponden a los padres de familia los siguientes deberes: ... g. Acompañar el proceso educativo en cumplimiento de su responsabilidad como primeros educadores de sus hijos, para mejorar la orientación personal y el desarrollo de valores ciudadanos.”*  
(MEN, 2005).

Según Sánchez (2002) la participación de los padres *“...es un proceso de actuación de las decisiones y acciones relacionadas con la planificación, actuación y evaluación que se hacen de la actividad y propuesta curricular que se llevan a cabo con sus hijos...”*. No existe implicación sin un proceso continuado de participación real, y ésta última no es posible si no se puede decidir, si no se tiene la información necesaria y pertinente y no se da un sentimiento de formar parte de un proyecto común de acción.

Con lo anterior, se puede observar cómo la familia cumple dos papeles muy importantes, desde el punto de vista formativo; en primera medida la familia es el ente cultural que recibe el recién nacido y en segundo lugar la familia es el grupo humano en el que ese recién nacido en un futuro realiza su vida. Lo anterior ubica a la escuela como una “agencia educativa”, donde el individuo se forma en otros pilares mas enfocados al conocimiento intelectual y al cumplimiento de normas. Esta importancia que se le da a la familia hace indispensable la colaboración entre familia y escuela si se quiere que el proceso educativo sea oportuno y eficaz.

En otras palabras, al ser la familia el factor que más ayuda a la formación del individuo, es el lugar más benéfico para conseguir el bienestar de la persona, bienestar que puede extenderse hacia un bienestar interpersonal o familiar, en el que están incluidos todos los individuos implicados en la interacción familiar.

Lo anterior hace ver, que la familia es el grupo partícipe fundamental donde se despliegan la adquisición de estilos de vida saludables en sus integrantes, y es aquí donde se pretende conocer el sentido y significado que ellos otorgan y reconocen en la construcción subjetiva en torno a la Educación Física, la Actividad Física y el cuerpo, es decir el Imaginario.

Pero, ¿Por qué el concepto de imaginario?, con relación a la anterior pregunta Castoriadis dice *“Y en primer lugar, ¿Por qué imaginario? Tendríamos que proporcionar quizás, en este festival, algunas palabras sobre esta noción. Imaginario porque la historia de la humanidad es la historia del imaginario humano y de sus obras”, (Castoriadis 2007).* El Grupo de Motricidad Humana y Mundos Simbólicos, hace los siguientes planteamientos en relación al tema *“el concepto de imaginario se ha relacionado entre otros con la representación, la imagen, la realidad de lo simbólico considerándose como muy cercano a ella o incluso asumiéndose como sinónimos; pero con todo ello, ninguna de estas expresiones llena su total sentido toda vez que, en realidad el imaginario se va constituyendo como un interjuego entre cada una de estas, en un marco histórico y social de los sujetos” (2005).*

En consecuencia, se puede hablar de elementos que configuran la noción de imaginario, no obstante, es en la relación, interconexión – unión que emerge el concepto de

imaginario. Continuando con la reflexión el Grupo Motricidad Humana y Mundos Simbólicos señala *“lo imaginario es entonces una construcción más que subjetiva, intersubjetiva e intrasubjetiva...es más que la subjetivación de la imagen, puesto que esta se relaciona con la representación y aquel con el sentido otorgado a toda una vida de formas, sentimientos, percepciones, motivos para las acciones e interacciones, necesidades y deseos”*. (2005).

Referente a lo anterior, los seres humanos consiguen representar o ver la realidad en imágenes, sin embargo, estas imágenes se llenan de sentido a través de las diversas relaciones que los seres humanos desarrollan en la vida, es aquí donde entonces, empieza a surgir y a edificarse el mundo de lo imaginario.

Considerando los planteamientos de Shotter, citado por el Grupo Motricidad Humana y Mundos Simbólicos, *“a propósito de las teorías constructivistas y la posibilidad de comprender lo imaginario en el marco de nuestra investigación. Que sostiene que el fondo de la vida social no es representacional sino conversacional, en el lenguaje se configura nuestro mundo y el mundo de los otros. Lo central sería discutir las palabras en acción, aquellas que se dan en el bullicio de lo cotidiano”* (2005)

Desde todo lo mencionado anteriormente, es donde se orienta una alternativa, para intentar comprender el Imaginario de la Familia y/o de los padres de familia en torno a la educación física, la actividad física y el cuerpo, en los colegios distritales de la ciudad de Bogotá, visualizando el fenómeno desde su concepción como estudio cualitativo, revisando su interpretación y tomando como punto de partida *“ el estudio de la experiencia vital”* y *“de la cotidianidad”* de los sujetos participantes de la presente investigación.

A nivel Internacional y en Colombia, existen estudios donde se indaga sobre los imaginarios que tienen los estudiantes sobre la clase de educación física, como el realizado por Napoleón Peña y Luis Jaramillo (2005) sobre *“Imaginarios del joven colombiano ante la clase de educación física”*, también el realizado por la Universidad Autónoma de Chile sobre *“La educación física como espacio de transformación social y educativa: perspectivas desde los imaginarios sociales y la ciencia de la motricidad”*. Centrando la consulta hacia los imaginarios de los padres de familia o la familia en sí, se encuentra el estudio realizado por George Graham (2008) de la Universidad de Pensilvania titulado *“Children’s and adults perceptions of elementary school physical education”*, en el cual se describen las percepciones de los adultos (padres, maestros y administradores de la escuela) y los niños y adolescentes, pero es un estudio muy global con relación al imaginario de la familia, donde muestran una percepción generalmente positiva hacia la educación física, en el cual concluyen con la hipótesis de que *“las percepciones se forman a través de encuentros de los niños con la educación física y esto puede servir como precursor de disposiciones de los adultos que conllevan hacia estilos de vida físicamente activos”* (Graham, 2008), pero como se menciona anteriormente no profundiza en el imaginario de la familia como tal hacia el concepto de Actividad Física y el cuerpo, enfatizando mas su estudio hacia la clase de Educación Física.

Con todo lo anterior se puede indicar que no existen estudios, donde el eje central de la investigación sean los imaginarios de la familia y/o los padres de familia hacia la actividad física, la educación física y el cuerpo. Esto genera un vacío en el conocimiento actual, si tenemos en cuenta que la familia es la base de la formación de una cultura en nuestros niños y niñas. Con base en esto, no se sabe que percepción tiene la familia hacia

el cuidado de la salud, no se sabe si la familia está promocionando en sus integrantes hábitos de vida saludables, por consiguiente tampoco se sabe si la familia sirve como motivador al niño (a) para que practique alguna actividad física.

Pero el objeto del presente trabajo de investigación no es determinar si la familia cumple o no cumple con el papel de generar hábitos de vida saludables en los niños (as), el objetivo es conocer ¿cuáles son los imaginarios que la familia y/o los padres de familia construyen en torno a la Educación Física, la Actividad Física y el cuerpo?, y así dar una idea del pensamiento que tienen las familias del distrito en torno a las prácticas motrices de nuestros niños y niñas en edad escolar, y a su vez contribuir en el estudio del estado de la Educación Física en el distrito capital.

## JUSTIFICACION

*“...La familia es base de la sociedad y el lugar donde las personas aprenden por vez primera los valores que les guían durante toda su vida...” (Juan Pablo II)*

Es de suma importancia que los padres de familia y los educadores tengan una colaboración entre sí, lo anterior se da porque es, en el seno de la familia donde se construye y se inicia la educación, y por tal motivo los padres de familia no pueden estar en otro objetivo ajeno a la escuela que es: la educación de sus hijos (as). Todo lo que sucede en las escuelas o colegios son valiosos instrumentos de comunicación para el colectivo social y en especial para el colectivo familiar implicado directamente. Si lo anterior se cumple, los niños (as) sienten y aprecian favorablemente su participación en el colegio, contribuyendo en los niños más seguridad, incentivos y modelos para la propia socialización, además de transformar la experiencia familiar como la escolar.

La relevancia de este estudio, permitirá reflexionar acerca del currículo y los procesos pedagógico – didácticos con relación a la Educación Física, la Actividad Física y el cuerpo en el Distrito Capital, con el ánimo de encontrar presumiblemente una renovada significación a las prácticas académicas. Favoreciendo la apertura a una visión más sentida e integral de desarrollo humano, entendida esta *“como un complejo y dinámico estado funcional de todo el organismo, provocado por un estímulo externo o interno que implica la activación simultánea de un grupo particular de órganos efectores (vísceras, humorales, neuromusculares) de elementos expresivos (postura del cuerpo, gestos, expresión facial, vocalizaciones) y de una experiencia subjetiva”* (Bloch 2006) que facilitarán en el

conocerse y la experiencia vivida de la corporeidad, hacia la práctica de estilos de vida saludables.

Por lo cual la investigación se presenta como una posibilidad de rescatar y reconocer la construcción subjetiva, vale decir, símbolos, representaciones y sentidos que poseen la familia y/o los padres de familia con respecto a la clase de Educación Física, la Actividad Física y el cuerpo. Lo anterior, podría significar una mejor comprensión sobre el imaginario de la familia y/o los padres de familia que posibilite la co-construcción de una propuesta curricular en el marco de la motricidad humana, al legitimar y reconocer “*al otro como otro legítimo en la convivencia*” (Maturana, 1995), en consecuencia, se valora a la familia y/o padres de familia como personas humanas que son capaces de aportar a la construcción del proceso formativo de los estudiantes.

Así mismo, conociendo el imaginario de los padres de familia hacia la actividad física, la educación física y el cuerpo, permitiría dar una posible visión de la familia hacia la práctica de estos tres conceptos y de esta manera conocer el estado de la Educación Física en las diferentes localidades de Bogotá. Entonces a partir de aquí, iniciar una mejora en las prácticas de estilos de vida más saludables fomentadas desde la familia y desde la clase de educación física en la escuela, para aportar en la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad en el distrito capital. Siendo este imaginario un punto de partida, para que a partir de la academia, se modifiquen las temáticas que involucren a los estudiantes en edad escolar a prácticas no tan deportivas, sino a prácticas que busquen el cuidado de la salud y tomar el verdadero interés que merece tener un estilo de vida saludable en la sociedad actual a partir del núcleo familiar, es decir, promocionar la práctica de la Actividad Física en beneficio para la salud.

## OBJETIVO GENERAL

Comprender los imaginarios sociales que la familia y/o los padres de familia de la localidad de Usme construyen en torno a la Actividad Física, la Educación Física y el Cuerpo.

## OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Identificar las nociones que tiene la familia y/o los padres de familia acerca del concepto de la Educación Física.
2. Describir los imaginarios que tienen la familia y/o los padres de familia sobre la Actividad Física y el Cuerpo.
3. Definir los consensos y los disensos de la familia y/o los padres de familia, en relación con los imaginarios contruidos frente a las categorías establecidas.

## MARCO CONCEPTUAL

### 1. SALUD: CONCEPTO Y PROMOCIÓN

Definir el concepto de salud, si nos enfocamos en lo que tiene que ver a la biología humana, es bastante complejo. Los seres humanos y/o los individuos, poseen muchas diferencias a nivel físico y a nivel psíquico, lo anterior se da, debido a que somos seres en constante cambio (Casimiro 1999). A través de la historia, han existido diferentes definiciones en cuanto a la búsqueda del concepto de salud, realizadas por diferentes instituciones, organizaciones y autores, todos ellos buscando una conceptualización desde diversos puntos de vista.

Platón (469-399 a.C.) decía: *“Nunca intentarás curar el cuerpo sin curar el alma, ésta es la razón por la que los médicos de la Hélade desconocen la cura de muchas enfermedades, pues ignoran el todo, que también debe ser estudiado. Este es el gran error en nuestros días en el tratamiento del cuerpo humano: los médicos separan el alma del cuerpo”*. Se puede observar que ya Platón desde sus inicios, conceptualizaba la salud no solo con el cuerpo, sino que le agregaba el alma, es decir, daba inicios de un concepto de salud integral, donde involucraba no solo la parte física, sino otros aspectos como en este caso la parte espiritual.

Rudolf Virchow (1821-1902), decía que el Estado debe ser el encargado de ayudar a sus ciudadanos, a vivir una vida sana. Este anatomopatólogo alemán, reafirma la

importancia que debe tener el poder político en la salud de la población, debido a que es el sector político el encargado y el responsable por velar por el bienestar de su sociedad. Reafirmando esta posición, Cannon (1941) un destacado fisiólogo que se preocupó por intentar entender y dar explicación de los fenómenos vitales del hombre, intentó comprender las diversas circunstancias que afectan en la salud de las sociedades humanas, hablando de la homeostasis social, donde mencionaba que la salud dependía del equilibrio sistémico de los diversos elementos que se relacionan directamente con la sociedad.

El concepto “integral” de la salud se encontró en la Carta Magna o Carta Constitucional de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 1946), donde se definía como *“el estado completo de bienestar físico mental y social y no la simple ausencia de enfermedad”*. Con lo anterior se deduce que existe una completa interrelación entre los tres componentes de la salud; la dimensión física, la cual hace referencia a todas las posibles alteraciones del funcionamiento del organismo; la dimensión mental o alteración síquica, que hace referencia al comportamiento psicológico del ser humano y por último, pero no menos importante, la dimensión social, respecto a las relaciones del individuo con su entorno.

Dubos (1956), decía que la salud es un estado físico y mental libre de toda incomodidad y/o dolor. Expresaba también, que la salud era la que le permitía al individuo, funcionar eficiente y eficazmente en el ambiente donde él se encontrara ubicado. Así de esta manera, se dimensionaba la salud en dos partes, la parte física y la parte mental.

Herbert L. Dunn (1959), es el que por primera vez menciona dentro de la salud la parte social. Dunn definía la salud desde el bienestar, incluyendo también la parte física y

psicológica. Tres componentes o dimensiones que definían el concepto de salud. Edward S. Rogers (1960), John Fodor et. al. (1966), entre otros autores, siguieron mencionando el aspecto social dentro del concepto de la salud, enunciando además de que la salud era dinámica y cambiaba constantemente con el pasar del tiempo. Otro autor que hizo especial énfasis en la dimensión social dentro del concepto de salud, fue Milton terris (1975). Terris definía la salud como *“Un estado de bienestar físico, mental y social, y la capacidad para funcionar y no meramente la ausencia de enfermedad o incapacidad”*.

Sepilli (1971), da un concepto de salud como:

*“una condición de equilibrio funcional, tanto mental como físico, conducente a una integración dinámica del individuo en su ambiente natural y social”*.

Aquí ya se daba un concepto de salud integrador, es decir el equilibrio entre lo físico y lo mental, y su integración constante con la sociedad y la comunidad y/o hábitat.

Sin embargo, a nivel mundial la salud es un derecho fundamental de toda persona, lo cual hace que su definición y cuantificación se dificulte mucho mas, haciendo de la salud un concepto subjetivo, por los sentimientos individuales de cada ser humano; un concepto relativo, es decir no existe un patrón fijo estándar y único; es dinámico en función de su entorno; y por último interdisciplinar, lo cual hace que educadores, políticos, médicos, psicólogos y diversos actores que trabajen en salud, trabajen unánimemente, en busca del bienestar de la sociedad (Casimiro, 1999).

Con lo ya mencionado anteriormente, se evidencia que han existido diferentes intentos en definir el concepto de salud, pero por lo general se utiliza como un término

contrario al de enfermedad, diciendo así, que un ser humano, tiene salud cuando éste no está enfermo. Becerro (1994), dice que la salud es como el agua o la luz, los cuales se utilizan a diario en los hogares, pero que solo se extraña su importancia hasta que se pierde, siendo muy deseado cuando carecemos de ella.

Pero las definiciones de salud ya no solo ubica su interés en el ser humano individual, sino ya los diferentes autores empezaban a preocuparse y a definir la salud, como una salud colectiva, en la que era fundamental incluir el entorno social. Lo anterior hace que se recuerden las ideas de Virchow, en las que han cobrado gran importancia los programas de promoción de la salud pública, evidenciando una vez mas la responsabilidad que tiene el Estado en promover la “homeostasis social” como lo señalaba Cannon.

En el año 1997 en Yakarta, la OMS convoca a una reunión para la promoción de la salud en el siglo XXI, donde se concluye:

*“Los requisitos para la salud de la población son: paz, vivienda, educación, seguridad social, relaciones sociales, alimentación, ingreso económico, empoderamiento de la mujer, un ecosistema estable, uso de recursos sostenibles, justicia social, respeto por los derechos humanos y equidad”.*

Lo anterior indica y muestra que la población gozará de salud y por tal motivo bienestar, en la medida que se alcancen los anteriores requisitos de convivencia social.

Para este nuevo milenio, el concepto de salud no puede centrarse únicamente en individuos y/u órganos enfermos, desconociendo totalmente las diversas dimensiones en las que se desarrolla la persona, como lo son su raza, su etapa de ciclo vital y su territorio, en conclusión, debe también involucrar todo su ambiente físico y social en el que el individuo

está inmerso. El enfoque de la salud actual no solo debe abarcar la enfermedad, sino también debe abarcar su prevención y lo más importante su promoción; pero no solo a nivel individual, debe abarcar una visión mas global, abarcando a las familias y a la sociedad o comunidad a la que pertenece cada individuo.

Es así como el 5 de enero de 2016, la Constitución de la OMS afirma que *“el goce del grado máximo de salud que se pueda lograr es uno de los derechos fundamentales del ser humano”*. Lo anterior indica que el goce del derecho a la salud está directamente relacionado con los derechos humanos como alimentación, vivienda, trabajo, educación, la no discriminación, la participación, entre otros.

## 1.1 PROMOCION DE SALUD

La OMS en su Oficina Regional para Europa (1985), definía el fomento y la promoción de la salud como:

*“el proceso de capacitar a los individuos y a las comunidades, para que estén en condiciones de ejercer un mayor control y mejorar todos los determinantes de la salud y factores que influyen en el mantenimiento y/o mejora de la salud”*.

Con lo anterior se puede decir, que la promoción de la salud es tener un completo manejo e injerencia sobre el medio en el que vive el individuo, para así fortalecer los factores que ayudan a obtener estilos de vida saludables y a su vez modificar esos estilos que se oponen a su puesta en práctica. Esto hace que no solo se trabaje en las habilidades

individuales para influir es sus determinantes sociales, sino que sea predominante trabajar en lo social y cultural de la persona.

En 1978 en la conferencia internacional sobre Atención Primaria de Salud, se confirma la salud como derecho humano fundamental, con la Declaración de Alma Ata. Luego el 21 de Noviembre de 1986 en Ottawa, teniendo en cuenta el aumento de seguidores de la nueva concepción de la salud pública en todo el mundo, se realiza la primera conferencia internacional sobre la promoción de la salud y se emite “la carta de Ottawa”. Esta se dirigió al alcance del objetivo “Salud para todos en el año 2000”. Pero aquí no solo se tuvo en cuenta las necesidades de los países desarrollados o industrializados, sino que también se tuvo en cuenta la problemática de todos los países. Los miembros participantes de esta conferencia en Ottawa, tomaron como punto de partida los avances alcanzados en la Declaración de Alma Ata (1978), también tuvo en cuenta el documento “Los objetivos de la Salud para todos” de la OMS y la discusión sobre la acción intersectorial para la salud, la cual se realizó en esa época en la Asamblea Mundial de la Salud.

En la carta de Ottawa (1986) se ratifica la salud como derecho humano fundamental, agregando la discusión donde la promoción y la prevención de la salud de los individuos, son necesarios para un avance económico y social sostenido, contribuyendo a la mejora de la calidad de vida de los seres humanos. También en esta carta, se dice que la promoción de la salud consiste en:

*“Proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Para alcanzar un estado adecuado*

*de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente. La salud se percibe pues, no como el objetivo, sino como la fuente de riqueza de la vida cotidiana. Se trata por tanto de un concepto positivo que acentúa los recursos sociales y personales así como las aptitudes físicas. Por consiguiente, dado que el concepto de salud como bienestar trasciende la idea de formas de vida sanas, la promoción de la salud no concierne exclusivamente al sector sanitario”* (Pág. 1).

La carta de Ottawa plantea entonces, que el pueblo tiene el derecho y el deber de participar ya sea individual o colectivamente, en la planificación y ejecución de su atención en salud. A su vez, se instituyen los principios básicos de la promoción de la salud, que buscan descubrir las causas de los determinantes de la salud y poder intervenir directamente en ellos.

Es importante resaltar que los estilos de vida inactivos existentes en la actualidad, han aumentado las enfermedades en la sociedad. Por esta razón la OMS en 1997 toma la iniciativa de promocionar conductas alternativas al sedentarismo, con el programa “WHO Global Initiative on Active Living”, programa que buscaba promocionar la salud de los individuos con estilos de vida más activos.

Teniendo en cuenta lo dicho anteriormente, el concepto de salud y su promoción, debe incorporar diversas propuestas mucho más avanzadas, apoyándose de la neurociencia y de una visión más global y por lo tanto desde diferentes ópticas personales y

profesionales, en lo que tiene que ver con la salud, la vida y la enfermedad. Las Declaraciones de Alma Ata (1978), La Carta de Ottawa (1986), Yakarta (1997) y la de Bangkok (2005), integran y recogen lo último en conocimiento de la promoción de la salud, observándola desde una visión más allá de lo físico y retroalimentada por diferentes profesionales del área, lo anterior con el único objetivo de afrontar los diferentes y veloces cambios, característicos en esta nueva época.

## 1.2 PROMOCIÓN DE LA SALUD EN AMERICA Y EN COLOMBIA

En los diferentes países a nivel mundial la promoción de la salud ha sido una estrategia importante para brindar a las poblaciones equidad, democracia y justicia social. Con lo anterior, se demuestra que los estados pueden abordar diferentes problemáticas sanitarias, sociales y económicas, con una eficiente y eficaz organización de la acción social y política, con el único e imprescindible objetivo de mejorar y preservar la salud y las condiciones de vida de los seres humanos (OPS/OMS. 2005).

En los años 80, inicio el estudio de un programa basado en la promoción de la salud, llamado las ciudades saludables. Este programa empezó en Canadá y tenía el objetivo de observar la relación entre los individuos, la comunidad, su entorno o hábitat y sus problemas de salud. Pero fue en los años 90, donde la Organización Panamericana de la Salud dio fuerza a este movimiento en América Latina, cambiándole el nombre a Municipios Saludables, donde el fin era mejorar las condiciones de vida y de salud de toda la población (Organización Panamericana de la Salud, 1996).

En el año 1992 en Colombia se estaba dando un cambio de su contexto político y por ende se estaban adoptando la descentralización de las instituciones del Estado, en el cual los niveles locales tenían más autonomía en decisiones, en cuanto a las áreas de la salud y educación. Fue aquí donde se implementó como política pública la estrategia de la OPS de Municipios Saludables. Con los niveles de violencia existentes para la época en Colombia y con el objetivo de reducir los índices de los mismos y de exclusión social, problemáticas más relevantes en cuanto a salud pública en el país, la estrategia tomó aún más fuerza con el nombre de Municipios Saludables por la Paz.

### 1.3 PROMOCIÓN DE SALUD EN EL ÁMBITO ESCOLAR COLOMBIANO

El Ministerio de Salud y Protección Social, antes llamado Ministerio de Salud, en el año 1997, incorporó en Colombia las estrategias de Entornos Saludables. Fue en este año, en el que el Ministerio implementó la Iniciativa Regional de Escuelas Promotoras de Salud, promocionada por la Organización Mundial de la Salud (Ministerio de la Protección Social, 2009). En este mismo año, el gobierno nacional y los diferentes entes internacionales adoptan dicha Iniciativa y la convierten en política pública con los lineamientos colombianos de Escuela Saludable, lo anterior con el objetivo de dar un impulso a las estrategias de promoción en salud y poder alcanzar los Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM), el fomento de los DDHH y el óptimo desarrollo de los niños, niñas y jóvenes en edad escolar y demás comunidad.

En 1999, con la elaboración del documento político llamado “Escuela Saludable, la alegría de vivir en Paz”, esta estrategia tomó más fuerza y se estableció el papel de la escuela saludable en las políticas de la promoción de la salud (Ministerio de Salud, 1999).

En el año 2006, se adoptan en Colombia por primera vez los diversos determinantes sociales que influyen en el desarrollo humano, con los lineamientos nacionales para la Aplicación y Desarrollo de la Estrategia de Entornos Saludables: Escuela Saludable y Vivienda saludable. Es aquí donde se convierte en una política pública en pro a la promoción de la salud en el país.

Lo anterior hace que se cumpla lo dicho por la Organización Mundial de la Salud, en donde indica que la promoción de la salud en el ámbito escolar, se debe realizar a través de las escuelas, donde se refuerce diariamente las condiciones de lugares saludables para vivir, trabajar y aprender. Contribuyendo así en el desarrollo humano y social de absolutamente todos los miembros de la comunidad educativa. Así se estará involucrando a todos los partícipes de la sociedad civil, a nivel municipal, distrital, departamental y nacional (OMS, 1997).

Como se puede observar, existen diversas políticas implementadas a nivel nacional, que algunas veces son lejanas al contexto actual de la sociedad y por este motivo muy difícil de poder intervenirlas a nivel general. Es aquí donde la comunidad educativa, estudiantes, padres de familia, docentes, directivos docentes, deben concientizarse de las diferentes estrategias a implementar, para que así se trabaje en conjunto y mancomunadamente, avanzando en el conocimiento y aprendizaje de las conductas y prácticas en pro a generar estilos de vida más saludables.

A nivel local, la Alcaldía Mayor de Bogotá publicó un proyecto de acuerdo, el 316 de 2006 *“por el cual se determinan mecanismos para impulsar la estrategia de escuelas saludables”*. El objetivo de este proyecto de acuerdo, era que dentro del Marco de la

estrategia nacional de Escuelas Saludables, todas las escuelas vinculadas a la Secretaría de Educación, contaran con mecanismos ágiles, sencillos e inmediatos, que detecten, controlen y prevengan los problemas relacionados con la salud, los cuales afectan el rendimiento académico de los estudiantes. Lo anterior se hizo, incorporando profesionales en distintas disciplinas, con el objetivo de que se desplacen a cada una de las instituciones educativas distritales, realizando personal y directamente labores de prevención, detección, corrección y seguimiento del estado de salud básica de los estudiantes escolares y realizar un seguimiento y una comparación con el rendimiento académico.

Del año 2008 al 2012, la Alcaldía Mayor de Bogotá implemento otra estrategia de promoción de salud con el programa de Salud al Colegio, vinculado al proyecto del plan de desarrollo Bogotá Positiva. El anterior programa permitía diseñar e implementar políticas y modelos pedagógicos en salud escolar, promoviendo de esta manera la salud, la educación y la calidad de vida de toda la comunidad educativa de la ciudad. El anterior programa se caracterizo porque estaba enfocado en los derechos humanos y dirigido hacia una perspectiva de desarrollo humano, donde tenía en cuenta factores como la educación en salud, desde la salud mental, el consumo de sustancias psicoactivas, la violencia escolar, el maltrato, el abuso y la explotación sexual; conductas suicidas, los estilos de vida saludables, la salud oral, visual y auditiva, las necesidades educativas especiales (NEE) transitorias y la prevención de riesgos.

Pero a pesar de todas estas políticas públicas implementadas a nivel nacional y distrital, Campos et al (2002) en su estudio titulado “*Evaluación de la política pública de escuela saludable en Colombia: fase de formulación (1999-2006)*”, concluyen dicho estudio, diciendo que no ha sido prioridad para el estado colombiano estas políticas

públicas de escuelas saludables, a pesar de que se asumió un compromiso con las diferentes organizaciones a nivel mundial como la OPS y la OMS. Lo anterior indica y demuestra que se debe trabajar mucho más en demostrar la importancia que tiene la implementación de diversas estrategias y políticas públicas en promoción de la salud en los diferentes entornos sociales de la nación, donde su desenvolvimiento en el futuro sea el de fomentar estilos de vida saludables.

#### 1.4 EL LUGAR DEL ESTILO DE VIDA EN LA SOCIEDAD ACTUAL

Si se quiere hablar sobre una adecuada educación para la salud, lo primero que se debe conocer son los hábitos y estilos de vida de la sociedad. Lo anterior está directamente relacionado con las actitudes de los individuos hacia la actividad física, el ejercicio físico, deporte y salud. De aquí la importancia de indagar de manera específica, las conductas de los familiares de los estudiantes bogotanos, con relación a estilos de vida, de actividad física, si se pretende en un futuro modificar algún hábito y/o conducta a nivel educativo. (Delgado, et al. 2005).

Para que una persona adquiera o no un estado saludable, está determinado por la práctica de la actividad física, los hábitos alimenticios, higiénicos y sociales. Así mismo, estas conductas cuando se asumen y el individuo las realiza de manera habitual en su vida, dichos determinantes se encuentran ligados unos con otros y así determinan un estilo de vida.

Mendoza (1994), define el estilo de vida como *“el conjunto de patrones de conducta que caracterizan la manera general de vivir de un individuo o grupo”*. Se hace

evidente, que en la sociedad actual existen diferentes estilos de vida saludables, pero esto depende de la concepción de salud que se tenga y aquí es donde la definición de estilo de vida se hace relativa al entorno. Un estilo de vida es saludable, siempre y cuando en su todo, aporte a sumar años a la vida y así mismo vida a los años, reduciendo el riesgo de que aparezcan enfermedades e incapacidades (Mendoza et al, 1994).

Según Mendoza (1994) y lo menciona también Delgado (2005) en su tesis doctoral, los factores que determinan un estilo de vida para la sociedad son cuatro. El primero tiene que ver con las características individuales, genéticas o adquiridas, como lo son la personalidad, intereses, educación recibida, entre otros. El segundo factor son las condiciones del entorno micro social en el que se desarrolla el individuo, como por ejemplo, la vivienda, la familia, los amigos, vecinos, ambiente laboral o estudiante. El tercero hace referencia a los factores macro sociales, los cuales adoptan el segundo factor, estos son: el sistema social, la cultura dominante en la sociedad, la influencia de los grupos económicos y diversos grupos de presión, medios de comunicación, instituciones oficiales y demás. Y el cuarto y último es el medio geográfico, el cual interviene en las condiciones de vida dominantes de la sociedad, que a su vez está en constante cambio por la acción humana.

Los estilos de vida de la sociedad, tienen una influencia determinante en el desarrollo personal de los jóvenes adolescentes. Dicho así, los estilos de vida van a determinar el tipo de relaciones y destrezas sociales en que el joven se desarrolle, en las habilidades y capacidades físicas o intelectuales que se promuevan en ellos, así como el

grado de integración escolar y su perfil profesional. Es decir, todo lo anterior tendrá influencia en el bienestar físico y psicológico del individuo, por lo tanto también en la calidad y duración de la vida misma (Mendoza, 1994).

Un problema de salud pública que está afrontando el mundo actual con los últimos estilos de vida, es el sedentarismo, esto viéndose reflejado en el hogar, en el colegio y en el trabajo. Lo anterior conlleva a que las enfermedades crónicas no transmisibles en niños, adolescentes y adultos vayan en un acelerado aumento en los últimos 20 años. Lowry et al. (2001) dice que en Estados Unidos, ante la poca efectividad de los recursos educativos, la primera acción fue la de eliminar la educación física escolar, esto conlleva a que los escolares desde sus inicios estén sin posibilidades de movimiento. Por eso, se deben unir esfuerzos, para que toda la comunidad educativa sea la precursora de fomentar y facilitar estilos de vida saludables, entre los que están la práctica de la actividad física en estudiantes, familia y docentes (Harris, 1997).

Con lo dicho anteriormente, se puede dar una noción de los estilos de vida en la sociedad actual y evidenciamos que Colombia no es ajena a esta problemática, y más aún si lo centramos en el ámbito educativo del país. Se observó la promoción de la salud en el ámbito escolar colombiano y se evidenció que a pesar de los programas implementados por el sector político, no se le ha dado la importancia al tema como se le debería dar. Mas adelante, se hablara sobre la Educación, su historia y marco legal en Colombia, para ir conectando la importancia de la salud en la educación, ya que como se menciona anteriormente la educación en salud es un factor importante para generar estilos de vida saludables.

## 2. ACTIVIDAD FÍSICA: HISTORIA, CONCEPTOS Y FACTORES

La Actividad Física se encuentra reflejada desde las sociedades prehistóricas en sus prácticas de supervivencia, como por ejemplo, la lucha, la caza, la reproducción o rituales mágicos que realizaban a través de la danza y los juegos, todo lo anterior relacionado con una óptima condición física, dándole una importancia bastante significativa entre todos sus integrantes.

Paffenbarger (2001), enuncia que a través de la historia las diversas culturas y civilizaciones, suponen que la práctica de actividad física es un medio eficaz para preservar y mejorar la salud física y mental, siendo esto valorado desde la concepción bíblica en el Génesis, donde aparece la actividad física o trabajo manual. En la antigua China, India y Grecia en los años 3000-1000 A.C., escritos históricos dan referencia del uso del ejercicio como factor clave para la promoción de la salud, siendo un método de la medicina en esos tiempos (Lopez Chicharro, 2008). Lo anterior se evidenció más recientemente, en el sistema de medicina Indio del siglo IX A.C., donde recomendaban la práctica del ejercicio y el masaje, para llevar a cabo procesos de rehabilitación en el tratamiento de enfermedades musculoesqueléticas y articulares (Dishman, 2004).

En la antigua Grecia es donde se encuentran las primeras referencias con relación a la actividad física, con el objetivo de mantener la salud. Lo anterior está relacionado en los 53 escritos breves de las escuelas de Cos, cuya autoría de estos mismos no se ha podido establecer, pero han sido recopilados en Alejandria, conformando el denominado “Corpus Hippocraticum”, en esos escritos se evidencia la importancia que tenía el ejercicio físico, la dieta y los cuidados corporales para esta época.

Antiguos filósofos y médicos griegos, también consideraban la gimnasia como requisito fundamental en la educación de sus ciudadanos, en la formación de sus niños y adolescentes. Paffenbarger (2001) enunciaba que “el padre de la medicina”: Hipócrates (460-377 A.C.), recomendaba la práctica de ejercicios fuertes y la gimnasia terapéutica para alcanzar un óptimo bienestar físico y mental.

La actividad física en las primeras civilizaciones, fue practicada como deporte por la nobleza, siendo en Egipto el lugar donde se inicio el entrenamiento de su población para la lucha o para las proezas acrobáticas. Los espartanos también evidenciaron la importancia de la actividad física, a partir de su concepción militarista, donde el objetivo era incrementar la fuerza corporal de los soldados, incrementando por ende su eficacia en los combates. En la época griega Homero, inmortaliza en sus obras a los héroes que realizan hazañas deportivas y es así como la sociedad empieza a pensar, en la necesidad de que sus jóvenes y niños sean educados en el deporte. Platón en la edad media reafirma esta postura cuando habla de que una educación debe estar combinada en 50% educación intelectual y 50 % educación física (Gonzalez et al., 2014).

A mitad del siglo XIV León Bautista Alberti, decía que el ejercicio físico, debe empezar en la etapa de la niñez, para fortalecer los músculos, estimular la circulación adaptando así el sistema nervioso. Los diferentes y grandes educadores de esta época también recomendaban el ejercicio para la vejez, no siendo tan valorado esta idea por los médicos contemporáneos (Dishman, 2004).

Entre los siglos XVI Y XVII, en la época del Renacimiento, se vuelve a introducir la actividad física como parte fundamental del desarrollo humano con la educación física y

el filosofo Vergerius indica que en la educación de las clases “altas”, se debía incorporar el pentatlón, la equitación, la natación y el uso de armas. Pero ya en 1973, el médico italiano Ramazzini en su libro titulado “La enfermedad de los trabajadores”, anunciaba sobre los riesgos que tenían los trabajos sedentarios con relación a la obesidad y advertía sobre la necesidad de compensar las horas de quietud realizando alguna actividad física en los momentos de tiempo libre (Paffenbarger, 2001).

Cobro aún más importancia la actividad física a mediados del siglo pasado, cuando por medio de la investigación sistemática, se comenzó a estudiar los beneficios de la Actividad Física. Posterior a la segunda guerra mundial, en Londres en 1949 se inicio con las primeras investigaciones científicas con relación a la actividad física laboral y su relación con la enfermedad coronaria (Morris, 1953). Morris (1953) y Paffenbarger (2001) con sus contribuciones científicas en las ciencias de la actividad física y la salud, fueron los que generaron la necesidad de incluir la Actividad Física dentro de las políticas de salud pública a nivel mundial.

Pérez (1999) citando a Caspersen, Powell y Christensen (1985) definen la Actividad Física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que requiere un mínimo de gasto energético. La OMS (1978) da el concepto de “actividad física habitual” como *“el nivel y patrón de consumo de energía durante las actividades cotidianas de la vida, incluyendo las de trabajo y ocio”*. Por lo tanto, el nivel de actividad física habitual, está en relación con los trabajos específicos del individuo, como por ejemplo, labores manuales o labores con máquinas y las de libre elección de la persona, como subir escaleras o por ascensor (Mercer, 1989).

El Ministerio de salud y protección social en su boletín de prensa n° 101 de 2014, y junto a la OMS, definen la Actividad física como *“cualquier movimiento corporal voluntario que aumente el gasto energético, como por ejemplo caminar, subir escaleras o desplazarse en bicicleta al lugar de estudio o de trabajo”*. También enuncian que la actividad física consiste en juegos, deportes, desplazamientos, actividades recreativas, educación física o ejercicios (Ministerio de salud y protección social, 2014).

Derivado de la Actividad Física, surge un concepto como el de ejercicio físico en el cual Caspersen et al. (1985) citado también por Mercer (1989) lo definen como *“el movimiento corporal planificado, estructurado y repetitivo, realizado para mejorar y mantener uno o más componentes de la Condición física”*.

La diferencia que existe entre ejercicio físico y actividad física está en los objetivos y la programación, es así como por ejemplo, ir caminando hasta un punto determinado como el trabajo no es un objetivo para mejorar la condición física, pero si se camina diariamente 30 minutos o una hora variando la intensidad, si pretende la mejora de dicha condición física (Tercedor, 1998). Es así como el ejercicio físico es una subcategoría del macro que es la Actividad física, que se caracteriza por ser planificada y estructurada hacia la mejora de la condición física.

También surge el concepto de deporte, cuyo término presenta diferentes apreciaciones, como el de compararlo con ejercicio y actividad física, (*“estoy haciendo deporte, caminando hasta mi trabajo”*), pero también es definido como la forma de trabajo, como por ejemplo, los deportistas profesionales, en el cual se da la definición de deporte a todas aquellas actividades que poseen un conjunto de reglas que condicionan una

determinada situación motriz (Perez Samaniego, 1999). Es así como el deporte, también es una subcategoría del macro de la Actividad física, que la caracteriza por ser organizada y competitiva (Morris, 1984).

Teniendo en cuenta las anteriores concepciones y subcategorias de la Actividad Física, sobresale el movimiento como ente principal y necesario para la realización de la actividad física, ejercicio físico y/o deporte, los cuales son realizados por el cuerpo humano.

## 2.1 BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FISICA PARA LA SALUD

Para nadie es un secreto que la inactividad física es la causa número uno de enfermedad y que existe una relación directa entre actividad física y mortalidad global. En el artículo publicado por Márquez S., Rodríguez J., De Abajo S., (2006) titulado “*Sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física*”, enuncian que las personas que mantienen unos niveles razonables de actividad, especialmente en la edad adulta y en la vejez, tienen un menor riesgo de contraer enfermedades crónicas no transmisibles o muertes prematuras.

La actividad física ayuda a aumentar el tiempo probable de vida, y a su vez mejora su calidad, a través de unos beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales (Márquez S., et al., 2006).

Márquez S., et al (2006) mencionan que dentro de los beneficios fisiológicos esta la mejora de la salud cardiovascular (perfil de lípidos en sangre, enfermedad coronaria, hipertensión arterial); reducción de factores de riesgo para contraer enfermedades crónicas

no transmisibles (diabetes, cáncer, obesidad, síndrome metabólico); mejora de la salud ósea y muscular.

Biddle y cols., (2000) citado por Márquez, S. et al. (2006), hablan de la relación que existe entre la actividad física y la salud mental:

*“...se comenzó a relacionar la actividad física con el bienestar psicológico y con aspectos tales como la calidad de vida, la reducción del estrés, los cambios en los estados emocionales y los estados de ánimo, la mejora del autoconcepto o los descensos en los niveles de ansiedad y depresión”(Biddle y cols., 2000)*

Es así como la actividad física hace que el individuo o el ser humano, mejore su autoestima, su calidad de vida, traducido en un bienestar subjetivo, dado por sentimientos de satisfacción con la vida, la familia y el trabajo (Marquez S. et al. 2006).

### 3. EDUCACION, CONCEPTO Y TENDENCIAS

*“La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo”*

*Nelson Mandela (1918 – 2013)*

Hablar de educación, sus concepciones y sus diversos procesos, tiene bastante trascendencia, teniendo en cuenta que ésta es el espacio académico y social, donde se centra y da el marco legal al que hacer docente, dando el fin y las pautas al diario vivir en la escuela y en los demás espacios donde se encuentra una interacción educativa.

Existen diferentes concepciones y/o significados de Educación y entre ellas está la enunciada por el diccionario de la Real Academia Española (RAE), donde se le asigna diferentes conceptos relacionados con la transmisión, como la crianza, la doctrina o la instrucción. También se le asignan unos términos más axiológicos como la cortesía o la urbanidad, pero únicamente en esta asociación de palabras, se puede evidenciar diferentes elementos comunes como la transferencia de saberes con unas finalidades establecidas.

No se puede dejar a un lado que la educación tiene un elemento importante que es la intencionalidad y esto ha hecho que diversos autores enuncien conceptos más rígidos y salidos un poco del contexto social. Castillejo (1984), citado por Pozo (2004), dice que:

*“Aquellas cosas que influyen a los individuos, sin un objetivo específico, no se acepta como educación, discriminando formas de educación informal”.*

La anterior afirmación limita el concepto de educación, y lo centra única y exclusivamente al campo de lo institucionalizado y no al campo social.

Se debe tener en cuenta que la educación de manera global, se da como un proceso de intervención social, donde se pueden encontrar diferentes actores, con diversos estímulos y roles. Pozo (2004) indica que la educación es

*“un proceso humano de perfeccionamiento, vinculado a determinados valores sociales que utiliza influencias intencionales y que tiene como finalidad la individualización y la socialización del individuo”.*

Esto indica que si la educación concibe aspectos como los valores, ayudará a identificar que el escenario de la educación no solo se accede a la institucionalidad, sino

que tiene en cuenta a los diversos grupos sociales, los cuales obligatoriamente entran en interacción con el individuo y van retroalimentando diferentes formas en el constante proceso de socialización.

Luengo (2004), reafirma lo dicho anteriormente, en lo que tiene que ver a lo difícil que es definir la educación. Este autor enuncia dos rasgos en los que se puede observar la educación desde un uso popular. El primero tiene que ver con el “*resultado*”, este hace referencia a todo lo que el individuo aprende y lo pone en práctica, durante el proceso de socialización y así confirmar si el resultado o su que hacer, corresponde con lo que la sociedad considera “buena” o “mala” educación. El segundo se refiere a él “*contenido*”, con relación a lo que se sabe, se ha adquirido, pero todo lo anterior desde la urbanidad, los buenos modales, es decir a lo que tiene que ver con “tener poca o mucha educación”.

Lo anterior demuestra que el término de educación tiene diversas concepciones y conceptos y en su uso cotidiano su elevada diversidad, esto se demuestra por ejemplo, con los padres en relación a sus hijos, el comportamiento en relación con las normas de urbanidad, la persona y sus cualidades dotadas de cierta sabiduría, etc. Se podría concluir que la educación es algo que es deseable y que está dotado de valor, que a su vez debe vincularse con los procesos de socialización del individuo y por ende de una apropiación cultural propias del sector social en el que el sujeto está naturalizado, es decir, su entorno social.

De la mano del término de educación está el concepto de el campo de la formación, el cual Flórez (1994) lo define como:

*“el proceso de humanización que va caracterizando el desarrollo individual aquí y ahora, según las propias posibilidades; la formación es la misión de la educación y de la enseñanza, facilitar la realización personal, cualificarlo que cada uno tiene de humano y personal, potenciarse como ser racional, autónomo y solidario”. (Suarez, 2000).*

### 3.1 EDUCACION PARA LA SALUD

Cuando se habla de educación para la salud, necesariamente se esta incluyendo la promoción para la salud, siendo la educación para la salud una herramienta de este último, beneficiando al individuo en su formación y su entorno social. Una definición muy completa de la Educación para la Salud, la enuncia El Glosario de Promoción de la Salud (OMS, 1999), donde no solo aborda el traspaso de información de un sujeto a otro, sino que impulsa la motivación, el autoestima y las diversas habilidades personales, las cuales son fundamentales para ejercer medidas que lleven a la mejora de la salud.

La Educación para la Salud es muy integra en su concepto, donde se encierra toda la información sobre las condiciones sociales, los factores económicos y las condiciones ambientales, que tienen relación directa con la salud, a su vez que tiene en cuenta los factores de riesgo y sus comportamientos (Delgado y Tercedor, 2002).

Otra definición de Educación para la salud , fue la que se propuso en Alma Ata (1983):

*“Cualquier combinación de actividades de información y educación que lleve a una situación en que la gente desee estar sana, sepa como alcanzar*

*la salud, haga lo que pueda individual y colectivamente para mantener su salud y busque ayuda cuando lo necesite”.*

Es por esta razón que el desear estar “sano” se hace importante en la medida que todos los conocimientos adquiridos se reflejen directamente a hechos o acciones específicas. Lo anterior hace también que el conocer cómo alcanzar un óptimo estado de salud, lleve a intervenir en un cambio o en reforzar todos esos factores que influyen en la salud, lo cual se hace de una manera comunitaria, ya que va directamente relacionada: salud con factores sociales.

La introducción de la Educación para la Salud en la escuela, se hace necesaria si se tiene como objetivo el desarrollo integral del ser humano, ya que por medio de la Educación para la Salud se potencia o modifica estilos de vida y actitudes hacia la misma, promoviendo la acción social, que vaya en pro a la salud, pero no solo con conocimientos, sino con acciones.

Hernán et al., (2001) y Pozuelos (1999), indican que los centros educativos tienen mucha importancia en la Educación para la Salud, porque es allí donde se afecta la calidad de vida del individuo, siendo un entorno integro que relaciona factores sociales, ambientales, biológicos y económicos. Pero la escuela no sola consigue este objetivo, la escuela apoya, propicia y facilita, los espacios para aprender sobre la Educación para la Salud. (Delgado y Tercedor, 2002).

Cerrando este capítulo de Educación y Educación para la salud, es importante resaltar que la promoción de la Actividad Física relacionada con la salud en niños y jóvenes, es mundialmente reconocida como un factor importante (Morrow y Jackson, 1999; Pate y Hohn, 1994 citado por Bulger et al., 2001). Es por lo anterior que los programas de

educación Física escolares y los docentes de esta área, se ven obligados a dominar y comprender los conceptos aquí manejados, para que los escolares tengan la posibilidad de disfrutar de estilos de vida saludables, siendo físicamente activos en su edad adulta. Es así como se continúa con el siguiente capítulo con relación a la Educación Física.

#### 4. EDUCACION FISICA: HISTORIA, CONCEPTOS Y TENDENCIAS

El intentar buscar un concepto de Educación Física es tan extenso y amplio, el cual constantemente se relaciona con conceptos de actividad física, ejercicio físico, deporte, recreación e inclusive con la salud. Por esta razón al tener tanta variedad de conceptos, se hace necesario realizar una conceptualización histórica con diversos autores, los cuales han intentado aproximarse al concepto de educación física. En este capítulo se pretende realizar un recorrido histórico de la educación física a nivel internacional y nacional, para acercarnos a un concepto y a sus respectivas tendencias.

##### 4.1 HISTORIA DE LA EDUCACION FISICA

La evolución de la E. F. se remonta a los orígenes del hombre, quién para subsistir, se enfrentaba continuamente a situaciones adversas. Los hombres prehistóricos realizaban la actividad muscular por medio de ejercicios utilitarios, indispensables para la vida, como eran: la caza, pesca y uso de útiles y armas rudimentarias. Las anteriores exigencias que eran naturales tales como correr, saltar, trepar, nadar, entre otras, son los primeros vestigios de una actividad de las sociedades primitivas, que puede aceptarse como precursora de la educación física (Sainz, 1992).

2.000 años antes de nuestra época en china (año 270 a. C.), se practicaba la gimnasia por los bonzos de Tsao-Tsé. Dicha gimnasia consistía en realizar una serie de movimientos y posiciones variadas, que se usaban bajo el nombre de Cong-Fou (Sainz, 1992). En el ámbito cultural asiático (Corea, Japón, China), relacionaban la parte física y/o ejercicios con la parte ética (Kiang, 1969; Tsu Min Yee, 1936; Culin, 1985).

En la India se encuentran “Los Vedas”, los cuales son los cuatro libros sagrados primitivos que constituyen las obras literarias más antiguas del brahmanismo (Sainz, 1992). En estos libros se reflejaba la lucha con relación a la carrera, el salto y la natación, como ejercicios fundamentales para los militares con los que se preparaban a los jóvenes de la época. Aquí también se relacionaba el ejercicio físico con la religión, surgiendo el yoga y la danza (Hauer, 1958), donde por medio de estos ejercicios de respiración, se hace una representación física de la “Psicología” budista (Kuvvalayandana, 1935; citado por Sainz, 1992).

Egipto poseía una multivariedad de actividades deportivas. Para entonces existía un programa educativo (Siglo VII a. C) que comprendía ejercicios, los cuales en la actualidad se incluirían dentro de la gimnasia y del atletismo. En Egipto también el deporte encontraba un vínculo demasiado estrecho con la religión. Es aquí en estas grandes civilizaciones donde los dioses estaban en concordancia con el deporte y un ejemplo de esto es la diosa egipcia Sehet que fue venerada como Señora del Deporte (Sainz, 1992).

En el periodo Griego podemos evidenciar la historia de la educación física en 5 partes: pueblos Prehelénicos, Grecia, Esparta, Atenas y los Juegos Olímpicos (Sainz, 1992). El primera parte habla sobre los pueblos Prehelénicos, que son aquellos individuos que habitaron las islas del mar Egeo. Dicha población aumentó en el año 3.000 a. C. y recibió el nombre de civilización cretense, por su desarrollo en la isla de Creta. Sainz (1992), cita

que según los documentos encontrados, hablan de que la caza del jabalí era un deporte muy practicado por esta civilización. El Ajedrez, la lucha de pancracio y la fiesta taurina, eran actividades practicadas por los Egeos (Sainz, 1992).

En Grecia se pensaba en la armonía que debía existir entre el cuerpo y el espíritu, siendo esto un factor importante para la educación de los ciudadanos griegos. Este concepto de armonía para Kirchner (1972), implicaba que la persona humana tuviera un desarrollo entre lo mental, lo físico y lo espiritual. Filósofos antiguos de la época (Hipócrates, Galeno), fueron atletas y contribuyeron en darle mayor importancia a la Educación Física. Dice Sainz (1992), que Pitágoras debió ser campeón olímpico en pugilato y entrenador, pero menciona que las fuentes no son muy seguras. También se dice que Platón participó como luchador en los Juegos Istmicos. Es en Grecia donde se comienza la idea filosófica en relación a la vida y la educación física como medio preparativo para el futuro, teniendo en cuenta que para la época era imperante alcanzar la perfección física.

En Esparta la población era distinguida por tener los mejores militares, es así como la historia indica que estos individuos recibían un fuerte entrenamiento físico. Por esta razón desde esta época el entrenamiento físico es un instintivo importante y meritorio en las diferentes civilizaciones que han tenido que mantener un ejército.

Los adolescentes en Atenas, tenían la obligación de asistir a un gimnasio, donde dictaba clase algún filósofo, debían realizar los cursos de educación física y hacer parte del Orfeón. Esta educación, implementada en los gimnasios tenía un fundamento integral, donde se tenía en cuenta la parte intelectual, moral y física del individuo (Sainz, 1992).

Por último, encontramos Los Juegos Olímpicos, que fueron inicialmente organizados para unir los vínculos de la población griega, donde se reunían desde el más insignificante intelectual, hasta el más rico y el más “miserable”, rindiendo tributo a dichos juegos atléticos en Olimpia, ciudad de Elida. Se puede decir que tras múltiples esfuerzos la institución panhelénica, es considerada como la más completa e ideal expresión de la educación física en la antigüedad (Sainz, 1992).

Dentro de la Historia de la Educación Física y en especial en el Periodo Romano, las actividades físicas, fueron utilizadas con fines militares (al igual que Esparta). Su objetivo era preparar excelentes soldados, para tener mejores ejércitos y así poder conquistar grandes territorios. En Grecia se construían los gimnasios, en cambio en Roma se construyeron las “termas”, estas fueron el centro de la vida cultural romana, así como lo fue para Grecia el gimnasio y la palestra (García, 2010). La idea de la Educación Física por parte de los romanos, fue copiada de los griegos, teniendo sus gimnasios, pelotas y diversos juegos públicos en las que celebraban pruebas similares. Pero los romanos no tenían la misma intención idealista y estética que le imprimían los griegos. Así de esta manera los juegos perdieron su objetivo constructivo para el ser humano (Sainz, 1992).

Es en esta época donde aparecen los gladiadores, que para entonces eran convertidos en héroes para la plebe de este tiempo. Estas luchas de gladiadores tenían rasgos profundos con el deporte y unidos a un contenido religioso (García, 2010). En el año 394, el Consejo Cristiano del Imperio, no permitió la realización de los Juegos, siendo suspendidos cuando se coronó como emperador Teodosio el Grande, quien mandó acabar totalmente los juegos olímpicos. Lo anterior, junto a la negativa de la iglesia hacia el significado de culto al cuerpo, hizo que la educación física en la Edad Media estuviera totalmente paralizada (Sainz, 1992).

En la Edad Media se comenzó a dar la importancia que tenía en el hombre su desarrollo físico junto al desarrollo espiritual, lo cual hacía que el hombre se diferenciara del animal (García, 2010). Es aquí donde se retorna a las formas primitivas del deporte por la desaparición de los deportes atléticos. El entrenamiento para la guerra y la caza eran los practicados por la nobleza principalmente. Es así como en la Edad Media la educación física se dividió en dos partes: una parte, la caza y los deportes de combate, los cuales eran practicados por la nobleza, por medio de Justas y torneos; y la segunda algunos juegos y deportes atléticos (lanzamiento de martillo), practicados por el pueblo (Sainz, 1992).

El Renacimiento es uno de los periodos histórico evolutivos que más ha marcado y ha contribuido a la Educación Física, con relación a la cultura actual. Los ejercicios físicos para esta época, tuvieron gran influencia por el Renacimiento, creando un nuevo sentir y nuevos pensamientos con relación al cuerpo y sus cuidados (Sainz, 1992). Rodríguez (1942) enuncia:

*“Las magníficas escuelas del renacimiento hicieron de la educación física, una parte importante de la educación e incluyeron en los programas de actividades los ejercicios de equitación, carreras pedestres, saltos, esgrima, diversos juegos con pelotas, etc., que eran practicados todos los días por los alumnos, al aire libre y sin limitación de tiempo”.*

Dentro de los consejos pedagógicos que daban los reformadores, hablaban cosas positivas del ejercicio físico, siendo parte importante todavía la parte espiritual junto a la corporal (García, 2010). En los siglos XVI y XVII, comienzan a aparecer obras donde motivaban a los educadores de los beneficios y la importancia de la educación física, dentro de la formación de la juventud (Sainz, 1992). Rabelais fue uno de los primeros que retomó la importancia del cuerpo, seguido por Rousseau, Montaigne, Lache y Spencer, los cuales

hablaban de la Educación Física como medio para permitir un óptimo desarrollo intelectual del niño (García, 2010).

Rousseau (1792), citado por Sainz (1992), realizó uno de los primeros tratados sobre la educación, donde se refleja los pensamientos de la época, pensamientos que hoy en día aún siguen en constante debate:

*“Todos los que han reflexionado sobre la manera de vivir de los antiguos, atribuyen a los ejercicios gimnásticos el vigor del cuerpo y del alma que les distingue sensiblemente de los modernos. La forma en que Montaigne apoya este sentimiento muestra que estaba fuertemente penetrado; vuelve a él sin cesar y de mil maneras. Hablando de la educación de un niño dice que para poner rígida el alma es necesario endurecer los músculos (....). Le Sage, Locke, el buen Rollin, el sabio Fleuri, el pedante Crouzas, tan diferentes en todo lo demás, se ponen de acuerdo únicamente en el punto de ejercitar mucho el cuerpo de los niños. Es este el más juicioso de sus preceptos; es esto lo que estará siempre más abandonado”.*

Estas ideas sobre los ejercicios físicos de Rousseau, no crearon un sistema de educación física, sino una idea de devolverse a condiciones de vida más naturales. Es así como Wallon (1965), dice que el cuerpo ha sido considerado como un instrumento al servicio del espíritu y esta orientación muestra como se ha influido en el desarrollo físico del hombre. Wallon (1965) hablaba de que el cuerpo era un aparato motriz al servicio del espíritu. Reafirmando este pensamiento Descartes enuncia:

*“El pensamiento es únicamente capaz de concebir y de querer, el acto depende de él; el cuerpo se reduce a una simple mecánica unida por el espíritu”.*

La anterior corriente se mantiene hasta el comienzo del siglo actual, donde también la Psicología se ha orientado hacia otra dirección (Sainz, 1992).

En la Edad Moderna, aproximadamente desde 1800, aparecen tres lugares que muestran diferentes formas de ver los ejercicios físicos, que tenían como relación específica la gimnasia y su evolución.

La primera zona enuncia el nacimiento de la gimnasia en Alemania, a partir de la obra de Guts Muths (1759-1839). El hablaba de que la gimnasia se debía combinar con la pedagogía y defendía la postura de que los ejercicios corporales debían ser parte de la formación integral del niño. Es así como su lucha fue encaminada hacia el establecimiento de la gimnasia en la escuela. Pero lo anterior se vio opacado por la Gimnasia de Jahn (1778-1852), donde su objetivo era la de formar jóvenes fuertes ágiles y valientes, es decir una gimnasia militar. Esta gimnasia de Jahn es la que hoy se conoce como Gimnasia Olímpica. Es así como la disputa entre la gimnasia de Guts Muths y la gimnasia de Jahn entra a la Escuela Alemana, siendo esta última la que mas acogida tuvo por Alemania y los países de la órbita (Sainz, 1992).

La segunda zona es la Escuela Sueca, Franz Nachtegall (1777-1847) fue el que difundió las ideas de Guths Muths en Escandinavia. Nachtegall en 1799, funda el primer instituto privado de gimnasia en Europa y es allí donde en 1801, se introduce la gimnasia como asignatura en la enseñanza primaria (Sainz, 1992). Seguidamente Pedro Enrique Ling (1776-1839), entra en contacto con las ideas de Guts Muths por medio de Nachtegall, y por Real Decreto de 5 de mayo de 1813, Ling funda el Real Instituto Central de Gimnasia

de Estocolmo. Este instituto, con las ideas de su fundador, se convirtió en el centro de los estudios y en el centro docente de educación física más importante y prestigioso de Europa (Sainz, 1992).

Finalmente esta la tercera zona: “La Escuela Francesa”, es aquí donde la ideas de Guths Muths acerca de la gimnasia, las retoma en Francia Francisco Amorós y Ondeano, Marqués de Sotelo (1770-1848), coronel del ejército español. Esta gimnasia tuvo un rápido éxito, pero su forma militar y acrobática, la hacían centro de críticas en la población francesa.

La gimnasia “amorosiana”, se introduce por medio de una Ley como asignatura en las escuelas en el año 1850, pero con el inconveniente que esta gimnasia no tenía finalidad escolar, por estar regida en contra de un contenido pedagógico y a su vez a la carencia de personal docente idóneo para dirigir la asignatura. Estos docentes eran más instructores en su mayoría suboficiales del ejército, careciendo totalmente de herramientas pedagógicas para la enseñanza de la gimnasia en niños. Ya en 1890, se supera esta etapa, surgiendo una nueva, donde se supera el empirismo de Amoros y sus continuadores (Sainz, 1992).

## 4. 2 HISTORIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN COLOMBIA

Para abordar la historia de la educación física en Colombia, hay que ubicar un conjunto de trabajos descriptivos, anecdóticos, estructurados en un ordenamiento a través del tiempo, que se articulan con la legislación, los cuales dan información útil, pero los cuales no indican un modelo teórico, ni sus relaciones entre sociedad, cultura con la educación física (Chinchilla, 2009).

A inicios del siglo XIX, el abogado Payanés Francisco Antonio de Ulloa, especialista en Matemáticas, Filosofía, ciencias naturales y derecho civil, fue el primer granadino que se refirió a la Educación Física. Ulloa decía que el desarrollo físico y moral del hombre está condicionado por el clima en el cual habita y de él depende en gran medida la posibilidad de un mejor crecimiento (Contecha, 2007).

El General Simón Bolívar y Francisco de Paula Santander, en 1820 bajo un decreto donde organizaban la educación, bajo criterios como la moralidad y la pedagogía, hacían énfasis en la formación física de los niños con el fin de ejercitarlos para un posible contraataque de los Españoles (Contecha, 2007). En 1827, Santander hace conocer un decreto sobre el plan de estudios, indicando que los jueves en las tardes después de la primera hora:

*“se empleará el tiempo en un pase, bañarse y aprender a nadar, donde hubiera comodidades para este último, o en otros ejercicios saludables, siempre a la vista y bajo la dirección del maestro” (Santander, 1827).*

La reglamentación de la práctica de la Educación Física en universidades y colegios de Colombia lo da Bolívar, con el decreto numero 3 del 5 de diciembre de 1829, complementando el de 1827, pero esta era a libre conveniencia de cada departamento, es decir, no era obligatoria su ejecución.

El presidente Carlos Holguín en 1888, mediante la ley 92, fue el que reglamento la instrucción pública, obligando a los Colegios públicos y privados, a educar gratuitamente a un número determinado de alumnos. En esta ley y en el artículo 9 mencionaba:

*“en todos los colegios costeados o subvencionados por la nación, será obligatoria la enseñanza de la gimnasia” (Holguín, 1888).*

Luego por medio del decreto ley número 39 de 1903, reglamenta la Educación física en Colombia.

Jose Manuel Marroquin, presidente de la República, expide el decreto 419 de Julio 3 de 1904 reglamenta aún más la ley 39, en su capítulo V “de la educación física y de la enseñanza en general, en su parágrafo 4º, Educación Física, dio instrucciones acerca de los niños así:

*“Los maestros deben habituar a sus discípulos a que guarden posición natural y correcta durante las lecciones. La calistenia y la gimnasia, como parte indispensable de un sistema completo de educación se enseñarán en todas las escuelas, en las horas destinadas a la recreación, según las reglas sencillas y favorables al desarrollo de la salud y de las fuerzas de los niños. Cada dos semanas se destinará medio día a paseo higiénico y recreativo”.*

En lo anterior se evidencia la gran importancia que el Gobierno Nacional de la época, dio al valor formativo de la Educación Física.

Según el libro Historia del Alma Mater de la Educación Física Colombiana, escrito por Angel Humberto Vaca Hernandez (1975), enuncia que la educación física en Colombia inicio en Noviembre de 1925, con la ley 80 del mismo año, con el presidente de Colombia Pedro Nel Ospina y su ministro de educación Jose Ignacio Vemaza (Vaca, 1975).

La ley 80, creada por el doctor Carlos Uribe Echeverry (1925), crea la Comisión Nacional de Educación Física y se le establecen entre otras, las funciones de dirigir el deporte nacional, las asociaciones deportivas, las plazas de deportes y proyectar y poner en práctica el Plan Nacional de Educación. Aquí mismo se crea la Sección de Educación Física del Ministerio de Instrucción Pública, así como las Comisiones Departamentales de

Educación Física. Esta ley también reglamentaba la necesidad de formar educadores (Vaca, 1975).

El primer pensum de Educación Física en Colombia fue creado en el año 1928, por decreto número 710. Entre sus contenidos estaban: Ejercicios de gimnasia corporal, ejercicios de gimnasia con aparatos, deportes, juegos, ejercicios de correr y saltar, paseos, ejercicios de equilibrio, banco sueco y natación.

En 1929 se encargó a la Comisión Nacional de Educación Física, de la orientación general de los Juegos Nacionales, al no existir organizaciones deportivas, Federaciones, ni clubes o ligas (Vaca, 1975).

En 1933, después del conflicto con el Perú, se establece la obligatoriedad de la Educación Física en todos los establecimientos educativos de primaria, secundaria y Universitaria. Así mismo se estableció la Comisión Nacional de Educación Física y la Sección Nacional de Educación Física. Esta Comisión en el año 1935 envía a Chile un grupo de Colombianos para que allí el Instituto de Educación Física, los prepare como profesores. Y es en este mismo año donde se presenta ante el Ministerio de Educación y el Congreso de la República la necesidad de tener un propio Instituto de Educación Física, idea que solo se tomo y se cumplió hasta el año 1936, contratando al profesor chileno Candelario Sepulveda Lafuente, para organizar y fomentar la educación física en el país (Vaca, 1975).

Con el decreto 1528 de Junio 25 de 1936 se crea el Instituto Nacional de Educación Física en Colombia (INEF) , siendo sus primeros alumnos los mismos estudiantes del curso para instructores. El INEF dependía de la Dirección Nacional de Educación Física y su función era formar profesores de Educación Física, entrenadores, instructores, masajistas,

desarrollar investigaciones en salud y desarrollo del niño Colombiano. Esta carrera duraba dos años. (Vaca, 1975).

En 1941 nace la Asociación Colombiana de Profesores de Educación Física y en este mismo año la Universidad Nacional clausura el INEF. La Escuela Normal Superior, que tenía como fin esencial la formación de profesores, acoge al Instituto y crea la Sección de Educación Física, cambiando de dos a tres años y reformando algunos programas para ajustarlos a la Norma general de las carreras de la Normal Superior (Vaca, 1975).

En 1951, se presenta una crisis para la Educación física, donde el Ministerio de Educación ordena trasladar la Escuela Normal Superior a Tunja. Esto da vida a la Universidad Pedagógica Femenina en Bogotá. Pero es aquí, que ante la suspensión indefinida de la Comisión Nacional de Educación Física, el INEF y las comisiones Departamentales de educación Física, la formación de educadores físicos recibe un fuerte golpe.

Por medio del decreto 1052 de 1952, se crea la Escuela Nacional de Educación Física, dependiente del Ministerio de Educación Nacional. Aquí se indica que la escuela funcionará con sus ramas masculinas y femeninas separadas, son sede en Bogotá. Estas escuelas se unifican en 1959, admitiendo alumnos masculinos y femeninos en los cursos correspondientes, pero por separados (Vaca, 1975).

Hasta 1962, el Ministerio de Educación Nacional, integra la sección masculina a la universidad pedagógica femenina y las clases se impartían en el parque Nacional. En este mismo año la Universidad Pedagógica femenina, se nacionaliza y se denomina Universidad Pedagógica Nacional, por medio del decreto 2188 de 1962, incorporando la Educación física a la Universidad. En 1967 se incorporan oficialmente los programas de educación física con la resolución 2011 del mismo año (Vaca, 1975).

#### 4. 3 CONCEPTOS Y TENDENCIAS DE LA EDUCACION FÍSICA

Analizando la historia de la Educación Física a nivel mundial y nacional, se establecen unos preconceptos, pudiendo realizar una división en cuanto a las tendencias que se generan al definir Educación Física. Eso hace que para el presente proyecto de investigación se generen tres tendencias de la Educación Física: la primera: pedagógico – educativo, la segunda: la deportivista y la tercera: social cultural.

##### 4.3.1 PEDAGÓGICO EDUCATIVO

Esta tendencia de la educación física se enfoca netamente en lo curricular y metodológico de la escuela. Intenta a su vez, dirigir el concepto de Educación Física a un plano motriz desde el punto de vista escolar.

Lagartera (2000) dice que la Educación Física se convierte en una pedagogía de las conductas motrices, siempre y cuando se trate de mejorar las conductas motrices de los estudiantes. Aquí es donde el docente de Educación física debe ser un experto observador de las conductas motrices de sus alumnos y luego que las procesa y sistematiza, intenta mejorarlas, con el objetivo de un determinado proyecto pedagógico, teniendo en cuenta el interés y la conveniencia de la persona afectada.

Carvallo (2004) dirige su concepto hacia el ámbito pedagógico diciendo:

*“La educación física es la disciplina pedagógica que mediante la actividad física, tiende a la eficiencia del movimiento desde las habilidades motrices más simples hasta las más complicadas, con la finalidad de propiciar y conservar el equilibrio de la capacidad funcional del educando”.*

Este autor da a entender la educación física como aquella disciplina, que ayuda al educando a mejorar sus conductas motrices, siempre y cuando se lleve una estructura

planificada, con un argumento pedagógico claro que es ir siempre de lo más fácil a lo más complicado.

Nixon & Jewllet (1980) ve la educación física desde un ámbito más educativo, en el cual ya inicia un concepto más ligado también hacia el deporte. Este autor indica que la única diferencia entre la educación física y otras materias, tiene que ver con las situaciones de aprendizaje y respuestas de los estudiantes, ya que la educación física se caracteriza por realizarse con movimientos abiertos y/o públicos, como por ejemplo: deportes acuáticos, bailes y ejercicios (Nixon, 1980).

Un término muy completo es el utilizado por Wuest (1982), donde deja ver la importancia de la educación física y su esencia en el ambiente pedagógico educativo:

*“La educación física es un proceso educativo que emplea la actividad física como un medio para ayudar a los individuos que adquieran destrezas, aptitud física, conocimiento y actitudes, que contribuyen a su desarrollo óptimo y bienestar” (Wuest, 1982).*

#### 4.3.2 AMBITO DEPORTIVO

Tiene gran valor, hablar del deporte dentro de la educación física, ya que si miramos la historia y la evolución de la educación física, el deporte fue la esencia para que surgiera a través del tiempo.

Desde los inicios, grandes filósofos relacionaban el movimiento con el deporte, que para estos tiempos se conocía como “gimnasia”. Platón (427 – 347 a. C.) ya lo enunciaba:

*“lo más parecido a la agilidad mental, es la agilidad corporal, y precisamente, quienes estuvieron llamados a solucionar grandes problemas*

*de pensamientos, deberían practicar, al mismo tiempo, la gimnasia, siempre ejercitando, conjuntamente, el cuerpo y el alma (dualismo), y nunca, el uno sin la otra”. (Platón)*

Solas (2006) ve la educación física desde dos perspectivas una social, la cual se mencionara en el siguiente subtítulo y la deportiva. En esta última, este autor añadía que la educación física era la que proporcionaba todas las bases motoras, para que de esta manera si el alumno quería ser deportista de competición, ya tenía unos conocimientos y adaptaciones previas de su organismo, infundidas en la escuela.

Perezplata (2008) mencionaba la gimnasia y la educación física como un mismo concepto, que era enfocado al fortalecimiento de las capacidades condicionales del ser humano, para que de esta manera mejore su calidad de vida el ser humano.

#### 4.3.3 AMBITO SOCIAL

En esta parte, los diferentes autores no desligaban la parte educativa pedagógica y la parte deportiva del ámbito social, lo que hacían era sumarle una adquisición de valores y pautas de vida, para enriquecer el concepto de educación física de una manera más integral y holística.

Es así como Sanchez (1966) decía:

*“...no se debe considerar que la educación física está vinculada exclusivamente a unas edades determinadas ni tampoco a la enseñanza formal de una materia en el sistema educativo, sino que representa la acción formativa sobre unos aspectos concretos a través de la vida del individuo, es decir, constituye un elemento importante del concepto de educación física continua de la persona.”*

El anterior concepto lo refuerza Portela (1979) indicando que la educación física es el proceso educativo que tiene como objetivo primordial favorecer el crecimiento y desarrollo de las potencialidades actuales y futuras del individuo, por medio de actividades organizadas y dirigidas, incluyendo movimientos corporales, seleccionadas de acuerdo a las normas higiénicas vigentes.

En el año 1995 Bird menciona:

*“la educación física se concentra en el movimiento del ser humano mediante ciertos procesos de enseñanza formal, dentro de un contexto físico y social”*

El anterior concepto de Bird, concuerda con el de Bucher (1999), donde indica que la educación física en un proceso integral total educativo, teniendo como finalidad el desarrollo de ciudadanos “física”, “mental”, “emocional” y “socialmente” sanos, a través de la actividad física.

Pero sin lugar a duda el concepto más completo de la educación física es el dado por Vannier & Fait (2006):

*“La educación física es parte del currículo escolar cuya finalidad es el desarrollo de los jóvenes física, social, mental y moralmente, de modo que se conviertan en ciudadanos bien balanceados, inteligentes, saludables, responsables y felices para la democracia”.*

Teniendo en cuenta todas las anteriores definiciones se observa la variedad de conceptos que se encuentran entorno a la educación física, desde su nacimiento hasta la actual era. El ser humano se ha preocupado por la educación de su cuerpo, pero a su vez el concepto de la educación del cuerpo trascendió a la educación del ser como un todo y no

solamente desde el plano físico sino como un ser con valores, sentimientos y en general como un ser social. Desde este punto de vista el cuerpo deja de ser un instrumento motor, para convertirse en el motor en si, en el que se ven implícitas cada una de las partes de él, tema que se ahondará en el siguiente capítulo, tomando la corporeidad como su eje principal.

## 5. CUERPO. TENDENCIAS Y CONCEPTOS

En la segunda mitad del siglo XX, las investigaciones sobre el cuerpo, sus tendencias y conceptos ha crecido de manera importante. Disciplinas como la sociología, la antropología, la filosofía o la psicología han ubicado el cuerpo en lugares muy importantes, lo cual hace que se investigue y se refieran más acerca de él (Galak. 2010).

El ser humano existe a nivel corporal en materia y por este mismo medio percibe, siente, vive y se relaciona con el mundo, creando a su vez y transformando constantemente su proyecto de vida (Crisorio, 1998). Es así como el individuo posee una visión del mundo, dependiendo como él lo siente y lo percibe.

Los primeros hombres, en su relación constante con la naturaleza y la tierra, se fueron adaptando a los diversos cambios y costumbres, que por ende la tierra le exigía asumir para su subsistencia. Lo anterior lo lograban con un cuerpo fuerte, para afirmar su papel dentro de la sociedad primitiva, con características especiales para la caza, construcciones, combate. Por otro lado existían en esas sociedades primitivas, cuerpos frágiles, delicados, menos fuertes, los cuales eran especiales para labores de recolección, cuidados y crianza (Bernard, 1980).

En Grecia, se produce una independencia del cuerpo, debido a la necesidad de encontrar y dar más significado e importancia al pensamiento, la razón y el alma. Lo anterior hacia que el cuerpo se mirara desde la razón, lo material y lo no material. Era denominado por los griegos como un cuerpo integro mítico, lleno de tradiciones, el cual se desvaneció, dando paso a un dualismo entre cuerpo y alma. Lo anterior es ratificado por el cristianismo y lo potencializa diciendo que el hombre es un ser separado en alma y cuerpo, mortal y divino, en un hombre que transforma, es decir superior y en un hombre que solo está en cuerpo para servir, o sea inferior (Pedraza, 1989).

Pedraza (1989) enuncia que el anterior principio de dualismo, frente al concepto de cuerpo, ha hecho que exista una división de determinaciones hacia la concepción del cuerpo, ya que por un lado, el ser humano está compuesto por materia y por algo inmaterial, es decir lo espiritual, y por otro lado por la diferencia entre hombre y mujer, donde el primero, es el único que puede acceder al campo del pensamiento y el segundo siendo noble o esclava, sirviendo a su dueño o esposo.

El cuerpo en la época Medioevo, se convirtió en símbolo de poder feudal y clerical. Así lo demuestra Foucault (1989), donde enunciaba que el cuerpo era el que producía suplicios, por medio de él se podían hacer descuartizamientos, amputaciones, el cuerpo se usaba para realizar simbologías de las marcas en el rostro o los hombros, y su exposición vivo o muerto.

A principios del siglo XVII, Foucault (1989) da su teoría de que el cuerpo, según sea su objetivo, se encamina hacia el deber o fin de una especialidad, es decir, militares obedientes, sinónimo de imperativo político; prevención de libertinaje y homosexualidad sinónimo de imperativo moral; y educar cuerpos vigorosos sinónimo de imperativo de salud.

Para Santo Tomas la concepción del ser humano, se basa en la concepción Aristotélica, sin dejar a un lado sus creencias básicas del cristianismo, donde enuncia la inmortalidad del alma y la creación. Para Santo Tomás el ser humano es un compuesto sustancial entre alma y cuerpo, donde el alma es la forma y el cuerpo la materia de esa forma. Santo Tomás habla de la unidad hilemórfica del ser humano, en la que existe una única forma sustancial, o sea el alma racional, la cual comunica de manera inmediata y directa a la materia prima que constituye el compuesto “hombre” (Dolto, 1994).

Santo Tomas afirma al igual que Aristoteles, que existía una sola alma en el ser humano, que engloba las funciones sensitivas y de movimiento o vegetativas. Para Santo Tomas esta única alma es que regula todas las funciones del “hombre” y esto determina su corporeidad. Así lo plasma él en el siguiente enunciado:

*“Es evidente, por otra parte, que lo primero porque el cuerpo vive es el alma, y como la vida se manifiesta por operaciones diversas en los diversos grados de los seres vivientes, aquello por lo que primariamente ejercemos cada una de estas funciones vitales es el alma. Ella es, en efecto, lo primero que nos hace nutrirnos y sentir y movernos localmente, como también entender. Este primer principio de nuestro entendimiento, llámasele entendimiento o alma intelectual, es, por lo tanto, la forma del cuerpo, y esta demostración es de Aristóteles en el tratado Del alma, lib. 2, tex. 24. (Suma Teológica, I, C. 76, a. 1)*

La transformación del cuerpo para su subsistencia, en la que se hablaba en párrafos anteriores, no es ajena a la evolución del hombre en tiempos actuales. Es así como Kosik (1987) argumenta:

*"El capitalismo es el sistema de la total cosificación o enajenación, sistema dinámico, cíclico que se dilata y reproduce en la crisis; sistema en el que los hombres se presentan bajo las máscaras características de funcionarios o agentes de este mecanismo, es decir, como partes o elementos suyos".*

La sociedad capitalista que surge con el racionalismo, la ilustración y el enciclopedismo, crea esas transformaciones y sus técnicas como medio de relación del hombre con la naturaleza y consigo mismo. Es así como con esta economía capitalista las cosas son el hombre, la mujer y la sociedad, llamándose así la personificación de las cosas y la cosificación de las personas (Kosik, 1987).

Bernard (1980), al ver esta sociedad cosificada, con categorías como productos, ganancias, dinero, utilidad, dice que el cuerpo queda robotizado, controlado y al servicio de la industria y su rendimiento, prestando un servicio a la sociedad capitalista.

En el último siglo, han aparecido diferentes investigaciones, donde se buscan diversos significados con aspectos relacionados al cuerpo. Y es aquí donde se desencadenan diversas líneas de investigación en relación al cuerpo y su apariencia, tiempo de vida, longevidad, curación, funcionamiento y diversos aspectos relacionado con su representación simbólica y espiritual. Esto se atribuye al afán de descubrir y analizar los cambios que ha tenido la sociedad y las culturas postmodernas y la importancia que tiene el cuerpo como instrumento principal de cambio de las realidades.

Los principales efectos de la postmodernidad en la concepción sobre las ideas del cuerpo para Shilling (1993) son: la secularización del mundo occidental, la idealización del cuerpo como proyecto y la incertidumbre sobre el concepto de cuerpo. Con la desacralización o pérdida de creencias religiosas que ha padecido la sociedad, desde la Europa Postfeudal a la modernidad, con mayor impacto en el siglo XX, se relaciona la

creciente importancia que se le ha otorgado al cuerpo. Debido a la disminución del poder de las autoridades religiosas en la vida social a nivel general, y en su regulación con aspectos relacionados al cuerpo, ha provocado que, de los valores estables, se haya pasado a una vida sin algún imperativo categórico, donde lo único que prima es la parte individual y el único mensaje indefinido es el de ser feliz. Es así como el auge y crecimiento de los medios de comunicación audiovisuales, le dan importancia a este mensaje, hacia la imagen del cuerpo, es decir, creando determinados modelos corporales. Las películas, novelas, publicidad, extienden el mensaje de que la persona feliz es el cuerpo feliz, colocando el cuerpo como el elemento constitutivo más importante de la identidad de las sociedades posmodernas (Samaniego, 2001).

Otro autor que no se puede dejar en el olvido es Marx y su materialismo marxista con relación al cuerpo. En Marx la condición materialista, se distingue al reconocer al cuerpo como lugar donde se produce la explotación y la alineación. Es así, como el cuerpo del obrero es reducido a máquina y a instrumento, mejorado de modo que vaya de la mano con los fines de la producción capitalista industrial. Se evidencia entonces, un despojo total del rasgo espiritual, por lo material.

Filósofos como Satre, Marleau-Ponty, Marcel, con el existencialismo, dan una visión y un sentido del “ser cuerpo” y esto es conocido como el materialismo existencialista. Este “ser cuerpo” está inspirado en la experiencia, es decir en la “vivencia del ser”. De esta manera, el hombre es cuerpo, porque corporalmente siente, piensa, se mueve y se relaciona (Carballo, 2003).

## 5.1 EL CUERPO Y SU RELACION CON EL DESARROLLO SOCIAL

El hombre en cuerpo, experimenta y se forma para cumplir con las diferentes funciones que le otorga un determinado contexto social y cultural. Para Bagú (1974):

*“esas formas sociales que determinan el conocimiento de la realidad social, del propio yo- varían con los distintos tipos de sociedad, el ciclo histórico que estas últimas atraviesan y las funciones que el individuo va cumpliendo en las variadas etapas de su existencia.”*

Lo dicho por Bagú (1974) lo complementa Crisorio (1998), donde asegura que el hombre no nace con un cuerpo, este autor menciona que el cuerpo se construye, dando a entender que la realidad a la cual pertenece este cuerpo también está en constante construcción.

Crisorio (1998) menciona que el Psicoanálisis define el término realidad a todo lo que el conocimiento humano va construyendo con el tiempo. El término real descifra aquellos factores genéticos del sujeto, los cuales referencian dicha construcción. De esta manera, el cuerpo como realidad construida, cambia sus parámetros individuales, para ser un cuerpo social, en el que cada cuerpo único es un ejemplo particular. Lo particular es construido por la confluencia de diversos significados privados y sociales, familiares y culturales, sencillos y complejos, presentes y pasados. En este orden de ideas, se dice que la historia comenzaría antes del nacimiento y se prolongaría más allá de la muerte, por la incorporación del sentido del cuerpo en una cultura (Crisorio, 1998).

Jacques Lacan (1901-1981) médico psiquiatra y psicoanalista francés, hace una diferencia entre el organismo (lo viviente) y lo que se denomina como cuerpo. Lacan menciona que lo viviente no basta para hacer un cuerpo y pone como ejemplo que “el animal no tiene cuerpo, el animal es un organismo”. Es así como el cuerpo que da cuerpo,

es aquel cuerpo simbólico, dado por unos mecanismos significantes, desde lo visual y lo corporal y su cohesión orgánica, es decir, el cuerpo como cuerpo está dado por la significancia que el sujeto le da, aún antes del nacimiento, cuando se habla de él, de sus experiencias y permanece después de la muerte, es decir cuando ya no se tiene un cuerpo (Soler, 1990).

Dolto (1994) comparte lo dicho por Lacan, señalando que:

*“la imagen del cuerpo es la síntesis viva de nuestras experiencias emocionales o interhumanas, es eminentemente inconsciente y construye a través de las sensaciones erógenas, sean del pasado o actuales. Constituye una memoria del gozar frustrado, coartado o prohibido. Es, por decirlo así, una construcción del cuerpo deseado, si es que se toma en cuenta que ese deseo no es meramente individual: es narcisístico e interrelacional. Por su parte, el esquema corporal, es el mediador organizado entre el sujeto y el mundo, que permite especificar al individuo en cuanto representante de la especie. Su estructura es el resultado del cruce entre las determinaciones de carácter filogenéticas y el aprendizaje y la experiencia.”*

## 5.2 CUERPO DESDE LA EDUCACION FÍSICA

Diversos autores proponen un debate acerca de las características que construyen y transforman la experiencia corporal. Es así que como en los años 70 y 80, el discurso sobre lo corporal, se centraba en lo que tenía que ver con la relación que éste mismo cumplía en las condiciones sociales y culturales particulares.

Bernard y Denis (1980) dicen que el cuerpo, constituye un escenario de representaciones maleables, marcadas por los condicionantes sociales y en función de las relaciones interculturales de los individuos. De esta manera, Bernard (1980), dice que las poblaciones occidentales contemporáneas, están en un proceso de agotamiento del cuerpo, del cual no se puede evadir la participación en ella. Este proceso hace que la realidad de los individuos, penetre y transforme las experiencias personales, introduciendo en el núcleo del ser subjetivo el peso enajenante de los imperativos sociales

El cuerpo en sus tendencias y conceptos, es centro constante de diversos discursos y críticas a lo largo de la historia. Pero tampoco es ajeno, el discurso del papel de la educación física y su que hacer dentro de esa construcción de saberes, valores, hábitos, prácticas y esquemas. En la actualidad el discurso del papel de la educación física en esos que aceres del cuerpo, han repercutido bastante en los medios educativos, de formación, acondicionamiento y de rehabilitación del ser humano, respondiendo desde hace tiempo atrás a los procesos intencionales y sistemáticos, para que se generen modelos de comportamiento y cultura corporal, no ajeno al sistema político de control y producción del cuerpo, donde lo “sano” es el nuevo discurso o la nueva tendencia de lo “moral” y lo “normal” (Pedraza, 1997).

Denis (1980) habla sobre un enfoque del “cuerpo sabio”, el cual es aquel cuerpo que con sus movimientos está relacionado con su entorno social y cultural, convirtiéndose de esta manera en expresión de significados. Dichos movimientos están vistos como una entidad psicosomática compuesto por estructuras motrices, que se desarrollan con la maduración, motivación y elaboración mental de los procesos motrices (Denis, 1980).

La educación física, de esta manera, se convierte en una disciplina pedagógica que debe ocuparse de crear diferentes condiciones para que el individuo desarrolle su corporeidad y su motricidad, dando respuesta a las necesidades del sujeto que está aprendiendo en un contexto determinado y en una sociedad en constante cambio, con diferentes culturas y conflictos de clase (Gómez, 2009).

Gómez (2009) en su publicación *“La Educación Física y su contenido”*, habla de que cuando se piensa en la corporeidad humana desde una visión holística, se debe pensar a la vez en una educación que contribuya a integrar la educación física al currículo general. Indica que si es así, se debe estimular a los docentes para que cambien la didáctica y desarrollen el concepto de corporeidad. Es así como, la educación corporal debe estar ligada a la sensibilidad, la expresión y la creatividad. Tampoco debe dejar a un lado la vivencia, donde se sabe acerca de sí mismo, del otro y del entorno.

Complementando lo anterior y finalizando este capítulo, se enuncia lo citado por Mauss (1971); Picard (1986) y Goffman (1986), donde dan una visión de lo que caracteriza a un cuerpo en su esencia:

*“En consecuencia, no existe nada natural en un movimiento, una postura, un gesto, un desplazamiento, una mirada o una sensación. Ni la biología ni la fisiología determinan los comportamientos corporales. Son las lógicas sociales, culturales y familiares, en el marco de singulares tramas institucionales, las que modelan el cuerpo, lo atraviesan y definen un repertorio particular de actividades perceptivas, expresiones de sentimientos y emociones, ritos de interacción corporal, juegos de apariencia y de seducción, técnicas corporales, universos morales específicos, reglas de etiqueta y vestido, técnicas de mantenimiento del*

*cuerpo, usos corporales, inscripciones corporales, inconductas corporales, formas de entrenamiento físico, intercambios de miradas, modos de configurar el rostro, relaciones con el placer, el deseo, el dolor, la enfermedad, el sufrimiento o la estima”.*

## 6. IMAGINARIOS SOCIALES

Según lo enunciado anteriormente, se entiende que la Actividad Física, la Educación Física y el Cuerpo, envuelven en sus conceptos diferentes elementos del ser humano, es así como se evidencia la importancia de observar y comprender, como es entendido e interiorizado estos 3 temas en los padres de familia de los escolares de Bogotá, ya que esto nos indica desde qué perspectiva y qué importancia está dando la familia al cuidado y la promoción de la salud de sus hijos.

Los seres vivos y en especial los seres humanos desarrollan toda su imaginación en el vivir y en el convivir con los demás. De esta manera los humanos dan significado y sentido como por ejemplo a la idea del bien y el mal, lo feo y lo bonito, la muerte y la vida, la realidad y la fantasía. Lo anterior es el punto de partida de los denominados imaginarios o representaciones sociales, las cuales se construyen con las relaciones interpersonales de los seres humanos con otros, dando espacio a una relación socio-cultural, donde se comparten diferentes experiencias individuales (García & Ospina, 2008).

Existen diferentes nociones que conllevan a hacia una definición de lo que es un imaginario, es así como Baeza (2003) dice que:

*“los imaginarios sociales no son meras representaciones de algo real, sino elaboraciones “peri-racionales”(es decir situadas en la periferia de la*

*racionalidad, aunque con capacidad de influir sobre ella) que participan en calidad de grandes supuestos en el proceso de significación, cuando este tipo de procesos es socializado, vale decir simbolizado”*

García y Ospina, (2008) dicen que los imaginarios o representaciones sociales se dan en un medio específico, en el cual se poseen referencias similares de percepción (espacio, tiempo, geográficas, históricas, culturales, religiosas), de explicación (emocionales, sentimentales, biográficos) y de intervención (estrategias, programas, políticas, aprendizajes).

Lo anterior ya lo había descrito y definido el sociólogo Juan Luis Pintos planteando lo siguiente:

*“Los imaginarios sociales serían precisamente aquellas representaciones colectivas que rigen los sistemas de identificación y de integración social y que hacen visible la invisibilidad social”* (Pintos, 1993)

Mora (2002), resalta lo dicho por Moscovici (1961), donde indica que el imaginario o la representación social es un método el cual busca elaborar construcciones o interpretaciones, en cuanto a los comportamientos y comunicación de los individuos. Es aquí, donde gracias a estas representaciones, se crean sistemas de valores, y las prácticas que van a hacer que el individuo tenga los medios y los recursos para orientarse en un contexto social y material.

Tello (2003) define los imaginarios sociales así:

*“el imaginario social instituye significaciones. Es por tanto, una instancia de creación del modo de una sociedad: instituye las significaciones que producen un determinado mundo (capitalista, romano, griego, medieval...)”*

Las anteriores definiciones indican que los imaginarios sociales, permiten descubrir los sentidos, concepciones, nociones que los seres humanos construyen de manera individual y colectiva, sobre un concepto, categoría o realidad. Esto a su vez lleva consigo procesos de interacción y socialización, los cuales contribuye a una construcción de diferentes realidades. De esta manera, el aproximarse al imaginario social de un individuo o grupo social, tiene como objetivo indagar sobre la realidad social, sus formas de interacción y de significación frente a un determinado hecho (Ariza, LaVerde, Parraga, 2013).

Identificar los imaginarios sociales de un individuo o grupo social, permite reconocer formas de aprendizaje y de apropiación de conocimientos, que fueron desarrollados e interiorizados a partir de la experiencia, la práctica y la interacción social. También permite reflexionar sobre las prácticas culturales de algún tema, y así, orientar acciones para intentar mejorar, modificar o influir sobre dicho imaginario, favoreciendo la adquisición de nuevos aprendizajes, en pro al desarrollo personal y social del individuo o grupo social (Jodelet, 1986).

## METODOLOGÍA

El recurso empleado para enfrentar la presente investigación se enmarca en el ámbito de la metodología cualitativa, la que nos permite aproximarnos al mundo empírico, refiriéndose en su más amplio sentido a la investigación que produce datos descriptivos, utilizando el lenguaje de las personas y la conducta observada, en él o los sujetos de estudio, *“La metodología cualitativa, consiste en más que un conjunto de técnicas para recoger datos, es un modo de encarar el mundo empírico”* (Taylor. 1996).

Por otro lado, se adopta como base de la presente investigación, el paradigma interpretativo, precisando que este paradigma es fenomenológico, naturalista, subjetivo, lo que quiere decir que está orientado a la comprensión del fenómeno, lo estudia desde dentro y en su ambiente natural. Bajo la anterior perspectiva el método a utilizar será el fenomenológico, cuyas características destacan el acento sobre lo individual y la subjetividad de la experiencia vivida.

### **Unidades de análisis**

El estudio se llevó a cabo con Padres de familia de estudiantes de ciclo V (Grados Decimo y Once), de los colegios distritales de la ciudad de Bogotá, ubicados en la localidad de Usme (quinta localidad), dentro de la UPZ 58, con nombre Comuneros. Se escogieron 6 colegios que estuvieran dentro de esta UPZ 58, realizando un grupo focal por colegio, que oscilaban entre 6 a 12 participantes. Los colegios fueron:

1. Colegio Diego Montaña Cuellar (IED) (Sede A)
2. Colegio Diego Montaña Cuellar (IED) (Sede B)
3. Colegio Eduardo Umaña Mendoza (IED)

4. Colegio Atabanzha (IED)
5. Colegio Usminia (IED)
6. Colegio Tenerife – Granada Sur (IED)

Las anteriores Instituciones Educativas Distritales, se encuentran ubicadas, como se mencionó anteriormente, en la UPZ Comuneros, identificada con el número 58, de la localidad de Usme (Quinta Localidad), la cual se ubica en el sur de Bogotá, limita al occidente con la localidad de Ciudad Bolívar y el municipio de Pasca; al sur con la localidad de Sumapaz; al norte con las localidades de Tunjuelito, Rafael Uribe Uribe y San Cristóbal y al oriente con los municipios de Ubaque y Chipaque. Usme tiene una extensión total de 21.507 hectáreas (ha), de las cuales 3.029 se clasifican en suelo urbano y 18.477 se clasifican en suelo rural, lo que equivale al 85,9% del total de la superficie de la localidad. Usme es la segunda localidad con mayor extensión del Distrito (Alcaldía Mayor de Bogotá. Secretaria de Planeación, 2009).

Por otra parte, respecto de la estratificación socioeconómico para 2011, es preciso señalar que los predios de la localidad y de esta Upz se concentran en los estratos 1 y 2 (47% y 53% respectivamente) (Unidad Administrativa Especial de Catastro, Número de Predios por estrato y localidad, 2010).

Usme es la cuarta localidad que alberga más población desplazada en la ciudad. Bogotá recibió 6.257 desplazados, de los cuales 519 se alojaban en Usme; 8.2% del total de desplazados de la localidad. (Alcaldía Mayor de Bogotá, Diagnostico Localidad de Usme Sector Hábitat, 2011)

## Herramienta de recolección de información

Con el fin de reconocer los imaginarios de los sujetos se realizarán 6 grupos focales, en los cuales se tuvo en cuenta las categorías de análisis definidas a continuación.

| CATEGORÍA        | SUBCATEGORÍA                        | EJES DE INDAGACIÓN                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ACTIVIDAD FÍSICA | COMPORTAMIENTO ACTIVO               | <p>¿Qué actividades realiza usted diariamente?</p> <p>¿Qué actividades realiza usted fuera de su trabajo y en los días de descanso?</p> <p>Cómo es su día a día? Qué hace los fines de semanas?</p>                                                   |
|                  | EXPERIENCIA                         | <p>¿Qué experiencias tuvo o tiene en cuanto a la práctica de actividad física?</p> <p>¿Cómo ha sido su experiencia actual con relación a la práctica de alguna actividad física?</p>                                                                  |
|                  | CONCEPTO                            | ¿Qué entiende usted por Actividad Física?                                                                                                                                                                                                             |
|                  | FACTORES QUE INFLUYEN EN IMAGINARIO | <p>¿Qué cosas ha escuchado de su familia, amigos y/o comunidad en general sobre la práctica de la actividad física?</p> <p>De qué manera las organizaciones e instituciones de la Localidad promueven la actividad física?</p>                        |
|                  | BENEFICIOS – EFECTOS                | <p>Para usted, cuáles son los beneficios de la Actividad Física?</p> <p>Cuál es su opinión sobre el impacto de la actividad física en la salud?</p> <p>De qué manera, cree usted que la actividad física, favorece el desarrollo integral del ser</p> |

|  |                       |                                                                                                                                                                                                                                       |
|--|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                       | humano?                                                                                                                                                                                                                               |
|  | SENTIMIENTO Y VALORES | <p>(si la persona es activa) Que experimenta, que siente cuando práctica la actividad física?</p> <p>Para usted, que tan importante es la práctica de la AF en el ser humano (hijos, sus profesores, en la comunidad en general)?</p> |

Elaboración propia, 2015

| CATEGORÍA               | SUBCATEGORÍA                                                                                                             | EJES DE INDAGACIÓN                                                                                          |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>EDUCACIÓN FÍSICA</b> | CONCEPTO                                                                                                                 | Qué diferencias y similitudes encuentra entre educación física y las demás asignaturas?                     |
|                         | BENEFICIOS                                                                                                               | De qué manera, considera usted que la clase de educación física favorece la condición de salud los jóvenes? |
|                         |                                                                                                                          | Cuál cree usted que es el papel de la educación física en la formación del estudiante?                      |
|                         | CLASE <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actores</li> <li>- Medios (Expresión corporal, Danza, deporte)</li> </ul> | Para usted quien es la persona idónea para orientar la clase de educación física?                           |
|                         | CONCEPTO                                                                                                                 | Finalmente, Qué entiende por educación física?                                                              |
|                         | VALOR                                                                                                                    | Qué importancia le da usted a la educación física?                                                          |

Elaboración propia, 2015

| CATEGORÍA     | SUBCATEGORÍA                                      | EJES DE INDAGACIÓN                                                                              |
|---------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>CUERPO</b> | RELACION SUBJETIVA CON EL CUERPO (YO Y MI CUERPO) | <p>Qué cuidados tiene usted en relación con su cuerpo?</p> <p>Cómo se siente con su cuerpo?</p> |

|  |                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | ROL CUERPO                 | Qué funciones cumple el cuerpo en su cotidianidad?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|  | RELACIÓN CUERPO-MOVIMIENTO | <p>Como siente o percibe su cuerpo durante la práctica de la actividad física?</p> <p>Qué beneficios tiene la actividad física en su cuerpo?</p> <p>Considera usted necesario mantener una buena imagen corporal?</p> <p>El movimiento es parte fundamental del ser humano, Como se maneja ese aspecto en su vida (en el trabajo, en el hogar, con su comunidad )?</p> |
|  | C ONCEPTO                  | Usted que entiende por cuerpo?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

Elaboración propia, 2015

Con el Objetivo de ensayar el instrumento se realizó una prueba piloto, con una madre de familia de ciclo V, de la cual se recolectan diversos aprendizajes, con el fin de reducir los errores y sesgos durante la aplicación del instrumento en los grupos focales, incrementando así, la habilidad del entrevistador para dirigir el grupo focal.

### **Consentimiento Informado**

La presente investigación se dirige hacia la comprensión de los imaginarios que la familia y/o los padres de familia, construyen en torno a la educación física, la actividad

física y el cuerpo, en los colegios distritales de Bogotá. Teniendo en cuenta lo anterior y garantizando la confidencialidad de los participantes y la información suministrada, se diseñó y entregó un formato de consentimiento informado, el cual fue leído y firmado por los participantes (ver anexo A. Consentimiento Informado). Los padres de familia, acceden libremente a ser entrevistados y grabados (audio) durante el grupo focal.

### **Recolección de datos**

Los testimonios ofrecidos por los diferentes grupos focales, son recogidos con una grabadora digital de audio. Luego estos audios son transcritos a formato Word, siguiendo con fidelidad lo dicho por los informantes. La duración de cada grupo focal oscila entre una hora y hora y media.

### **Codificación y Análisis de la información**

El análisis de los datos y su respectiva codificación se realiza con la ayuda del programa informático ATLAS TI, versión 7.0.

## RESULTADOS

Al momento de descubrir y comprender los imaginarios que la familia y/o los padres de familia construían en torno a la educación física, la actividad física y la el cuerpo, se encontró que los actores se sumergían en un universo de sueños, de historias, de encuentros, de vivencias. Fue de esta manera como la familia y los padres de familia, fueron relatando sus diferentes experiencias, sentimientos, valores, conceptos hacia las 3 categorías establecidas. Lo anterior, puesto que se entiende que la familia y/o los padres de familia han configurado un imaginario en relación a la actividad física, educación física y el cuerpo, con respecto a sus experiencias desde su niñez hasta su edad actual, creando así un estilo de vida propio que se trasciende en los diferentes integrantes de la familia.

Luego del procesamiento de la información en el programa Atlas Ti se analizaron las respuestas mediante la codificación, de los cuales se seleccionaron las ideas que tenían mayor representación de cada grupo focal. La forma en la que se organizaron y se estructuraron las categorías para poder evidenciar los códigos y organizar los resultados de los grupos focales se resume en la siguiente tabla:

| <b>CATEGORIAS</b> | <u><b>ACTIVIDAD FISICA</b></u> | <u><b>EDUCACION FISICA</b></u> | <u><b>CUERPO. IMAGEN</b></u><br><u><b>CORPORAL</b></u> |
|-------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <b>CODIGOS</b>    | BENEFICIOS EFECTOS             | BENEFICIOS                     | CONCEPTO                                               |
|                   | COMPORTAMIENTO<br>ACTIVO       | CLASE (IDONEIDAD)              | RELACION CUERPO<br>MOVIMIENTO                          |
|                   | CONCEPTOS                      | CONCEPTOS                      | RELACION SUBJETIVA<br>CUERPO                           |
|                   | EXPERIENCIA                    | VALOR                          | ROL DEL CUERPO                                         |

|  |                                        |  |
|--|----------------------------------------|--|
|  | FACTORES QUE INFLUYEN EN EL IMAGINARIO |  |
|  | SENTIMIENTOS Y VALORES                 |  |

Tabla 1. Categorías y códigos para la presentación de resultados. Elaboración propia, 2015.

## 1 ACTIVIDAD FISICA

### 1.1 PERSPECTIVA DE LA FAMILIA Y/O PADRES DE FAMILIA HACIA LOS BENEFICIOS Y EFECTOS DE LA ACTIVIDAD FISICA

Los familiares de los estudiantes de ciclo V, entrevistados de la localidad de Usme UPZ 58, consideran que la actividad física reduce los niveles de estrés, ansiedad, mejorando sus capacidades físicas y beneficia la salud, toda vez que lo representan de la siguiente manera:

*“La actividad física lo mantienen primero que todo una buena salud, porque imagínese todos los problemas que uno carga de estrés, de salud que los dolores de cabeza, de pronto todo eso va en la monotonía que uno mantiene a diario ahí con el estrés que suelte aquí, que corra allá me entiende pues claro es salud, y eso es lo que le hace mucha falta a uno de pronto para tener una buena salud, un buen estado físico...” P4: - 4:8 (240;240).*

También se evidencia que la familia y/o padres de familia ven en la actividad física beneficios no solo a nivel físico, sino beneficios psicológicos y sociales:

*“He escuchado que es cuerpo sano, mente sana, si es cierto y todo va, todo es coordinable, si usted tiene cognitiva, buena cognitiva y no tiene digamos un buen estado físico; entonces no le va ayudar mucho para lo que usted se imagina que quiere hacer; o sea todo va relacionado y también lo mismo con la con la parte social, si usted está bien con la parte social creo que se complementa.” P6: -6:28 (357:357)*

*“Nos puede llegar a generar un mejor auto estima” P7: -7:28 (418:418)*

*“El individuo en cuanto a lo social, se relaciona con diferentes personas” P7: -7:29 (418:418)*

La familia y/o padres de familia manifiestan beneficios y efectos de la actividad física a nivel de los diferentes sistemas cardiovasculares, circulatorio, respiratorios, etc.

*“La actividad física es muy buena para el corazón, que ejercita los músculos, que lo pone a uno en forma, que le quita los gorditos, que los triglicéridos, bueno no sé qué, quema grasa” P9: -9:21 (179:179)*

*“Es muy importante para el corazón, que se evitan los paros cardiacos, los infartos, también que muy buena para el estrés evita el estrés porque usted sabe qué pues nosotros el estrés nos acelera las enfermedades, y pues haciendo ejercicio nos da menos enfermedades cada día.” P9: -9:27 (210:210)*

Lo anterior evidencia que la familia y/o padres de familia ven en la actividad física, unos beneficios desde 3 perspectivas, la primera, la cual habla sobre sus beneficios psicológicos (disminuye el estrés, regula la ansiedad); la segunda, enmarcada en los beneficios sociales de la actividad física (relación con el medio y los demás sujetos); y la tercera, donde el beneficio es la salud, favoreciendo los diferentes sistemas del cuerpo humano (Cardiovascular, Circulatorio, Respiratorio, etc.).

## 1.2 EL COMPORTAMIENTO ACTIVO DE LA FAMILIA Y/O PADRES DE FAMILIA DE LA LOCALIDAD DE USME

Los familiares y padres de familia son muy activos en su cotidianidad, debido a sus labores que realizan ya sea en sus trabajos (como obreros, “coterros”, personal de aseo, vigilantes, etc.), o en su hogar. En este último por las características de los barrios donde viven (zonas montañosas), están en constante movimiento y por esa razón se consideran activos:

*“Pues yo en el trabajo, pues trapear, barrer, eso es lo que hago todos los días en las mañanas que me toca.” P3: -3:8 (55:55)*

*“Subir la lomita todos los días y llevar la niña al jardín eso es un ejercicio terrible, bailar, nos salimos a bailar hacer ejercicio y ya” P6: - 6:5 (184:184)*

## 1.3 CONCEPTO DE LA ACTIVIDAD FISICA DE LA FAMILIA Y/O PADRES

## DE FAMILIA

El concepto de actividad física que tienen las familias de la Upz 58 de la localidad de Usme, abarcan desde actividades como caminar, correr, montar bicicleta, hasta practicar un deporte:

*“Pues para mí la actividad física es correr, montar bicicleta” P3: - 3:11(224:224)*

*“Para mi actividad física es practicar un deporte, así no sea salir a trotar, hacer ejercicio eso es actividad física, pero simplemente concentrarme en eso, en que voy a estar trotando, voy hacer un deporte, un ejercicio, eso es actividad física para mi.” P4: - 4:7 (223:223)*

Para otros familiares y/o padres de familia, el concepto de actividad física son sus labores diarias:

*“Me parece que actividad física es lo que uno hace a diario; o sea caminar dentro de la misma casa, haciendo el oficio eso es una actividad física, y cuando uno camina llevando los niños, eso es lo que entiendo de actividad física de esa manera” P6: - 6:7 (213:213)*

*“Para mí el movimiento de subir y bajar escaleras a todo momento” P6: - 6:8 (219:219)*

Así mismo algunos familiares y/o padres de familia, evidencian que la actividad física no es solo caminar o las actividades ya mencionadas, sino que es algo más programado y estructurado, como se evidencia a continuación:

*“Si porque para mí hacer ejercicio es decir voy a sacar ese tiempo hoy y me voy a ir a trotar, me voy a ir a jugar y me voy a dedicar a eso, porque eso si uno puede caminar, puede hacer muchas cosas en el día, pero no esta enfocado en que estoy haciendo ejercicio, sino que “uy...tengo que subir rápido porque me va a coger la tarde, Dios mío...voy tarde”, entonces eso no entonces eso no es ejercicio”.* **P4: - 4:6 (212:212)**

*“La actividad física también inclusive es un baile, por medio de un baile uno ya está haciendo actividad física, por medio de hacer ejercicios tan elementales, como levantar las piernas, o agachar la cabeza, o girarla de lado a lado, entonces digamos que eso ve uno en televisión y mis hijos me han enseñado, que la actividad física no es solamente correr como yo pensaba, si no que realmente cualquier ejercicio que me permita desarrollar los músculos del cuerpo y nos mantenga en forma, a eso le llaman actividad física”* **P9: - 9:20 (176:176)**

Lo anterior muestra que la familia y/o padres de familia de los colegios de ciclo V de la Upz 58 de la localidad de Usme, no conceptualizan el término de Actividad Física en sí, sino que describen sus posibles prácticas dentro de su contexto.

#### 1.4 EXPERIENCIA DE LA FAMILIA Y/O PADRES DE FAMILIA CON RELACION A LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

Algunos familiares y/o padres de familia tuvieron experiencias negativas en cuanto a la práctica de alguna actividad física, debido a la cultura y costumbres de antes, ya que antes únicamente hacían alguna actividad física únicamente en los colegios, porque por fuera tenían que hacer las labores que les ponían sus padres (aseo, hogar, trabajos, etc.):

*“A mi si, no es como el tiempo de ahorita que uno se queda en la casa haciendo oficio, y los hijos se van a jugar micro, o se van a jugar básquet o voleibol o bueno en fin, no cuando en mis tiempos no, en mis tiempos yo podía jugar pero cuando estaba en la escuela; porque en la casa ni con una muñeca porque no podía”.* **P3: - 3:10 (230:230)**

Así mismo, algunos familiares y/o padres de familia evidenciaron que cuando ellos practicaban alguna actividad física en sus colegios o en sus casas, lo hacían valiéndose de juegos tradicionales y enmarcan que eso se ha perdido en los niños y adolescentes de la actualidad, por las tecnologías, eso ha hecho que los niños de hoy sean más inactivos físicamente, según ellos:

*“Mira que la niñez de nosotros era como más activa, era como más activa porque eran varios juegos que uno realizaba, varias cosas se ejercitaba uno más como niño hoy en día hay más pasividad de los niños en cuanto lo físico, por las cosas del internet todo eso, la tecnología*

*aquieta mucho a los niños; o sea en mi niñez era muy chévere porque habían mas actividades, como la lleva, había otro juego que le decíamos la quince y jugábamos a la quince” P6: - 6:1 (144:144)*

*“Si mi niñez también fue así, jugar todos los días en la calle, corriendo, jugando a las escondidas, congelados, las escondidas siempre, ya no hoy en día los niños ya no ya se la pasan más pegados a un televisor, a un celular, ya no le ven interés ya yo digo que los niños de hoy en día ya no van a tener la misma infancia, porque hoy en día ellos viven pegados a un Xbox, a un computador jugando” P6: - 6:3 (154:154)*

En cuanto a experiencias actuales de actividad física, se evidenció en esta parte que la mayoría de familiares y/o padres de familia, tiene una dinámica familiar constante, donde se levantan, preparan a sus hijos para ir al colegio, preparan desayuno, almuerzo, labores domesticas y los (as) que trabajan, realizan lo mismo desde más temprano y llegan a sus casas tarde en la noche a continuar con esas labores de hogar, de esta manera se reduce el tiempo para poder practicar alguna actividad física, así se evidenció en el siguiente relato:

*“Mi hija es la primera que se levanta a las tres y cuarenta cinco de la mañana, se arregla, se alista, sale a las cuatro y veinte; porque a ella le toca trabajar muy lejos, en la 166, nosotros vivimos aquí en el Conito de Usme, ella sale se va, se despedí; entonces yo después a las cinco ya me levanto salgo a las cinco y media de la mañana, mi hija la que sigue, ella*

*se levanta después de que yo, se queda arreglando y yo salgo a trabajar a las cinco y media todo el día en labor y llego a las nueve de la noche, porque yo trabajo en las Ferias” P3: - 3:4 (145:145)*

El poco tiempo que les queda a los familiares y/o padres de familia para compartir con sus hijos, lo utilizan para ir a los parques de la localidad los fines de semana, realizando actividades como jugar futbol, baloncesto o simplemente sentarse en el parque a ver a sus hijos jugar y comer helado:

*“Jugar, a mi me gusta jugar mucho el futbol, yo me voy con mis hijos a jugar, vamos los cuatro vamos al parque allí arriba al pie del hospital, y con otros un grupito nos reunimos y nos ponemos a jugar futbol ahí.” P4: - 4:3 (159:159)*

#### 1.5 FACTORES DE LA LOCALIDAD DE USME, QUE INFLUYEN EN LOS IMAGINARIOS DE LA FAMILIA Y/O PADRES DE FAMILIA HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA

En este código se indaga sobre los diferentes factores que influyen para que la familia y/o padres de familia tengan un imaginario sobre la actividad física. El primer factor evidenciado es el contexto de la localidad en cuanto a su infraestructura para poder practicar la actividad física. Es aquí donde la familia y/o padres de familia evidencian hacer uso de los escenarios deportivos, parques, etc., existentes en la localidad.

*“Hago ejercicio en esos aparaticos que hay ahí en el parque” P3: - 3:3*

**(64:64)**

*“Virrey hay unas piscinas, pues ahí creo que se promueve ahí la actividad, pues me parece que si lo de las piscinas lo que yo he visto, y pues a veces por ahí en los parques, que llegan con una tarima y llega gente hacer ejercicio” P9: - 9:22 (182:182)*

Pero la familia y/o padres de familia resaltan también que el uso de dichos escenarios, se ve amenazado por la inseguridad del sector, lo cual hace que no permitan que sus hijos vayan solos a los escenarios y sea exclusivamente los fines de semana, cuando ellos los puedan acompañar. De lo anterior surge el segundo factor que influye sobre el imaginario de la actividad física denominado Inseguridad:

*“Siempre hay cosas que no permiten pues hacer esa actividad y eso es lo que se escucha en de los familiares y los vecinos, que la inseguridad, que la falta de tiempo, pues son cosas que no, no permiten que se haga la actividad física” P9: - 9:19 (173:173)*

*“... pues a veces no es que uno mantenga encerrado sus hijos no, sino que muchas veces uno los quiere cuidar, proteger de muchos focos, digamos de droga, de barras, de pandillas, de conflicto sociales, uno muchas veces lo hace que uno sabiendo que sus hijos son de libertad, de correr y todo; pero muchas veces uno los cohíbe por eso, por guardarlos porque tengan una niñez digamos no muy dada a la sociedad...” P6: -*

**6:12 (409:409)**

El tercer factor evidenciado tiene que ver en cuanto a la promoción de la actividad física en la localidad, enuncian que sí existe el apoyo de las organizaciones públicas y privadas, pero más para la población de la niñez y la tercera edad, para las edades intermedias (jóvenes y adultos) no existen muchas ofertas en Usme:

*“La promueven en lugar de ser desde la niñez como algo bueno, esto es así, la promueven es ya por ejemplo a la tercera edad, por ejemplo si yo voy que todavía me hacen falta unos poquiticos años me dicen “no es que usted no es de la tercera edad”. ” P4: - 4:10 (263:263)*

Para las edades intermedias (jóvenes y adultos), existen programas de actividad física pero estas no son gratis y hay que pagar una mensualidad, lo que hace imposible la inscripción para las personas de bajos recursos económicos:

*“... realmente no hay un apoyo total puesto que no es gratis, y a muchas personas se les hace difícil poder llegar a pagar una escuela, o una academia para entrar a realizar.” P7: - 7:22 (349:349)*

*“Pues ahorita si hay pero hay pocas, y pues las que hay solo va más que todo pues gente ya mayor, que pues por ejemplo en el parque en el Virrey, hay un espacio que creo que es de martes y jueves, para hacer actividad física pero van más que todo las personas ya pues de tercera*

*edad” P7: - 7:23 (370:370)*

## 1.6 SENTIMIENTOS Y VALORES DE LA FAMILIA Y/O PADRES DE FAMILIA HACIA LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

En este código la familia y/o padres de familia enuncian la importancia de practicar alguna actividad física y son conscientes de ello, así ellos no la practiquen, ya sea por tiempo o por pereza:

*“Muy bueno para la salud, y o sea a medida que uno hace un ejercicio como que se va sintiendo liviano, adelgaza uno sea tarde pero va adelgazando, y pues la sangre coge su buen flujo, y pues uno le gustaría por ejemplo aquí tenemos mucho aire puro” P4: - 4:9 (248:248)*

*“Es importante porque si uno dice y cree que el ejercicio es salud para el cuerpo; entonces uno quisiera que sus hijos o sus familiares estuvieran bien de salud, y cuando uno digamos que el hijo es muy pasivo o un familiar muy pasivo, uno le dice haga ejercicio o haga esto o haga lo otro es eso...” P6: - 6:11 (405:405)*

*“cuando lo practicaba me sentía bien, activa; o sea es que es diferente la energía que uno siente ahora” P8: - 8:15 (269:269)*

Los pocos familiares y/o padres de familia que practican actividad física regular enuncian que es muy importante y que los despeja de sus actividades y problemas diarios:

*“siento como que el cuerpo descansa, me siento más aliviado, la presión, el estrés ya se van” P7: - 7:31 (430:430)*

## 2. EDUCACION FÍSICA

### 2.1 LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR Y SUS BENEFICIOS

Al momento de indagar a la familia y/o padres de familia, sobre los beneficios que la educación física le concede a sus hijos y el papel de esta misma en la formación como futuros bachilleres, la familia y/o padres de familia, coinciden en decir que la educación física es muy importante para la salud de sus hijos y como papel formativo, porque les genera estilos de vida saludables, por medio del cuidado del cuerpo y las formas de poder ejercitarlo:

*“Dícese de una área muy importante para tanto la salud, como el ánimo de la persona, porque no es lo mismo física a matemáticas, no es lo mismo, entonces es algo muy importante para todos, tanto pequeñitos como adultos. Porque abemos muchos adultos ya de que por eso de que no tenemos esa rutina de ejercicio y de nada, entonces a veces no podemos subir ni unas escaleras, y si lo hiciéramos créalo que no estuviéramos ni muy gordas, ni tampoco...estuviéramos físicamente bien, físico, físico estaríamos bien, y tanto también en el animo en todo; o sea*

*estuviéramos muchísimo mejor” P4: - 4:17 (405:405)*

*“...estar bien físicamente, que no estén así tan gordos, ni tan flaquitos sino que estén bien de peso y van a estar los funcionamientos del cuerpo bien.” P6: - 6:15 (482:482)*

*“es importante y favorece bastante puesto que él va seguir practicando deportes y lo va mantener de pronto más activo y una mejor salud” P7: - 7:37 (493:493)*

La familia y/o padres de familia concuerdan también con un beneficio de la educación física que es el psicosocial, el cual les permite que los jóvenes vean una manera de aprovechar el tiempo libre fuera de los colegios, ejercitándose y no involucrado en problemáticas sociales como los son las pandillas y el consumo de alcohol o sustancias psicoactivas:

*“educación física los favorece, puesto que los ayuda a estar concentrados más en un deporte, en salir a mover el cuerpo, a estarse ejercitando y no estar por ahí en la calle, ya sea robando o cualquier otra cosa, desperdiciando el tiempo” P7: - 7:36 (476:476)*

## 2.2 CLASE E IDONEIDAD DEL DOCENTE

En esta categoría se indaga sobre el perfil que debe tener el profesional que imparte, dirige, orienta, las clases de educación física en los colegios. La familia y/o padres de

familia enuncian que la persona idónea para orientar esta área, debe ser un profesional, licenciado que haya estudiado y/o pasado por una universidad, el cual sepa sobre el funcionamiento del cuerpo humano y sus etapas de crecimiento y desarrollo, evitando lesionar a los estudiantes:

*“...una persona que si tenga su licenciatura, que sea de educación física que no sea otro profesor de otra área, porque un profesor de educación física es el que es más apropiado para un niño.” P3: - 3:24 (598:598)*

*“Yo digo que debería ser una persona que, que conozca el desarrollo, o que haya conocido el desarrollo de un niño en la parte física, también que conozca parte de su cuerpo y el funcionamiento del cuerpo, porque es ilógico que llegue un señor gordo a dictar una clase de educación física, y les digan corran y corran y él no corre si, entonces una persona que tenga buena salud, que tenga buena salud física y que tenga un conocimiento de lo físico y del cuerpo humano” P6: - 6:16 (518:518)*

Los familiares dejaron ver su preocupación, porque en algunas instituciones educativas, las clases de educación física (en primaria), está siendo orientada por un docente de otra área e indican que eso no está bien, ya que puede ocasionar problemas de salud a sus hijos:

*“...por ejemplo el de preescolar me dijeron a mi “pero como se le ocurre señora Aleyda, que vamos a preferir un profesor de educación física*

*sabiendo que la profesora se la puede dar”, entonces yo les dije “no es que cada tiesto con su arepa”, si hay una persona que estudio educación física esa es la que le tiene que dar, porque ese su perfil.” P4: - 4:15 (394:394)*

*“Que bien sea un profesor o una profesora; pero que sea enfocado en esa área en el área de educación física, que no sea enfocado en las demás áreas; porque o sea a los niños solo los sacan para...los demás profesores que no están enfocados en la educación física, solo los sacan a jugar con un aro, con un balón y ya, no les hacen la educación física como tal” P7: - 7:38 (508:508)*

### 2.3 CONCEPTO DE LA EDUCACION FISICA, SEGÚN LA FAMILIA Y/O PADRES DE FAMILIA DE LA LOCALIDAD DE USME

Al momento de conceptualizar Educación Física, la familia y/o padres de familia utilizan términos relacionados con deporte:

*“educación física es realizar deporte” P3: - 3:25 (622:622)*

*“es el educar correctamente el cuerpo, y pues la mente a partir del manejo de varios deportes” P7: - 7:39 (529:529)*

*“la educación física, es como la materia donde le enseñan a uno como de todos los deportes un poquito si, o sea le enseñan a uno que usted antes*

*de empezar a jugar tiene que hacer; o sea calentamiento para un ejercicio antes de empezar a jugar, entonces le dan como...o sea si le enseñan como todos los deportes un poquito” P8: - 8:28 (402:402)*

*“yo entiendo de educación física, es que es una asignatura que se da en el colegio, para que el estudiante aprenda a diferentes deportes o actividades físicas, y el decirles para qué y por qué es bueno practicarla” P9: - 9:42 (343:343)*

Además lo relacionan con salud:

*“... educación física es un deporte para la salud” P3: - 3:26 (625:625)*

*“darles a entender a los niños que la educación física no solo es deporte, enseñarles que es salud; o sea que tengan un conocimiento porque lo hacen” P6: - 6:17 (521:521)*

*“educación física pues la palabra lo dice físico, es moverse tener movimiento es bajar, es tener buena salud” P6: - 6:29 (441:441)*

*“la educación física, es mantener un buen estado físico y ya pienso eso y unos buenos hábitos de salud” P7: - 7:42 (544:544)*

Algunos familiares y/o padres de familia conceptualizaron la Educación Física

hacia una tendencia más Pedagógica Educativa, es decir, donde el aprendizaje es mas estructurado, organizado y con manejo de diversas temáticas, es decir con un currículo establecido:

*“Educación física, es como conocer el cuerpo de uno y su funcionamiento para mí es educarme en lo que tengo que hacer físico, es saber lo que debo hacer” P6: - 6:17 (521:521)*

*“educar realmente sobre el movimiento del cuerpo, el estiramiento” P7: - 7:41 (538:538)*

*“enseñarle al niño a conocer un poco su cuerpo si, porque yo también pienso que eso hace parte de la educación física, conocer un poco de sus músculos, de los movimientos de los si pues pienso que eso también hace parte de la educación física y del comportamiento como tal” P8: -8:28 (402:402)*

*“es como saber hacer ejercicio, eso es como la educación física que yo entiendo” P9: - 9:41 (338:338)*

Por último, otros familiares y/o padres de familia involucran el concepto de Educación física en un ámbito Social por medio de los valores, obviamente sin dejar a un lado la parte pedagógica educativa:

*“en la educación física, todos tienen que seguir una reglas igual en las otras materias sí, todos tienen que seguir sus reglas y pues digamos en educación física por lo que mantienen más activos...” P6: - 6:13 (431:431)*

*“...la educación física es de rendimiento y cuerpo, y para relacionarse con los demás” P8: - 8:18 (295:295)*

*“es que la educación física reúne como todas las cualidades, como las cosas que necesita el ser humano; porque está reuniendo como las tres cosas más importantes, que es la mente, ejercitar el cuerpo y relacionarse con la sociedad, mientras que un área como tal por decir matemáticas, requiere mucho es la mente si concentración, básicamente es eso que ejercitar el cuerpo o relacionarse” P8: - 8:20 (306:306)*

*“lo eduque en cuanto digamos al manejo de su cuerpo, en cuanto al deporte, en cuanto a la formación de su mismo cuerpo, entiendo entonces algo que la educación física; o sea que tenga que ver con movimiento, con ejercicio, pero que le marque unas normas, o que le marquen unos puntos a seguir, que no sea solamente practicar por practicar, sino que sea algo ordenado” P9: - 9:40 (335:335)*

## 2.4 VALOR DE LA EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA FAMILIA Y/O

## PADRES DE FAMILIA

La familia y/o padres de familia ven en la Educación Física una posibilidad en la que los jóvenes de hoy, pueden valerse para ser mejores personas, sociables y líderes positivos, con estilos de vida saludables.

*“en bachillerato los jóvenes que sobresalen en educación física, son las personas activas, son las personas líderes siempre están liderando donde lleguen, me parece que donde lleguen en el trabajo que escojan, siempre van a ser líderes” P9: - 9:38 (309:309)*

*“En mi caso de mis dos hijas fue y es muy importante la educación física, yo espero que ellas no solamente terminen este año y ya dejen paren acá, pues la rutina de sus ejercicios y todo eso, porque pues para mi es importante que ellas sigan practicando su rutina de ejercicios, a pesar de que una de ellas no puede correr ni nada de eso; pero pues si se llevan algo muy bonito de acá de la clase de educación física” P3: - 3:22 (575:575)*

Adicional a lo anterior, demuestran un gusto personal, el cual se ve reflejado en sus hijos, hacia la Educación Física, porque para ellos, esta es un área que los despeja mentalmente y los ayuda (como se dijo anteriormente) a ser mejores seres humanos.

*“pues cuando yo estaba en colegio pues eso fue lo que me ayudo a formarme como persona, hacer mejor persona pues para la sociedad, le*

*doy muchísima importancia a la educación física” P7: - 7:43 (552:552)*

*“la educación física dentro de las clases del colegio, es como el premio para el niño; porque un niño, o sea uno mira el niño el día que les toco educación física es el día que más madrugan, el día que más activos, el día que quieren salir de primeros para el colegio; entonces es como el premio de ellos, para las otras áreas que le tienen como pereza; entonces claro que les va servir les va servir mucho para el desarrollo de ellos”*

**P8: - 8:25 (360:360)**

*“la educación física les contribuye también en lo físico, en lo psicológico y las otras materias también ponen su granito de arena, como para que los chicos sean mejores personas” P9: - 9:32 (279:279)*

### 3. CUERPO

#### 3.1 RELACION SUBJETIVA CON EL CUERPO (YO Y MI CUERPO)

La familia y/o padres de familia evidencian una importancia alta con respecto del cuidado de su cuerpo y lo evidencian a manera de aseo personal, alimentación, algunos con ejercicio y visitas periódicas al médico. Es así como denominaremos a esta perspectiva El cuidado personal:

*“Importante el baño, presentación personal, la alimentación, que desgraciadamente uno quisiera alimentarse así como se alimentan los ricos, pero no uno con lo que salga uno se alimenta, pero digamos o sea no por porciones, sino debido a lo que tiene usted que comer cada*

*mañana” P6: - 6:30 (574:574)*

*“con una alimentación pues que uno diga regulada” P7: - 7:44  
(555:555)*

*“...lo cuido también con bastante actividad física” P7: - 7:47 (585:585)*

*“Citas médicas, odontológicas” P8: - 8:31 (429:429)*

Por otro lado, la familia y/o padres de familia dicen sentirse bien con su cuerpo, a pesar de estar “gorditos” o con “mal estado físico” según dicen algunos de ellos, pero evidencian un alto grado de auto percepción personal:

*“Pues yo me siento bien la verdad, creo considero que tengo pues el cuerpo que yo quería si” P7: - 7:47 (585:585)*

*“...pues mi autoestima está bien, y si uno o sea está conforme con el cuerpo que uno tiene, pues bien” P7: - 7:48 (588:588)*

*“La verdad yo me siento bien, pues quisiera sacar un cuerpo como más musculito, hacer un poco más de ejercicio cierto, pero pues la verdad me siento bien cuando practico deporte me siente como pesado, me siento bien” P8: - 8:32 (450:450)*

### 3.2 ROL DEL CUERPO

Para la familia y/o padres de familia del ciclo IV de la localidad V de Usme, su cuerpo es muy importante para sus labores diarias. Enuncian la importancia de tener un cuerpo sano y vital, para poder cumplir con las obligaciones diarias de cada día, es decir, para ellos el cuerpo lo es “todo”:

*“Todo profe, todo que la función del pensamiento, que la función de caminar, del hacer, todo profe, todo, todo” P4: - 4:21 (470:470)*

*“...el cuerpo es el que o sea si mi cuerpo no está bien, aunque mi mente este bien no voy a trabajar bien” P8: -8:33 (459:459)*

*“También todas la funciones porque el cuerpo tiene que mantener a toda hora activo, se para, se sienta, hace una cosa, hace la otra; entonces uno siempre mantiene como activa a toda hora, entonces como que cumple todas las funciones” P8: - 8:34 (474:474)*

### 3.3 RELACION CUERPO MOVIMIENTO

Esta Categoría está dada por las percepciones que la familia y/o padres de familia tienen cuando realizan algún tipo de actividad física y su directa relación con el cuerpo y/o su imagen corporal. Aquí la familia y/o padres de familia evidencian que es muy importante el movimiento en ellos, indican que mientras puedan hacer sus labores por si mismos es un gran logro que no tiene valor, es decir, es muy importante para ellos el estar o sentirse sanos y con vitalidad:

*“Mientras uno pueda caminar, eso es una bendición” P3: - 3:28*

**(686:686)**

*“Si profe la salud, No hay como uno caminar” P3: - 3:32 (776:776)*

*“Si, si claro, es que usted con una imagen corporal, se siente bien usted con usted mismo,” P4: - 4:22 (491:491)*

*“Beneficios, la actividad física en el cuerpo pues me mantiene activo; o sea no, no mermo la el nivel de trabajo ni nada de eso, o sea mantengo un nivel todo continuo eso me sirve a mí el esfuerzo físico,” P6: - 6:32*

**(645:645)**

### 3.4 EL CONCEPTO DE CUERPO SEGÚN LA FAMILIA Y/O PADRES DE FAMILIA DE LA LOCALIDAD DE USME

Al momento de indagar sobre lo que la familia y/o padres de familia entendían por cuerpo y su concepto, surgieron diversas categorías en sus respuestas, las cuales las ubicaremos en 3; la primera Cuerpo material y/o espiritual; la segunda Cuerpo para una labor u objetivo Motriz; y la tercera relacionando el cuerpo con su entorno social y cultural.

#### 3.4.1 CUERPO MATERIAL Y/O ESPIRITUAL

Aquí la familia y/o padres de familia enunciaban la importancia del cuerpo, no solo como algo material sino también espiritual:

*“Si, pues iba a decir eso, es nuestro motor, es nuestra vida, porque si no hay cuerpo no hay vida,” P4: - 4:23 (505:505)*

*“Nuestro complemento del ser,” P7: - 7:59 (664:664)*

*“El cuerpo donde uno vive, donde vive el alma, donde vive la sangre todo eso es el cuerpo” P9: - 9:49 (403:403)*

Pero también algunos familiares y/o padres de familia se inclinaron a responder, que el cuerpo únicamente es lo físico, lo tangible, la masa:

*“cuerpo para mi, es solo masa y pues ya uno físicamente o esto ya lo moldea” P7: - 7:58 (663:663)*

*“Masa, volumen y peso para mí eso es el cuerpo,” P7: - 7:60 (669:669)*

### 3.4.2 CUERPO PARA UNA LABOR U OBJETIVO MOTRIZ

Surge esta categoría, debido a que la familia y/o padres de familia responden que el cuerpo simplemente es el motor o la máquina para cumplir con unas labores específicas

para la supervivencia:

*“El cuerpo tiene una función, que cumple con diferentes cualidades algunas son diferentes o de otra manera; entonces yo digo que tenemos distintas funciones para realizarlas,”* **P3: -3:34 (814:814)**

*“el cuerpo de uno es bien importante para hacer uno sus quehaceres, sus cosas diarias”* **P3: - 3:36 (808:808)**

*“Para mí el cuerpo, es el motor de las funcionalidades que uno tiene,”*  
**P6: - 6:22 (675:675)**

*“el cuerpo es la base fundamental de todo lo que hacemos,”* **P8: - 8:40 (552:552)**

### 3.4.3 CUERPO SABIO (RELACIONADO CON SU ENTORNO SOCIAL Y CULTURAL)

Otros familiares y/o padres de familia en cambio contestan, que para ellos el cuerpo es producto de la relación con su entorno, que se va desarrollando de acuerdo a la cultura de donde provenga:

*“yo entiendo por cuerpo, es organismo activo físico que hace parte de un desarrollo, no sé cómo decirlo sanamente y pues de ahí para allá uno tiene que desenvolverse pues digámoslo físicamente,”* **P7: - 7:57 (660:660)**

*“es la personalidad de mi persona, el ser que soy,”* **P9: - 9:51 (416:416)**

## DISCUSIÓN

La expresión de los imaginarios de la familia y/o padres de familia, con relación a la actividad física, la educación física y el cuerpo, hacen ver sus diferentes experiencias individuales y sus relaciones socio culturales, que han ido desarrollando a lo largo de su vida. Es así como la familia y/o padres de familia, han ido construyendo imaginarios hacia esos tres conceptos, a partir de la influencia de varios mediadores como lo fue en su niñez la escuela (dentro del cual se ubica la educación física, los diferentes escenarios y él o la maestra de la época), el contexto en el cual se ubican ellos en la actualidad (la localidad), las instituciones, el barrio y los medios de comunicación (García, 2008).

La identificación de estos imaginarios sociales de la familia y/o padres de familia, permitieron reconocer y comprender sus formas de aprendizaje, la apropiación de conocimientos de la actividad física, la educación física y el cuerpo, los cuales fueron desarrollados e interiorizados a partir de la experiencia, la práctica y la interacción social de los padres con su entorno.

De acuerdo con Moscovici (1961) el imaginario es un método el cual busca elaborar construcciones o interpretaciones, en cuanto a los comportamientos y comunicación con los individuos; se puede decir que la familia y/o padres de familia, a partir de estos imaginarios, crean sistema de valores y las prácticas que desarrollan en la actualidad, dentro de su contexto social y material, lo cual está relacionado con los conceptos, categorías y realidades de la actividad física, educación física y el cuerpo.

En lo que tiene que ver con la Actividad Física, sus beneficios y efectos, la familia y/o padres de familia mencionan que cuando la practican sienten que su calidad de

vida mejora, reduciendo los niveles de estrés, ansiedad, depresión, es decir mejora su autoestima. Lo anterior lo vemos reflejado con lo mencionado por Márquez, S. et al. (2006) donde menciona que la práctica de cualquier actividad física tiene una relación directa con una mejora de la salud mental, traducida esta en un beneficio psicológico de la actividad física al individuo que la práctica.

Pero no solo los beneficios son evidenciados por la familia y/o padres de familia a nivel psicológico, también algunos familiares y padres mencionaron la importancia que tiene la actividad física sobre los diferentes sistemas que hacen que el cuerpo humano funcione correctamente. De esta manera, la familia y/o padres de familia mencionan que la actividad física es muy buena para el corazón, para los músculos, para bajar de peso y hasta para evitar enfermedades metabólicas, lo que hace que el imaginario de los padres de familia hacia los beneficios de la actividad física, vayan en concordancia con lo que plantea Márquez S., et al (2006) donde indica que la actividad física trae unos beneficios fisiológicos, mejorando la salud cardiovascular, salud ósea y muscular, síndromes metabólicos y reduce los factores de riesgo para contraer una enfermedad crónica no transmisible como por ejemplo la obesidad.

Como subcategoría de Actividad Física se definió Comportamiento Activo. Según Mendoza (1990) el estilo de vida son todos aquellos patrones de conducta, los cuales caracterizan la manera general de vivir de un individuo o grupo, por ejemplo, hábitos de fumar, dieta inadecuada, entre otras. Por otro lado, está el Modo de Vida, cuya diferencia con el estilo de vida, radica en que la primera es la Organización de los grandes grupos sociales, por ejemplo, servicios de salud, instituciones educativas y tipo de vivienda, es decir todo lo que está relacionado con las actividades de la vida diaria. Es aquí donde se

puede indicar que los padres de familia que participaron en la presente investigación, son muy activos en su diario vivir y esto se debe a sus labores que desempeñan diariamente. Estas labores están en su gran mayoría en actividades como obreros, vigilantes, oficios varios, etc., esto hace que durante gran parte del día estén en constante movimiento de un lado a otro.

Pero con lo anterior, no se puede decir que el estilo de vida de los familiares y/o padres sea totalmente saludable, ya que como lo indica Mendoza et al, (1994), un estilo de vida es saludable siempre y cuando, este sea benéfico para la vida misma, reduciendo los factores de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles. Los padres si bien están todo el día activos y en movimiento, su alimentación y sus duras y largas jornadas laborales, no permiten un óptimo descanso y por lo tanto generan desórdenes en su alimentación y tiempos de recuperación.

Los factores que determinan un estilo de vida para la sociedad Delgado (2005) lo clasifica en 4 parámetros. El primero está en relación con las características individuales, ya sean genéticas o adquiridas, como por ejemplo la educación recibida, la personalidad, los intereses. En esta parte se evidencia que la familia y/o padres de familia en su gran mayoría no terminaron el bachillerato y en algunos casos ni siquiera la primaria, es por esto que sus trabajos y empleos son caracterizados por tener largas jornadas laborales y no muy bien remuneradas. El segundo factor para Delgado (2005) son las condiciones del entorno micro social en el que se desarrolla el individuo, aquí se tiene que la UPZ 58 es de un estrato socioeconómico 2, donde la mayoría de padres viven en arriendo y los que tienen vivienda propia son muy pocos, también están los padres de familia en situación de desplazamiento por la violencia que en algunos casos viven en conjuntos residenciales

dados por el gobierno (Alcaldía Mayor de Bogotá. Secretaria de Planeación. Conociendo la localidad de Usme. 2009). El tercer factor va encaminado a la parte macro social, es decir el sistema social, la cultura dominante de la sociedad, grupos económicos, medios de comunicación, etc. Y el cuarto y último es el medio geográfico, aquí se pudo evidenciar que por las características de la ubicación del barrio, el cual queda en una zona montañosa, la familia y/o padres de familia y la comunidad en general están en constante movimiento, subiendo o bajando lomas bastante inclinadas para llegar o salir de sus casas.

Lo anterior hace que el concepto que tienen la familia y/o padres de familia con relación a la Actividad Física, se vea orientado hacia 2 tendencias enmarcadas así: la primera tendencia se dirige hacia cualquier movimiento corporal que realicen en algún determinado momento o en sus labores diarias, como por ejemplo, caminar, correr, montar bicicleta, hacer el oficio de la casa; la segunda tendencia va encaminada hacia esas mismas actividades pero más programadas, estructuradas, con un objetivo o un fin determinado, que para el caso sería actividades físicas orientadas a mejorar la salud.

La primera tendencia tiene una directa relación con la definición de la OMS (1978) donde indica que la actividad física “habitual” son todos aquellos movimientos donde el gasto de energía se da por las actividades cotidianas de la vida, incluyendo las de trabajo y ocio. Pérez (1999) también define la Actividad Física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que requiere un mínimo de gasto energético. Lo anterior lo complementa el Ministerio de Salud y Protección Social en su boletín de prensa n° 101 de 2014, que junto con la OMS definen la actividad física como lo indica Perez (1999) agregando que los movimientos son voluntarios, los cuales pueden ser subir escaleras o desplazarse en bicicleta al lugar de estudio o de trabajo.

La segunda tendencia la respalda Caspersen et al. (1985) citado por Mercer (1989) donde a partir de la Actividad Física, surge un nuevo concepto que es el ejercicio físico, donde los movimientos realizados, ya no serían tan cotidianos, sino que se ven más organizados, planificados, estructurados, repetitivos y constantes, donde el objetivo es mejorar y/o mantener los diferentes componentes de la condición física.

Así como en las primeras civilizaciones, la actividad física se daba por medio del deporte, pero única y exclusivamente para la nobleza (Paffenbarger, 2001), algunos de los familiares y/o padres de familia veían en su niñez, que la única oportunidad que ellos tenían de realizar alguna actividad física, era en el colegio, ya que por fuera de él, sus padres los ponían a realizar labores de casa y/o trabajos como ayuda para el sostenimiento del hogar, pero aún así eran niños y adolescentes activos por ser individuos que en su mayoría vivían a nivel rural .

La familia y/o padres de familia también realizan una comparación, en lo que tiene que ver con las prácticas de actividad física que ellos realizaban cuando eran niños y las costumbres que hoy en día sus hijos tiene fuera del colegio. Mencionan que antiguamente las actividades que ellos realizaban eran más lúdicas, con mas movimiento y como lo dicen ellos: “estaban más tiempo en el parque”, y que hoy en día los muchachos por la tecnología, dejaron atrás los juegos tradicionales, los cuales hacían que compartieran con amigos, para pasar a estar detrás de un computador, manejando redes sociales, o jugando “en línea” con los amigos. Lo anterior es preocupante ya que como lo indica Mendoza (1994) los estilos de vida de la sociedad, tiene una influencia determinante en el desarrollo personal de los jóvenes adolescentes, es decir, este estilo de vida va a determinar el tipo de relaciones y destrezas sociales de los jóvenes de hoy. Con esto se evidencia que si bien los

familiares y/o padres de familia en su niñez eran activos físicamente hablando no solo por las actividades del colegio, sino por las labores que los ponían en sus hogares, los jóvenes de hoy tienden en un futuro a tener un estilo de vida inactivo, afectando su calidad de vida y duración de la misma por los perjuicios que el sedentarismo causado por las tecnologías, puede traer a la salud.

Pero a pesar de que los familiares y/o padres de familia en su niñez fueron físicamente activos, en la actualidad, su situación no es similar, debido a que si bien permanecen todo el día en constante movimiento por sus trabajos diarios, no pueden dedicar tiempo a realizar algún tipo de actividad física estructurada y programada. Por esta razón, toma aún más importancia lo dicho por Harris (1997) donde indica que toda la comunidad debe unir esfuerzos, para que la comunidad educativa fomente y facilite estilos de vida saludables, como la práctica de actividad física en no solo los estudiantes, sino en la familia.

Los familiares y/o padres de familia comentan que en su localidad (Usme), existen varios y diversos parques para la práctica de actividades físicas, dichas prácticas las realizan únicamente cuando tienen tiempo y eso es cada ocho días, sobre todo los domingos, pero de una manera más recreativa e informal. Lo anterior reafirma lo dicho por Campos et al (2002), donde en un estudio de las políticas públicas del país, encaminadas a la promoción de la salud, dice que para el estado colombiano aún no es prioridad las políticas públicas como por ejemplo “escuelas saludables”, dejando a la deriva y a la improvisación el uso adecuado de estos escenarios de actividad física, sin programas dirigidos, programados y controlados por profesionales y sin motivación para su buen uso. Todo lo anterior tiene un agravante aún mayor y es el aumento de la inseguridad en dichos

parques, donde los familiares y padres evitan al máximo que sus hijos vayan solos, por temor a las problemáticas sociales evidentes en dichos escenarios, como lo son el consumo de sustancias psicoactivas, pandillismo, entre otras.

En el marco teórico Paffenbarger (2001) enuncia que dentro de la historia de la actividad física, entre los siglos XVI y XVII, el filosofo Vergerius, indica que en la educación de las clases “altas”, se debía incorporar diversos deportes entre ellos natación. Lo anterior se asemeja a la época actual en esta localidad, donde los familiares y/o padres de familia enuncian que la promoción de actividades físico deportivas gratuitas, únicamente son para la tercera edad. Es decir, que si un niño, adolescente o persona adulta, quiere pertenecer a algún grupo de actividad física, llámese natación, futbol o cualquier otra actividad, dirigida y controlada, debe pagar una mensualidad. Esto hace que muchos padres se vean excluidos de pertenecer a estos grupos por falta de dinero, dejando esta oportunidad únicamente a los que poseen medios económicos, medianamente altos.

En lo que tiene que ver con los sentimientos y valores que los familiares y/o padres de familia tienen hacia la Actividad Física, se evidencia un gran interés y le dan mucha importancia a la misma, siendo consientes de los beneficios que esto trae para la salud tanto físico como mentalmente. Dubos (1956) ya hablaba de este estado de la salud físico y mental, la cual le permitía al individuo funcionar de una manera eficiente y eficaz en el ambiente donde dicho individuo se encontrara ubicado. Dicho por los padres “*siento que el cuerpo descansa, me siento más aliviado, la presión, el estrés ya se van*”, al momento de preguntarles como se sentían cuando realizaban una actividad física cualquiera.

Pero la Educación Física no es ajena a todos estos grandes sentimientos, valores, beneficios e importancia que los familiares y/o padres de familia le dan a la Actividad Física. Es aquí donde se recuerda a Sainz (1992) donde menciona que en los siglos XVI y XVII, es cuando se inicia el arduo trabajo de darle la importancia necesaria a la educación física, con obras que indican los beneficios e importancia de esta área, para la buena formación de la juventud. Rabelais, Rousseau, Montaigne, Lache y Spencer (1792), hablaban de la Educación Física y su importancia en el óptimo desarrollo intelectual. Esta concepción aún sigue vigente en la actualidad debido a que los familiares y/o padres de familia siguen mencionando la importancia de la educación física para sus hijos como papel formativo, ya que les genera estilos de vida saludables, por medio del cuidado del cuerpo y sus maneras de ejercitarlo. En Colombia lo anterior se ve evidenciado desde la presidencia de Jose Manuel Marroquin (1900-1904), ya que él expide el decreto 419, donde indica la importancia de la educación física en los niños dentro de un sistema completo de educación, favoreciendo el desarrollo y la salud de los niños.

Otro beneficio que resaltan los familiares y/o padres de familia de la educación física, es el psicosocial, donde los niños y jóvenes aprenden nuevas maneras de aprovechar el tiempo libre fuera del colegio, ejercitándose y evadiendo problemáticas sociales como la drogadicción. Bucher (1999) refuerza lo anterior, indicando que la educación física es un área integral, que tiene la finalidad de desarrollar ciudadanos sanos a nivel físico, mental, emocional y social, por medio de la actividad física.

Al momento de indagar sobre que perfil debía tener el docente que imparte clases de educación física en el colegio, todos los padres concuerdan con que debe ser un profesional en el área, licenciado, titulado, el cual sepa impartir sus clases con buen dominio del tema y

lo más importante con conocimientos del ser humano y su desarrollo, en las diferentes dimensiones del ser humano (Cognitivo, Físico y Social), con el ánimo de evitar problemas al desarrollo físico y social del niño, haciendo de la educación física un medio para lograr estilos de vida saludables, sin caer en el error de lesionarlo, perjudicando su salud. Lo anterior tiene mucha importancia para no repetir lo que paso en 1850 con la gimnasia “amorosiana”, donde Sainz (1992) indica que por medio de una ley, se introduce esta asignatura en las escuelas y tenían el gran inconveniente de carecer de un contenido pedagógico, siendo estas clases dirigidas por personal que no tenían el perfil y los estudios para dirigir dicha asignatura, ya que en lugar de ser docentes, eran más instructores militares que carecían de herramientas pedagógicas para la enseñanza de esta materia en los niños. Los familiares y/o padres de familia indican que en primaria en algunos colegios distritales, las clases de educación física son impartidas por docentes de otras áreas y muestran su preocupación ya que estos docentes no se han preparado para estimular el óptimo crecimiento de los niños, es decir, en primaria y por falta de una ley que haga obligatorio el docente de educación física en estos cursos, se está volviendo a cometer el error de Amoros en las escuelas de 1850.

El concepto de educación física para los familiares y/o padres de familia, se vio dividido por 4 tendencias. La primera tendencia va encaminada hacia el concepto de educación física con relación al deporte, donde indican que la educación física es aprender a prácticas varios deportes, como medio de expresión física de los alumnos. Lo anterior tiene una gran importancia, ya que si se mira la historia y la evolución de la educación física, el deporte fue la esencia para que surgiera a través del tiempo. Así mismo Solas (2006) ve la educación física desde el ámbito deportivo, en el cual se brindaban todas las

bases motoras al alumno y así, si el estudiante quiere ser deportista de competición, ya tenía unos conocimientos y adaptaciones fisiológicas previas, que se impartieron en la escuela.

La segunda tendencia va con relación a la educación física para la salud, donde se toma esta área como medio y herramienta para generar estilos de vida saludables, con actividades físicas que mejoren la condición física del estudiante, donde también aprenden sobre el funcionamiento de su cuerpo y hábitos alimenticios. Como lo indicaba Wuest (1982) *“La educación física es un proceso educativo que emplea la actividad física como un medio para ayudar a los individuos que adquieran destrezas, aptitud física, conocimiento y actitudes, que contribuyen a su desarrollo óptimo y bienestar”*, esto hace que la noción que tiene la familia con relación a la educación física y deporte es válida y respaldada por lo dicho por Wuest.

La tercera tendencia va en relación hacia un área con fines mas pedagógicos y educativos, donde lo curricular toma gran trascendencia, para que el estudiante aprenda sobre sus conductas motrices y como mejorarlas (Lagartera, 2000). Los padres indican que es de gran importancia que los estudiantes aprendan sobre su cuerpo, por medio de actividades físicas dirigidas y estructuradas. Como lo indica Carvallo (2004) la educación física para los padres la ven como una disciplina que ayuda al estudiante a mejorar sus conductas motrices, con clases estructuradas y planificadas y con buenas herramientas pedagógicas para su enseñanza, es decir, saber hacer ejercicio y enseñarles también para que lo hacen.

Y la última tendencia, desde la cual los familiares y/o padres definen el concepto de educación física es el ámbito social. Esta va muy ligada a la parte pedagógica educativa,

pero con la diferencia que esta tendencia le incluye el factor social como factor fundamental para el desarrollo del estudiante. Portela (1979) ya mencionaba lo anterior, indicando que la educación física es un proceso educativo que favorece el crecimiento y desarrollo de las potencialidades actuales y futuras del individuo, incluyendo no solo la parte física, sino también valores y pautas de vida, haciendo una Educación Física mas integra en pro al buen desarrollo físico, social y cognitivo del estudiante.

Lo dicho por Bird (1995) , refuerza la importancia que los familiares y/o padres de familia dan a la educación física como un proceso de enseñanza formal, donde por medio de los movimientos o de actividades físicas, el ser humano tiene un óptimo desarrollo, dentro de un contexto no solo físico sino social. Con esto se refuerza lo dicho por los padres de familia, donde indican que la educación física va a ser que sus hijos sean personas lideres, sociables y lo más importante promulgadores de estilos de vida saludables, en pro al buen desarrollo personal y social para su vida futura.

Pero qué sería de la Actividad Física y la Educación Física, si no existiera su instrumento fundamental o motor, “el Cuerpo”. Para la postmodernidad y según lo indica Shilling (1993), el cuerpo se ha visto influenciado por la pérdida de creencias espirituales, y esto ha hecho que se vea el cuerpo desde una visión netamente material, dejando a un lado lo espiritual. Es aquí donde se indica que si el ser humano quiere ser feliz debe tener unos parámetros que la sociedad y los medios de comunicación le otorgan al consumidor, es decir, al individuo y a las sociedad, donde la felicidad la otorga un cuerpo feliz, dándole a éste la identidad de las sociedades postmodernas (Samaniego, 2001). Pero lo anterior, no se evidencia en los familiares y/o padres de familia participantes de la presente investigación.

Por el contrario ellos dicen sentirse bien con su cuerpo, a pesar de no tener cuerpos “esbeltos” y su grado de auto percepción personal es bastante alto.

En lo que si son muy enfáticos estos familiares y/o padres de familia, es en los cuidados diarios que deben tener con su cuerpo y relacionan hábitos como el aseo personal, visitas periódicas al médico, odontología, aunque en la parte de alimentación y ejercicio, si aceptan que son bastante descuidados, pero por falta de tiempo, como ya se había enunciado anteriormente. Esta parte indicaría que los padres de familia si tuvieran mejores estilos de vida en cuanto a la alimentación y a la actividad física, se acercarán mucho al concepto de salud dado por Sepilli (1971), porque tendrían un equilibrio entre lo físico, lo mental y su integración con la sociedad donde habitan.

Crisorio (1998) daba a entender que el ser humano existía a nivel corporal en materia y que por este mismo medio percibe, siente, vive y se relaciona con el mundo. Es así como los padres de familia dan importancia al cuerpo, porque es el “todo”, es decir es aquel cuerpo que les va a permitir cumplir con sus obligaciones diarias, generando y cumpliendo con su proyecto de vida.

Lo anterior se evidencia también como cuando los primeros hombres debían adaptar su cuerpo con diversos cambios y costumbres (cuerpos fuertes) para poder subsistir por exigencia de la misma tierra (Bernard, 1980), los padres de familia mencionan la importancia de tener un cuerpo con movimiento, porque este es el motor que los conlleva a poder realizar sus labores diarias y valerse por sí mismos. Pero es en lo anterior, donde se puede caer en el error de la sociedad capitalista, porque como lo indica Kosik (1987) el hombre se está cosificando, para ser un bien útil a la sociedad, dejando a un lado el propio

ser y sus cuidados. De aquí las jornadas largas de trabajo que tienen que asumir los padres de familia, siendo así las “cosas” de la sociedad, descuidando por completo su bienestar físico, social y mental, sin que ellos se den cuenta, que están siendo absorbidos por este sistema social.

Conectando lo anterior con la concepción del cuerpo para la familia y/o padre de familia y su imaginario, surgen 3 tendencias, en las cuales ellos definen el cuerpo:

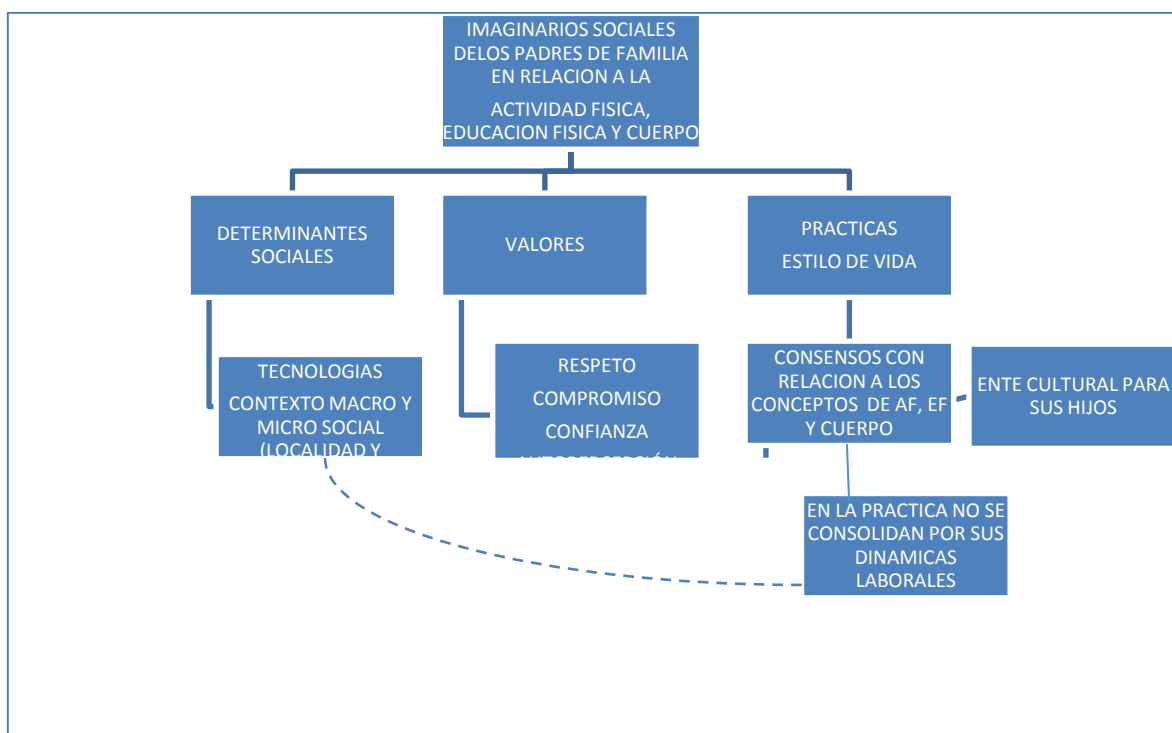
La primera tendencia va en relación al cuerpo material y/o espiritual, donde los padres de familia enuncia lo también dicho por Santo Tomas, donde el alma es parte esencial del ser humano, la cual engloba las funciones sensitivas y de movimiento del cuerpo, en palabras de la familia y/o padres de familia “el cuerpo es donde vive el alma” y eso es el complemento del ser. Lo anterior dicho por los padres, era lo que Santo Tomas llamaba la Unidad Hilemórfica del ser humano, en la que existe una forma sustancial, es decir el alma, la cual comunica inmediata y directamente con la materia prima, o sea el compuesto, que en este caso sería el hombre (Dolto, 1994). También algunos familiares y/o padres de familia, tienen la concepción de que el cuerpo es solo materia, es decir, definen el cuerpo como lo hizo en su momento Marx con su materialismo marxista, donde se evidencia un despojo total del rasgo espiritual, por lo material, es decir, el cuerpo es solo masa.

La segunda tendencia, surge con la definición de que el cuerpo es el motor o la máquina para cumplir un objetivo, que en el caso de los seres humanos sería las labores de supervivencia. Lo dicho anteriormente por la familia y/o padres de familia, se ve relacionado con lo que Foucault (1989) consideraba como teoría del cuerpo. Esta teoría

está dada por que el cuerpo existía y se formaba según fuera su objetivo, es decir, el cuerpo se encamina hacia el deber o fin de una especialidad del ser.

La tercera y última tendencia que sale de los familiares y/o padres de familia es el cuerpo relacionado con su entorno social y cultural, la cual va en concordancia con la teoría de Denis (1980) y su enfoque del “cuerpo sabio”, donde el cuerpo es el resultado de la relación de éste con su entorno, el cual se va desarrollando de acuerdo a la cultura de donde provenga.

Como se puede evidenciar en los párrafos anteriores, son más los consensos que los disensos que la familia y/o los padres de familia tienen en sus imaginarios con relación a la teoría, frente a las categorías establecidas en el presente estudio.



Relación entre categorías. Elaboración propia. 2016

## CONCLUSIONES, APORTES Y RECOMENDACIONES

Luego de analizar los discursos de la familia y/o padres de familia participantes en este trabajo de investigación, se pueden realizar las siguientes conclusiones:

- En la mayoría de los discursos de la familia y/o padres de familia, no hay una diferencia conceptual bien definida entre Actividad Física, Educación Física y el cuerpo, inclusive se encuentran discursos relacionando estos conceptos entre sí y enfocándolos hacia la salud.
- La familia y/o padres de familia de la UPZ 58 de la localidad de Usme, ven en la actividad física una oportunidad para reducir sus niveles de estrés, prevenir enfermedades crónicas no transmisibles, mejorar su calidad de vida y son conscientes de la necesidad de practicar alguna actividad física por su bien propio y el de su familia.
- Los imaginarios de la familia y/o padres de familia hacia la Actividad Física, están relacionados con las ideas planteadas por algunos autores, al definir la actividad física en tendencias como actividades diarias como caminar, montar bicicleta, hasta llegar al punto de relacionar la actividad física programada y estructurada, la cual en la teoría es catalogada como ejercicio físico.
- Debido a la dinámica familiar evidenciada en los discursos de la familia y/o padres de familia, se reduce el tiempo para realizar alguna actividad física programada y estructurada (ejercicio físico) en su localidad. Esto genera, que a pesar de saber los beneficios y la importancia de la actividad física para la salud, su práctica se vea

destinada únicamente para los fines de semana, en los parques de la localidad, de una manera empírica y mas por recreación.

- En los discursos de la familia y/o padres de familia, se evidencia la importancia que las entidades públicas promocionen la actividad física para la salud en esta localidad, ya que existen los escenarios muy bien adecuados y dotados de máquinas, pero su acceso gratuito es únicamente para las personas de la tercera edad, dejando a la población infantil y adultos sin oportunidad de acceder a dichos programas, si no cuentan con el recurso económico.
- La Educación Física toma un papel importante para la familia y/o padres de familia, en la formación de sus hijos desde una perspectiva física, social y pedagógica – educativa. Muestran su interés por esta área y la ponen como la responsable de ser la generadora de estilos de vida saludables para sus hijos, por medio del cuidado del cuerpo y sus maneras correctas de ejercitarlo.
- La familia y/o padres de familia de esta localidad, saben que la persona idónea para orientar el área de la educación física, es aquel individuo con una preparación universitaria, profesional, el cual sepa sobre las fases de aprendizaje de los estudiantes, según sean sus edades. Por otro lado, muestran su preocupación porque en primaria, los que imparten la clase de educación física en los colegios públicos y privados, son personas no idóneas, especialistas en otras áreas de la enseñanza.
- Las nociones que tienen la familia y/o padres de familia hacia el concepto de la educación física, se dirigen hacia el deporte; también se encontró definiciones dirigidas hacia la salud y también se conceptualizo la educación física desde la parte pedagógica educativa y social.

- La familia y/o padres de familia evidencian un cuidado por su cuerpo, consientes de que no solo es el aseo personal diario, si no que está inmerso estilos de vida saludables como lo son la alimentación y la actividad física.
- La auto percepción de la familia y/o padres de familia de la localidad es bastante buena, ya que para ellos esta primero el sentirse bien consigo mismo y se sienten a gusto como son. Aunque si muestran una preocupación por no tener el tiempo necesario para poder practicar alguna actividad física, la cual mejore su condición de salud, ya que su cuerpo para ellos es el instrumento para poder cumplir con sus labores diarias.
- Los imaginarios que tienen la familia y/o padres de familia hacia el concepto de cuerpo van directamente relacionadas con la teoría, dejando la evidencia de que el padre de familia posee un acorde conocimiento de su cuerpo y los componentes que lo conforman.

Al analizar los diferentes discursos de la familia y/o padres de familia participantes de los grupos focales, y teniendo en cuenta que este trabajo busca aportar ideas hacia una mejora en las prácticas de estilos de vida saludables fomentadas desde la familia y desde la clase de educación física en la escuela, aportando así información para conocer el estado de la educación física en Bogotá, macro proyecto al cual se encuentra ligado el presente trabajo, se realizan las siguientes recomendaciones:

- Garantizar la claridad conceptual y el lenguaje común entre la familia y/o padres de familia, para lo cual es necesario desarrollar estrategias que fortalezcan la conceptualización en torno a la actividad física, la educación física y la el cuerpo.

- Realizar este mismo estudio con la familia y/o padres de familia en otras localidades de Bogotá, para hacer un consolidado y determinar así los imaginarios hacia los tres conceptos trabajados, siendo estos imaginarios un punto de partida, para que a partir de la academia, se modifiquen las temáticas que involucren a la comunidad educativa en general, enfatizando en prácticas orientadas hacia el cuidado de la salud y estilos de vida saludables en la sociedad, es decir, promocionar la práctica de la actividad física en beneficio para la salud.
- Sería importante retomar categorías emergentes para futuros estudios, como los factores que afectan los imaginarios, tales como inseguridad, políticas, apoyo institucional, entre otros.

## REFERENCIAS

Alcaldía Mayor de Bogotá (2011). Informe Ejecutivo Sala Institucional Programa Salud al Colegio. Enero 2012

Alcaldía Mayor de Bogotá (2011). Diagnostico localidad de usme sector hábitat. Recuperado de:  
[https://www.habitatbogota.gov.co/sdht/index.php?view=download&alias=489-diagnostico-usme-dic2011&category\\_slug=diagnosticos-locales&option=com\\_docman&Itemid=620](https://www.habitatbogota.gov.co/sdht/index.php?view=download&alias=489-diagnostico-usme-dic2011&category_slug=diagnosticos-locales&option=com_docman&Itemid=620)

Baeza, M. (2003). *Imaginarios Sociales*. Apuntes para la discusión teórica y metodológica. Concepción. Editorial Universidad de Concepción.

Bagu, S. (1974). *Tiempo, realidad social y conocimiento*. Buenos Aires: Siglo XXI.

Barbero, G. J. (1997). La cultura de consumo, el cuerpo y la Educación Física, conferencia dictada. In: CONGRESO ARGENTINO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y CIENCIA, La Plata, Departamento de Educación Física/Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación/Universidad Nacional de La Plata.

Berger, P., Luckmann, T. (1998). *La construcción social de la realidad*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.

Bernard, M. (1980). *El cuerpo*. Buenos Aires: Paidós,

Biddle, S. J., Fox, K. R. y Boutcher, S. H. (2000). *Physical activity and psychological well-being*. Londres: Routledge

Bloch, Marc. (2006). *Introducción a la historia*. (Cuarta reimpresión). México: Fondo de Cultura Económica.

Camacho, H. (2003). *Pedagogía y didáctica de la educación física*. Armenia: Kinesis.

Campos A., Robledo R., Arango J., Agudelo C., (2012). Evaluación de la política pública de escuela saludable en Colombia: fase de formulación 1999-2006. *Revista salud pública* 14 (5): 774-754.

- Cannon, W. (1941). *La sabiduría del Cuerpo*. Editorial Séneca, México.
- Carballo, C., Crespo, B., (2003). *Aproximaciones al concepto de cuerpo*. Perspectiva: Florianópolis
- Casarín, A., & Infante, T. (2006). *Familia y rendimiento académico*. Revista de educación y desarrollo.
- Casimiro, A.J. (1999). *Comparación, evolución y relación de hábitos saludables y nivel de condición física- salud en escolares, entre final de educación primaria (12 años) y final de educación secundaria obligatoria (16 años)*. Tesis Doctoral, Universidad de Granada.
- Castillejo, J. I. (1984). *El concepto de educación desde una perspectiva intervencionista*, Departamento de Fundamentos de la Educación. Universidad de Valencia.
- Castoriadis, C. (2005). *Los dominios del hombre*. Cuarta reimpresión. Barcelona. Gedisa.
- Castoriadis C. (2007). *La institución imaginaria de la Sociedad*. Buenos Aires. Edigraf. S.A.
- Caspersen, C.J., Powell, K.E., Christenson, G.M., (1985). *Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research*. Public Health Rep.
- Ceccini, J. (1999). *Epistemología y teoría de la Educación Física*. Madrid: Sígueme.
- Chartier, R. (1996). *Escribir las prácticas*. Buenos Aires: Manantial.
- Chinchilla, G. V. (2009). *Historiografía de la educación física en Colombia*. Bogotá.
- Constitución Política de Colombia (1991)
- Contecha, L. F. (1999). *La educación física y el deporte en Colombia. Una historia*. Lecturas: Educación física y deportes.
- Crisorio, R. (1998). *Constructivismo, cuerpo y lenguaje*. Revista Educación Física y Ciencia, No 4, Universidad Nacional de La Plata, La Plata.
- Culin, S., (1895), *Korean Games*. Filadelfia.
- Deci, E.L., Vallerand, R.J., Pelletier, L. G., & Ryan, R.M. (1991). *Motivation and education: the self-determination perspective*. *Educational psychologist*, 26(3 & 4), 325 - 346- Retrieved Tuesday, November 07, 2006 from the SPORTDiscus database.

Delgado, M., Delgado, M., Medina J., (2005). Efectos de un programa de intervención de educación física para la salud en adolescentes de 3° de eso. Tesis Doctoral, Universidad de Granada.

Delgado, M., & Tercedor, P. (2002). Estrategias de intervención en educación para la salud desde la Educación Física. INDE. Barcelona.

Denis, D. (1980). *El cuerpo enseñado*. Barcelona: Paidós.

Dishman, R., K. (2004). *Physical Activity Epidemiology*. 2a, Edition. Human Kinetics.

Dolto, F. *La imagen inconciente del cuerpo*. Barcelona: Paidós.

Foucault, M. (1989). *Vigilar y castigar*. Buenos Aires: Siglo XXI.

Galak, E. (2010) El concepto cuerpo en Pierre Bourdieu: Un análisis de sus usos, sus límites y sus potencialidades [en línea]. Tesis de posgrado. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Disponible en: <http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.453/te.453.pdf>

García, L. A. (2010). La educación física en la historia del mundo contemporáneo. Universidad de Murcia España.

García, L. V., & Ospina, J. (2008). Imaginarios de las personas en situación de discapacidad en torno a la actividad física. *Revista Ciencias de la Salud*, 6(2), 51-63.

Gómez JR. (2008). Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología de la Nación. Dirección Nacional de Gestión Curricular y Formación Docente Áreas Curriculares – Educación Física. La educación física y su contenido. Universidad de Flores, Argentina; [citado 13 de Diciembre de 2009]. Disponible en: [http://www.me.gov.ar/curriform/publica/educ\\_fisica\\_gomez.pdf](http://www.me.gov.ar/curriform/publica/educ_fisica_gomez.pdf).

Grace J. Craig, Don Baucum (2001), *Desarrollo Psicológico*. Octava Edición. Pearson Educación. Mexico.

Graham, G., (2008). Children's and Adults' Perceptions of Elementary School Physical Education. Graham. *Elementary School Journal*.

Grupo Motricidad Humana y Mundos Simbólicos (2005) Imaginarios de l@s jóvenes escolares ante la clase de Educación Física: un reclamo por su visibilidad. Armenia. Kinesis.

Gonzalez-Aja T., Carrasco, B. (1985). Historia General del deporte. Instituto Nacional de Educacion Fisica. Universidad politécnica de Madrid.

Guerrero, L., León,A., (2008). Aproximación al concepto de salud. Revisión histórica. Fermentum.

Harris, J. y Cale,L.(1997). How healthy is school PE? A review of the effectiveness of health-related physical education programs in schools. Health Education Journal, 56;84-104.

Haier, J. W., (1958). *Der Yoga, ein indischer Weg zum Selbst*, Stuttgart, 2 Aufl.

Jaramillo, L. y Col. (2005). La Educación Física: ¿Un problema de preparación o seducción?. Armenia: Kinesis.

Jaramillo, L. (2003). Que es epistemología. En: Revista Cinta de Moebio N°18 Diciembre. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile.

Jodelet, D. (1986). La representación social: fenomenos, concepto y teoria. En S. Moscovici, *Psicología Social II* (págs. 469-493). Barcelona, España: Paidós.

Kiang, L. K., (1969). *D i e Leibesübungen im alten China*, Würzburg.

Kirchner, G., (1972), *Physical education for elementary school chidren*, Debuque, Iowa, Wm. C. Brown Publishers.

Kosic K., (1967). Dialéctica de lo Concreto. México. Editorial Grijalbo.

Kuvalayandana, S., (1935), *Pranayama*, Bombay.

Lee, I.M., & Paffenbarger, R.S., (2001). Preventing coronary heart disease: The role of physical activity. Physician and Sports-medicin.

López Chicharro, (2008). Fisiología clínica del ejercicio. Ed panamericana.

Lowry, R., Wechsler, H., Kann, L., y Collins, J.L. (2001). Recent trends in participation in physical education among US high school student. Journal of School Health,71(4): 145-152.

Luengo, N. J., (2004). La educación como objeto de conocimiento. El concepto de educación. Biblioteca Nueva. Madrid.

Marín, G. (1975). *La psicología social en Latinoamérica*. Universidad de Texas: Trillas.

Márquez, S., Rodríguez O. J., & De Abajo O. S., (2006) Sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física. Apuntes Educación Física y Deportes. Recuperado de [http://ocw.um.es/gat/contenidos/palopez/afs2011/lecturas/083\\_012-024ES.pdf](http://ocw.um.es/gat/contenidos/palopez/afs2011/lecturas/083_012-024ES.pdf)

Maturana, H. R. (1995) *La realidad ¿objetiva o construida? I Fundamentos biológicos de la realidad*. Ed. Anthoropos/Universidad Iberoamericano/ Iteso. México.

Mendoza, R., Sagrera, M.R. y Batista, J.M. (1994). Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud (1986-1990). Consejo Superior de Investigaciones Científicas. Madrid.

Ministerio de Educación Nacional. (2005) DECRETO 1286/2005, de 27 de Abril de 2005, Por el cual se establecen normas sobre la participación de los padres de familia en el mejoramiento de los procesos educativos de los establecimientos oficiales y privados, y se adoptan otras disposiciones.

Ministerio de Salud, Organización Panamericana de la Salud, (1992). Promoción de la Salud. Santafé de Bogotá.

Ministerio de Salud, (2000). Municipios Saludables por la Paz. Marco de Referencia para su implementación en el país. Documento Técnico. Bogotá.

Ministerio de la Protección Social. Organización Panamericana de la Salud. (2009). Entornos Saludables y Desarrollo Territorial en Colombia: Impulso al logro de los Objetivos de Desarrollo del Milenio con Equidad. Estrategia de Entornos Saludables. Documento 02. Bogotá D.C.: Nuevas Ediciones Ltda.

Ministerio de Salud y Protección Social. (2014). Menos de la mitad de los adultos colombianos hace actividad física. Boletín de prensa N° 101. Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Menos-de-la-mitad-de-los-adultos-colombianos-hace-actividad-f%C3%ADsica-.aspx>

Mora, M. (2002). La teoría de las representaciones sociales de Serge Moscovici. *Athenea Digital*, 2, 1-16.

Murcia, P. N., Jaramillo E. L., (2005). Imaginarios del joven colombiano ante la clase de educación física.

Nacional Association for Sport and Physical Education. (2004). *Physical education for lifelong fitness: The physical best teacher's guide* (2 ed.). Champaign: Human Kinetics.

Organización Panamericana de Salud, (1986). Carta de Ottawa para la promoción de la salud. Conferencia Internacional sobre promoción de la salud: hacia un nuevo concepto de la salud pública. Ottawa: OPS.

Organización Panamericana de la Salud, (2005). Municipios, ciudades y comunidades saludables. Recomendaciones para la evaluación dirigida a los responsables de las políticas en las Américas. [Internet]. Washington, D.C.: OPS/OMS. Recuperado de: [http://www.paho.org/Spanish/AD/SDE/HS/MCS\\_Recomendaciones.pdf](http://www.paho.org/Spanish/AD/SDE/HS/MCS_Recomendaciones.pdf).

Paffenbarger, R. S., (2001). The Role of physical activity. The Physician and sports. Medicine.

Palacios, J., & Rodrigo M<sup>a</sup>, J. (1998). *Familia y desarrollo humano*. Madrid: Alianza.

Pastor, J. (2000). Fragmentos para una antropología de la actividad física. Madrid. Paidotribo.

Pedraza, V., (1997). Educación Física o la disposición regulada de los cuerpos. In: CONGRESO ARGENTINO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y CIENCIA, 3, La Plata, La Plata: Departamento de Educación Física/Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación/Universidad Nacional de La Plata. Perspectiva.

Pérez Samaniego, V.M., (1999) El cambio de las actitudes hacia la actividad física relacionada con la salud: una investigación con estudiantes de magisterios especialistas en Educación física. Tesis Doctoral. Universidad de Valencia.

Pintos, J. (1993). Orden social e imaginarios sociales. Santiago de Compostela. Recuperado de: <http://web.usc.es/jlpintos/articulos/ordensocial.htm>.

Platón (1967). La República. Edit. Universo. Lima.

Pozuelos, F., (1999) Promoción de la salud en la escuela. En: curso Metodologías de información, educación y comunicación en promoción de salud. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada. Paper.

Rodriguez, J. J., (1942), *Historia de la Educación Física*, Montevideo, Comisión Nacional de Educación Física.

Roudinesco, E., Plon, M., (1998). *Diccionario de psicoanálisis*. Buenos Aires: Paidós.

Rozo, G. (2003) *Sistémica y Pensamiento Complejo*. Bogotá. Biogénesis.

Sainz, R. M., (1992). *Historia de la Educación Física*. Cuadernos de Sección Educación 5.

Samaniego V., Sanchez R., (2001) Las concepciones del cuerpo y su influencia en el curriculum de la Educación Física. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd33a/cuerpo.htm>

Sánchez P. A., Torres Gonzalez, J.A. (2002). *Educación especial. Centros educativos y profesores ante la diversidad*. Madrid: Pirámide

Sergio, M. Toro, S. (2005). La motricidad humana, un corte epistemológico de la educación física. En Revista En Acción 1, Consentido. Popayán. Universidad del Cauca.

Soler, C., (1990). El cuerpo en la enseñanza de Jacques Lacan. *Estudios de Psicología*, v.1, p. 93-114.

Taylor y Bodgan, (1996). *Introducción a los métodos cualitativos de Investigación*. Ediciones Paidós, España.

Tello, N. (2003). *Cornelius Castoriadis y el imaginario radical*. Madrid. Campo de Ideas.

Tercedor, P., (1998), Estudio sobre la relación entre *actividad física* habitual y condición física-salud en una población escolar de diez años de edad, Tesis doctoral, Universidad de Granada. TRILLA, J.

Toro, S. (2006): Juego y Motricidad, en revista Motricidad y Persona N° 1: 47-57. Santiago, Lom.

Tsu Min Kee, (1936), *Die chinesische Körpererziehung*, Idee und Gestalt.

Unidad Administrativa Especial de Catastro (2010). Número de Predios por estrato y localidad. Recuperado de: [https://www.habitatbogota.gov.co/sdht/index.php?view=download&alias=489-diagnostico-usme-dic2011&category\\_slug=diagnosticos-locales&option=com\\_docman&Itemid=620](https://www.habitatbogota.gov.co/sdht/index.php?view=download&alias=489-diagnostico-usme-dic2011&category_slug=diagnosticos-locales&option=com_docman&Itemid=620)

Vaca, H., A., (1975). Historia del Alma Mater de la educación física Colombiana. Universidad del Valle.

Vila, I., (1998). *Familia, escuela y comunidad*. Barcelona: Horsori.

Wallon, H., (1965), *L'évolution psychologique de l'enfant*, Paris, Armand Colin.

## ANEXOS

## A. CONSENTIMIENTO INFORMADO

### **Consentimiento informado para padres de familia proyecto de investigación**

#### **IMAGINARIOS SOCIALES DE PADRES DE FAMILIA, ESTUDIANTES, DOCENTES, DIRECTIVOS Y ADMINISTRATIVOS ACERCA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL CUERPO, EN LOS COLEGIOS DISTRITALES DE LA CIUDAD DE BOGOTÁ.**

Este formulario de consentimiento informado es para padres de niños/niñas menores del 17 años que pertenecen a colegios distritales de la ciudad de Bogotá y a quienes les vamos a pedir que participen en la investigación: **Imaginarios sociales de padres de familia, estudiantes, docentes, directivos y administrativos acerca de la educación física, la actividad física y cuerpo, en los colegios distritales de la ciudad de Bogotá.**

Este Documento de Consentimiento Informado tiene dos partes:

1. Información: proporciona información sobre el estudio para usted
2. Formulario de Consentimiento: para obtener la firma si usted está de acuerdo en que su hijo pueda participar

Se le dará una copia del Documento completo de Consentimiento Informado.

### **Parte 1. Información:**

El presente estudio es propuesto por un equipo de investigadores de la Universidad Santo Tomás, quienes buscan interpretar los imaginarios sociales que se relacionan con la manera como se lleva a la práctica y se comprende el concepto de la Actividad Física y el cuerpo, como herramientas de la Educación Física en Colegios Distritales de la Ciudad de Bogotá. Le vamos a dar información e invitar a usted y a su hijo/hija a que participe en esta investigación. Puede que haya algunas palabras que no entienda. Por favor pídamle parar según avanzamos en la información y tomaremos tiempo para explicarlas. Si usted tiene preguntas después, puede realizarlas al equipo de investigación.

### **Propósito**

El estudio tiene la finalidad de comprender desde las voces de los actores: docentes, estudiantes y directivos, los imaginarios y prácticas relacionados con la actividad física, la educación física y el cuerpo, que presentan los sujetos y las instituciones, al reconocer la actividad física como una herramienta fundamental para la prevención de enfermedades no transmisibles y para mejorar la salud y calidad de vida de niños y adolescentes.

En la actualidad se presenta una problemática en los niños y niñas de Colombia relacionada con la obesidad y otras enfermedades ocasionadas por la poca actividad física que realizan los niños por el tiempo en el cual están sentados, enfermedades que se pueden complicar en la adultez; es por esto que es necesario reconocer los saberes de la población acerca del tema, para luego implementar un programa que incluya docentes, estudiantes e

instituciones de educación básica, y que comprenda la Actividad Física (AF) como herramienta de la Educación Física para mejorar las condiciones de salud y de interacción social en entornos de violencia, para los cuidados preventivos del cuerpo y de la salud.

### **Tipo de Intervención de Investigación**

En el marco del proyecto se realizarán entrevistas y grupos focales con los padres de familia, docentes, estudiantes y directivos de las instituciones.

### **Riesgos**

No hay ningún riesgo por participar en este estudio. Si alguna pregunta de la entrevista o del grupo focal es incómoda para usted o para los niños/niñas, no tienen por qué contestar si no lo desean.

### **Beneficios**

Aunque no reciban ningún beneficio directo, esperamos que los niños, docentes e instituciones, así como la sociedad en general pueda beneficiarse con los resultados de la investigación.

### **Selección de Participantes**

Le estamos invitando a tomar parte de esta investigación porque es importante indagar acerca de los imaginarios y prácticas de todos los actores acerca de la actividad física, así como implementar y evaluar programas que permitan prevenir las enfermedades no transmisibles, mejorar procesos de interacción social y convivencia, así como el reconocimiento del cuerpo, la salud y calidad de vida de los niños. Ya que usted y su hijo/a son parte de la comunidad académica de los colegios en los cuales se realizará el estudio, le preguntamos si usted permitiría que participe su hijo/a y si usted está de acuerdo con participar.

### **Participación Voluntaria**

Su decisión de que su niño/a y usted participe en este estudio es completamente voluntaria. Es su decisión el que su niño/a y usted participe o no. Si usted elige no consentir, todos los servicios que usted y su niño/a reciban en el Colegio continuarán y nada cambiara. Usted puede también cambiar su decisión más tarde y dejar de participar, aún cuando haya aceptado previamente y continuarán los servicios que usted y/o su niño/a reciban en el colegio.

### **Confidencialidad**

La información que recolectamos para este proyecto de investigación se mantendrá confidencial. La información acerca de usted y de su niño/a, recolectada por la investigación será aislada y solo los investigadores podrán verla. Cualquier información sobre usted y su niño/a se le asignará un número de identificación en vez de su nombre. Solamente los investigadores sabrán el vínculo de ese número con el nombre y la información se mantendrá guardada bajo seguridad. No se compartirá la información ni se

le dará a nadie excepto al equipo de investigación y personal a cargo de la sistematización.

Con el fin de proteger su información, la investigadora principal: Diana Camargo Rojas, investigadora de la Facultad de cultura física, deporte y recreación de la Universidad Santo Tomás, mantendrán protegido su registro. Sólo los miembros del equipo de investigación tendrán acceso a la información. Para mayor información podrá comunicarse con la Dra. Diana Camargo Rojas al celular 3166226239, correo electrónico: diana.camargo@usantotomas.edu.co.

## **Parte 2. Formulario de consentimiento.**

He leído la información proporcionada, o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar dudas sobre ello y se me ha respondido satisfactoriamente. Consiento voluntariamente mi participación y la de mi niño/a participe en este estudio y entiendo que tengo el derecho de retirarme del estudio, así como retirar a mi niño/a en cualquier momento sin que afecte de ninguna forma el servicio educativo y a mí niño/a.

Nombre del Participante\_\_\_\_\_

Nombre del Padre/Madre o Apoderado

Firma del Padre/Madre o Apoderado \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_( Día/mes/año)

|                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Testigos :</p><br><br><hr/><br><p>Nombres y apellidos</p><br><br><br><br><hr/><br><p>Dirección y relación con el sujeto de investigación</p><br><br><br><hr/><br><p>Firma</p> | <br><br><br><br><br><hr/><br><p>Nombres y apellidos</p><br><br><br><br><hr/><br><p>Dirección y relación con el sujeto de investigación</p><br><br><br><hr/><br><p>Firma</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Si el sujeto de investigación no sabe firmar imprimirá su huella digital y a su nombre firmará otra persona que él designe.

Se ha proporcionado una copia de este documento de Consentimiento Informado al padre/madre o apoderado del participante \_\_\_\_\_(inicial del investigador/asistente)

Se completará un formulario de asentimiento Informado.

## B. ANALISIS ATLAS TI

### **Codes-quotations list**

#### **Code-Filter: All**

---

HU: UNIDAD HERMENEUTICA FINAL DIC9 final

File: [C:\Users\FAMILIA GUZMAN SANCH\Desktop\ANALISIS DE INFORMACIÓN ...\UNIDAD HERMENEUTICA FINAL DIC9 final.hpr7]

Edited by: Super

Date/Time: 2015-12-15 06:12:38

---

**Code: AF\_Beneficios\_efectos {25-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:14 [Pues para mí la actividad físi..] (304:304) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

Pues para mí la actividad física es hacer ejercicio todos los días, pues por la salud de uno mismo

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:18 [el relajamiento, el despejarse..] (401:401) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

el relajamiento, el despejarse uno, el des estresarse y pues la salud

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:8 [la actividad física lo mantien..] (240:240) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

la actividad física lo mantienen primero que todo una buena salud, porque imagínese todos los problemas que uno carga de estrés, de salud que los dolores de cabeza, de pronto todo eso va en la monotonía que uno mantiene a diario ahí con el estrés que suelte aquí, que corra allá me entiende pues claro es salud, y eso es lo que le hace mucha falta a uno de pronto para tener una buena salud, un buen estado físico,

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:11 [Si la favorece, un niño por lo..] (317:317) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

Si la favorece, un niño por lo menos es más despierto, tiene su mente más abierta a la hora de estudiar todo eso es buenísimo,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:10 [eso también es parte de uno de..] (305:305) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

eso también es parte de uno de padre de familia ver que en esta época por lo menos, lo que es el ejercicio es muy saludable para nosotros, para nuestros hijos, ¿pero qué es lo que pasa 'que no lo hacemos

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:27 [Pues para la salud, porque pas..] (335:335) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

Pues para la salud, porque pasa uno enérgico y haciendo ejercicio uno se siente bien, una caminata ya uno como que no se cansa tanto subiendo esas lomas,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:28 [He escuchado que es cuerpo san..] (357:357) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

He escuchado que es cuerpo sano, mente sana, si es cierto y todo va, todo es coordinable, si usted tiene cognitiva, buena cognitiva y no tiene digamos un buen estado físico; entonces no le va ayudar mucho para lo que usted se imagina que quiere hacer; o sea todo va relacionado y también lo mismo con la con la parte social, si usted está bien con la parte social creo que se complementa,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:24 [Los beneficios que tiene una a..] (376:376) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

Los beneficios que tiene una actividad física, es mantener una que una buena salud, que más sería tener el cuerpo en movimiento; o sea que el cuerpo no que cuando lleguemos a una edad, el cuerpo no sea así todo tieso que lleguemos a la edad de los 50, 60 años y tengamos todo tipo de enfermedad, pues por falta de una buena actividad física,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:25 [Pues yo veo que los benéficos ..] (382:382) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

Pues yo veo que los benéficos de la actividad física, seria como eliminar la grasa sobrante del cuerpo, para que esa misma grasa no tape las vías de la sangre y evite la circulación de esta misma

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:26 [también sirve mentalmente, pue..] (391:391) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

también sirve mentalmente, pues para tener nuestra mente enfocada en lo que estamos haciendo, seria moralmente o algo así

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:27 [es bastante importante; porque..] (400:400) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

es bastante importante; porque en la actividad física y algunos deportes específicos ayudan bastante pues a la concentración

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:28 [nos puede llegar a generar un ..] (418:418) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

nos puede llegar a generar un mejor auto estima

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:29 [el individuo en cuanto a lo so..] (418:418) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

el individuo en cuanto a lo social, se relaciona con diferentes personas

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:10 [o sea es algo que dé en verdad..] (190:190) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

o sea es algo que dé en verdad necesita el cuerpo ¿por qué?, porque digamos al respecto de yo llevo seis meses por aquí, ahora fui por allá, es que por allá hace mucho calor y eso, y sentí que yo para bailar yo estaba muy pesada; o sea falta de ejercicio, me cansaba mucho; o sea que si hace falta

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:12 [O sea el beneficio para uno; o..] (230:230) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

O sea el beneficio para uno; o sea tener relaciones con varia gente, o sea para uno apoyarse y hacer actividad y todo el mundo,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:13 [la importancia de lo que dije ..] (227:227) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

la importancia de lo que dije hace rato de la salud

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:14 [Para mí el beneficio es respec..] (233:233) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

Para mí el beneficio es respecto a la salud, porque para mí la actividad física hace parte a la salud

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:23 [favorece digamos en que ellos ..] (337:337) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

favorece digamos en que ellos van a estar como activos, como que si se van a hacer ejercicio al cuerpo, como pues que se ve la diferencia, es algo como la rutina diaria no

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:21 [la actividad física es muy bue..] (179:179) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

la actividad física es muy buena para el corazón, que ejercita los músculos, que lo pone a uno en forma, que le quita los gorditos, que los triglicéridos, bueno no sé qué, quema grasa algo escuchado de eso

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:23 [para estar ahí bien, no para e..] (193:193) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

para estar ahí bien, no para estar ahí, como decía aquí la señora pues eso de los triglicéridos, que ya con los años se comienzan a subírsele a uno

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:24 [hacer ejercicio es muy bueno p..] (195:195) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

hacer ejercicio es muy bueno para la salud

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:25 [por salud del cuerpo y de la m..] (204:204) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

por salud del cuerpo y de la mente no

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:26 [hace bien al cuerpo, al alma, ..] (207:207) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

hace bien al cuerpo, al alma, la tranquilidad que da al hacer ejercicio al aire libre

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:27 [es muy importante para el cora..] (210:210) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

es muy importante para el corazón, que se evitan los paros cardiacos, los infartos, también que muy buena para el estrés evita el estrés porque usted sabe qué pues nosotros el estrés nos acelera las enfermedades, y pues haciendo ejercicio nos da menos enfermedades cada día,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:33 [les ayuda hacer deporte, y el ..] (282:282) (Super)**

Codes: [AF\_Beneficios\_efectos]

No memos

les ayuda hacer deporte, y el deporte pues es salud y ahí pues como decía la señora ahoritica, pues a veces se

la pasan es mirando televisión y en el whatsapp, y en el único momento que hacen ese deporte es ahí en la hora de educación física,

---

**Code: AF\_Comp\_Activo {15-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:8 [Pues yo en el trabajo, pues tr..] (55:55) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

Pues yo en el trabajo, pues trapear, barrer, eso es lo que hago todos los días en las mañanas que me toca,

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:9 [Cuando yo voy al parque con mi..] (203:203) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

Cuando yo voy al parque con mis hijas y con mi nieta, pues todas la pasamos entretenida por donde corra la niña, pues jugamos en el tobogán, en el pasamanos, en el columpio, en la ruleta esa que se sube uno y da vueltas,

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:12 [Mi experiencia pues, en cuanto..] (260:260) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

Mi experiencia pues, en cuanto a la actividad física, pues yo diría que estar siempre en movimiento

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:13 [Las labores del campo,] (262:262) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

Las labores del campo,

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:1 [Caminar,] (16:16) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

Caminar,

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:5 [jugar tejo] (190:190) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

jugar tejo

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:5 [subir la lomita todos los días..] (184:184) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

subir la lomita todos los días y llevar la niña al jardín eso es un ejercicio terrible, bailar, nos salimos a bailar  
hacer ejercicio y ya

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:23 [jugar rana] (75:75) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

jugar rana

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:1 [los domingos por la tarde prac..] (39:39) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

los domingos por la tarde practico karate,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:2 [jugar microfútbol] (42:42) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

jugar microfútbol

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:1 [vamos a jugar futbol, entrenar..] (52:52) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

vamos a jugar futbol, entrenar por ahí con los muchachos

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:1 [Pues cuando queda tiempo, pues..] (47:47) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

Pues cuando queda tiempo, pues si me gusta de pronto ir a trotar como allí al parque a Cantarrana, pues un rato pues si porque me gusta,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:2 [Si en el día descanso me voy e..] (50:50) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

Si en el día descanso me voy en bicicleta, hay veces cojo por la Boyacá o hay veces alcanzo a subir aquí un poco por la vía a Villavicencio

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:3 [vamos ahí a jugar micro allá a..] (53:53) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

vamos ahí a jugar micro allá a las canchas ahí la que hay en el barrio

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:5 [el ratico que le sobra, es com..] (65:65) (Super)**

Codes: [AF\_Comp\_Activo]

No memos

el ratico que le sobra, es como para jugar ahí micro futbol dentro de la empresa ahí con los compañeros

---

**Code: AF\_Conceptos {21-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:11 [Experiencias en actividad fisi..] (224:224) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

Experiencias en actividad física, pues para mí la actividad física es correr, montar bicicleta,

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:15 [Trotar, caminar y si montar en..] (319:319) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

Trotar, caminar y si montar en bicicleta para mí

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:4 [si porque uno puede decir que ..] (169:169) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

si porque uno puede decir que uno camina todos los días, pero eso no es hacer ejercicio,

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:6 [si porque para mi hacer ejerci..] (212:212) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

si porque para mi hacer ejercicio es decir voy a sacar ese tiempo hoy y me voy a ir a trotar, me voy a ir a jugar y me voy a dedicar a eso, porque eso si uno puede caminar, puede hacer muchas cosas en el día, pero no esta enfocado en que estoy haciendo ejercicio, sino que “uy...tengo que subir rápido porque me va a coger la tarde, Dios mío...voy tarde”, entonces eso no entonces eso no es ejercicio

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:7 [Para mi actividad física es pr..] (223:223) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

Para mi actividad física es practicar un deporte, así no sea salir a trotar, hacer ejercicio eso es actividad física, pero simplemente concentrarme en eso, en que voy a estar trotando, voy hacer un deporte, un ejercicio, eso es actividad física para mi,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:6 [Movimiento corporal] (212:212) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

Movimiento corporal

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:7 [me parece que actividad física..] (213:213) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

me parece que actividad física es lo que uno hace a diario; o sea caminar dentro de la misma casa, haciendo el oficio eso es una actividad física, y cuando uno camina llevando los niños, eso es lo que entiendo de actividad física de esa manera,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:8 [Para mí el movimiento de subir..] (219:219) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

Para mí el movimiento de subir y bajar escaleras a todo momento

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:13 [Bueno actividad física yo enti..] (281:281) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

Bueno actividad física yo entiendo, que es como manteniendo buenos hábitos alimenticios, tener el cuerpo ejercitado, tener así movimiento eso entiendo por actividad física,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:14 [Yo por actividad física, entie..] (284:284) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

Yo por actividad física, entiendo que es realizar diferentes actividades en donde le doy movimiento a mi cuerpo y músculos

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:15 [Actividad física, para mí serí..] (287:287) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

Actividad física, para mí sería aprovechar el tiempo libre con mi cuerpo estirarlo

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:16 [Pues para tener si el cuerpo s..] (299:299) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

Pues para tener si el cuerpo saludable, tener buenos hábitos alimenticios, pues para que el cuerpo no, no sufra; o sea cambios

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:6 [siempre le han desde pequeño u..] (151:151) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

siempre le han desde pequeño uno que en colegio siempre la actividad física pues que le sirve a uno que para mantener buen estado de salud, que el corazón, pues para mí eso es

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:7 [yo entiendo por actividad fisi..] (157:157) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

yo entiendo por actividad física; o sea hacer uno deporte, para hacer ejercicio coger energías

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:8 [la actividad física, es como m..] (163:163) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

la actividad física, es como movimiento que se le hace al cuerpo, a los músculos, uno sabe que de que eso es un ejercicio que se debe realizar por el bien de salud de uno

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:19 [digamos a lo que es relacionar..] (303:303) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

digamos a lo que es relacionar lo que es matemáticas, y educación física es algo lo que es solo mental; o sea usted se concentra solo en lo que es la educación física es va hacer eso de cuerpo, mente todo, mientras que lo otro es mentalidad es lo que va a trabajar,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:12 [es hacer deporte, todo lo que ..] (138:138) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

es hacer deporte, todo lo que tiene que ver con deporte, eso es actividad física para mí

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:13 [todo lo que sea movimiento que..] (141:141) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

todo lo que sea movimiento que lo haga sudar a uno, para mí eso es actividad física

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:14 [Todas las actividades en las q..] (147:147) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

Todas las actividades en las que se pueda ejercitar, mantener en forma el cuerpo,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:15 [la actividad física, se ha con..] (150:150) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

la actividad física, se ha convertido en correr detrás de un balón, esa es toda la actividad física para mí

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:20 [la actividad física también in..] (176:176) (Super)**

Codes: [AF\_Conceptos]

No memos

la actividad física también inclusive es un baile, por medio de un baile uno ya está haciendo actividad física, por medio de hacer ejercicios tan elementales, como levantar las piernas, o agachar la cabeza, o girarla de lado a lado, entonces digamos que eso ve uno en televisión y mis hijos me han enseñado, que la actividad física no es solamente correr como yo pensaba, si no que realmente cualquier ejercicio que me permita desarrollar los músculos del cuerpo y nos mantenga en forma, a eso le llaman actividad física

**Code: AF\_Experiencia {29-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:1 [Ejercicio, bicicleta] (19:19) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

Ejercicio, bicicleta

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:3 [hago ejercicio en esos aparati..] (64:64) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia] [AF\_Factores]

No memos

hago ejercicio en esos aparaticos que hay ahí en el parque,

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:5 [Si, yo salgo a trotar] (25:25) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

Si, yo salgo a trotar

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:6 [Yo también salgo a hacer las t..] (34:34) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

Yo también salgo a hacer las terapias a Usme

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:7 [Pues yo práctico deporte, balo..] (46:46) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

Pues yo práctico deporte, baloncesto, también practico pesas

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:10 [A mi si, no es como el tiempo ..] (230:230) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

A mi si, no es como el tiempo de ahorita que uno se queda en la casa haciendo oficio, y los hijos se van a jugar micro, o se van a jugar básquet o voleibol o bueno en fin, no cuando en mis tiempos no, en mis tiempos yo podía jugar pero cuando estaba en la escuela; porque en la casa ni con una muñeca porque no podía,

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:3 [Jugar, a mi me gusta jugar muc..] (159:159) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

Jugar, a mi me gusta jugar mucho el futbol, yo me voy con mis hijos a jugar, vamos los cuatro vamos al parque allí arriba al pie del hospital, y con otros un grupito nos reunimos y nos ponemos a jugar futbol ahí,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:1 [Mira que la niñez de nosotros ..] (144:144) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

Mira que la niñez de nosotros era como más activa, era como más activa porque eran varios juegos que uno realizaba, varias cosas se ejercitaba uno más como niño hoy en día hay más pasividad de los niños en cuanto lo físico, por las cosas del internet todo eso, la tecnología aquieta mucho a los niños; o sea en mi niñez era muy chévere porque habían mas actividades, como la lleva, había otro juego que le decíamos la quince y jugábamos a la quince

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:2 [el yermis que uno tira las tap..] (150:150) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

el yermis que uno tira las tapitas al suelo, que al corre, corre

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:3 [Si mi niñez también fue así, j..] (154:154) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

Si mi niñez también fue así, jugar todos los días en la calle, corriendo, jugando a las escondidas, congelados, las escondidas siempre, ya no hoy en día los niños ya no ya se la pasan más pegados a un televisor, a un celular, ya no le ven interés ya yo digo que los niños de hoy en día ya no van a tener la misma infancia, porque hoy en día ellos viven pegados a un Xbox, a un computador jugando,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:4 [el trabajo es demasiado fuerte..] (175:175) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

el trabajo es demasiado fuerte entonces uno físicamente ya no le da como para ir a jugar hacer otro deporte, igualmente uno pues en el trabajo cree que está haciendo un ejercicio físico, y si uno lo adecua bien creo que le hace bien al cuerpo,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:25 [Mi niñez era jugar futbol] (157:157) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

Mi niñez era jugar futbol

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:26 [a mi me gustan mucho los juego..] (166:166) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

a mi me gustan mucho los juegos y el baloncesto también, jugué mucho baloncesto y a las escondidas también

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:4 [En Cantarrana jugamos futbol c..] (139:139) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

En Cantarrana jugamos futbol con los patines, montamos patines

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:5 [jugar voleibol,] (169:169) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

jugar voleibol,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:6 [Si más que todo el domingo si,..] (181:181) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

Si más que todo el domingo si, pues después de descansar un poco de las actividades de la semana y el sábado, me gusta hacer bastantes deportes soy una persona que le gusta moverse mucho, y pues trato de inculcarle eso a mis hijos y pues igual tratar de que mi esposa también haga algo con nosotros, me gusta salir bastante, hacer mucho deporte, me gusta trotar mucho, me gusta no se jugar bastante futbol con mis hijos

desarrollas pues habilidades físicas y destrezas físicas en ellos

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:7 [Cuando era niña hace tiempo, r..] (184:184) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

Cuando era niña hace tiempo, recuerdo que las clases de educación física eran salir al patio y jugar, nos daban un balón, un lazo, un aro y listo, salíamos solamente a jugar y eran dos horas de juego y ya, eso recuerdo de mis clases de educación física,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:8 [nos llevaba a montar cicla cas..] (190:190) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

nos llevaba a montar cicla casi que se puede decir diario,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:9 [me gustaba en el colegio me gu..] (196:196) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

me gustaba en el colegio me gustaba mucho jugar pin pon, mantenía jugando pin pon en las horas del descanso,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:10 [si nos dejaban nuestro tiempo ..] (198:198) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

si nos dejaban nuestro tiempo libre corríamos a escondidas, cogidas

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:11 [Yo cuando niña, en el colegio ..] (204:204) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

Yo cuando niña, en el colegio nos hacían mucho deporte, y nos tocaba correr hacer diez vueltas al colegio, que más...piques, nos ponían a jugar micro, baloncesto bueno todo eso,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:12 [Bueno yo en el colegio me gust..] (234:234) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

Bueno yo en el colegio me gustaba mucho la educación física, me gustaba mucho moverme, bastante actividad física mucho de los juegos pues ya reconocidos, también juegos tradicionales, afuera del colegio era parte de la selección Bogotá y de la selección Colombia de karate, en la modalidad de combate cadetes, y casi se me iba todo el día en eso, pues eso era lo que más hacía

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:3 [Pues en mi niñez, pues yo prac..] (88:88) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

Pues en mi niñez, pues yo practique micro, jugábamos micro teníamos un como un grupo que salíamos de vereda en vereda a jugar y así, y ya lo que cuando estaba estudiando y lo ponían a uno en el colegio, los profesores de física

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:4 [mini tejo] (106:106) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

mini tejo

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:5 [cuando estaba en el colegio ju..] (113:113) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

cuando estaba en el colegio jugaba baloncesto y voleibol, y ya ahorita más de edad practicaba el micro,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:7 [jugar mucho micro futbol] (86:86) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

jugar mucho micro futbol

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:8 [la educación física, nos daban..] (101:101) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

la educación física, nos daban iniciación en danzas y en baloncesto

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:9 [si ha sido una falla del ser h..] (107:107) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

si ha sido una falla del ser humano, haber invadido todos los espacios; porque nos quitaron las fuentes de entretenimiento que teníamos los jóvenes de ese tiempo, que era correr por todos los, por todos los prados, por todos los campos cuando iniciamos la escuela, realmente la educación física se basaba era en hacer recorridos

que el profesor nos indicaba un punto estratégico, y teníamos que llegar hasta allá simplemente ir y volver no sabíamos para qué o por qué hacían ese tipo de ejercicios; pero esa era como la constante sí.

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:11 [salgo a echar cicla por hay un..] (119:119) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia]

No memos

salgo a echar cicla por hay una horita cada ocho días

---

**Code: AF\_Factores {17-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:3 [hago ejercicio en esos aparati..] (64:64) (Super)**

Codes: [AF\_Experiencia] [AF\_Factores]

No memos

hago ejercicio en esos aparaticos que hay ahí en el parque,

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:4 [mi hija es la primera que se l..] (145:145) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

Memos: [Dinamica Familiar]

mi hija es la primera que se levanta a las tres y cuarenta cinco de la mañana, se arregla, se alisa, sale a las cuatro y veinte; porque a ella le toca trabajar muy lejos, en la 166, nosotros vivimos aquí en el Conito de Usme, ella sale se va, se despedí; entonces yo después a las cinco ya me levanto salgo a las cinco y media de la mañana, mi hija la que sigue, ella se levanta después de que yo, se queda arreglando y yo salgo a trabajar a las cinco y media todo el día en labor y luego a las nueve de la noche, porque yo trabajo en las Ferias

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:10 [La promueven en lugar de ser d..] (263:263) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

La promueven en lugar de ser desde la niñez como algo bueno, esto es así, la promueven es ya por ejemplo a la tercera edad, por ejemplo si yo voy que todavía me hacen falta unos poquiticos años me dicen “no es que usted no es de la tercera edad”

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:12 [Con respecto con lo que dice a..] (409:409) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

Con respecto con lo que dice acá la vecina, pues a veces no es que uno mantenga encerrado sus hijos no, sino que muchas veces uno los quiere cuidar, proteger de muchos focos, digamos de droga, de barras, de pandillas, de conflicto sociales, uno muchas veces lo hace que uno sabiendo que sus hijos son de libertad, de correr y todo; pero muchas veces uno los cohibe por eso, por guardarlos porque tengan una niñez digamos no muy dada a la sociedad, a enseñarlos hacer sociables sí, claro que uno los invita hablar, les presenta más personas, más niños, en el colegio pues también tienen una vida social, pero entonces se mi pensamiento pues con el respecto de ella, pues yo digo mi opinión y respeto la de ella, pero es que es más que todo por eso,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:17 [que la practica de actividad f..] (308:308) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

que la practica de actividad física es; o sea es buena practicando así educación física uno evita muchas enfermedades, muchos problemas que tenemos así...

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:18 [Bueno de pronto de mis amigos,..] (314:314) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

Bueno de pronto de mis amigos, siempre me han dicho que muy bueno, que debería dedicarle más tiempo a la actividad física, pues aun no hago caso por el poco tiempo libre que tengo, pero pues por ejemplo me parece importante y cerca a las piscinas del Virrey hay un parquecito donde van personas de la tercera edad, y practican deporte y tú los ves y aunque son de bastante edad, se ven toda vía muy activos

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:20 [Hoy en día ya no practican eso..] (326:326) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

Hoy en día ya no practican eso, ya los niños prefieren, los jóvenes prefieren estar en un computador, los videos

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:21 [Bueno en el barrio donde yo vi..] (337:337) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

Bueno en el barrio donde yo vivo, si escuchado bastante, bueno pues casi siempre están organizando torneos deportivos, casi siempre estamos promoviendo juegos porque pues yo me incluyo, en la actividad física para a veces...es que en el barrio hay mucho niño, joven que pues está un poquito por decirlo así descarrilado; entonces con la actividad física, los torneos deportivos tratamos de ayudarlos a salir de esos problemas, y pues a mantener una buena actividad física; pues para tenerlos bien de salud

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:22 [Pues lo poco que he escuchado,..] (349:349) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

Pues lo poco que he escuchado, realmente no hay un apoyo total puesto que no es gratis, y a muchas personas se les hace difícil poder llegar a pagar una escuela, o una academia para entrar a realizar,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:23 [Pues ahorita si hay pero hay p..] (370:370) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

Pues ahorita si hay pero hay pocas, y pues las que hay solo va más que todo pues gente ya mayor, que pues por ejemplo en el parque en el Virrey, hay un espacio que creo que es de martes y jueves, para hacer actividad física pero van más que todo las personas ya pues de tercera edad,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:9 [Eso pues que es importante eso..] (178:178) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

Eso pues que es importante eso, incluso en mi familia hay personas que practican mucho que ir a caminar, que a Usme , que ir al parque, que eso pero

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:11 [La verdad tampoco he mirado qu..] (220:220) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

La verdad tampoco he mirado que sí, que hayan puesto alguien que promueva eso en la actividad física no, nosotros miramos pero no hemos visto ni aquí en Sucre, ni en Cantarrana, que haya diciendo “venga haga ejercicio, hagamos esta actividad” no la verdad no he visto,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:16 [la actividad física es buena; ..] (159:159) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

la actividad física es buena; porque pues sirve para la salud

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:17 [uno se vuelve gordo, que si no..] (165:165) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

uno se vuelve gordo, que si no sé qué, bueno eso es lo que yo escuchado por ahí, y que la salud y todo eso

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:18 [lo que uno escucha es que es b..] (171:171) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

lo que uno escucha es que es bueno, que eso le ayuda a uno que para vivir más, que para estar en forma que para no cansarse tan rápido

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:19 [siempre hay cosas que no permi..] (173:173) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

siempre hay cosas que no permiten pues hacer esa actividad y eso es lo que se escucha en de los familiares y los vecinos, que la inseguridad, que la falta de tiempo, pues son cosas que no, no permiten que se haga la actividad física pero si en general que es muy buena

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:22 [Virrey hay unas piscinas, pues..] (182:182) (Super)**

Codes: [AF\_Factores]

No memos

Virrey hay unas piscinas, pues ahí creo que se promueve ahí la actividad, pues me parece que si lo de las piscinas lo que yo he visto, y pues a veces por ahí en los parques, que llegan con una tarima y llega gente hacer ejercicio

---

**Code: AF\_Sentimientos\_valores {15-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:16 [Para mí es como un relajamient..] (336:336) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

Para mí es como un relajamiento para la mente, el cuerpo la actividad física, el ejercicio eso es, despejado y el cuerpo

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:17 [pues mira hoy en día los jóvenes..] (345:345) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

pues mira hoy en día los jóvenes y los adultos han perdido mucho como ese deporte, porque ya la gente ya no se moviliza digamos prácticamente de pronto, ya digamos en el trote, sino que en carro, en bicicleta, ya la gente anda xxxxx como que no tienen esa relajación, como que no tienen de pronto ese aliento de caminar, si no que ya todo lo hacen siempre, ah...que digamos van a ir de pronto al restaurante, todo es en taxi, ya se ha perdido mucho esa como que ese trote, esa relajación que verdaderamente deberíamos tener todos, de practicar más el deporte que es necesario para nuestra salud y para nuestras vidas diarias,

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:9 [Muy bueno para la salud, y o s..] (248:248) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

Muy bueno para la salud, y o sea a medida que uno hace un ejercicio como que se va sintiendo liviano, adelgaza uno sea tarde pero va adelgazando, y pues la sangre coge su buen flujo, y pues uno le gustaría por ejemplo aquí tenemos mucho aire puro

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:12 [Satisfacción, alegría, descans..] (331:331) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

Satisfacción, alegría, descanso, se quita una buena parte de estrés que maneja todas las semanas,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:9 [Si es necesario hacer activida..] (244:244) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

Si es necesario hacer actividad física ¿sabe por qué? por la obesidad, hoy en día hay mucho

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:11 [Es importante porque si uno di..] (405:405) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

Es importante porque si uno dice y cree que el ejercicio es salud para el cuerpo; entonces uno quisiera que sus hijos o sus familiares estuvieran bien de salud, y cuando uno digamos que el hijo es muy pasivo o un familiar muy pasivo, uno le dice no haga ejercicio o haga esto o haga lo otro es eso,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:19 [Bueno, es muy importante porqu..] (320:320) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

Bueno, es muy importante porque los niños, las mujeres embarazadas y las personas ya mayores de edad, van a los parques y mantienen activo su cuerpo

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:30 [Mucha adrenalina, las ganas de..] (424:424) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

Mucha adrenalina, las ganas de correr, de sentirme que me muevo, de ser libre

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:31 [siento como que el cuerpo desc..] (430:430) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

siento como que el cuerpo descansa, me siento más aliviado, la presión, el estrés ya se van

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:32 [Para mí es importante que ello..] (442:442) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

Para mí es importante que ellos practiquen la educación la actividad física, ya que eso les ayuda a que estén más activos, a que la mente esté enfocados en algo y no sea si malo, sino bueno

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:15 [cuando lo practicaba me sentía..] (269:269) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

cuando lo practicaba me sentía bien, activa; o sea es que es diferente la energía que uno siente ahora,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:16 [ya uno acaba de jugar y ya uno..] (281:281) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

ya uno acaba de jugar y ya uno se sienta y ya relajado si, porque usted esta yendo frecuentemente a jugar, ya el cuerpo se mantiene enérgico y no se cansa tanto,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:17 [es lo que a mí me gusta y me g..] (289:289) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

es lo que a mí me gusta y me gusta mucho hacerlo, va uno y se siente contento, se siente bien porque uno se ríe, comparte, habla, la verdad me siento contento y la verdad se siente en familia lo que sea,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:28 [orque uno como que hace ejerci..] (219:219) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

orque uno como que hace ejercicio y como que se siente como bien después, y pues a menos que le peguen a uno no, si uno se siente bien uno como que se relaja si eso, yo creo que si sirve para eso

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:29 [el ejercicio si lo disfruto, l..] (243:243) (Super)**

Codes: [AF\_Sentimientos\_valores]

No memos

el ejercicio si lo disfruto, lo disfruto a pesar del cansancio pero con un buen baño y después del baño, queda uno relajado completamente

---

**Code: Cuerpo\_Concepto {19-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:33 [el cuerpo para mi pues es como..] (801:801) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

el cuerpo para mi pues es como la motivación, para poder seguir, y para poder estar bien conmigo misma,

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:34 [El cuerpo tiene una función, q..] (814:814) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

El cuerpo tiene una función, que cumple con diferentes cualidades algunas son diferentes o de otra manera; entonces yo digo que tenemos distintas funciones para realizarlas,

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:35 [Es el motor,] (807:807) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

Es el motor,

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:36 [el cuerpo de uno es bien impor..] (808:808) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

el cuerpo de uno es bien importante para hacer uno sus quehaceres, sus cosas diarias

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:23 [Si, pues iba a decir eso, es n..] (505:505) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

Si, pues iba a decir eso, es nuestro motor, es nuestra vida, porque si no hay cuerpo no hay vida,

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:24 [Es el todo, toca cuidarlo] (512:512) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

Es el todo, toca cuidarlo

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:21 [entiendo que es algo que Dios ..] (672:672) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

entiendo que es algo que Dios me dio único, porque; o sea el cuerpo que yo tengo otra persona no lo va tener, si podemos parecernos mucho a veces físicamente, así que de pronto yo puedo más estómago que otra persona, o la otra persona puede tener viceversa más estomago que yo, y yo digo que para mí el cuerpo es algo bonito que uno tiene que cuidar diariamente,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:22 [Para mí el cuerpo, es el motor..] (675:675) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

Para mí el cuerpo, es el motor de las funcionalidades que uno tiene,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:57 [yo entiendo por cuerpo, es org..] (660:660) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

yo entiendo por cuerpo, es organismo activo físico que hace parte de un desarrollo, no sé cómo decirlo sanamente y pues de ahí para allá uno tiene que desenvolverse pues digámoslo físicamente,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:58 [cuerpo para mi, es solo masa y..] (663:663) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

cuerpo para mi, es solo masa y pues ya uno físicamente o esto ya lo moldea

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:59 [Nuestro complemento del ser,] (664:664) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

Nuestro complemento del ser,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:60 [Masa, volumen y peso para mí e..] (669:669) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

Masa, volumen y peso para mí eso es el cuerpo,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:61 [solo estructura,] (675:675) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

solo estructura,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:40 [el cuerpo es la base fundament..] (552:552) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

el cuerpo es la base fundamental de todo lo que hacemos,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:41 [pues yo entiendo que es la mat..] (558:558) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

pues yo entiendo que es la materia de la cual esta uno formado,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:42 [el concepto del cuerpo que es ..] (561:561) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

el concepto del cuerpo que es la maquina más completa que hay; o sea es lo todo está coordinado, todo está bien puesto, para mí el cuerpo es eso prácticamente es eso,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:49 [El cuerpo donde uno vive, dond..] (403:403) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

El cuerpo donde uno vive, donde vive el alma, donde vive la sangre todo eso es el cuerpo

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:50 [el cuerpo es la materia que ha..] (413:413) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

el cuerpo es la materia que habita un espacio, y eso nunca se me olvido,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:51 [es la personalidad de mi perso..] (416:416) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Concepto]

No memos

es la personalidad de mi persona, el ser que soy,

---

**Code: Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov {19-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:28 [Mientras uno pueda caminar, es..] (686:686) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

Mientras uno pueda caminar, eso es una bendición

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:30 [Relajada,] (741:741) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

Relajada,

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:31 [Al final ya un poquito cansada..] (744:744) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

Al final ya un poquito cansada, pero bien,

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:32 [Si profe la salud, No hay como..] (776:776) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

Si profe la salud, No hay como uno caminar

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:22 [Si, si claro, es que usted con..] (491:491) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

Si, si claro, es que usted con una imagen corporal, se siente bien usted con usted mismo,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:19 [Si cuando uno hace actividad f..] (632:632) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

Si cuando uno hace actividad física se cansa lógico por ser; o sea yo creo que todo ser humano así se delgado

o gordito nos cansamos, yo creo porque estamos haciendo una actividad; entonces es para uno quemar las calorías uno se cansa,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:20 [Para la salud,] (663:663) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

Para la salud,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:32 [Beneficios, la actividad físic..] (645:645) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

Beneficios, la actividad física en el cuerpo pues me mantiene activo; o sea no, no mermo la el nivel de trabajo ni nada de eso, o sea mantengo un nivel todo continuo eso me sirve a mí el esfuerzo físico,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:33 [La salud,] (652:652) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

La salud,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:53 [cuando lo hago pues mi cuerpo ..] (624:624) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

cuando lo hago pues mi cuerpo se cansa más rápido

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:54 [más saludable] (645:645) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

más saludable

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:55 [mi cuerpo estuviera fuerte, no..] (649:649) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

mi cuerpo estuviera fuerte, no digamos que los músculos estuvieran fornidos

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:56 [llegue a una tercera edad que ..] (652:652) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

llegue a una tercera edad que va hacer pronto, que mi cuerpo este mucho más saludable y no tenga tanto por decirlo así achaques,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:35 [Pues como le decía hace rato, ..] (477:477) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

Pues como le decía hace rato, yo por ejemplo que de aquí a la casa yo ya estoy súper cansada, ya llego muy agitada y eso; entonces pues obviamente que yo para ... o sea para hacer un deporte, o sea yo mejor dicho me rindo

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:36 [Cansancio, la verdad demasiado..] (486:486) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

Cansancio, la verdad demasiado cansancio pero uno ya siente aparte del cansancio, mira uno como esa necesidad del cuerpo que necesita el ejercicio

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:37 [la salud pues para el corazón,..] (500:500) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

la salud pues para el corazón, para los músculos

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:38 [Los beneficios son muchos; o s..] (528:528) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

Los beneficios son muchos; o sea para la salud, para todo o sea más que todo para la salud,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:39 [Para mí también es importante,..] (537:537) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

Para mí también es importante, para uno estar como alegre a toda hora si es importante,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:48 [Si, por salud] (397:397) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_cuerpo\_mov]

No memos

Si, por salud

---

**Code: Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo {19-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:27 [Lo mismo untándose uno crema..] (665:665) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

Lo mismo untándose uno crema, bañándose ,cuidándose uno untándose la crema, a veces el aire le tatea a uno hasta la boca a uno la piel

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:19 [Uno puede decir que el baño di..] (418:418) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

Uno puede decir que el baño diario, el aseo, la limpieza,

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:20 [Yo me siento mal, me siento go..] (444:444) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

Yo me siento mal, me siento gorda, pesada

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:30 [Importante el baño, presentaci..] (574:574) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

Importante el baño, presentación personal, la alimentación, que desgraciadamente uno quisiera alimentarse así como se alimentan los ricos, pero no uno con lo que salga uno se alimenta, pero digamos o sea no por porciones, sino debido a lo que tiene usted que comer cada mañana,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:31 [Si, y muchas veces nos excedem..] (576:576) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

Si, y muchas veces nos excedemos, lo que dice la señora es verdad, mire uno muchas veces se gasta más en unas libra de harina, que en un banano y en un pedacito de fruta, seamos realistas

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:44 [con una alimentación pues que ..] (555:555) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

con una alimentación pues que uno diga regulada

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:45 [lo cuido es tratando de manten..] (558:558) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

lo cuido es tratando de mantenerme pues bien hidratado

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:46 [lo cuido también con bastante ..] (558:558) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

lo cuido también con bastante actividad física

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:47 [Pues yo me siento bien la verd..] (585:585) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

Pues yo me siento bien la verdad, creo considero que tengo pues el cuerpo que yo quería si,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:48 [pues mi autoestima está bien, ..] (588:588) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

pues mi autoestima está bien, y si uno o sea está conforme con el cuerpo que uno tiene, pues bien

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:49 [Bueno me siento por decir un p..] (600:600) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

Bueno me siento por decir un poco mal, quisiera ser un poco más delgado pero pues no he podido mejorar mi dieta, y no hago ejercicio pues por el trabajo,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:29 [asearse todos los días] (417:417) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

asearse todos los días

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:30 [La comida; o sea comer para al..] (419:419) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

La comida; o sea comer para alimentarse uno todos los días

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:31 [Citas médicas, odontológicas,] (429:429) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

Citas médicas, odontológicas,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:32 [La verdad yo me siento bien, p..] (450:450) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

La verdad yo me siento bien, pues quisiera sacar un cuerpo como más musculito, hacer un poco más de ejercicio cierto, pero pues la verdad me siento bien cuando practico deporte me siento como pesado, me siento bien

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:44 [me baño todos los días] (358:358) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

me baño todos los días

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:45 [la alimentación] (359:359) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

la alimentación

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:46 [ir al médico, ir al médico cua..] (365:365) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

ir al médico, ir al médico cuando lo necesite,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:47 [Yo me siento muy orgullosa de ..] (382:382) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rel\_subjetiva\_cuerpo]

No memos

Yo me siento muy orgullosa de tener el cuerpo que tengo,

---

**Code: Cuerpo\_Rol\_cuerpo {8-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:29 [Mi función es estar todo el día..] (722:722) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rol\_cuerpo]

No memos

Mi función es estar todo el día en movimiento

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:21 [Todo profe, todo que la funció..] (470:470) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rol\_cuerpo]

No memos

Todo profe, todo que la función del pensamiento, que la función de caminar, del hacer, todo profe, todo, todo

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:18 [Que cada parte del cuerpo tien..] (625:625) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rol\_cuerpo]

No memos

Que cada parte del cuerpo tiene su funcionamiento, igual la mano me sirve para unas cosas, los pies para otras; cada parte del cuerpo tiene que hacer algo,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:50 [la función que cumple pues es ..] (606:606) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rol\_cuerpo]

No memos

la función que cumple pues es un poco fuerte, pues porque el movimiento es continuo si es mucho, y pues también en la parte de fuerza, es desgastado un poco

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:51 [mi funcionamiento es no pues e..] (607:607) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rol\_cuerpo]

No memos

mi funcionamiento es no pues estar todo el día sentada, es como es yo trabajo operaria de maquina plana; entonces solo es estar sentada

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:52 [Pues de funciones, mantengo to..] (617:617) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rol\_cuerpo]

No memos

Pues de funciones, mantengo todo el día activo, aunque no con una actividad física, sino moviéndome de lado a lado parado en las mesas, son las funciones que cumple mi cuerpo,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:33 [el cuerpo es el que o sea si m..] (459:459) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rol\_cuerpo]

No memos

el cuerpo es el que o sea si mi cuerpo no está bien, aunque mi mente este bien no voy a trabajar bien

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:34 [También todas la funciones por..] (474:474) (Super)**

Codes: [Cuerpo\_Rol\_cuerpo]

No memos

También todas la funciones porque el cuerpo tiene que mantener a toda hora activo, se para, se sienta, hace una cosa, hace la otra; entonces uno siempre mantiene como activa a toda hora, entonces como que cumple todas las funciones

---

**Code: EF\_Beneficios {13-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:20 [A pesar de que sea una sola ve..] (548:548) (Super)**

Codes: [EF\_Beneficios]

No memos

A pesar de que sea una sola vez en la semana, que llegan acalorados, sudoroso y de todo a la casa, pero favorece mucho para la salud de nuestros hijos

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:21 [porque pues mi hija le gusta m..] (551:551) (Super)**

Codes: [EF\_Beneficios]

No memos

porque pues mi hija le gusta mucho educación física, me dice “mami es que a mí me fascina, porque se uno se mantiene como enérgico, pues uno baja de peso dice, no se está engordando ahí, porque como ella nunca va ser ejercicio en otro lado, sino que el único ejercicio que hace es acá,

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:17 [Dícese de una área muy importa..] (405:405) (Super)**

Codes: [EF\_Beneficios]

No memos

Dícese de una área muy importante para tanto la salud, como el animo de la persona, porque no es lo mismo física a matemáticas, no es lo mismo, entonces es algo muy importante para todos, tanto pequeñitos como adultos. Porque abemos muchos adultos ya de que por eso de que no tenemos esa rutina de ejercicio y de nada, entonces a veces no podemos subir ni unas escaleras, y si lo hiciéramos créalo que no estuviéramos ni muy gordas, ni tampoco...estuviéramos físicamente bien, físico, físico estaríamos bien, y tanto también en el animo en todo; o sea estuviéramos muchísimo mejor,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:15 [estar bien físicamente, que no..] (482:482) (Super)**

Codes: [EF\_Beneficios]

No memos

estar bien físicamente, que no estén así tan gordos, ni tan flaquitos sino que estén bien de peso y van a estar los funcionamientos del cuerpo bien

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:35 [Bueno en general los jóvenes l..] (475:475) (Super)**

Codes: [EF\_Beneficios]

No memos

Bueno en general los jóvenes los favorece como la obesidad,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:36 [educación física los favorece,..] (476:476) (Super)**

Codes: [EF\_Beneficios]

No memos

educación física los favorece, puesto que los ayuda a estar concentrados más en un deporte, en salir a mover el cuerpo, a estarse ejercitando y no estar por ahí en la calle, ya sea robando o cualquier otra cosa, desperdiciando el tiempo

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:37 [es importante y favorece basta..] (493:493) (Super)**

Codes: [EF\_Beneficios]

No memos

es importante y favorece bastante puesto que él va seguir practicando deportes y lo va mantener de pronto más activo y una mejor salud,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:22 [la educación física es la que ..] (326:326) (Super)**

Codes: [EF\_Beneficios]

No memos

la educación física es la que complementa; o sea por ejemplo toda la semana por ejemplo el miércoles día de física, entonces van a descansar, ya la mente se va a ocupar también pero va a estar en movimiento

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:24 [mi concepto es que pues al hac..] (345:345) (Super)**

Codes: [EF\_Beneficios]

No memos

mi concepto es que pues al hacer ejercicio el estar en movimiento, pues obviamente el cuerpo se va sentir muy bien para el corazón, para los músculos para todo no, y entonces y el mismo rendimiento o sea uno tiene como esas ganas de hacerle, en cambio uno cuando no hace mucho ejercicio pues mantiene como con pereza, como estresado, eso también lo libera a uno el ejercicio

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:34 [en cambio en ese de todas mane..] (285:285) (Super)**

Codes: [EF\_Beneficios]

No memos

en cambio en ese de todas maneras hacen movimiento, hace ejercicio y el ejercicio es salud

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:36 [uno toma eso como para la vida..] (303:303) (Super)**

Codes: [EF\_Beneficios]

No memos

uno toma eso como para la vida de que en la vida, uno tiene que ser ordenado,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:37 [que se pongan activos, y pues ..] (306:306) (Super)**

Codes: [EF\_Beneficios]

No memos

que se pongan activos, y pues que toda la vida sean activos y que no sean dormidos, para eso es que les sirve la educación física

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:38 [en bachillerato los jóvenes qu..] (309:309) (Super)**

Codes: [EF\_Beneficios]

No memos

en bachillerato los jóvenes que sobresalen en educación física, son las personas activas, son las personas líderes siempre están liderando donde lleguen, me parece que donde lleguen en el trabajo que escojan, siempre van a ser líderes

---

**Code: EF\_Clase {7-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:23 [Yo digo una cosa, un profesor ..] (583:583) (Super)**

Codes: [EF\_Clase]

No memos

Yo digo una cosa, un profesor joven, un profesor entendido, un profesor que tal vez de pronto se esté tratando diariamente con los compañeros y que tenga como una cercanía más a ellos como profesor,

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:24 [Si profe también, una persona ..] (598:598) (Super)**

Codes: [EF\_Clase]

No memos

Si profe también, una persona que si tenga su licenciatura, que sea de educación física que no sea otro profesor de otra área, porque un profesor de educación física es el que es más apropiado para un niño,

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:15 [Si, por ejemplo el de preescol..] (394:394) (Super)**

Codes: [EF\_Clase]

No memos

Si, por ejemplo el de preescolar me dijeron a mi “pero como se le ocurre señora Aleyda, que vamos a preferir un profesor de educación física sabiendo que la profesora se la puede dar”, entonces yo les dije “no es que cada tiesto con su arepa”, si hay una persona que estudio educación física esa es la que le tiene que dar, porque ese su perfil,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:16 [Yo digo que debería ser una pe..] (518:518) (Super)**

Codes: [EF\_Clase]

No memos

Yo digo que debería ser una persona que, que conozca el desarrollo, o que haya conocido el desarrollo de un niño en la parte física, también que conozca parte de su cuerpo y el funcionamiento del cuerpo, porque es ilógico que llegue un señor gordo a dictar una clase de educación física, y les digan corran y corran y él no corre si, entonces una persona que tenga buena salud, que tenga buena salud física y que tenga un conocimiento de lo físico y del cuerpo humano.

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:26 [el de educación física tiene q..] (390:390) (Super)**

Codes: [EF\_Clase]

No memos

el de educación física tiene que saber por lo menos antes de un niño empezar a jugar, tiene que hacer una clase de ejercicio para que no le vaya a pasar, nada cuando ellos estén jugando; o sea tienen que hacer una rutina digámoslo así, entonces es necesario que el profesor este especializado en esa área,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:35 [mis hijos llegan allá a la cas..] (297:297) (Super)**

Codes: [EF\_Clase]

No memos

mis hijos llegan allá a la casa a repetir los ejercicios que el profe les enseño, porque les parece chéveres

porque para ellos a veces les parece un reto

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:39 [una persona que sepa, porque c..] (323:323) (Super)**

Codes: [EF\_Clase]

No memos

una persona que sepa, porque como decía el señor ahí sí como dice el señor, si uno va a aprender a jugar fútbol y el que le está enseñando no sabe, entonces uno que va a aprender ahí, tiene que ser una persona que sepa, que haya estudiado eso, y pues que no vaya por ahí a lastimar, que los chinos hagan un ejercicio mal y se fijen y yo he visto que ha pasado, que se friegan a veces porque hacen una mala fuerza o los compañeros allá, entonces pues yo creo que la persona tiene que saber eso, el que está enseñando,

---

**Code: EF\_Concepto {26-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:19 [educación física pues porque e..] (524:524) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

educación física pues porque ellos están imperativos todo el tiempo mientras está pues en la clase practican, están practicando ejercicio

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:25 [educación física es realizar d..] (622:622) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

educación física es realizar deporte

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:26 [Si educación física es un depo..] (625:625) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

Si educación física es un deporte para la salud,

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:13 [Pues la Educación Física esta ..] (346:346) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

Pues la Educación Física esta como en el físico, en el estiramiento es todo eso,

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:16 [Ejercicio, deporte,] (401:401) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

Ejercicio, deporte,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:13 [en la educación física, todos ..] (431:431) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

en la educación física, todos tienen que seguir una reglas igual en las otras materias sí, todos tienen que seguir sus reglas y pues digamos en educación física por lo que mantienen más activos, en cambio en otras clases se la pasan es sentados todo el día escribiendo, escribiendo en cambio en educación física no, es deporte

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:14 [Educación física, es como cono..] (434:434) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

Educación física, es como conocer el cuerpo de uno y su funcionamiento para mí es educarme en lo que tengo que hacer físico, es saber lo que debo hacer,

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:17 [darles a entender a los niños ..] (521:521) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

darles a entender a los niños que la educación física no solo es deporte, enseñarles que es salud; o sea que tengan un conocimiento porque lo hacen

**P 6: GRUPO FOCAL 3.doc - 6:29 [Matemática y eso si eso es pur..] (441:441) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

Matemática y eso si eso es puro mentalismo, y educación física pues la palabra lo dice físico, es moverse tener movimiento es bajar, es tener buena salud,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:33 [Bueno diferencias entre la edu..] (457:457) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

Bueno diferencias entre la educación física y las otras materias, es que el tener un cuerpo activo, me genera pues una mejor salud, el simple hecho de estar en movimiento constante en la educación física, y no estar sentado en el salón pues haciendo matemáticas, pues eso me hacía ser más feliz en el colegio, cuando estaba en esa época

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:34 [Pues puede ser que en la educa..] (466:466) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

Pues puede ser que en la educación física uno tiene la mente ocupada en algo y pues en las otras materias es lo mismo, aunque lo que cambia es que el cuerpo está en movimiento,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:39 [es el educar correctamente el ..] (529:529) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

es el educar correctamente el cuerpo, y pues la mente a partir del manejo de varios deportes

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:40 [la mente estuviera enfocada en..] (532:532) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

la mente estuviera enfocada en hacer actividad física, en estar saludables

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:41 [educar realmente sobre el movi..] (538:538) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

educar realmente sobre el movimiento del cuerpo, el estiramiento

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:42 [la educación física, es manten..] (544:544) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

la educación física, es mantener un buen estado físico y ya pienso eso y unos buenos hábitos de salud

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:18 [lo que es química, matemáticas..] (295:295) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

lo que es química, matemáticas, sociales lo que es las otra materias, es lógicamente para...o sea usted tiene eso en la mente y le va a funcionar aquí, y ya en la educación física es de rendimiento y cuerpo, y para relacionarse con los demás

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:20 [es que la educación física reú..] (306:306) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

es que la educación física reúne como todas las cualidades, como las cosas que necesita el ser humano; porque está reuniendo como las tres cosas más importantes, que es la mente, ejercitar el cuerpo y relacionarse con la sociedad, mientras que un área como tal por decir matemáticas, requiere mucho es la mente si concentración, básicamente es eso que ejercitar el cuerpo o relacionarse,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:21 [No quizá haya una sola como en..] (315:315) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

No quizá haya una sola como en lo intelectual, porque en la educación física pues uno de lógica también tiene que poner la mente no, en un área también serían tres cosas por uno

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:27 [la educación física, es como l..] (396:396) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

la educación física, es como la materia donde le enseñan a uno como de todos los deportes un poquito si, o sea le enseñan a uno que usted antes de empezar a jugar tiene que hacer; o sea calentamiento para un ejercicio antes de empezar a jugar, entonces le dan como...o sea si le enseñan como todos los deportes un poquito,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:28 [enseñarle al niño a conocer un..] (402:402) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

enseñarle al niño a conocer un poco su cuerpo si, porque yo también pienso que eso hace parte de la educación física, conocer un poco de sus músculos, de los movimientos de los si pues pienso que eso también hace parte de la educación física y del comportamiento como tal,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:30 [la diferencia que sí que los c..] (257:257) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

la diferencia que sí que los chinos se como que les gusta eso del deporte, y si van en su sudadera y eso

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:31 [es totalmente diferente la din..] (260:260) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

es totalmente diferente la dinámica, no están al frente de un tablero sentados, encerrados, entonces eso lo

hace diferente

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:40 [lo eduque en cuanto digamos al..] (335:335) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

lo eduque en cuanto digamos al manejo de su cuerpo, en cuanto al deporte, en cuanto a la formación de su mismo cuerpo, entiendo entonces algo que la educación física; o sea que tenga que ver con movimiento, con ejercicio, pero que le marque unas normas, o que le marquen unos puntos a seguir, que no sea solamente practicar por practicar, sino que sea algo ordenado

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:41 [es como saber hacer ejercicio,..] (338:338) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

es como saber hacer ejercicio, eso es como la educación física que yo entiendo,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:42 [yo entiendo de educación físic..] (343:343) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

yo entiendo de educación física, es que es una asignatura que se da en el colegio, para que el estudiante aprenda a diferentes deportes o actividades físicas, y el decirles para qué y por qué es bueno practicarla,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:43 [educación física es educar fís..] (352:352) (Super)**

Codes: [EF\_Concepto]

No memos

educación física es educar físicamente hacer ejercicio, deporte y todo lo que tiene que ver con deporte

---

**Code: EF\_Valor {7-0}**

**P 3: GRUPO FOCAL 1.doc - 3:22 [En mi caso de mis dos hijas fu..] (575:575) (Super)**

Codes: [EF\_Valor]

No memos

En mi caso de mis dos hijas fue y es muy importante la educación física, yo espero que ellas no solamente terminen este año y ya dejen paren acá, pues la rutina de sus ejercicios y todo eso, porque pues para mi es importante que ellas sigan practicando su rutina de ejercicios, a pesar de que una de ellas no puede correr ni nada de eso; pero pues si se llevan algo muy bonito de acá de la clase de educación física,

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:14 [Yo diría que la asignatura de ..] (348:348) (Super)**

Codes: [EF\_Valor]

No memos

Yo diría que la asignatura de Educación Física debería ser muy importante, y debería ser la primera, porque si yo estoy ahí dormido, cansado, yo no puedo manejar matemáticas, no puedo manejar un ingles, porque a los jóvenes y a los niños les da duro matemáticas, el ingles, química, física por eso

**P 4: GRUPO FOCAL 2.doc - 4:18 [Para mi yo creo que es muy imp..] (410:410) (Super)**

Codes: [EF\_Valor]

No memos

Para mi yo creo que es muy importante, porque yo manejo un estrés terrible, y yo creo que es a causa de falta

de educación física, de deporte, de ejercicio, yo manejo un estrés total,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:38 [Que bien sea un profesor o una..] (508:508) (Super)**

Codes: [EF\_Valor]

No memos

Que bien sea un profesor o una profesora; pero que sea enfocado en esa área en el área de educación física, que no sea enfocado en las demás áreas; porque o sea a los niños solo los sacan para... los demás profesores que no están enfocados en la educación física, solo los sacan a jugar con un aro, con un balón y ya, no les hacen la educación física como tal,

**P 7: GRUPO FOCAL 4.doc - 7:43 [pues cuando yo estaba en coleg..] (552:552) (Super)**

Codes: [EF\_Valor]

No memos

pues cuando yo estaba en colegio pues eso fue lo que me ayudo a formarme como persona, hacer mejor persona pues para la sociedad, le doy muchísima importancia a la educación física,

**P 8: GRUPO FOCAL 5.doc - 8:25 [la educación física dentro de ..] (360:360) (Super)**

Codes: [EF\_Valor]

No memos

la educación física dentro de las clases del colegio, es como el premio para el niño; porque un niño, o sea uno mira el niño el día que les toco educación física es el día que más madrugan, el día que más activos, el día que quieren salir de primeros para el colegio; entonces es como el premio de ellos, para las otras áreas que le tienen como pereza; entonces claro que les va servir les va servir mucho para el desarrollo de ellos,

**P 9: GRUPO FOCAL 6.doc - 9:32 [la educación física les contri..] (279:279) (Super)**

Codes: [EF\_Valor]

No memos

la educación física les contribuye también en lo físico, en lo psicológico y las otras materias también ponen su granito de arena, como para que los chicos sean mejores personas,

---