



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ
VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO
MAESTRÍA EN DOCENCIA SUPERIOR

**RESTRUCTURACIÓN DEL PROGRAMA “LEVANTAMIENTO DE
PESAS” DENTRO DEL PENSUM CURRICULAR DE EDUCACIÓN
FÍSICA DE LA UNIVERSIDAD DE PANAMÁ**

POR:
RODOLFO MÉNDEZ

PANAMÁ, 2003

obra del autor

-7 JUL 2004

DEDICATORIA

A mi esposa Fanny, quien en todo momento me apoyó y animó a terminar con mi objetivo, y a mis hijos Rolando, Adolfo y Helmuth máximas bendiciones en mi vida.

AGRADECIMIENTO

A Dios Todo Poderoso quien ha permitido que llegue a la meta propuesta.

A la profesora Mirna de Flores por su perseverante e insistente motivación a la culminación de tan caro anhelo. A todos aquellos profesores del programa de Docencia Superior que de una manera u otra fueron artífices de mi superación.

ÍNDICE

	Pág.
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
INTRODUCCIÓN	vii
CAPÍTULO I. CONSIDERACIONES GENERALES DEL ESTUDIO	1
1.1. Planteamiento del Problema	2
1.2. Hipótesis General	4
1.3. Objetivos de la Investigación	4
1.3.1. Objetivos generales	4
1.3.2. Objetivos específicos	5
1.4. Delimitación de la Investigación	6
1.5. Justificación	6
1.6. Limitaciones	7
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO REFERENCIAL	9
2.1. La educación Panameña en Perspectivas	10
2.1.1. La modernización del sistema educativo	11
2.1.2. Concepto y fines de la educación	16
2.1.2.1. A nivel general	16
2.1.2.2. A nivel superior	21
2.1.3. El perfil docente y la calidad de la educación ...	25
2.2. Importancia del Diseño Curricular en la Educación Superior	28
2.2.1. Noción general	28
2.2.2. El diseño curricular	32
2.2.3. Modelos de diseño curricular	40
2.2.4. Concepciones metodológicas	47

2.3. Generalidades sobre la Educación Física	60
2.3.1. Situación de la Educación Física	60
2.3.2. Conceptualización	61
2.3.3. Campos de la Educación Física	64
2.4. Levantamiento de Pesas y Acondicionamiento Físico ...	66
2.4.1. Antecedentes	66
2.4.2. Entrenamiento físico	70
2.4.3. Acondicionamiento físico con carga	74
2.5. La Escuela de Educación Física	76
2.5.1. Antecedentes	76
2.5.2. Aspectos administrativos	77
2.5.2.1. Organización interna	77
2.5.2.2. Políticas	79
2.5.2.3. Objetivos	80
2.5.3. Plan de estudios	82
2.5.3.1. Perfil de ingreso	82
2.5.3.2. Perfil del egresado	84
CAPÍTULO III. PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS ...	87
3.1. Tipo de Investigación	88
3.2. Fuentes de Información	89
3.2.1. Fuentes materiales	89
3.2.2. Población y muestra	90
3.2.3. Tipo de muestra	91
3.3. Hipótesis	91
3.4. Las variables	92
3.4.1. Variables independientes	92
3.4.2. Variables dependientes	93

3.5. Descripción de instrumentos	93
3.6. Procedimiento	94
CAPÍTULO IV. PRESENTACIÓN, ANÁLISIS DE RESULTADOS Y PROPUESTA	96
4.1. Situación actual de la Carrera	97
4.1.1. Análisis introductorio	97
4.1.2. Situación actual	101
4.2. Resultados de la Encuesta y Análisis	107
4.2.1. Encuesta aplicada a estudiantes	107
4.2.2. Opinión de los profesores	109
4.2.3. Encuesta a empresarios	112
CONCLUSIONES	115
RECOMENDACIONES	119
CAPÍTULO V: PROPUESTA	122
5.1. Reestructuración del Programa Levantamiento de Pesas .	123
5.1.1. Justificación	123
5.1.2. Descripción del curso	124
5.1.3. Objetivos	125
5.1.4. Contenido del curso	128
BIBLIOGRAFÍA	134
ANEXO: PROGRAMA DEL CURSO LEVANTAMIENTO DE PESAS 1969	

INTRODUCCIÓN

Los tiempos han cambiado, como resultado de una gran revolución en todas las ramas del saber, provocando cada día nuevas expectativas y perspectivas, lo que exige a su vez la adaptación e innovación constante del pensamiento y la práctica, a fin de poder hacerle frente a la realidad.

La Escuela de Educación Física con más 50 años de existencia, no ha hecho renovaciones importantes en el currículo, y ese quizás, es el motivo de la percepción negativa que existe en el mercado laboral, sobre el nivel de calidad de nuestros egresados, a los cuales en su mayoría sólo les queda la alternativa de ejercer como docentes.

Por ello, nuestra preocupación por contribuir a mejorar la calidad del producto que estamos formando, lo que nos motivó a realizar la presente investigación titulada **“Reestructuración del Programa Levantamiento de Pesas, dentro del Pensum Curricular de la Escuela de Educación Física de la Universidad de Panamá”**.

El trabajo consta de cinco capítulos: el primero se titula, **Aspectos Generales del Estudio**, y abarca: planteamiento del problema, hipótesis general, objetivos de la investigación, delimitación de la investigación, justificación y limitaciones.

El segundo capítulo titulado, **Marco teórico Referencial**, se refiere a la educación panameña en perspectivas, importancia del currículo en la educación, generalidades sobre la Educación Física, el levantamiento de pesas y el acondicionamiento físico y a la Escuela de Educación Física de la Universidad de Panamá.

El tercer capítulo denominado **Procedimientos Metodológicos**, hace énfasis en el tipo de investigación, fuentes de información, hipótesis, las variables, descripción de instrumentos y en el procedimiento.

El cuarto se titula, **Presentación, Análisis de Resultados**, trata sobre la situación actual de la carrera de Licenciatura en Educación Física, resultados de las encuestas y análisis, conclusiones y recomendaciones.

El quinto y último capítulo presenta la propuesta de reestructuración.

CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES DEL ESTUDIO

1.1. Planteamiento del problema

La Escuela de Educación Física de la Universidad de Panamá, ubicada dentro de las áreas revertidas de Curundu, cuenta con una oferta de licenciatura en educación física a nivel medio, que desde hace varias administraciones se intenta reestructurar, a fin de adecuarla a las exigencias del mercado laboral. El levantamiento de pesas es un curso electivo en la carrera, que fue creado en el año 1970.

Desde su creación, el curso de levantamiento de pesas se fundamentó en contenidos académicos relacionados con las técnicas de levantamientos de pesas olímpicos, su reglamentación, el arbitraje y la motivación hacia la práctica del deporte de las pesas, como parte de los conocimientos de formación para el futuro docente. Este objetivo no se ajusta a la realidad actual, debido a los avances científicos en este campo, a la nueva tecnología del ejercicio y a las necesidades del mercado laboral.

Producto de esta situación, en los últimos veinte años las empresas del ejercicio, hoteles, el Instituto Nacional de Deportes y los Municipios, entre

otros, se han quejado de la pobre formación del Educador Físico, olvidando que de cierto modo, la misión de la Escuela de Educación Física no es la formación de entrenadores, recreacionistas o instructores de aeróbicos para gimnasios o centros de recreación. Se han hecho intentos por subsanar tal deficiencia a través de seminarios en diferentes áreas del deporte y el ejercicio en general, sin mayores resultados.

En síntesis se puede decir, que el curso de levantamiento de pesas se ajustó en su época (1970 –1980), a las necesidades del mercado laboral y deportivo, pero hoy la realidad es otra, de lo cual surgen una serie de interrogantes, que se esperan responder con esta investigación. Entre éstas.

- ¿La preparación del egresado de la carrera de Licenciatura en Educación Física responde a las necesidades del mercado actual?.
- ¿El diseño curricular que se ofrece actualmente logra cubrir las expectativas indispensables del egresado y del mercado laboral?.
- La propuesta curricular existente refleja la necesidad y cohesión interdisciplinaria de la carrera?

- ¿Cuál es la situación y perspectivas de la Educación Física dentro de la nueva legislación que rige la actividad educativa en el país?.

1.2. Hipótesis General

En base a lo antes expuesto, se establece en el presente estudio la siguiente hipótesis general.

“La reestructuración del curso de **levantamiento de pesas**, satisface las necesidades del mercado laboral y permitirá mejorar el perfil del egresado de la carrera”.

1.3. Objetivos de la Investigación

1.3.1 Objetivos generales

- Evaluar si la propuesta de renovación curricular del Curso de Levantamiento de Pesas se adecúa a las necesidades del mercado laboral.

- Presentar recomendaciones para renovar el diseño curricular del Curso de Levantamiento de Pesas.

1.3.2. Objetivos específicos

- Analizar las opiniones que existen sobre el diseño curricular del curso de levantamiento de pesas
- Determinar si el diseño existente del Curso de Levantamiento de Pesas, se ajusta a las necesidades del mercado de trabajo y apoya de manera interdisciplinaria las materias de formación de la carrera de educación física.
- Proponer un nuevo nombre para el Curso de Levantamiento de Pesas.
- Establecer la correspondencia existente entre la realidad del curso actual y la realidad reflejada en el diagnóstico.

- Proponer los ajustes necesarios del Curso Levantamiento de Pesas actual en una propuesta de renovación.

1.4. Delimitación de la Investigación

Esta investigación se desarrolla en la Facultad de Humanidades, específicamente en la Escuela de Educación Física, de la Universidad de Panamá, ubicada en el área revertida de Curundu, en donde se evalúa el programa del curso electivo denominado **“Levantamiento de Pesas”**.

1.5. Justificación

La Escuela de Educación Física de la Universidad de Panamá tiene más de 50 años de haber sido creada y hasta a fecha, son muy pocos los cambios o ajustes que se han hecho en el Pensum curricular. Como egresado y profesor de la carrera, encuentro en la demanda del mercado laboral, por ejemplo, que el curso de levantamiento de pesas que se imparte como una materia electiva, no se ajusta a las exigencias del mercado. Tal situación justifica este estudio, cuyos resultados serán un paso importante para lograr la aplicabilidad del curso a la demanda.

Con esta investigación se pretende reestructurar el curso de **levantamiento de pesas**, dándole un marco más amplio de aplicación al conocimiento del trabajo de ganancia de fuerza, el acondicionamiento físico en general y a los fundamentos administrativos y fisiológicos que rigen la actividad deportiva privada y escolar. Desde esta perspectiva, el presente estudio también es importante, porque tiene como objetivo fortalecer la formación de los estudiantes de la carrera.

1.6. Limitaciones

Toda investigación de esta naturaleza, se ve afectada por algunas restricciones o limitaciones que de una u otra forma afectan el desarrollo normal de la misma. Se reconoce como limitaciones del presente estudio las siguientes:

- La carencia de bibliografía especializada en acondicionamiento físico con carga.
- El poco tiempo de que se dispone para hacer las evaluaciones de campo y la aplicación de encuestas.

- La falta de estudios previos que traten sobre el curso de levantamiento de pesas en la Escuela de Educación Física de la Facultad de Humanidades.

CAPÍTULO II

MARCO TEORICO REFERENCIAL

2.1 La Educación Panameña en Perspectivas

Un aspecto trascendental en la evolución de la educación lo resume la Enciclopedia Microsoft Encarta en los siguientes términos:

*“En el siglo XVII y XVIII hubo un renovado interés por la educación y el conocimiento sobre los métodos de enseñanza se incrementó. El clérigo francés y educador Juan Bautista de la Salle y después el reformador pedagógico suizo Johann Pestalozzi, fundaron escuelas modelos para niños y jóvenes y hubo otros educadores que aportaron sus teorías y métodos”.*¹

La cita anterior resalta la importancia que siempre ha tenido la educación y su evolución histórica en beneficio de la humanidad. Por ello, el papel de la educación es incuestionable, ya que conduce a los pueblos a alcanzar su máximo desarrollo social, cultural, económico y político; por lo tanto, son múltiples las condiciones que se requieren para que la misma sea eficaz.

¹ Microsoft Corporation. . Enciclopedia Microsoft Encarta. Enseñanza 1997. Pág. 1993..

2.1.1. La modernización del sistema educativo

En los albores del siglo XXI, la educación se encuentra sometida a cambios trascendentales y de revisión de los paradigmas sociales y educativos, donde el conocimiento se asume como factor fundamental del desarrollo y la educación como la llave para tener acceso a él. Como el mundo es cambiante, entonces el sistema educativo debe estar en constante evolución para adecuar la enseñanza a las exigencias del mundo actual.

Se debe reconocer, que la vida se ha vuelto más difícil, y la escuela debe evolucionar para preparar a individuos con capacidad para actuar en ese mundo complejo y diversificado.

Ezequiel Ander al respecto indica:

*“No se trata entonces de incorporar a su manera de vivir una técnica refinada de la que ya no podrá prescindir, y que el hombre se vaya ruborizando, pasando a ser una máquina que actúa por reflejos programados”.*²

²ANDER, Ezequiel. *La Planificación Educativa*. Editorial Magisterio de Río de la Plata. Argentina. 1996, pág.45.

Para enfrentar estos retos, la estrategia educativa panameña, plantea que lo necesario es una educación de calidad para formar a las actuales y futuras generaciones con las competencias, conocimientos y los valores deseables de una cultura de paz, que contribuya a fortalecer la convivencia pacífica, tolerante y democrática.

El Ministerio de Educación con el fin de cumplir los preceptos constitucionales y demás ordenamientos legales en materia de educación la concibe así:

“El Ministerio de Educación impulsa el proceso de transformación curricular, que constituye uno de los pilares de la Estrategia de Modernización de la Educación Panameña, (1997 - 2006), para enfrentar exitosamente los desafíos del nuevo milenio, cuya característica generalizada será la globalización, competitividad y la modernización que exige el pleno y cabal desarrollo de las capacidades humanas y, por ende, el fortalecimiento de los recursos humanos del país”.³

Al incluir el concepto de competitividad, de seguro se hace énfasis en la prioridad de una educación de calidad, lo cual plantea la necesidad de

³ Ministerio de Educación. *Sistema Nacional de Planificación Educativa. Panamá: 1999, pág.11.*

nuevas estructuras para la oferta educativa, a fin de que el individuo pueda lograr un pleno desarrollo personal y social.

Se puede decir, que la educación panameña en el marco de la modernización ha tomado un nuevo rumbo con la aprobación de la Ley 34 de julio d 1995, que introduce cambios a la Ley Orgánica de Educación. Esta Ley sienta las bases para reformar el sistema educativo panameño en general, lo cual implica una revisión completa de los planes y programas de estudio de las instituciones a nivel superior, para determinar las necesidades que presenta la nación y hacer los ajustes cónsonos con los cambios acelerados, diversos y profundos que genera la economía, la cultura, la ciencia, la tecnología y el mercado de trabajo, así como en la nuevas teorías de aprendizaje.

El objetivo fundamental de la nueva política educativa, es lograr replantear el modelo pedagógico y administrativo de los centros educativos, para obtener una educación más equitativa y de calidad, con el fin de mejorar los ambientes de aprendizaje y de asegurar el éxito de todos los que aprenden, así como impulsar formas creativas e innovadoras de enseñanza y

aprendizaje, que estimulen el desarrollo de la inteligencia, el pensamiento crítico, la capacidad de resolver problemas, las actitudes y las destrezas.

Desde esta perspectiva, en el momento actual, la educación panameña está llamada a cumplir funciones tanto educativas como sociales, cuya especificidad la determinan las características de la sociedad y el fortalecimiento de la eficiencia de las escuelas y universidades, a fin de que éstas constituyan alianzas entre sí para utilizar mejor los recursos existentes. Esto además plantea la necesidad de lograr cambios trascendentales en el enfoque que los docentes deben asumir para cumplir con las exigencias y retos de la sociedad actual.

Viviana González, sobre este punto opina:

*“En la medida en que el estudiante deja de ser un objeto de aprendizaje que repite mecánicamente la información que recibe y se convierte en un sujeto que procesa información y construye conocimientos a partir de sus intereses y conocimientos previos, sobre la base de un proceso profundo de reflexión en el que toma partido y elabora puntos de vista y criterios propios, está en condiciones de formar sus valores”.*⁴

⁴ González M. Viviana. *La Educación de Valores en el Currículo Universitario*. O. E. I. 2002, pág.6.

Es oportuno resaltar, que precisamente dentro de este punto, una de los rasgos más innovadores de la modernización del sistema educativo panameño, está en la intención de variar el enfoque academicista y conductista por una propuesta orientada por principios de carácter constructivista.

Según el Ministerio de Educación, esto implica que los programas harán posible en la práctica la aplicación de los principios básicos de las corrientes constructivistas que son:

- *“Asumir que el aprendizaje es continuo, progresivo y está en constante evolución.*
- *Estimular los aprendizajes significativos sustentados en la consideración de los aprendizajes previos del alumnado.*
- *Propician la construcción o reconstrucción del conocimiento por parte del sujeto que aprende.*
- *Estimular el desarrollo del pensamiento en las dimensiones del “saber”, “saber ser”, “saber hacer” y “saber convivir”.*
- *Propiciar la construcción del conocimiento a partir de la acción sobre la realidad y el interactuar con las otras personas.*
- *Propiciar la resolución de retos cognitivos de carácter social e individual”⁵*

⁵ Ministerio de Educación. Op. Cit. Pág.17

De lo anterior se colige, que el proceso de globalización cuya manifestación más relevante es el rompimiento de las altas barreras arancelarias, coloca a los países que suscriben acuerdos de este tipo, en la necesidad de renovar el concepto de competencia local por el de competencias global. Pero no se trata sólo de la competencia entre productos, sino también en el ámbito de los recursos humanos. Es decir, el conocimiento es una de las bases más importantes en que se fundamentan las relaciones comerciales de la sociedad actual, por lo cual los procesos educativos deben ajustarse a las necesidades que demanda la sociedad

2.1.2. Concepto y fines de la educación

2.1.2.1. A nivel general

Intentar definir el concepto educación resulta un tanto complejo, por las diversas corrientes filosóficas y pedagógicas desarrolladas a través de la historia y que han influido en el conocimiento humano.

Para Platón, la educación consiste en dar al cuerpo y al alma toda la belleza y perfección que son susceptible. Dice que la perfección consiste en tres funciones: formación del hombre virtuoso, formación del ciudadano y formación para una proyección.

Etimológicamente, educación viene del latín **Educare** que significa criar –alimentar – nutrir y de la palabra **Eduxere** (actual) que significa conducir – llevar – sacar – sacar fuera. Etimológicamente educación es evolución de dentro hacia fuera. Las voces latinas **ex** y **duco** de las que se deriva esta palabra apuntan a la potencialidad interna del hombre que la educación ha de activar y hacer aflorar al exterior.

Según algunos eruditos en el tema educativo como Alejandro Sanvisens Marfull, la educación es una actividad dinámica que presenta un doble aspecto:

- “a. Como influencia o ayuda exterior que trata de desarrollar y perfeccionar las disposiciones y aptitudes del individuo hacia objetivos adecuados a su naturaleza y, al mismo tiempo, hacia pautas o valores que la sociedad considera deseables.*
- b. Como formación y configuración intrínseca de la persona, tratando de realizarse y*

autodeterminarse de acuerdo con los patrones considerados racionalmente óptimos”⁶.

Esta afirmación significa, que la educación ayuda al individuo en la búsqueda del cause dentro del cual ordena su propia síntesis de lo físico, lo social y lo espiritual, pero no puede sustituirlo a él; no representa una coacción, ni un adiestramiento o acumulación. Es esencialmente, y en toda la extensión del término, una cooperación.

En los dos aspectos, extrínseco (influencia externa), e intrínseco (autoformación), se realiza un proceso interactivo entre el agente educador y el educando. Asimismo, la educación como proceso se divide en sistemática y asistemática. La primera (sistemática) se localiza en los centros educativos y la segunda (asistemática) la proporciona el ambiente indiferenciado y la adquiere el individuo participando en diversos aspectos de la vida social: la familia, la calle, el entorno, el trabajo y otros.

Los centros educativos, en sus diversos niveles y modalidades, son instituciones sociales en donde se concentran los medios disponibles que pueden contribuir eficazmente para que el hecho educativo (sistemas,

⁶ SANVISENS M., Alejandro. *Introducción a la Pedagogía*. Editorial Barcanova, S.A. España. 1984, pág.210.

normas, formas, prácticas y recursos) alcancen sus objetivos, lo cual nos lleva a la consideración de la educación como un efecto o resultado.

Según Sanvisens, se dice que una persona está educada cuando:

*“Posee un alto grado de formación suficiente para entender, juzgar y autogobernarse de modo eficiente y personal, en virtud de su preparación, experiencia, fuerza de voluntad y capacidad de decisión para actuar racionalmente y responder de su actuación”.*⁷

El resultado al cual se refiere Sanvisens, que representa el fin último de la educación se adquiere a través de efectos relacionados mediante un proceso de formación que comprende las diferentes etapas de la vida del niño, del adolescente y del adulto. Esto subraya el sentido de perfeccionamiento del desarrollo positivo y adecuado que la educación implica. No se trata de una simple adaptación del individuo, sino de una posibilidad renovadora en la cual se crean nuevas formas superiores de conocimiento y acción.

El Ministerio de Educación, al tratar el asunto de los fines de la educación los sintetiza en los siguientes términos:

*“Contribuir al desarrollo integral del individuo con énfasis en su capacidad crítica, reflexiva y creadora, para tomar decisiones con una clara concepción científica del mundo y de la sociedad, con elevado sentido de solidaridad humana”.*⁸

Se debe tener presente, que el desenvolvimiento del hombre conlleva una intencionalidad según su ideal, o perfil que concibe de la sociedad. Dentro de este contexto deben estar enmarcados los objetivos y fines de la política educativa de una sociedad, sin que en ninguna forma se entorpezca la obligación de estudiar.

La conceptualización de la educación nos lleva a reflexionar, sobre el compromiso que tenemos en la sociedad de impulsar el bienestar colectivo; esto finalmente va a permitir que hombres y mujeres se formen y desarrollen una personalidad individual, conscientes de los males de la sociedad, críticos y dueños de sus propios actos.

⁸ Ministerio de Educación. *La Planificación Educativa*. Panamá: 1999, pág.2.

José L. Castillejo Brull, conceptualiza en su obra *Las Nuevas Perspectivas de las Ciencias Sociales* que:

*“La educación es un proceso de integración personal de la cultura, que posibilita proyectar y realizar la vida más plenamente dentro de la comunidad con espíritu creativo”.*⁹

El proceso educativo tiene por objeto transmitir valores y pautas culturales de la sociedad, como garantía de continuación de la misma para su sobrevivencia. Esto da un argumento válido, de que el fenómeno educativo representa un sistema de perpetuación de la cultura y de acción, mediante la cual se incorpora el pasado histórico de los pueblos.

En este estudio, nos interesa especialmente la fase educativa correspondiente al nivel superior; específicamente, la formación integral de estudiantes de Licenciatura en Educación Física.

2.1.2.2. A nivel superior

La universidad es el escenario en donde se desarrolla la cultura académica. En donde la ciencia, la humanística y la filosofía afirman su

⁹ CASTILLEJO B. JOSÉ L. *Las Nuevas Perspectivas de las Ciencias Sociales*. 1990. pág.23.

ostensible independencia y se abren nuevos caminos dentro de cada una de ellas. Es decir, partiendo de una formación académica general, el individuo a este nivel se nutre de los conocimientos necesarios para enfrentar con recursos idóneos los grandes ámbitos del conocimiento, la historia, los valores y otras especificaciones del saber adquirido.

De acuerdo a los planteamientos de Francisco Larroyo, las funciones esenciales de la universidad están:

- “1. Conservar, transmitir y renovar los auténticos bienes de la cultura y del saber.*
- 2. La preparación de profesionales de alto nivel y su habilitación para el ejercicio público.*
- 3. La investigación científica y la formación de investigadores.*
- 4. El análisis de los grandes problemas nacionales y la búsqueda efectiva de soluciones racionales y estables.*
- 5. La vinculación efectiva a la vida internacional del saber; recibiendo, aportando y asumiendo una actitud crítica”¹⁰.*

A estos propósitos obedece nuestra propuesta para modificar el Currículum académico de la carrera de Licenciatura en Educación Física,

¹⁰ LARROYO, Francisco. *Pedagogía de la Enseñanza Superior*. Editorial Porrúa, S.A., México: 1984, pág. 31.

específicamente en el curso de levantamiento de pesas, para adecuarlo a las exigencias del mercado actual.

Cabe destacar, que concepto educación superior indica ante todo, una jerarquía. Se trata del nivel de enseñanza al que se ingresa después de haber terminado satisfactoriamente los estudios que le anteceden: enseñanza primaria y educación media.

No obstante, la educación superior no sólo es enseñanza en sentido estricto, ya que la función del docente universitario consiste principalmente en orientar el aprendizaje a través de la investigación creadora y el descubrimiento. De acuerdo a Francisco Larroyo:

*“La enseñanza superior es, por principio, comunicación. Se mantiene y medra gracias a un doble movimiento: producción e información”.*¹¹

Según estos planteamientos, el estudiante de nivel superior debe utilizar tanto la consulta bibliográfica como la reflexión, la comunicación y la práctica, ya que el lector afanoso, pero que es incapaz de reflexionar y poner en práctica sus conocimientos no asimila; y así se convierte en una

¹¹ *Ibidem.*

fuentes de conocimientos, pero sin llegar a ser un manantial de ideas fecundas.

El docente a nivel superior por su parte, debe comprender que su principal función consiste en señalar nuevos caminos para la autodeterminación personal y social hacia la conciencia crítica, por medio del análisis y transformación favorable de la relación hombre-sociedad.

Reinaldo Suárez Díaz, sobre el mismo tema indica que:

*“Aprender es buscar significados, criticar, inventar, indagar en contacto permanente con la realidad. Nadie educa a nadie. Todos nos educamos unos a otros en la experiencia de la vida. Nuestro maestro es la realidad vivida. El profesor universitario es guía, orientador, catalizador, animador de este proceso comunitario”.*¹²

Esto significa, que la educación superior involucra todo un proceso que lleva el germen cambiante y ascendente del pensamiento humano y de sus estructuras organizativas. Más aún, de los planteamientos de Suárez Díaz se destaca la importancia de la investigación y contacto con la realidad; precisamente uno de los objetivos de nuestra propuesta que busca

¹² SUÁREZ D. Reynaldo. *La Educación*. Editorial Trillas. México. 1989, pág. 45.

involucrar al estudiante con la realidad, a través de la colaboración de las empresas en la investigación y la práctica, para fortalecer el perfil del egresado de la carrera de educación física

2.1.3. El perfil docente y la calidad de la educación

Por lo complejo que resulta la educación superior, es necesario que el docente universitario sea profundamente conocedor de la disciplina que enseña, capaz de comunicar sus conocimientos, y poseedor de aptitudes especiales para tratar con estudiantes adultos.

Por tal razón, el perfeccionamiento y actualización del docente universitario representa uno de los problemas que actualmente está recibiendo mayor atención, debido a la exigencia que se plantea a nivel mundial en lo que respecta al mejoramiento de la calidad de la educación superior.

Tanto el perfeccionamiento como la actualización del docente son condiciones que se vinculan directamente a la calidad de la educación, precisamente porque éste como organizador, facilitador y conductor del

proceso de aprendizaje, tiene la responsabilidad directa sobre los resultados de la acción educativa. Sin embargo, no debe dejarse de lado, que existen otros factores concurrentes, tales como: las características ambientales que incluyen aspectos culturales, sociales, económicos y tecnológicos.

En este sentido, tratar el tema de la calidad de la educación no es tarea fácil, en vista de que plantea la formulación de un juicio de valor entre una situación real y otra ideal. El concepto por un lado se refiere a la eficiencia (cumplimiento de los objetivos y finalidades formuladas) y eficacia (sentido verdaderamente práctico de los objetivos). O sea, es fundamental determinar la correspondencia entre lo aprendido y la aplicación de este aprendizaje para generar posibilidades de cambio.

Desde esta concepción, el perfeccionamiento del docente se dirige a procurar el indispensable equilibrio entre el producto de la educación y las necesidades y exigencias que plantea una sociedad en constante proceso de crecimiento y evolución. Se trata del punto medular del proceso enseñanza – aprendizaje.

Suárez Díaz, Reinaldo, al respecto manifiesta:

“El proceso de enseñanza – aprendizaje supone percibir, intuir, criticar, crear y expresar. Por lo tanto, es preciso educar esos principios de percepción, intuición, criticidad y expresividad”.¹³

De lo expuesto se deduce, que la calidad de la educación se mide por su eficiencia y eficacia en la tarea de colaborar en la formación de seres críticos y creadores que, una vez recibida la imagen, concepto o afirmación, sean capaces de elaborarlos hasta comprender su verdadero significado, partiendo del principio de correspondencia con la realidad.

Por tal razón, la calidad de la educación debe ser estudiada tomando en cuenta también los factores que la determinan como: la formación y el perfeccionamiento del docente, la labor de supervisión, los recursos físicos y financieros y la estructura y orientaciones curriculares, entre otros.

¹³ SUÁREZ, D. Reinaldo. *La Educación*. Editorial Trillas. México: Pág. 136.

2.2. Importancia del Diseño Curricular en la educación Superior

2.3.1. Noción general

El concepto de currículum ha tenido una evolución tremenda, tanto en la teoría como en la práctica educativa desde que el mismo hizo su aparición a principios del Siglo XX, reemplazando los términos planes de estudio y programas.

Entiéndase por planes de estudio, el conjunto de asignaturas que se desarrollan durante un nivel de enseñanza y que contiene los nombres de las materias, su alcance, su distribución en el tiempo y la duración de cada una. El programa es una enunciación más detallada de los contenidos correspondientes a cada asignatura en un determinado curso. Incluye los objetivos generales y específicos de cada asignatura, así como algunas sugerencias generales de carácter metodológico y lineamientos de evaluación del aprendizaje.

Evidentemente, en el mecanismo de los planes de estudio predominaba la materia y el desarrollo del programa se apoyaba en los libros

de texto. Asimismo, el docente era considerado la figura principal del proceso, y la técnica fundamental la exposición, por medio de la cual se transmitían los contenidos de la materia; en este contexto, el alumno debía cumplir un papel pasivo, cuya principal tarea era la memorización de la información recibida.

Para Jonson (1970), el currículo es algo más que el conjunto de las experiencias del aprendizaje: se refiere al aprendizaje terminal del alumno como resultado de la enseñanza. Para este autor, el currículo especifica los resultados que se desean obtener del aprendizaje, los cuales deben estar estructurados previamente; de esta manera hace referencia a los fines como resultado del aprendizaje y sostiene que el currículo no establece los medios, es decir, las actividades y los materiales, sino los fines.

Para Glazman y De Ibarrola (1975), el currículo está representado por el conjunto de objetivos de aprendizaje, operacionalizados, convenientemente agrupados en unidades funcionales y estructuradas, de tal manera que conduzcan a los estudiantes a alcanzar un nivel universitario de dominio de una profesión, que normen eficientemente las actividades de enseñanza y aprendizaje que se realizan bajo la dirección de las

instituciones responsables, y permitan la evaluación de todo el proceso de enseñanza.

Para Arnaz (1981), el currículo es el plan que norma y conduce explícitamente un proceso concreto y determinante de enseñanza aprendizaje que se desarrolla en una institución educativa. Es un conjunto interrelacionado de conceptos, proposiciones y normas, estructurado en forma anticipada a acciones que se quieren organizar. En otras palabras, es una construcción conceptual destinada a conducir acciones, pero no las acciones mismas, si bien, de ellas se desprenden evidencias que hacen posible introducir ajustes o modificaciones al plan. Se compone de cuatro elementos:

- Objetivos curriculares.
- Plan de estudio.
- Cartas descriptivas.
- Sistema de evaluaciones.

Según la Enciclopedia General de la Educación (2001), en el ámbito curricular se pueden aglutinar actuaciones relativas a la siguiente faceta:

- La metodología didáctica, el tratamiento de los objetivos y los contenidos de enseñanza y la evaluación.
- La acción formativa: trabajo sobre actitudes, hábitos, valores y orientación escolar y profesional.
- La acción organizativa: agrupamiento, promoción, recuperación de alumnos, utilización eficaz de los medios materiales y funcionales; trabajo en equipo de los docentes y comunicaciones.

Es decir, la concepción de la enseñanza- aprendizaje debe concebirse en el currículum como un proceso de diálogo participativo, en que docentes y estudiantes asuman la condición de sujetos. Y es que en la medida en que el estudiante deja de ser objeto de aprendizaje que repite mecánicamente la información que recibe y se convierte en un sujeto que procesa información y construye conocimientos a partir de intereses y conocimientos previos, sobre la base de un proceso profundo de reflexión en el que toma partido y elabora puntos de vista y criterios propios, entonces está en condiciones de contribuir a su propio aprendizaje.

Por tal razón, el desarrollo del estudiante como sujeto de aprendizaje y de su educación integral, sólo será posible en la medida en que el docente diseñe situaciones de aprendizaje y utilice métodos participativos que propicien que el estudiante asuma una posición activa; reflexiva, flexible, crítica y perseverante en su actuación, bajo la guía y orientación del docente.

2.2.2. El diseño curricular

Las conceptualizaciones presentadas sobre el diseño curricular parten de la definición del concepto diseño el cual se refiere a la estructuración y organización de fases y elementos para la solución de problemas. Así se puede entonces entender al diseño curricular como el conjunto de fases y etapas que se deberán integrar en la estructuración del currículo.

Jonson (1970), considera que la estructura curricular debe reflejar las relaciones internas de la estructura de una disciplina, y afirma que son tres las fuentes de currículo:

- **Los que aprenden (los alumnos).** Con respecto a éstos se deben considerar sus necesidades e intereses.
- **La sociedad.** De la sociedad hay que tomar en cuenta los valores y problemas.
- **Las disciplinas.** Éstas deben reflejar el conocimiento organizado.

Acuña (1979), propone que el proceso de diseño curricular contiene las siguientes fases:

- Estudio de la realidad social y educativa.
- Establecimiento de un diagnóstico y un pronóstico con respecto a las necesidades sociales.
- Elaboración de una propuesta curricular como probabilidad de solución de las necesidades advertidas.
- Evaluación interna y externa de la propuesta.

Arredondo (1981), señala que el desarrollo curricular es un proceso dinámico, continuo, participativo y técnico, en el que pueden distinguirse cuatro fases:

- a). **Análisis previo;** se analizan las características, condiciones y necesidades del contexto social, político y económico; del contexto educativo, educando, y de los recursos disponibles y requeridos.

- b). **Se especifican los fines y los objetivos educativos;** con base en el análisis previo, se dictan los medios (contenidos y procedimientos) y se asignan los recursos humanos, materiales, informativos, financieros, temporales y organizativos, con la idea de lograr dichos fines (diseño curricular).

- c). **Se ponen en práctica los procedimientos diseñados** (aplicación curricular).

- d). **Se evalúa la relación que tienen entre sí los fines, los objetivos, los medios y los procedimientos,** de acuerdo con las características y las necesidades del contexto, del educando y los recursos; así como también se evalúa la eficacia y la eficiencia de los componentes para lograr los fines propuestos (evaluación curricular).

Este proceso de desarrollo curricular es dinámico, ya está dirigido a cambiar, de manera dialéctica, las características que contempla: es continuo, pues se compone de cuatro fases vinculadas que no requieren de habilidades metodológicas para la obtención de la información relevante, la definición de problemas reales, el diseño y la aplicación de procedimientos eficaces, la evaluación consistente el sistemático trabajo en equipo.

De los puntos de vista de los diferentes autores, podemos concluir, que el diseño curricular comprende las etapas de la planeación:

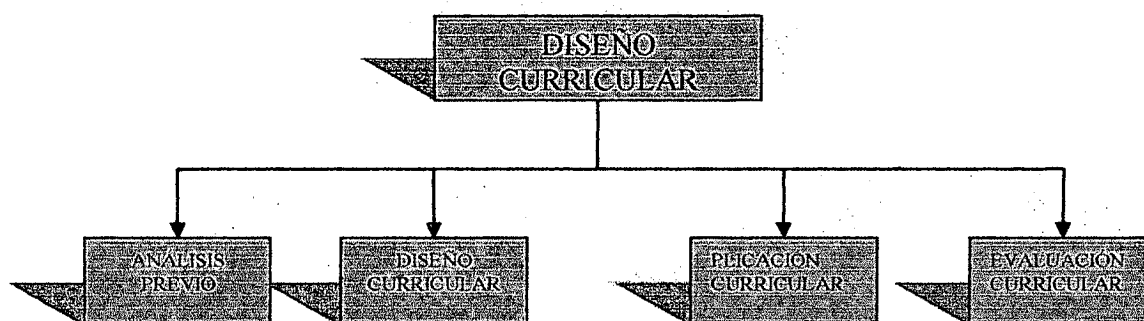
- Diagnóstico,
- Análisis de la naturaleza del problema,
- Diseño y evaluación de las posibilidades de acción,
- Implantación y evaluación.

Además, que puede enfocarse desde diferentes dimensiones: social, técnica, prospectiva, política y cultural. Así en forma general, apreciamos que en la mayoría de las concepciones sobre diseño curricular se basan en las fases que propone Arredondo:

- Análisis previo.
- Diseño curricular.
- Aplicación curricular.
- Evaluación curricular.

En la figura de la página siguiente se pueden observar las referidas fases:

Figura #1
FASES DEL DISEÑO CURRICULAR



Debemos tener en cuenta, que la educación enfrenta el desafío de poder responder efectivamente a las expectativas y exigencias de la sociedad; tal reto demanda el continuo estudio de la realidad nacional y mundial, a fin de adecuar el currículum de manera que satisfaga las demandas sociales en materia de educación.

En tal sentido, el proceso de transformación curricular, implica el diseño de nuevos programas de estudio que superen el esquema tradicional que se sustenta y enfatiza en el proceso de enseñanza y se pone la atención principal en el proceso de aprendizaje. Es decir, si bien se considera que el aprendizaje y la enseñanza son procesos inseparables que se viven en forma conjunta e interactuando, los programas tratan de centrar su atención en perfilar con precisión cómo debe ser el proceso de aprendizaje que vivirá el alumno.

Estas acciones se deben concretar en la descripción precisa de las actividades de aprendizaje, en las cuales se percibe como el elemento básico, el quehacer didáctico que vivirán los alumnos y las alumnas para construir y reconstruir sus aprendizajes orientados por el personal docente.

Es por ello que el Ministerio de Educación ha planteado nuevos fundamentos filosóficos, epistemológicos, con el fin de sistematizar las aspiraciones de la comunidad con respecto al tipo de persona y sociedad que se pretende formar y sobre la forma en que se desarrolla y produce el conocimiento. Es así, como dentro del **proceso de cambio curricular**, se

han postulado ciertos fundamentos en los que se sustenta la educación panameña; entre éstos:

- *“Se sustenta en principios humanísticos, cívicos, morales, democráticos, científicos, tecnológicos, en la idiosincrasia de nuestras comunidades y en la cultura universal.*
- *Se busca la formación integral de los hombres y mujeres que requiere la sociedad panameña.*
- *Pretende dotar de una oferta que se caracterice por ser democrática, participativa, progresista, pluralista, innovadora y creativa.*
- *Propone como eje central del cambio la búsqueda de la calidad y la equidad.*
- *Propicia el desarrollo de actitudes y valores orientados a la defensa de las normas de justicia e igualdad de los individuos, mediante el conocimiento, el respeto y la promoción de los derechos humanos.*

- *Se busca la formación de una conciencia social a favor de la paz, la tolerancia y la concertación y se fortalecen los valores de la familia.*
- *Pretende que el individuo tome decisiones con una clara visión filosófica y científica del mundo.*
- *Propone el fortalecimiento de los valores éticos, culturales y sociales propios de la identidad nacional.*
- *Se orienta hacia el desarrollo social de la persona.*
- *Da relevancia a la búsqueda de los conocimientos que requiere la comunidad panameña.*
- *Enfatiza la investigación para promover el desarrollo del conocimiento, la innovación y el pensamiento crítico.*
- *Concibe el conocimiento como un cuerpo de saberes en permanente desarrollo, revisión y construcción, por lo que estimula que el sujeto sea gestor de su propio aprendizaje”.¹⁴*

Se observa claramente, que se pretende es la estructuración curricular con atención centrada en la importancia de llenar las

¹⁴ Ministerio de Educación. *Un Nuevo Modelo Curricular*. PRODE - BID. Panamá:2000, pág.24.

necesidades, los intereses y las expectativas de los alumnos y alumnas, estimulando a su vez, sus habilidades, la creatividad, el juicio crítico, la capacidad de innovar, tomar decisiones y resolver problemas. Es decir, se pretende desarrollar al máximo las capacidades del individuo, haciéndolo partícipe de su

2.2.3. Modelos de diseño curricular

Actualmente se cuenta con una variedad de propuestas sobre diseño curricular; se trata más que nada de planteamientos teórico - metodológicos con un marco de referencia que proponen lineamientos para el desarrollo curricular. A continuación se presentan algunas de estas propuestas más conocidas.

Villarreal (1980), considerado uno de los pioneros en este asunto, diseñó un proyecto que contempla, en el curso de una red secuencial, desde la implantación de un modelo material de captación de necesidades y demandas del país en materia educativa, hasta la integración de los planes de estudio, con base en un modelo de distribución curricular que pretende

ofrecer opciones con los niveles de formación profesional. Los pasos que sugiere este autor para desarrollar el modelo son:

- Definir el problema, es decir, el sistema formal que se va a diseñar.
- Asumir un marco teórico.
- Definir la estructura del sistema, con base en la teoría asumida.

Para Villarreal el problema consiste en seleccionar y elaborar contenidos académicos y metodologías educativas tomando como real criterio de referencia las necesidades planteadas por la comunidad de que se trate. El sistema que se diseñará es el plan de estudio, por el que se entienden las disposiciones sistemáticas y coherentes de contenidos académicos y metodologías educativas.

Para Estructurar el sistema, primero se establece la red secuencial y los modelos. El núcleo del modelo para la obtención de planes y programas de acuerdo con el modelo establecido, lo constituyen las siguientes etapas:

- Diseño de la red secuencial y los modelos particulares.

- Elaboración de las matrices de investigación de las necesidades del país.
- Definición del perfil de las carreras seleccionadas, a partir de los requerimientos curriculares concretos.
- Determinación de los requerimientos curriculares de apoyo.
- Distribución de los contenidos académicos en áreas de asignaturas y cursos.
- Diseño de proyectos pedagógicos para las asignaturas y los cursos.
- Distribución de las áreas académicas, asignaturas y cursos dentro de los planes de estudio.

La red secuencial es una de las partes medulares de la estructura del sistema, lo cual no es más que el conjunto de actividades, grupos de participación, submodelos de trabajo y eventos que, con base en un determinado orden racional, constituye la meta a seguir en el diseño de planes y programas de estudio. Desde esta perspectiva, las actividades que desempeñará el equipo de diseño son:

- Investigación de las necesidades del país en materia de educación en el ámbito de la profesión.
- Definición de las carreras necesarias en el ámbito de la profesión.
- Definición de perfiles.
- Definición de áreas académicas y asignaturas.
- Definición de objetivos académicos.
- Integración de planes de estudio.

Las características más sobresalientes del proyecto son:

- La elaboración de matrices que recogen información, tanto de necesidades sociales como profesionales y académicas.
- La determinación de las carreras necesarias en el ámbito específico de la profesión y la selección de las que habrán de impartirse.
- La estructuración de los programas de las asignaturas, de los cursos a impartir, de los requerimientos curriculares y de la definición del perfil deseado para el egresado universitario.

Para el diseño y la aplicación de su proyecto, Villarreal asume el método de análisis global del sistema, en este caso el método dialéctico estructural, caracterizado por ser un método cualitativo, cuyo propósito consiste en dar a conocer, en un primer nivel, los elementos generadores como resultado de la detención de opuestos internos propios de los parámetros que determinan al sistema. En un segundo nivel, plantear opciones que relacionan los opuestos internos del sistema en cuestión.

Con respecto al diseño de programas académicos específicos basados en los objetivos, deberán delimitarse con base en la práctica profesional, la cual opera en un marco social, implica la realización de acciones específicas que, a su vez requieren de un apoyo; es decir, requieren tanto de una preparación académica que asegure su eficiencia, como de un nivel de conciencia que asegure la optimización en las decisiones y el sentido adecuado de la práctica de tales acciones.

Asimismo, en este diseño de programas, debe advertirse que la preparación académica para la práctica profesional depende de las habilidades cognoscitivas y el nivel de conciencia que requieren las acciones, y que se expresan en las actitudes. Por tanto, los objetivos tienen que

plantearse en términos de recursos y/u opciones. En este proyecto, dichos objetivos se determinan con el acopio de recursos tales como conocimientos, habilidades y actitudes que se adquieren durante el proceso docente.

Dado que los objetivos son parte integral del método, requieren también de una “dialectización” que se constituye con referencia a los parámetros de responsabilidad social, profesional y académica, para distinguir los objetivos académicos programáticos de los potenciales, se pueden emplear condicionantes internos tales como:

- Importancia programática relativa.
- Tiempo requerido para la consecución docente del objetivo, y
- Recursos didácticos necesarios para conseguir el objetivo en cuestión.

Arnaz (1981), propone una metodología de desarrollo curricular que incluye las siguientes etapas sucesivas:

1). Elaboración del currículo, que a su vez consta de las siguientes fases:

- **Formulación de los objetivos curriculares:** Tomando como criterios esenciales la delimitación de las necesidades, las características del alumno al ingresar, **la elaboración de un perfil del egresado** y la delimitación de objetivos curriculares.
- **Elaboración del plan de estudio,** por medio de la selección de los contenidos, la derivación de objetivos particulares de los objetivos curriculares y la estructura del plan de estudios de acuerdo con los cursos.
- **Diseño del sistema de evaluaciones;** para ello es menester definir las políticas del sistema de evaluaciones, determinar los procedimientos óptimos para efectuarla y caracterizar los instrumentos de evaluación necesarios.
- **Elaboración de las cartas descriptivas** para cada curso, éstas deberán contar con la elaboración de los propósitos generales, de los objetivos terminales, de la especificación del contenido, del

diseño de la experiencia de aprendizaje y de la definición de los criterios y estudios para la evaluación.

2)- Instrumentación de la aplicación del currículo, lo que implica.

- Entrenamiento de profesores.
- Elaboración de las formas de evaluación pertinente.
- Selección y evaluación de los recursos didácticos.
- Ajuste del sistema administrativo y adaptación de las instalaciones físicas que hay o la adquisición de las necesarias.
- Aplicación del currículo.
- Evaluación del currículo, implica la evaluación de los siguientes elementos: el sistema de evaluación, las cartas descriptivas, el plan de estudios y los objetivos curriculares.

2.2.4. Concepciones metodológicas

La metodología para el diseño curricular que se describe en este punto, fue elaborada por Díaz Et al (Díaz, B. Et al. 1993), El desarrollo de

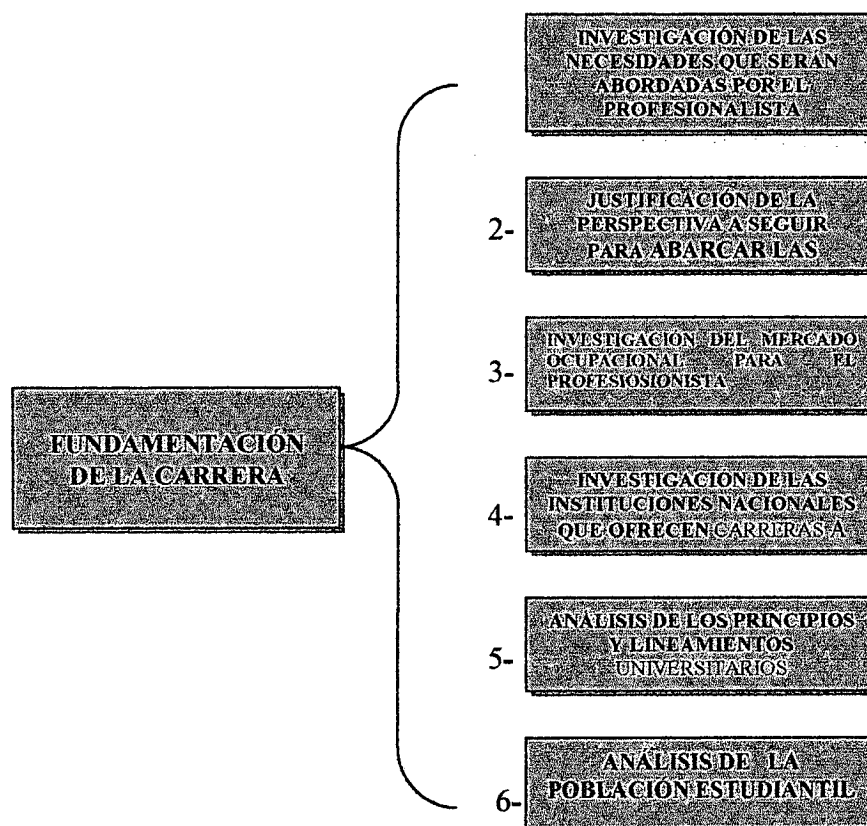
la misma se compone de cuatro etapas generales, subetapas de cada etapa general, actividades específicas de cada subetapas y medios utilizados en cada etapa. Las etapas generales de la metodología propuesta son:

- Fundamentación de la carrera profesional.
- Elaboración del perfil profesional.
- Organización y estructuración curricular.
- Evaluación continua del currículo.

a) **Fundamentación de la carrera profesional:** Es la primera etapa del diseño curricular, en la cual se establecerán las bases que permitirán tomar las decisiones correctas en el diseño, lo cual implica una serie de pasos como se muestra en la siguiente figura:

FIGURA # 2

PASOS PARA LA FUNDAMENTACIÓN DE LA CARRERA



Investigación de las Necesidades: Según Tyler (1979), son las carencias las que deben tomarse en cuenta para elaborar los objetivos de la educación, y las mismas se pueden determinar por medio del estudio del alumno, las capacidades y la sociedad. La necesidad no es más que la diferencia entre una actuación de hecho y una considerada como deseable. Determinar las necesidades sociales implica definir las preferencias, los objetivos que se

persiguen y los recursos de que se dispone; o sea, elaborar un modelo de sociedad buscado.

Justificación de la perspectiva a seguir: Las modificaciones en el currículo deben ir acompañado de investigaciones que cuestionen la disciplina misma; su estructura lógica, los límites que señala para diferenciarse, las relaciones que guardan, los métodos que utilizan, etc., y de nuevas proposiciones para su organización y clasificación.

Investigación del mercado ocupacional: Para González (1982), la problemática de la relación entre la educación y la estructura económica, y la que hay entre los planes de estudio y las características de la estructura ocupacional reflejada en el mercado de trabajo, obligan a considerar que los planes de estudio sean documentos que tienen una base político - ideológica. Además, dadas las características de las demandas cualitativas de los profesionales en la estructura organizacional, es necesario investigar y promover opciones pedagógicas y curriculares que contribuyan a vincular la universidad con las fuerzas sociales mayoritarias.

Investigación de las instituciones nacionales que ofrecen carreras afines a la propuesta: Tal acción se desarrolla con el fin de no duplicar esfuerzos, por lo que se deben investigar otras instituciones que ofrezcan preparación en las disciplinas seleccionadas; es decir, investigar los planes de estudios de cada institución y hacer un análisis minucioso de los mismos, el grado académico y el título que se otorga, lo cual sirve para justificar la propuesta de un nuevo currículo.

Análisis de los principios y lineamientos: Tiene que ver con la identificación de las leyes y reglamentos relativos al ejercicio del profesional y debe ser atendido por un especialista en la materia, además de contar con la experiencia necesaria. El mismo abarca informes del gobierno, leyes de educación, Constitución Política, leyes y estatutos universitarios, acuerdos, reglamentos propios de cada institución, etc.

Análisis de la población estudiantil: Este análisis tiene que ver con la evaluación de los requisitos para ingresar a la carrera y los reglamentos que señalan los límites de tiempo para cursarla. De esta forma se podrá determinar la manera en que participará el estudiante en el proceso de aprendizaje.

b). Elaboración del perfil profesional: Cumplida la primera etapa, es necesario fijar las metas que se quieren alcanzar en relación con el tipo de profesionista que se intenta formar. En la etapa de la metodología, se elaborará un documento en donde se contemplan las habilidades y conocimientos que poseerá el profesionista al egresar de la carrera. A este documento se le denomina perfil profesional. Para construir el perfil profesional se debe realizar:

- Una investigación de los conocimientos, técnicos y procedimientos disponibles en la disciplina, lo cual será la base de la carrera.
- Determinar las áreas de trabajo en que laborará el profesional, con base en las necesidades sociales, el mercado ocupacional y los conocimientos, técnicas y procedimientos con que cuenta la disciplina.
- Determinar y definir las tareas que desempeñará el profesional, así como las poblaciones en que ofrecerá sus servicios.

Así tenemos que la conjunción de las áreas, tareas y poblaciones, va a implicar la limitación del perfil profesional, el cual debe contener, los

conocimientos y habilidades terminales u objetivos que debe alcanzar el profesionalista.

Investigación de los conocimientos, técnicas y procedimientos: En esta etapa, se incluyen actividades como: análisis de las áreas de conocimiento de la disciplina, y la identificación de las técnicas, métodos y procedimientos que pueden utilizarse en el campo de acción y agrupación de acuerdo con su funcionabilidad.

Investigación de las áreas del mercado laboral: En esta fase se incluyen actividades relacionadas con la determinación de las áreas en que laborará el profesionalista con base en las investigaciones sobre las necesidades que serán abordadas, el mercado ocupacional y los conocimientos técnicos y procedimientos de las disciplinas seleccionadas. Además tiene que ver con la definición y delimitación de cada área potencial de trabajo.

Análisis de las tareas potenciales del profesionalista: Esta sub - etapa de la elaboración del perfil profesional, incluye actividades como la selección de las tareas que efectuará el futuro profesionalista, con base en las

investigaciones sobre las necesidades detectadas, el mercado ocupacional y los conocimientos, técnicas y procedimientos de la disciplina. Además, la delimitación de cada tarea seleccionada y su jerarquización por medio del establecimiento de niveles de generalidad e inclusividad entre las mismas.

Determinación del entorno laboral: En esta fase se deben cumplir actividades relacionadas con la identificación de los niveles de acción y las poblaciones en que puede desarrollar su trabajo el profesionista, con base en la estructura actual del sistema en el cual se realizaron las investigaciones con respecto a las necesidades detectadas y el mercado ocupacional.

El Desarrollo de un perfil profesional a partir de la integración de las áreas, tareas y poblaciones determinadas incluye las subetapas siguientes:

- Elaboración de matrices tridimensionales en base a la conjunción de áreas y tareas de cada nivel de acción.
- Selección de los elementos pertinentes para el perfil profesional con base en la labor del profesionista y el resultado de las

investigaciones sobre los conocimientos, técnicas y procedimientos de la disciplina seleccionada.

- Especificación de enunciados generales e intermedios para cada una de las áreas por las tareas y los niveles de acción.

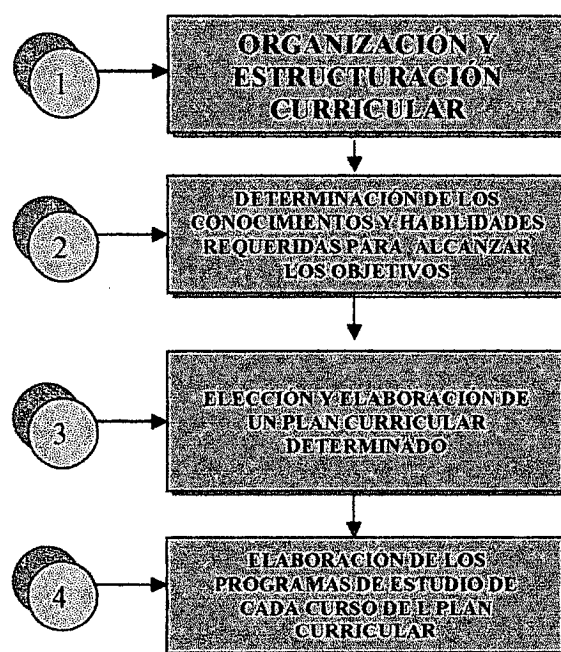
c) Organización y estructuración curricular. Se realizará en función de los conocimientos y habilidades específicas que debe adquirir el profesional para que se logren los objetivos derivados del perfil profesional establecido. Estos conocimientos y habilidades se organizan en áreas de conocimientos, temas y contenidos de la disciplina, de acuerdo a los criterios derivados de la misma. El siguiente paso consiste en estructurar y organizar estas áreas, temas y contenidos en diferentes alternativas curriculares, entre los que se encuentra el plan lineal o por asignatura, el plan modular y el plan mixto.

El número y tipo de organizaciones curriculares depende de las características de la disciplina, de la disponibilidad de recursos y de los lineamientos de la institución educativa. Por último, se selecciona la

organización curricular más adecuada para los elementos contemplados como se puede observar en el siguiente esquema:

FIGURA #3

ORGANIZACIÓN Y ESTRUCTURACIÓN CURRICULAR



Determinación de los conocimientos y habilidades: En esta sub-etapa del proceso de organización y estructuración curricular, se incluyen las actividades relacionadas con la delimitación de los conocimientos teóricos y las habilidades básicas y de apoyo que se brindarán al profesionalista, con base en el análisis de los rubros y surubros descritos en el perfil profesional.

Elección y elaboración de un plan curricular determinado: se refiere al tipo de plan curricular que será adoptado, ya sea lineal, modular o mixto e incluye las siguientes actividades:

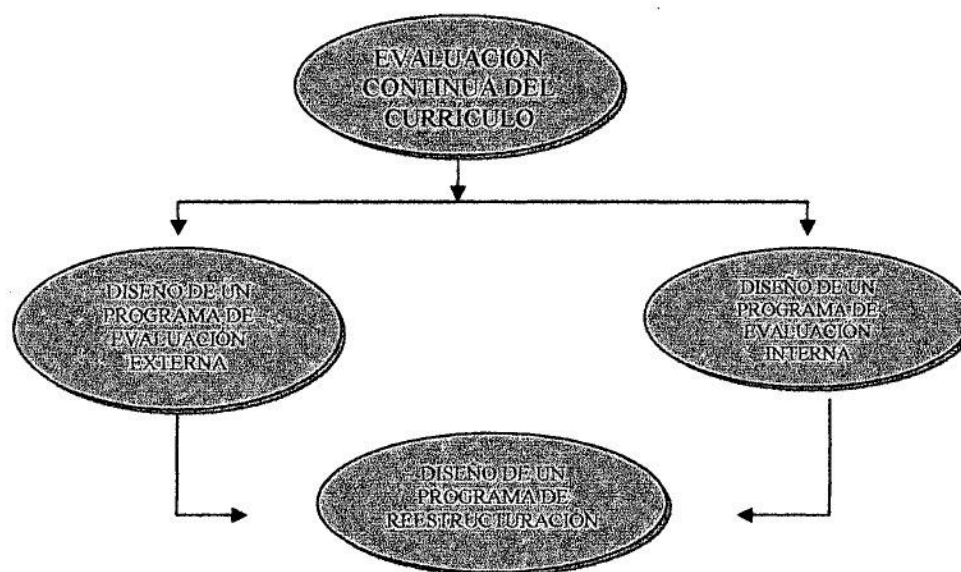
- Elaboración de criterios para la elección del plan curricular más adecuado, tomando en cuenta las necesidades del estudiante y las características del currículo en base al tipo de profesionista que formará cada plan.
- Análisis y descripción de cada tipo de plan en función de los criterios anteriores por un grupo calificado para seleccionar el más adecuado.

Elaboración de los programas de estudio de cada curso del plan curricular: Es la especificación de un programa para cada curso (asignatura o módulo), del plan curricular. Debe contener: datos generales, introducción, objetivos terminales, contenido temático, actividades de instrucción, recursos necesarios y tiempos estimados.

d). Evaluación continua del currículo: El plan curricular no se considera estático, pues está basado en necesidades que pueden cambiar y en avances disciplinarios, lo cual hace necesario actualizar permanentemente el currículo de acuerdo con las necesidades imperantes y los adelantos de la disciplina. Para lograrlo se debe contemplar:

- La evaluación externa, que se refiere a las repercusiones sociales que puede tener la labor del egresado, es decir, su capacidad de solucionar problemas y satisfacer las necesidades del ambiente social.
- La evaluación interna tiene que ver con el logro académico de los objetivos enunciados en el perfil profesional.

FIGURA # 4
EVALUACIÓN DEL CURRÍCULO



Como se puede ver, ambos tipos de evaluación (externa, interna), están en constante relación de interdependencia y los resultados de ambas evaluaciones conducirán a la elaboración de un programa de reestructuración curricular como se aprecia en la figura anterior.

2.3. Generalidades sobre la Educación Física

2.3.1. Situación de la Educación Física

De acuerdo a un estudio presentado por la Comisión Académica de la Escuela de Educación Física (2000), se hace referencia a los planteamientos del Dr. Vera Guardia, el cual considera que el problema central de la Educación Física radica en no haber alcanzado hasta el momento el rango de ciencia.

De tales planteamientos surge la consideración de que la educación física está en crisis, situación que se refleja en su diversidad de nombres propuestos para distinguirla; entre éstos: ciencias de la educación física, cultura física, y educación física, deportes y recreación.

De acuerdo al mismo documento, a fin de obtener una dimensión más cabal del problema, resulta importante tomar en cuenta la existencia de dos grandes conjuntos de ciencias que polarizan las consideraciones en el campo de la educación física: las socio -pedagógicas y las bio – médicas. En otro punto destaca:

*“Más de hecho, remplazar su nombre implica adjudicarle un objetivo de estudio al ejercicio cultivador, tarea que no ha coronado satisfactoriamente, pues las caracterizaciones realizadas hasta el momento han sido, esquemáticamente, bien de naturaleza dual (considerando la educación física como ciencia a la vez que como disciplina pedagógica), o bien de naturaleza multidisciplinaria (conceptuando la pedagogía física conformada por una inmensa cantidad de conocimientos heterogéneos propios de otras ciencias)”.*¹⁵

No obstante, se debe reconocer que si la educación física tiene una caracterización científica, la misma también tiene un carácter filosófico.

2.3.2. Conceptualización

Como ya se mencionó, educación significa conducir guiar, dirigir, encaminar, adoctrinar; desarrollar las fuerzas físicas por medio del ejercicio, haciéndolas aptas para su fin. Tal conducción se refiere al organismo vital el cual desde los protozoos hasta el hombre, presenta comportamientos que constituyen la expresión superior de esta actividad orgánica y tendencia a perfeccionarse y por ende a superaciones de sí misma.

¹⁵ ASTUDILLO, Carmen y Otros. **Descripción de las Asignaturas de la Carrera de Licenciatura y Profesorado en Educación Física.** Universidad de Panamá: 2002, pág. 8

En consecuencia, una conducción tal tiene lugar, primeramente, a lo interno de la entidad viviente, ya que primero, la vida precede al conocimiento, segundo, en todos los estadios evolutivos existen aprendizajes, y tercero, la acción ejercida por el comportamiento sobre el medio está encaminada al logro de un resultado exterior.

Un ejemplo de estos logros, lo constituye la inteligencia, cuyas fuentes se confunden con la adaptación sensoriomotriz, que no es más que otras de las actividades del organismo, cuyo desarrollo en el individuo tiene lugar por medio de interacciones sociales que casi siempre, tienen que ver con la trasmisión exterior o educativa y no sólo con la trasmisión hereditaria.

El vocablo físico, por su lado, proviene del griego *Phyus*, naturaleza. De esta forma, los términos física y natural comparten el mismo significado etimológico, ya que los antiguos griegos creyeron que la física lo abarcaba todo, que no había más que física en el mundo, atribuyéndole al concepto materia, el significado de madre, matriz, manantial, como si la materia fuese la matriz de todos los hechos. Por ello, se dice que todo lo que nace con nosotros constituye nuestra naturaleza.

Desde esta perspectiva, tratar de definir lo que es educación física, equivale a saber verdaderamente qué es el hombre y cuál es su naturaleza.

De acuerdo a Carmen Astudillo y otros:

*“...son los individuos reales, su acción y sus condiciones materiales de vida, tanto aquellas con que se han encontrado ya hechas, como las engendradas por su propia acción”.*¹⁶

De acuerdo a sus planteamientos, tales premisas pueden comprobarse por la vía puramente empírica. La primera premisa de la historia humana es la existencia de individuos vivientes; el primer estado que cabe constatar es, por lo tanto, la organización corpórea de estos individuos y, como consecuencia de ello, su relación con el resto de la naturaleza. Tales condiciones no determinan sólo la organización corporal inicial espontánea, de los hombres, sobre todo las diferencias raciales entre ellos, sino también su desarrollo sucesivo, o la falta de desarrollo, hasta nuestros días.

¹⁶ Ibidem.

2.3.3. Campos de la educación física

El campo de la educación física está constituido por cuatro corporeidades o ámbitos: endostemológico, peristemológico, epistemológico y material.

Dominio endostemológico (corporeidades material y conceptual): El objetivo del estudio de la ciencia educativo – física lo conforma la educación de lo físico, cuya corporeidad material la componen los diferentes objetos de estudio tanto de las ciencias relacionadas con la naturaleza, así como aquellos otros de las ciencias sociales; los cuales se agrupan así:

- **Objetos físicos:** materia, masas, cuerpos, etc.
- **Objetos biológicos:** estructuras vivientes, desarrollo, adaptación, crecimiento, etc.
- **Objetos sociológicos:** comportamiento, salud, etc.

El ámbito conceptual por su parte incorpora al conglomerado de las teorías o conocimientos sistematizados por las diversas ciencias sobre sus correspondientes objetos de estudio (teorías de las masas o energías,

descripción e interpretación de órganos biológicos, teorías de desarrollo humano, etc).

Dominio peristemológico: Se refiere al análisis de los fundamentos de la disciplina científica, o sea, al análisis del conjunto de las teorías que tiene por objeto la búsqueda de los fundamentos o las críticas de las teorías de la corporeidad conceptual. Este ámbito incluye aptitud, salud, destrezas, comportamiento, habilidad, práctica, ejercicio, y otros vinculados con la educación física, a fin de someterlas a una crítica retrospectiva, al igual que los métodos y principios utilizados.

Dominio epistemológico: en este ámbito se delimita la trascendencia epistemológica de los resultados, así como sus consecuencias, obtenidos en el quehacer educativo físico con el objeto de contemplarlos con el resto de otras disciplinas. Es decir, que las dificultades girarán en torno a las relaciones entre el sujeto y el objeto de la ciencia de la educación física.

2.4. Levantamiento de Pesas y Acondicionamiento Físico

2.4.1. Antecedentes

El Levantamiento de Pesas o Halterofilia es uno de los deportes más antiguos; de acuerdo a las referencias bibliográficas existentes, es posible de que en la China 3600 a. c. estén los orígenes de esta actividad, ya que en esa época los emperadores practicaban algunos ejercicios competitivos de fuerza.

Pero si se intenta buscar el pionero de ese deporte, es posible encontrarlo en el luchador griego **Milón de Crotona**. Según referencia disponible en Internet:

“Los antiguos mitos nos hablan de muchos seres como Sansón, Hércules, Ahack, Milón de Crotona quien dio inicio al levantamiento de pesas para aumentar su vigor. Según la mitología, Milón famoso atleta griego de fines de siglo XI AC, levantaba diariamente un novillo hasta que este se convirtiera en toro. Sin saberlo, Milón empleaba una forma de entrenamiento progresivo con pesas semejante al actual”.¹⁷

¹⁷ <http://w.w.pananet.com>

Al principio la actividad era una dedicación principalmente de los circos, aunque poco tiempo después se comenzó a practicar de manera amateur, e incluso se organizaron algunas competencias entre clubes. En la primera olimpiada moderna celebrada en Atenas en 1896, la Halterofilia fue incluida formalmente como deporte, destacando el inglés Launceston Elliot.

En Amberes 1920, los participantes se dividieron en categorías según su peso: pluma ligero, medio, semipesado y pesado. En Ámsterdam 1928, se introdujeron tres modalidades: arrancada, desarrollo y tiempo. En Munich 1972, se incluyó otras categorías de peso: mosca y superpesado. Actualmente se compite en dos modalidades: arrancada y dos tiempos.

En 1987 se celebró el primer campeonato de Halterofilia femenina y el Comité Olímpico Internacional aprobó en 1997 la participación de mujeres en los Juegos Olímpicos. Las categorías de peso sufrieron un nuevo cambio; actualmente se configuran de esta manera: ocho categorías masculinas y siete femeninas definidas por el peso corporal.

Sin embargo, visto desde esta manera, la Halterofilia sólo se concentra en una sola actividad, es decir, **deportiva competitiva**, convirtiendo el **entrenamiento** en algo muy específico, perdiendo así su esencia, puesto que sólo se concentra en una actividad.

En los años 1970, 1973 al 1985 se puede decir que el deporte de las pesas florecieron en Panamá, y hasta la fecha podemos decir que es uno de los pocos deportes que siempre da medallas a Panamá en los diferentes torneos internacionales.

Las competencias nacionales tuvieron atletas de gran relevancia internacional como Angel Flamigueti , uno de los pocos panameños en ganar medalla de plata en juegos panamericanos, Henry Phillips e Idelfonso Lee, únicos panameños en participar hasta hoy en juegos olímpicos en el deporte de las pesas. A nivel Centro americano para los años 70 al 80 Panamá fue considerada una gran potencia deportiva en lo que a las pesas se refería, esto fue en casi todas las categorías en que participaba.

La organización del deporte de las pesas , tubo un gran auge y apoyo por parte del gobierno de aquel entonces (gobierno revolucionario, liderado

por Omar Torrijos Herrera) quienes no sólo dieron apoyo , si no, que construyeron muchos centros para la practica deportiva , entre los más sobresalientes aún quedan el estadio “Rómel Fernández” antes llamado “Estadio Revolución”, el gimnasio “Roberto Duran” antes llamado Gimnasio Nuevo Panamá, la Piscina Patria, el velódromo Nueva Generación, todos ellos construidos en el año 1969, para su inauguración oficial en el año 1970 en que Panamá celebró los Juegos Centro Americanos y del Caribe. Cabe destacar que para las misma fechas se construyen pistas atléticas en el colegio artes y Oficios , Colegio Richard Neumann, en la ciudad de Santiago de Veraguas, ciudad de David, Chiriquí y la ciudad de Colón .

En la actualidad el deporte de las pesas ha decaído debido a la falta de apoyo económico y estrategias de desarrollo del deporte a nivel escolar, la sede para practica del levantamiento olímpico se encuentra ubicada en el estadio Justo Arosemena , antes , estadio nacional de béisbol.

2.4.2. El entrenamiento físico

Definitivamente que uno de los objetivos del entrenamiento físico, consiste en incrementar el potencial físico, la fuerza muscular del cuerpo, lo cual está ligado a l proceso fisiológico de la contracción muscular. Desde el punto de vista médico de aplicación en fisiología del ejercicio:

“La fuerza es la tensión que un músculo puede operar a una resistencia en un solo esfuerzo máximo. Se puede definir la fuerza estática, como aquélla que genera tensión sin desplazamiento, y la fuerza dinámica, como la que genera tensión con desplazamiento o acortamiento del músculo en actividad”¹⁸.

De acuerdo al citado autor, el entrenamiento se suele entender como:

“Algo propio de los deportistas y que se realiza en función de la competición, pero su auténtico concepto se hace extensivo a cualquier persona que desee realizar un ejercicio físico, planificado de forma regular con la intención de mejorar su condición orgánica y motora”¹⁹.

¹⁸ LÓPEZ CHICHARRO, José. *Fisiología del Ejercicio*. Editorial Médica Panamericana; Madrid, España: 2001, pág. 105., pag.283.

¹⁹

Es decir, por medio del entrenamiento lo que se pretende es estar en forma, incrementar el potencial físico, desarrollando las cualidades físicas en la mayor medida posible y de la manera más adecuada para cada sujeto y circunstancia.

Debe tenerse en cuenta, que el proceso de entrenamiento nunca modifica intrínsecamente los elementos genéticos del individuo, que son los que determinan sus posibilidades, pero sí produce una mejora a través de dos parámetros, el evolutivo y el de adaptación, actuando el primero sobre el aspecto morfofisiológico y el segundo sobre la capacidad funcional.

Además es importante saber, que como ocurre en todas las facetas del ser humano, el componente hereditario de carácter humano y el proceso de desarrollo, influido por los factores externos, conforman las características definitivas del sujeto. Por tal razón, desde la infancia se puede influir en la conformación del adulto, y medida que transcurren los años se hace más difícil corregir o modificar la constitución del individuo.

La adaptación al esfuerzo requiere un incremento paulatino de las cargas de trabajo, que podrán regularse en su calidad y variabilidad, pero

que normalmente crecen cuantitativamente con el paso de los años, hasta alcanzar los niveles óptimos en cada caso, momento en el cual la intensidad de los estímulos se convertirá en el factor determinante de la pauta de entrenamiento.

Tal condición supone, en el caso del deporte de alto rendimiento de unos niveles de entrenamiento muy altos, mientras que en los deportistas de nivel medio o en las personas que realizan deporte – salud, se trata de alcanzar unos volúmenes e intensidades de trabajo que en ningún caso deberán provocar estrés.

Lo anterior significa, que como el nivel de respuesta de cada individuo es diferente para cada tipo de estímulo o carga, uno de los factores más importantes es la individualización del entrenamiento, para así poder aplicar en cada caso los trabajos más idóneos. En este sentido, se requiere de un proceso de evaluación permanente, a fin de que los programas de entrenamiento se vayan modificando en función de las respuestas del sujeto.

Como se mencionó, el factor genético predetermina las posibilidades de cada persona y las diferentes formas en que evolucionará cada uno de sus parámetros. No obstante, este elemento endógeno de carácter innato se verá influido por los aspectos exógenos adquiridos, creando ambos el perfil definitivo. Por tal razón, un mismo entrenamiento podrá producir efectos beneficiosos o perjudiciales según a quien se aplique. De ahí la importancia del entrenamiento personalizado, cuyas respuestas a cada trabajo pueden completamente distintas.

El entrenamiento físico está conformado por múltiples elementos que cuya aplicación conjunta es la que provoca la mejora de la condición física y del rendimiento. Se trata de conseguir unos cambios de carácter psicosomático, y por tanto, los medios empleados también serán de la misma índole. Las ramas de la ciencia que actúan como apoyo del entrenamiento son: fisiología, Anatomía, Nutrición, rehabilitación, biomecánica, Psicología y entrenamiento mental y la informática.

A las personas que practican el deporte como medio creativo o para la mejora de la salud, se les puede extrapolar algunos de los medios que

utilizan los deportistas para mejorar su rendimiento, pero adecuados a sus necesidades, fundamentalmente en lo que respecta al aspecto médico – deportivo. Una nutrición adecuada, los masajes y demás elementos defatigantes, los procesos formativos y de aprendizaje, y la debida programación, basada en criterios técnicos correctos, permitirán que el trabajo realizado sea más rentable. Y en esto debe estar bien claro el profesional de la educación física.

2.4.3. Acondicionamiento físico con carga

En la década de los 60 del siglo pasado, se comienza a ver la necesidad de desarrollar el cuerpo, dando origen al FITNESS, término anglosajón que significa bienestar físico integral o personificado.

No obstante, fue en 1994, cuando la Asociación Internacional de Acondicionamiento Físico (IFPA) comienza los seminarios de enseñanza práctica del acondicionamiento físico en la mayoría de las universidades, centro de entrenamiento, centro de conferencias alrededor de los Estados Unidos e Internacionalmente. Es así como gran cantidad de atletas olímpicos, campeones mundiales y otras personas comienzan a usar los

certificados del IFPA para incrementar sus conocimientos de entrenamiento personal y las carreras.

Hoy día gracias a la tecnología, se ha fomentado la llegada del entrenamiento físico integral y cada día son más las personas que se acercan los gimnasios, clubes y plazas para ejercitarse. Sin embargo, lo que muchos desconocen, es que si no realizan un trabajo coordinado y supervisado por especialistas, pueden sufrir consecuencias como la sobre exigencia de los músculos o la desnutrición del organismo entre otras. Y lo que es peor, no llegar al objetivo deseado.

Entonces se debe estar claro, que entrenamiento físico personal significa, cambio total del cuerpo, bienestar asegurado y por sobre todas las cosas, mucha vitalidad y energía extra. Entonces, lo que se busca con el acondicionamiento físico con carga, es educar al alumno / alumna con pautas para mejorar la calidad de vida, desde una concepción integral que involucra al cuerpo y la mente.

2.5. La Escuela de Educación Física de la Universidad de Panamá

2.5.1. Antecedentes

La Escuela de educación Física se legaliza formalmente como tal, mediante la aprobación del Consejo general Universitario en reunión 3 -84 del 13 de abril de 1984, el cual establece entre otros lo siguiente.

“ Las escuelas son unidades académicas, que dentro de las respectivas facultades, programan, coordinan y administran la enseñanza de una carrera o especialidad de estudio que culmina con un título profesional. Se entenderá como carrera, el conjunto planificado de actividades de enseñanza aprendizaje que son necesarias para formar profesionales capaces de satisfacer los objetivos de una determinada especialidad”²⁰.

La Escuela de Educación Física, pertenece a la Facultad de Humanidades; está ubicada dentro de las instalaciones revertidas de Curundu, y en la actualidad cuenta con una matrícula de 350 alumnos, matriculados en diferentes jornadas.

²⁰ UNIVERSIDAD DE PANAMÁ. Consejo General Universitario No.3-84, 13 de abril de 1984. República de Panamá.

2.5.2. Aspectos administrativos

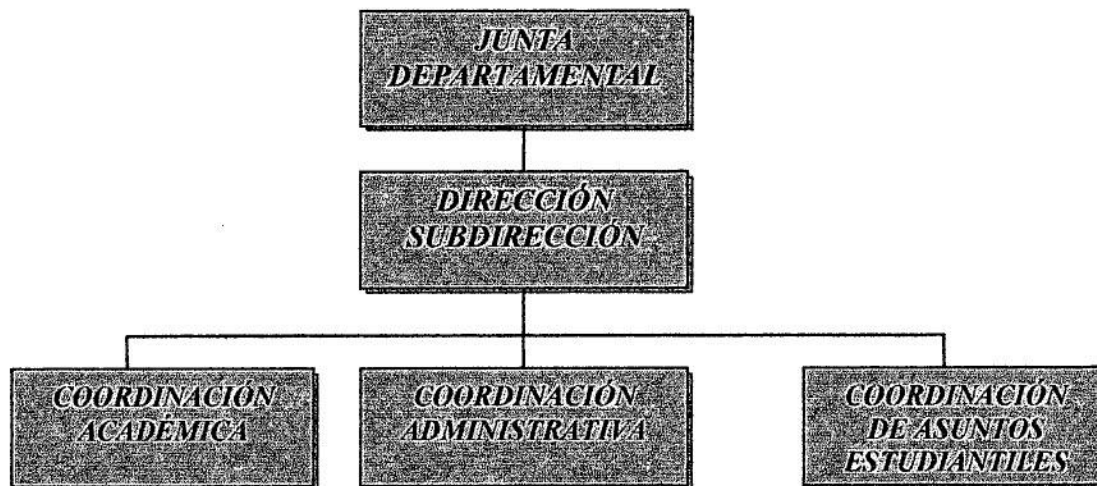
2.5.2.1. Organización interna

La Escuela de Educación Física está constituida por la máxima autoridad representada en la Junta Departamental, la Dirección y Subdirección, además cuenta con tres coordinaciones: la Coordinación Académica, la Coordinación Administrativa y la Coordinación de Asuntos Estudiantiles.

El organigrama de la Escuela de Educación Física es el siguiente:

Fig. #5

**UNIVERSIDAD DE PANAMÁ
FACULTAD DE HUMANIDADES
ESCUELA DE EDUCACIÓN FÍSICA
ORGANIGRAMA**



FUENTE: Administración. Escuela de Educación Física.

Las funciones generales de la Escuela de Educación Física son:

- Programar, coordinar, administrar y evaluar los planes y programas de estudio de las carreras bajo su responsabilidad.
- Mantener estrecha coordinación con los departamentos para los efectos de asignación de los docentes necesarios para el desarrollo de la carrera a su cargo.
- Mantener actualizado y dar seguimiento a los expedientes de estudiantes dentro de la especialidad.
- Mantener vínculos y relaciones de coordinación con Escuelas o Departamentos de la Facultades, así como de otras facultades del país y del extranjero, que permitan el intercambio de experiencias.
- Ofrecer a los estudiantes la información y orientación necesaria para su buen desempeño académico.
- Cualquier otra que le sea asignada por los órganos correspondientes.

2.5.2.2. Políticas

Son parte de las políticas de la Escuela de Educación Física las siguientes.

- La Escuela de Educación Física se constituirá en un organismo impulsor de las políticas y estrategias nacionales de desarrollo y de las nuevas tendencias de la educación universal ajustadas a las necesidades regionales y nacionales de la vida económica del país.
- El plan nacional para el desarrollo de la educación física se elaborará con la participación de los distintos sectores que la conforman para atender tanto los problemas de la institución, como de la educación física en general.
- La escuela sólo administrará una carrera o especialidad de estudio que terminará con el grado de licenciatura, pero podrá coordinar y administrar uno o más cursos cuyo título final sea anterior al grado de licenciatura.

- Procurar la máxima racionalización de los recursos humanos y físicos para alcanzar, a un mínimo de costo, su máximo de rendimiento eficiente.
- El currículo tomará en cuenta las actuales características y necesidades de la sociedad, de acuerdo con la nueva filosofía educativa del sistema.
- Se promoverá los mecanismos necesarios para mantener una relación interdisciplinaria permanente, con los organismos e instituciones nacionales e internacionales que permitan hacer efectiva todas las políticas y estrategias del sector educativo-físico del país.

2.5.2.3. Objetivos

Los objetivos generales de la Escuela de Educación Física consisten en lograr que el egresado haya adquirido:

- Una formación científica, técnica, pedagógica y de cultura general dentro de la especialidad.
- Actitud profesional en el desarrollo de los aspectos éticos, sensibilidad social y disposición para mantenerse actualizado mediante la educación e investigación permanente.

Entre los objetivos específicos se mencionan:

- Formular la política en materia educativa – física en concordancia con el Ministerio de Educación y organismos y disposiciones internacionales que se refieran al área de educación física.
- Elaborar y mantener actualizado el currículo básico para la formación profesional.
- Desarrollar los programas que contemplan los aspectos físicos y psicopedagógicos para la formación del estudiante.
- Dar seguimiento institucional sistemático tanto al personal docente y estudiantes, como a egresados.

- Promover acciones tendientes a fomentar una actividad profesional para el desarrollo de los aspectos científicos, éticos, pedagógicos y social.
- Observar el cumplimiento de los objetivos y metas de la Escuela para realizar los ajustes periódicos necesarios.

2.5.3. Plan de estudios

La Escuela de Educación Física actualmente ofrece la carrera de Licenciatura en Educación Física. La misma consta de una duración de 4 años y medio (nueve semestres). Los estudiantes deben aprobar 46 materias, lo cual da un total de 194 créditos.

2.5.3.1. Perfil de ingreso

Para ingresar a la carrera de Educación Física el aspirante deberá satisfacer los siguientes requisitos.

- Poseer título de educación secundaria (media bachiller en ciencias, letras, magisterio).
- Edad: entre 18 y 30 años.
- Llenar ficha descriptiva de datos físicos: Peso, estatura, etc.
- Haber aprobado el curso propedéutico y mantener un índice académico no menor a 1.00 al ingresar a la carrera.
- Poseer conocimientos, hábitos, actitudes y capacidades que le permitan el logro de los objetivos propuestos en cada una de las asignaturas del plan de estudio, referente a contenidos y campos de acción.
- Certificación médica que garantice un estado de salud adecuado y que garantice una aptitud física que le permita un desarrollo óptimo y permanente durante su formación. (incluir exámenes, electrocardiograma y placas pulmonares).

- Poseer en nivel satisfactorio de aptitudes fisico-deportivas, necesarias para que sea capaz de asimilar el esfuerzo fisico exigido en su formación profesional.
- Mostrar una real vocación por la práctica de las actividades fisico-deportivas y la enseñanza de las mismas.

2.5.3.2. Perfil del egresado

El perfil del egresado es el instrumento del plan de estudio que define los rasgos esenciales, distintivos que debe poseer el egresado de esta carrera. En el se consideran, tanto los objetivos, como los fines y políticas de la Universidad de Panamá, como la demanda social. Debe expresar el compromiso que debe asumir la institución para dar respuestas eficientes a las demandas y necesidades de la sociedad en que está inmersa.

El perfil de cada profesional egresado de la Escuela de Educación Física Universidad de Panamá, se relaciona con lo siguiente:

- **Mostrar preocupación por la conservación de nuestras costumbres y tradiciones, como garantía para el desarrollo de nuestra identidad nacional.**

- **Preocupación por el desarrollo de los valores éticos y morales, promoviéndolo a través de la práctica de las actividades físicas.**

- **Mostrar disposición al cambio y al uso de nuevas herramientas y de nuevas tecnologías.**

- **Tener un bagaje de conocimientos culturales, tecnológicos y científicos que le permita comprender el medio que le rodea y así enfocar y proyectar de forma positiva su acción profesional.**

- **Conocer interpretar y administrar oportunamente las políticas de la educación nacional.**

- **Aptitud para proponer estructuras y/o modificaciones que vayan adecuando la actividad física a la necesidad social.**

- Proyectar una personalidad preocupada por la permanente y constante formación académica del intelecto y actitud crítica.
- Capacidad de planificar, organizar y explicar la asignatura para trabajar en el nivel que se le solicite.
- Capacidad de demostrar y enseñar los fundamentos técnicos de las diferentes disciplinas, tanto en el campo deportivo, recreativo o con miras al desarrollo de una buena aptitud física y emocional.
- Conocer los principios generales de la administración que le permita establecer los esquemas organizativos previos a la ejecución de programas de acción.
- Conocer los principios generales en los que se basan los sistemas contemporáneos de entrenamiento y acondicionamiento físico.

CAPÍTULO III
PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS

3.1. Tipo de Investigación

Toda investigación nace de un problema al cual se le quiere dar solución; desde esta perspectiva, lograr los objetivos deseados no es una tarea fácil, por lo que es necesario seguir una metodología que facilite el proceso ordenado de la investigación.

Entonces se puede decir, que la metodología no es más que los pasos secuenciales que se deben seguir para alcanzar los objetivos trazados. De acuerdo a las características de este estudio, se utiliza el método descriptivo, por ser el que más que ajusta a las necesidades de la investigación.

El método descriptivo permite especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno relevante que sea sometido a análisis. Además mide y evalúa diversos aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno a investigar, lo que requiere de algún conocimiento del área que se investiga para formular las preguntas específicas que se busca responder y también facilita el diseño de un marco teórico apropiado.

Algunos ejemplos de estudios basados en el métodos descriptivo serían: los censos de población y vivienda, los estudios sobre el grado de satisfacción que tienen los usuarios por un determinado servicio, los estudios que se realizan para determinar la necesidad de nuevas carreras en un determinado centro de estudios y otros similares. Esta investigación es similar a las mencionadas, porque con la misma se espera conocer la opinión que tienen los estudiantes, profesores y empresarios sobre la necesidad de modificar el programa del curso de Levantamiento de Pesas que ofrece la escuela de Educación Física de la Universidad de Panamá

3.2. Fuentes de Información

3.2.1. Fuentes materiales

Para obtener los datos necesarios para este estudio, fue necesario recurrir a la consulta teórica y a la investigación de campo.

La consulta teórica abarcó libros, tesis, revistas, folletos, manuales de organización, leyes, y otras fuentes bibliográficas relacionadas con el tema. A esta información se le conoce como datos **secundarios**, es decir, aquellos

que ya existen y que han sido publicados con propósitos tal vez distintos a los objetivos de esta investigación.

Además se realizaron actividades prácticas de campo, para reunir la información de tipo **primaria**. En este aspecto, la comunicación personal con los estudiantes y profesores de la Escuela de Educación Física, nos permitió obtener información valiosa para el complemento y sustentación del estudio.

Además se utiliza Internet como fuente terciaria de información.

3.2.2. Población y muestra

La población de estudio está compuesta por los estudiantes de la Escuela de Educación Física que para el primer semestre del 2003 era de 350 estudiante, atendidos por 24 profesores. Además conforman la población, los hoteles y empresas de la localidad que se dedican a brindar servicios de entrenamiento físico.

Finalmente se seleccionó la muestra, quedando constituida por 60 estudiantes, 20 profesores y 20 empresas. A todos ellos se les aplicó una encuesta, compuesta principalmente por preguntas cerradas.

3.2.3. Tipo de muestra

Para la selección de la muestra se emplea un muestreo estratificado. Las unidades muestrales las constituyen los estudiantes y profesores los diferentes turnos, que estudian y prestan servicios en la Escuela de Educación Física, así como las empresas en donde se demandan los servicios de los profesionales egresados de esta unidad educativa.

3.3. Hipótesis

La explicación como base del conocimiento científico se vale de la comprobación y verificación de los hechos observados. Para tal efecto se formulan proposiciones, que evaluadas por la práctica, utilizan procedimientos rigurosamente establecidos; a tales proposiciones se les denomina hipótesis de trabajo. Para este caso se plantean la siguiente hipótesis:

- El currículo del curso de **levantamiento de pesas**, debe ser reestructurado, para satisfacer las necesidades del mercado laboral y mejorar el perfil del egresado de la carrera”.

3.4. Las variables

Como su nombre lo indica, las variables son propiedades que pueden adquirir diferentes valores; en otras palabras, que pueden variar y cuya variación es susceptible de medirse. Generalmente, las mismas son presentadas en forma de relación en la hipótesis de investigación, para lo cual es indispensable identificar las variables tanto independientes, dependientes.

3.4.1. Variable independiente

Las variables independientes son aquellas, cuya existencia provoca o genera la aparición de hechos dependientes de ella. En una investigación para que una variable pueda ser calificada como independiente necesita de dos requerimientos básicos: que varíe o sea manipulada y que dicha variación pueda controlarse. En este caso la variable independiente es:

- El currículo debe ser reestructurado

3.4.2. Variable dependiente

Las variables dependientes son las que no se manipulan, sino que se miden para establecer el efecto de la manipulación de las variables independientes sobre ella. En este caso dichas variables son:

- Satisfacer las necesidades del mercado laboral; y
- Mejorar el perfil del egresado.

3.5. Descripción de Instrumentos

El instrumento que se utilizó para recolectar los datos fue la encuesta, la cual es el enfoque más adecuado para recopilar la información descriptiva. Las encuestas proporcionaron los datos cualitativos, compuestos por opiniones que tienen los estudiantes sobre la necesidad de introducir innovaciones en el curso de levantamiento de pesas.

Además se realizaron entrevistas personales, lo cual nos proporcionó información valiosa para el análisis.

3.6. Procedimiento

El procedimiento está constituido por los pasos que se llevaron a cabo en la investigación. Estos pasos fueron los siguientes:

- Se realizó una investigación preliminar para recopilar la información pertinente al tema, lo cual hizo posible contar con un panorama más amplio del problema al cual se quiere dar solución.
- Se consultaron las fuentes de información disponibles para preparar la revisión bibliográfica, procurando consultar libros y otras fuentes actualizadas.
- Se elaboró un instrumento de recolección tipo encuesta utilizando preguntas cerradas lo cual se ajusta al tipo de investigación que se realiza.

- Se distribuyó la encuesta entre los estudiantes de los diferentes niveles de la carrera de Licenciatura en Educación Física, los profesores y las empresas seleccionadas.
- Se recopiló la información, luego la clasificamos, resumimos y analizamos. Posteriormente se procedió a la confección de los cuadros, estadísticos, gráficas.
- Se diseñó un nuevo modelo de programa de estudios para el curso de **Levantamiento de Pesas**, cambiando su denominación por **Acondicionamiento Físico con Carga**, lo cual constituye la esencia de nuestra propuesta.
- Después de un cuidadoso análisis se tabuló la información, lo que nos permitió tener una idea más clara sobre la situación existente, como base para recomendar la modificación del currículo académico actual de la carrera de Licenciatura en Educación Física.

CAPÍTULO IV
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

4.1. Situación actual de la Carrera

4.1.1. Análisis introductorio

En la actualidad, el Plan Nacional de Desarrollo es el instrumento que da las pautas generales para la planeación democrática del desarrollo nacional, en él se encuentran los planteamientos formulados para enfrentar la tarea de satisfacer los retos que impone el cambio, que hagan realidad las aspiraciones y necesidades de la población.

Corresponde al Departamento de Cultura Física del Ministerio de Educación, cumplir de manera efectiva con los lineamientos establecidos en el Plan Nacional de Desarrollo. Entre sus funciones están las de planificar, coordinar y regular las actividades de cultura física en el país, elaborando programas tendientes a operacionalizar las acciones relacionadas con el desarrollo del deporte, atención a la juventud, brindando apoyos técnico y administrativo.

Estos programa se retroalimentan con sub-programas que consideren, por un lado, la formación y capacitación de Recursos Humanos, eventos

deportivos, recreativos, florales, campamentos; por otro lado, la obtención de instalaciones deportivas, parques recreativos, financiamientos, difusión e informática, reconocimientos, estímulos y recompensas.

En este último programa, el sub-programa de **formación y capacitación** de recursos humanos se constituye como fundamental, ya que no es factible hablar de una cultura física y un crecimiento del deporte y recreación real, si se carece de los recursos humanos encargados de atender los procesos de iniciación, enseñanza, desarrollo y organización de la actividad; así mismo se requiere de personal especializado que asegure la aceptación, permanencia, calidad y efectividad de los programas establecidos.

En el programa nacional de formación y capacitación del Recurso Humano se tiene como principal objetivo: normar, diseñar y promover programas y modelos académicos para la formación y capacitación de profesionales en la cultura física, que garantice el incremento a nivel académico de las instituciones formadoras, a fin de que respondan con mayor eficacia, eficiencia y pertenencia a los problemas y necesidades del

país. Y esta es precisamente competencia de la Escuela de Educación Física de la Universidad de Panamá.

El modelo académico que priva para tal efecto, se encuentra plasmado en el Plan Decenal de la Modernización de la Educación, en donde se establecen las orientaciones que han de considerarse en la elaboración de las políticas y lineamientos generales para el diseño y operación de estos modelos académicos que se han de manejar en la **Escuela de Educación Física** del nivel superior. La misma debe responder a las exigencias de la modernización, mediante diversas acciones entre éstas:

- La evaluación sistemática de las actividades;
- Planear coordinadamente su desarrollo y diseñar y ejecutar programas de superación académica que permitan atender la demanda educativa con mejor calidad, pertinencia y equidad;
- Diversificar la formación del estudiante de pre-grado para lograr un profesional con características flexibles, formación

multidisciplinaria, con capacidad de atención a los ciudadanos sin importar su estado etéreo; y

- Una actividad emprendedora hacia el trabajo, la producción, fomentando la actitud para desarrollar el auto aprendizaje, la actualización permanente, reforzamiento, evaluación y promoción del personal docente.

Bajo esta perspectiva, la reestructuración curricular de la licenciatura y profesorado de la carrera de Educación Física, específicamente en el curso de levantamiento de pesas, se define como una estrategia que permite elevar el desarrollo institucional, a partir de la revisión y modificación de los contenidos que hasta este momento habían obstaculizado el adecuado cumplimiento de los objetivos que como institución educativa del nivel superior se le exige.

De esta forma se estará dando respuesta a las demandas actuales de formación de profesionales encargados de la enseñanza y desarrollo de las actividades deportivo- recreativas, mediante un currículo dinámico, es decir,

tan flexible que pueda irse adecuando, tanto las características y posibilidades del campo laboral actual, al tiempo que se presenta como una alternativa que proporcione a los estudiantes las herramientas para desarrollarse en diversos campos profesionales que tiene que ver con el acondicionamiento físico.

4.1.2. Situación actual

Como se mencionó con anterioridad, La Escuela de Educación Física ofrece la carrera de Licenciatura en Educación Física, asimismo se denomina al título que otorga. A nivel general, el campo laboral potencial, para licenciados en Educación Física se puede describir así:

CUADRO #1
CAMPO LABORAL POTENCIAL PARA LICENCIADOS EN EDUCACIÓN FÍSICA

Sector	Subsectores	Finalidad	Población	Puestos De Trabajo
Publico Privado	I. Servicios 1. educativo 2. deportivo 3. recreativo II. Productivo 1. industrial 2. agricola 3. comercial	4. Desarrollar La cultura fisica. 5. Recuperar, conservar y mejorar la salud 6. Recreacion 7. Rendimiento deportivo	a. Niños b. Jóvenes c. Adultos ch. Ancianos d. Especiales	Fundamental: 1. Educador 2. Entrenador deportivo 3. Preparador fisico
			Participación a. Masivo b. Selectivo o individual	Complemento 1. Investigador 2. Promotor deportivo 3. Coordinador deportivo 4. Director tecnico 5. Administrador deportivo

El campo de acción docente incluye:

- Escuelas de Educación Pre-escolar, Educación General Básica, Educación, Media, Educación Especial y Educación de Adultos.
- Instituciones de formación docente en otras áreas.
- Instituciones de Educación Superior Universitaria y no Universitaria, Especiales y de Adultos que incluyan en su currículo la asignatura de Educación Física o cualquiera de sus especialidades.

El campo de acción deportiva y recreativa incluye:

- Centros de Deportes y Recreación.
- Complejos Deportivos.
- Programas Especiales que incluyen áreas Específicas de la Educación Física (Tercer Edad, Rehabilitación Física, Recreación, Turismo, Atención a personas con necesidades de educación especial.
- Centros Vacacionales.

En el campo de la asesoría se incluye:

- A Nivel de Gobierno Nacional, Provincial, Municipal y Comunal.
- Ligas, Asociaciones, Organizaciones Deportivas.
- Gimnasios, Fábricas y empresas, Gremios y Organizaciones Vecinales.
- Fundaciones, Patronatos e Instituciones de Beneficencia Pública.

En el campo de la supervisión se incluye:

- Entidades Educativas, Deportivas, Recreativas y otras.

Actualmente la Escuela tiene una matrícula de 350 estudiantes, que deben de completar un total de 46 materias, se trata de 305 horas de clase; 122 teóricas y 183 prácticas. Entre las materias electivas están: Esgrima, Gimnasia de competencia, levantamiento de pesas, lucha, tenis y Bádminton y primeros auxilios. De éstas los estudiantes deben escoger cuatro (4).

El plan de estudios actual se presenta a continuación:

CUADRO #2
PLAN DE ESTUDIO
LICENCIATURA Y PROFESORADO EN EDUCACIÓN FÍSICA

ASIGNATURAS	TRONCO COMUN	OBLI GADA	HORAS SEMEST.	CRÉDI TOS	HORAS TEOR.	HORAS PRÁCT.
PRIMER SEMESTRE						
Curso Propedeutico (Verano)		X		-	-	-
Introducción a la Educ. Física (210 a)	X	-	4	2	1	3
Bailes Folks. Nacionales (260 a)	X	-	4	2	1	3
Anatomía Aplicada (200 a)	X	-	4	3	2	2
Gimnasia Educativa /230 a)	X	-	4	2	1	3
Atletismo (240 a)	X	-	4	2	1	3
Balónmano (220 a)	X	-	4	2	1	3
Español (Especial)	-	X	4	3	2	2 (L)
Total	6	2	28	16	9	19
SEGUNDO SEMESTRE						
Introducción a la Educ. Física (210 b)	X	-	4	2	1	3
Psicología de las Edades ()	-	X	3	3	3	-
Anatomía Aplicada (200 b)	X	-	4	3	2	2
Gimnasia Educativa /230 b)	X	-	4	2	1	3
Atletismo (240 b)	X	-	4	2	1	3
Balónmano (220 b)	X	-	4	2	1	3
Español (Especial)	-	X	4	3	2	2 (L)
Recreación (260)	-	X	4	2	1	3
Total	5	3	31	19	12	19
TERCER SEMESTRE						
Fisiología Aplicada (300 a)	X	-	4	3	2	2
Desarrollo y Aprendizaje Motor (310 a)	X	-	5	3	2	3
Teoría General de la Educ. Física (320 a)	X	-	4	3	2	2
Expresión Corporal y Rítmica (330 a)	X	-	5	3	2	3
actividades Acuáticas (340 a)	X	-	4	2	1	3
Fútbol (350 a)	X	-	4	2	1	3
Educ. Física Parvularia e Infantil (360 a)	X	-	5	3	2	3
Inglés (Especial)	-	X	4	3	2	2(L)
Total	7	1	35	22	14	21
CUARTO SEMESTRE						
Fisiología Aplicada (300 B)	X	-	4	3	2	2
Desarrollo y Aprendizaje Motor (310 b)	X	-	5	3	2	3
Teoría General de la Educ. Física (320 b)	X	-	4	3	2	2
Expresión Corporal y Rítmica (330 b)	X	-	5	3	2	3
Actividades Acuáticas (340 b)	X	-	4	2	1	3
Fútbol (350 b)	X	-	4	2	1	3
Educ. Física Parvularia e Infantil (360 a)	X	-	5	3	2	3
Inglés (Especial)	-	X	4	3	2	2(L)
Total	7	1	35	22	14	21

ASIGNATURAS	TRONCO COMÚN	OBLIGADA	HORAS SEMEST.	CRÉDITOS	HORAS TEÓR.	HORAS PRÁCT.
QUINTO SEMESTRE						
Biomecánica del Movimiento (400 a)	X	-	5	3	2	3
Hist. y Legis. de la Educ. Física (410 a)	X	-	4	3	3	1
Baloncesto (420 a)	X	-	4	2	1	3
Estadística (430 a)	X	-	4	2	2	2
Bioquímica y Nutrición (440 a)	X	-	3	2	1	2
Béisbol y Softbol (450 a)	X	-	4	2	1	3
Tecn. Aplicada a la Educ. Física (460 a)	-	X	4	3	2	2(L)
Actividad Física en el Adulto Mayor (470 a)	X	-	5	3	1	4
Total	7	1	33	20	13	20
SEXTO SEMESTRE						
Biomecánica del Movimiento (400 a)	X	-	5	3	2	3
Hist. y Legis. de la Educ. Física (410 a)	X	-	4	3	3	1
Baloncesto (420 a)	X	-	4	2	1	3
Estadística (430 a)	X	-	4	2	2	2
Bioquímica y Nutrición (440 a)	X	-	3	2	1	2
Béisbol y Softbol (450 a)	X	-	4	2	1	3
Tecn. Aplicada a la Educ. Física (460 a)	-	X	4	3	2	2(L)
Act. Física en el Adulto Mayor (470 a)	X	-	5	3	1	4
Total	7	1	33	20	13	20
SÉPTIMO SEMESTRE						
Metod. de la Inv. en Educ. Física (500 a)	-	X	5	4	3	2(T)
Teo. y Práct. del Entr. Deportivo (510 a)	-	X	5	3	2	3
Kinesiterapia (520)	X	-	4	3	1	3
Voleibol (530 a)	X	-	4	2	1	3
Actividad Física Adaptada (540)	X	-	4	3	2	2
Actividad Física y Ecología (550)	X	-	4	2	1	3
Administración y Organización de Instalaciones y Activ. Deportivas (560)	-	X	4	3	2	2
Pedagogía de la Educación Física (590 a)	-	X	4	3	2	2(T)
Total	4	4	34	23	14	20
OCTAVO SEMESTRE						
Metod. de la Inv. en Educ. Física (500 b)	-	X	5	4	3	2(T)
Teo. y Práct. del Entr. Deportivo (510 b)	-	X	5	3	2	3
Gimnasia Correctiva (520)	X	-	4	3	2	2(T)
Voleibol (530 b)	X	-	4	2	1	3
Sociología y Deporte (570)	-	X	2	2	2	-
Elab. de Objetivos en Educ. Física (580)	-	X	2	2	2	-
Pedagogía de la Educación Física (590 b)	-	X	4	3	2	2(T)
Metodología General (610)	-	X	4	3	2	2(T)
Total	2	6	30	22	16	14

NOVENO SEMESTRE						
Didáctica Gral. de la Educ. Física (600)	-	X	4	3	2	2(T)
Metodología Especial (610)	-	X	5	3	2	3(T)
Psicología Educativa (620)	-	X	4	3	2	2(T)
Planificación en Educación Física (630)	-	X	4	3	2	2(T)
Evaluación en la Educación Física (640)	-	X	4	3	3	1(T)
Práctica Docente (670)	-	X	5	3	2	3(T)
Total	0	6	26	18	13	13
ASIGNATURAS ELECTIVAS						
(Escoger 4)						
Esgrima	-	X	5	3	1	4
Gimnasia de Competencias	-	X	5	3	1	4
Judo	-	X	5	3	1	4
Levantamiento de Pesas	-	X	5	3	1	4
Lucha	-	X	5	3	1	4
Tenis y Bádminton	-	X	5	3	1	4
Primeros Auxilios	-	X	5	3	1	4
Total	0	4	20	12	4	16

Asignaturas: 46 **Créditos:** 194 **Horas Teóricas:** 122 -- 40%
Horas Prácticas: 183 -- 60% **Total de Horas:** 305 -- 100%

El plan actual de la carrera permite a los estudiantes del quinto semestre (tercer año) matricular una a dos materias electivas del plan de estudios, ellos deben cumplir con cuatro materias electivas al finalizar la licenciatura.

El curso levantamiento de pesas fue agregado al plan de estudio en el año 1969, con miras a satisfacer las necesidades deportivas nacionales e internacionales y de promoción del deporte de las pesas a nivel escolar de aquel entonces, ya que Panamá se preparaba para la realización de los Juegos Centro americanos y del caribe en el año 1970.

4.2. Resultados de la Encuesta y Análisis

4.2.1. Encuesta aplicada a estudiantes

Se aplicó una encuesta a 60 estudiantes de la Escuela de Educación Física, escogidos al azar entre los segundos, terceros y cuarto años. Las interrogantes formuladas fueron las siguientes:

1. Si, las técnicas de levantamiento de levantamiento olímpico, eran suficientes para aplicar al acondicionamiento físico deportivo y de mantenimiento.
2. Si, la materia electiva, levantamiento de pesas tiene los contenidos orientados y apoyados hacia las demás disciplinas deportivas.
3. Si, los conocimientos del curso levantamiento de pesa, eran suficientes para solicitar oportunidad de trabajo en el mercado del ejercicio y gimnasios de fuerza.
4. Si, el curso electivo, levantamiento de pesas debería tener cambio hacia una actualidad y más interrelación científico – deportivo que

permitiera utilizar lo aprendido en el ámbito escolar y el mercado laboral del ejercicio.

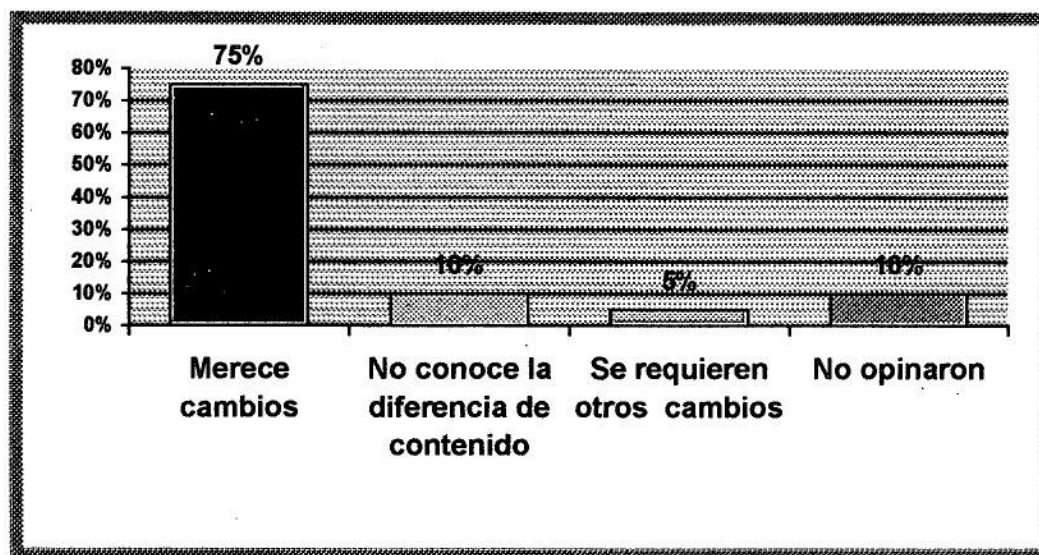
5. Si, un cambio de contenido en el programa del curso Levantamiento de pesas, ayudaría a elevar y actualizar los conocimientos sobre el acondicionamiento físico con cargas de los estudiantes de la carrera de educación física.

Los resultados de la encuesta en este grupo de la muestra indican que el 75% considera que la materia **levantamiento de pesas**, debía o merecía cambios de contenidos más actualizados; el 10% no conocían la diferencia de contenido en relación al curso de levantamiento de pesas y sobre la nueva propuesta; el 5% cree que no sólo se necesitan cambios en el contenido, sino también los medios para trabajos y laboratorios (máquinas de pesas y equipos en general) y un 10% prefirió no opinar. Observar la siguiente gráfica:

GRÁFICA N°1

OPINIÓN DE LOS ESTUDIANTES SOBRE LA MATERIA

LEVANTAMIENTO DE PESAS



FUENTE: ENCUESTA APLICADA A ESTUDIANTES DEL CURSO PESAS

4.2.2. Opinión de los Profesores

Se aplicó la encuesta a 20 docentes de la Escuela de Educación Física, para conocer su opinión sobre:

1. Si, el curso actual levantamiento de pesas (estilos olímpicos) puede ayudar al mejoramiento o aplicación del acondicionamiento físico en

el deporte que Usted enseña, como estrategia didáctica de apoyo en las escuelas secundarias.

2. Si, los contenidos de la materia deberían ser ajustados a las necesidades actuales del mercado del ejercicio.
3. Si, la práctica profesional como estrategia de mercadeo de la calidad de formación de nuestros estudiantes es una necesidad.
4. Si, la aplicación de interrelación de conocimientos entre el curso acondicionamiento físico con cargas y su materia o deporte son o no importantes.
5. Si, se hace necesario un ajuste o renovación curricular en el curso levantamiento de pesas.

Con respecto a la pregunta #1, diez (10) de los profesores encuestados, es decir, el 50% contestaron afirmativamente, el 35% que no y el 15% consideró que esto no dependía de la habilidad de trabajo del profesor.

Con relación a la pregunta #2, el 100% opinó que sí deben ser ajustados los contenidos de la materia. Igual sucedió con la pregunta #3, en donde el 100% de la muestra consideró que si es necesaria la práctica profesional como estrategia de mercadeo de la calidad de formación de los estudiantes.

En el caso de la pregunta #4, el 100% de la muestra de los profesores, considera importante la aplicación de interrelación conocimiento entre el curso de **acondicionamiento físico con carga** y la materia de su especialidad. Igual sucedió con la pregunta #5, en la cual el 100% de los participantes en el estudio respondieron que se si se hace necesario un ajuste o renovación curricular en el curso levantamiento de pesas.(Ver grafica 2).

4.2.3. Encuestas a empresarios

Se le preguntó a 20 empresarios de la ciudad capital, en donde se brindan servicios de acondicionamiento físico, sobre los siguientes temas:

1. Si, su personal tiene el respaldo académico actualizado para atender a su clientela.
2. Si, la Universidad de Panamá prepara bien a los estudiantes para un reto empresarial como éste.
3. Si, deben hacerse cambios de contenidos más actualizados, al menos en lo que a acondicionamiento físico con pesas y máquinas se refiere dentro de la carrera de Educación Física.
4. Si, la empresa esta dispuesta a dar oportunidad de apoyo como práctica laboral a estudiantes de la Escuela de educación Física.
5. Si, la formación del egresado de la carrera de educación física es buena, regular o mala.

Con relación a la primera pregunta, todos los empresarios (100%) respondieron que no cuentan con personal con el respaldo académico necesario, pero que sí tenían cursos y seminarios en relación al ejercicio especial en gimnasios. Esto denota, la importancia del acondicionamiento físico con cargas, puesto que iría precisamente a satisfacer las necesidades de este mercado, dándole así a los egresados de la carrera mayores oportunidades de trabajo.

A los señalamientos de la segunda pregunta, el 100% contestó que la Universidad no prepara bien a los estudiantes para el reto empresarial, y que ni siquiera sabían que había una materia relacionada con ejercicio y acondicionamiento de gimnasios. Esta opinión generalizada es preocupante, porque denota que la Escuela de Educación Física no satisface las necesidades del mercado en cuanto a calidad se refiere.

Con relación a la pregunta #3, el 100% de las empresas participantes en el estudio respondieron que sí deben hacerse cambios en los contenidos, pero sólo a nivel del acondicionamiento físico, sino de toda la carrera.

Sobre la pregunta #4, los resultados indican que el 85% de los empresarios si están dispuestos a dar apoyo relacionado con la práctica profesional de los estudiantes, siempre y cuando esto se regule mediante acuerdo; sin embargo, el 15% considera que e los gimnasios pequeños esto no es factible por el temor de perder el puesto. No obstante, de una u otra forma, esa sería una buena oportunidad para mercadear el producto de la Escuela de Educación Física y además motivar a los estudiantes.

A la pregunta #5, el 100% contestaron que la formación del egresado de la carrera de Educación Física era regular; sin embargo aclararon, que esto dependía del lugar de trabajo. Esto por lo menos es un indicativo de que no existe una percepción tan negativa sobre la calidad profesional de los profesionales que se gradúan en la Escuela; aunque esto contrasta con la respuesta a la pregunta #2, en donde todos coincidieron que los estudiantes no salen bien preparados para enfrentar el reto empresarial., lo que demuestra la existencia de un problema. (ver gráfica 3)

CONCLUSIONES

1. La sociedad actual influenciada tremendamente por la tecnología, ha experimentado cambios en todas las ramas del saber, de ello no escapa el área de la Educación Física, la cual se ha visto obligada a introducir constantes cambios en los métodos de enseñanza en todas las disciplinas deportivas. En la carrera de Licenciatura y profesorado en Educación Física, una de las materias que requiere de innovaciones es el curso de Levantamiento de Pesas.
2. El 75% de los estudiantes encuestados considera que la escuela de Educación Física de la Universidad de Panamá requiere de cambios más actualizados.
3. Un 10% de los estudiantes entrevistados no conoce la diferencia de contenido en relación al curso levantamiento de pesas y la nueva propuesta.
4. El 100% de los estudiantes entrevistados considera que no sólo se requieren cambios en el contenido de la materia levantamiento de

pesas, sino también en los medios, como máquinas de pesas y equipos en general.

5. El 50% de los profesores entrevistados consideró que el levantamiento de pesas, puede ser de gran ayuda en el acondicionamiento físico, pero el 100%, que deben hacer ajustes en el contenido de la materia.
6. El 100% de los profesores entrevistados se mostró a favor de la práctica profesional, e igualmente consideraron que existe alguna interrelación entre el curso de acondicionamiento físico y la materia de su especialidad.
7. El 100% de los empresarios encuestados reconoció que su personal de apoyo no cuenta con respaldo académico, pero con algún curso o seminario relacionado con el entrenamiento físico.
8. El 100% de los empresarios entrevistados consideró que la Universidad no prepara adecuadamente a los estudiantes para el reto

empresarial y además coincidieron en que la formación del egresado es regular.

9. El 100% de los empresarios entrevistados considera que se deben hacer cambios en los contenidos de la materia de levantamiento de pesas.

RECOMENDACIONES

1. Recomendamos que se cambie el nombre de la materia “Levantamiento de Pesas” por **“Acondicionamiento Físico con Carga”** debido a la gran diversidad de aparatos o máquinas, apoyos técnicos existentes hoy día para acondicionar la fuerza en los deportes y al público en general, además del alto porcentaje de seguridad que éstas brindan especialmente en la enseñanza escolar.
2. Recomendamos que se concreten acuerdos con la empresa privada a fin de que los estudiantes de la Escuela de educación física puedan completar la práctica profesional.
3. que a nivel de la Escuela de Educación Física se dicten seminarios y charlas a los estudiantes sobre la importancia y objetivos del curso de Acondicionamiento Físico con Carga.
4. Que se modifiquen los contenidos del curso de levantamiento de pesas, de acuerdo a la propuesta.

5. Que se dote a la Escuela de Educación Física de nuevos y modernos equipos.
6. Que se agregue al plan de estudio el curso “Acondicionamiento físico con cargas “ como materia obligatoria para todos los estudiantes de la carrera.

CAPÍTULO V
PROPUESTA

5.1. Reestructuración del programa levantamiento de pesas

5.1.1. Justificación

Esta propuesta tiene su justificación en los problemas que se detectaron con la investigación; entre éstos:

- El curso de levantamiento de pesas se circunscribe a un área muy restringida, al margen de nuevas tendencias que se orientan hacia una disciplina más completa y que ofrece mayores oportunidades a los estudiantes, como lo es el **acondicionamiento físico con carga**, nombre que estamos proponiendo para el curso.
- Los estudiantes, profesores y empresarios consideran que deben hacer cambios en el curso de levantamiento de pesas.
- Existe una percepción negativa del producto que ofrece al mercado la Escuela de Educación física, lo que hace necesario realizar ajustes en el currículo.

- Se deben buscar nuevas alternativas para ampliar el mercado laboral de los estudiantes.

Con base en lo anterior, se propone cambiar el nombre del curso de Levantamiento de Pesas, por Acondicionamiento Físico con cargas, y que no sea electiva si no obligatoria.

5.1.2. Descripción del curso

- Asignatura teórico práctico que proporciona al estudiante la posibilidad de conocer y practicar los métodos de acondicionamiento físico de la fuerza de acuerdo a las necesidades deportivas.
- Desarrolla el sentido de responsabilidad y perseverancia en la consecución de objetivos utilizando la creatividad, análisis de los métodos y medios para la ganancia de fuerza.
- Las experiencias derivadas en este proceso de enseñanza aprendizaje, conducen al estudiante al mejoramiento de la calidad

motriz de la fuerza, por consecuencia podrá hacer mejor uso del conocimiento en proyección a otras personas.

- Esta asignatura está íntimamente relacionada con casi todas las asignaturas prácticas de la carrera, ya que permite orientar en métodos de trabajo con cargas o pesas, para el acondicionamiento de la fuerza básica, y especialmente para todos los deportes.

5.1.3. Objetivos

Generales

- Capacitar al educador físico para que incorpore en sus clases una gran variedad de métodos y medios para el mejoramiento de la fuerza.
- Proporcionar la metodología adecuada en el manejo o trabajo con:
 - Cargas libres o pesas tradicionales.
 - Cargas fijas o máquinas.
 - Con aparatos especiales (tensores, ligas, aparatos, etc.).

- Con su propio cuerpo o ejercicios libres o naturales.
- Determinar la importancia de los conocimientos del curso en aplicación a otras asignaturas deportivas, sean colectivas o individuales.
- Dominar las técnicas de levantamiento de pesas.
- Capacitar al educador en técnicas de análisis mecánico funcional para trabajos con cargas libres, fijas o máquinas.

Específicos

- Identificar los diferentes métodos de trabajo para ganancia de fuerza.
- Analizar diferencias mecánicas en trabajos libres y con máquinas para fuerza.
- Emplear recursos mínimos para ganancias de fuerza básica para la tonificación y la preparación deportiva.

- Utilizar técnicas correctas en la ejecución de trabajo con pesas libres.

- Utilizar técnicas correctas en las ejecuciones de trabajos libres.

- Utilizar técnicas correctas en el uso de aparatos pliométricos.

- Aplicar correctamente variados métodos de trabajo de acuerdo a la necesidad deportiva o debilidad muscular segmentada.

- Elaborar correctamente programas de trabajo para principiantes y deportistas escolar.

5.1.4. Contenido del curso

A continuación se describen los contenidos del curso:

Módulo 1

TÍTULO: ORIGEN Y EVOLUCIÓN DEL TRABAJO CON CARGAS

DURACIÓN: DOS SEMANAS

4 HORAS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDOS	TÉCNICAS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN
1. Conocer las aportaciones más significativas de los estudiosos de la halterofilia y la rehabilitación de la fuerza.	<p>Evolución Histórica del Trabajo de cargas</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Iniciadores ▪ Evolución ▪ Aplicaciones científicas 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Charla ▪ Discusiones grupales (Philips 66) ▪ Torbellino de ideas 	<p>1.1. Discutirán el contenido del tema.</p> <p>1.2. Analizarán la evolución de las pesas.</p> <p>1.3. Destacarán los hechos más relevantes hasta nuestros días.</p>	<p>Revistas</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Men's Fitnes ▪ Salud ▪ Folletos 	Prueba parcial

FUENTE: Prof. Rodolfo Méndez

Módulo 2**TÍTULO: DIFERENCIAS MECÁNICAS EN EL TRABAJO LIBRE Y
CON MÁQUINAS FIJAS****DURACIÓN: TRES SEMANAS****8 HORAS**

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDOS	TÉCNICAS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN
1. Identificar diferencias mecánicas de movimientos libres con pesas y máquinas.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Levantamiento olímpico ▪ Ejercicio a manos libres ▪ Ejercicios con máquinas. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Trabajo en círculo 	1.1. Participarán en la técnica de levantamiento olímpico 1.2. Practicarán ejercicios en manos libres. 1.3. Practicarán ejercicios en máquinas de cargas fijas. 1.4. Analizarán los diferentes movimiento.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pesas libres ▪ Máquinas de cargas fijas ▪ Bancas y sillas 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Prueba individual de cortejo. ▪ Análisis individual de conclusiones
2. Ejecutar movimientos libres con pesas y pesas.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Análisis muscular mecánico 			<ul style="list-style-type: none"> ▪ Revistas ▪ Libros ▪ Películas 	

FUENTE: Prof. Rodolfo Méndez

Módulo 3**TÍTULO: APLICACIÓN Y MÉTODOS Y TEST DE FUERZA****DURACIÓN: 6 SEMANAS****12 HORAS**

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDOS	TÉCNICAS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN
1 Utilizar diferentes test para diagnosticar fuerza segmentaria.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Fuerza máxima ▪ Pecho ▪ Piernas ▪ Biceps ▪ Dorsal. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Demostrativa ▪ Trabajo en pareja 	1.1. Aplicarán en pareja diferentes test. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Fuera máxima <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pecho ▪ Biceps ▪ Triceps ▪ Pernas ▪ Bíceps crural ▪ Abdominales ▪ Resistencia 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gimnasio ▪ Cronómetro ▪ Silbato ▪ Tabla de anotación ▪ Toallas ▪ Maletín 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Informe de pareja.
2. Aplicar métodos de mejoramiento de la fuerza	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pirámide ▪ Circuito ▪ Isométrico ▪ Isokinético 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ejecuciones grupales ▪ Ejecuciones individuales ▪ Ejecuciones en pareja 	2.1. Elaborarán plan de trabajo para seis semanas con métodos específicos a su pareja.		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Informe del plan por pareja

FUENTE: Prof. Rodolfo Méndez

Módulo 4**TÍTULO: APLICACIÓN DE PROGRAMAS ESPECIALES PARA GANANCIA DE LA FUERZA****DURACIÓN: 3 SEMANAS****18 HORAS**

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDOS	TÉCNICAS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN
1. Incorporar nuevos métodos para casos especiales	Métodos Grupales <ul style="list-style-type: none"> ▪ Circuito ▪ Intervalos ▪ Pirámide Métodos individuales <ul style="list-style-type: none"> ▪ Segmentado ▪ Tonificación ▪ Reductor ▪ Mantenimiento ▪ Volumen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Demostrativa ▪ Ejecución grupal ▪ Ejecución individual 	1.1. Organizarán grupos de trabajos para el método seleccionado. 1.2. Aplicarán a grupos voluntarios uno de los métodos grupales. 1.3. Aplicarán a grupo piloto un programa deportivo especial.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pesas libres ▪ Bola medicinal ▪ Pista ▪ Gimnasio ▪ Silbato 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Informe grupal ▪ Informe individual
2. Confeccionar programas especiales para deportes.	Programas Generales de <ul style="list-style-type: none"> ▪ Corredores velocidad ▪ Lanzadores ▪ Nadadores ▪ Pesistas ▪ Voleibol ▪ Baloncesto 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Exploratoria ▪ Ejecución grupal 	2.1. Discutirán la confección del programa para grupos deportivos. 2.2. Aplicarán a grupo piloto deportivo de fuerza especial.		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Informe grupal

FUENTE: Prof. Rodolfo Méndez

Módulo 5**TÍTULO: ORGANIZACIÓN Y ADMINISTRACIÓN DE CENTROS DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO****DURACIÓN: 2 SEMANAS****10 HORAS**

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDOS	TÉCNICAS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN
1. Conocer centros de acondicionamiento físico moderno.	Centro moderno de Acondicionamiento Físico <ul style="list-style-type: none"> ▪ Hoteles ▪ Privados Universidades 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Visitas ▪ Entrevistas ▪ Filmación ▪ Conversatorio 	1.1. Visitarán por lo menos 4 diferentes centros	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Radiograbadoras ▪ Videograbadoras ▪ Cámaras 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Informe grupal
2. conocer las diferentes máquinas para trabajo de cargas.	Máquinas Modernas <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sistema de cadena ▪ Sistema de polea ▪ Sistemas hidráulicos 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Visitas ▪ Entrevistas ▪ Filmación ▪ Conversatorio 			
3. Conocer las normas básicas de organización y administración de centros de acondicionamiento físico con cargas.	Organización y Administración <ul style="list-style-type: none"> ▪ En hoteles ▪ Privados ▪ universitarios 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Visitas ▪ Entrevistas ▪ Filmación ▪ Conversatorio 	3.1. Entrevistarán y aplicarán encuestas aproximadamente a 4 empresarios o administradores.		

FUENTE: Prof. Rodolfo Méndez

En síntesis, el programa propuesto consta de cinco (5) módulos, que suman 24 horas de clases, 16 semanas, lo cual equivale a un (1) semestre. Con esta propuesta, el plan de estudios en el área de las materias electivas quedará así:

ASIGNATURAS	TRONCO COMÚN	OBLIGADA	HORAS SEMEST.	CRÉDITOS	HORAS TEÓR.	HORAS PRÁCT.
AIGNATURAS ELECTIVAS (Escoger 4)						
Esgrima	-					
Gimnasia de Competencias	-					
Judo	-					
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO CON CARGAS	-	X	X	X	X	X
Lucha	-					
Tenis y Bádminton	-					
Primeros Auxilios	-					
Total						

BIBLIOGRAFÍA

- ANDER, Ezequiel. **La Planificación Educativa**. Argentina; Editorial Magisterio de Río de la Plata. 1996.
- CASTILLEJO, B. José. **Las Nuevas Perspectivas de las Ciencias Sociales**. México; Editorial Porrúa, S.A. 1990.
- DÍAZ SUAREZ, Reynaldo. **La Educación**. México; editorial Trillas, 1989.
- DÍAZ, B. Frida y Otros. **Estrategias Docentes para un Aprendizaje Significativo**. México; Editorial McGraw – Hill Interamericana, S.A. 1998.
- GÓLCHER, Ileana. **Escriba y Sustente su Tesis**. Panamá; Editorial Mar Adentro. 1999.
- GONZÁLEZ M., Viviana. **La Educación de Valores en el Currículo Universitario**. Colombia; O. E. I. 2002.
- LAFOURCADE, Pedro. **Planeamiento, Conducción y Evaluación en la Enseñanza Superior**. Argentina.; Editorial Kapelusz. 1994.
- LARROYO, Francisco. **Pedagogía de la Enseñanza Superior**. México; Editorial Porrúa, S.A. 1984.
- LÓPEZ CHICHARRO, José. **Fisiología del Ejercicio**. Editorial Médica Panamericana; Madrid. España: 2001.
- PEÑALOSA RAMELA, Walter. **El Currículo Integral**. Venezuela; Universidad del Zulia, 1995.
- PRUZZO, Vilma. **Evaluación Curricular para el Aprendizaje**. Argentina; Editorial Espacio. 2000.
- SÁNCHEZ, Luzmila. **Metodología de la Investigación**. Panamá; Editorial Universitaria. 1995.

SANVISENS M., Alejandro. **Introducción a la Pedagogía.** Espala; Editorial Barcelona, S.A. 1984.

SUAREZ D., Reynaldo. **La Educación.** Editorial Trillas. México. 1989, Pág. 45.

SUAREZ D., Reynaldo. **La Educación.** Editorial Trillas. México. 1989, Pág. 36.

URBINA, Aurora. **Teoría y Praxis en Andragogía.** Venezuela; Editorial Artes Gráficas. 1982.

DICCIONARIOS Y ENCICLOPEDIAS

Grupo Editorial Océano Uno. **Enciclopedia General de la Educación.** Tomo 1, España: 2000.

MICROSOFT CORPORATION. **Enciclopedia Microsoft Encarta.** 1997.

OTRAS PUBLICACIONES

ASTUDILLO, Carmen y otros. **Descripción de las Asignaturas de la Carrera de Licenciatura y Profesorado en educación Física.** Universidad de Panamá. 2002, Pág. 8.

Librería y Editorial Interamericana, S.A. **Constitución Política de Panamá de 1972,** edición 1995.

Ministerio de Educación. **Transformación Curricular. Promesas y Desafíos.** Panamá, 1999.

Ministerio de Educación. **Un Nuevo Modelo Curricular para una Nueva Práctica pedagógica.** Panamá, 1999.

Ministerio de Educación. **Un Nuevo Modelo Curricular.** PRODE-BID.
Panamá, 2000, Pág. 24.

Ministerio de Educación. **La Planificación Educativa.** Panamá, 1999.

LEYES

Ley 47 de 24 de septiembre de 1946, Orgánica de Educación.

Ley 34 de 16 de julio de 1995, que modifica la Ley 47 de 1946.

OTRAS REFERENCIAS

<http://w.w.w.pananet.con>.

<http://w.w.w.Pananet.con>.

ANEXO

PROGRAMA DEL CURSO LEVANTAMIENTO DE PESAS 1969

UNIVERSIDAD DE PANAMÁ
Facultad de Filosofía, Letras y Educación
Escuela de Educación Física

Programa: Levantamiento de Pesas

Curso: Electivo

Duración: Un semestre

Elaborado por: Angel Flamigetti

Año: 1969

Justificación:

Panamá se apresta una vez más a realizar un compromiso deportivo de envergadura internacional, en la cual se presentarán todos los deportes de competencia Olímpica, la celebración de los IX Juegos Centroamericanos y del Caribe.

Para garantizar el éxito de dicho evento, todas las instituciones gubernamentales y en especial la Universidad de Panamá, a través de la Escuela de Educación Física, aportarán los especialistas y técnicos deportivos para el apoyo, difusión y colaboración directa con los deportes que así lo soliciten.

La creación del curso Levantamiento de pesas dentro de la carrera, no sólo servirá para los objetivos propuestos, si no que llega a llenar un vacío en la formación del futuro educador físico, orientándolo en la búsqueda de talentos en levantamiento olímpico, la promoción y formación de jueces para el deporte de las pesas. En otras palabras dotar al futuro educador físico de estrategias didácticas y metodológicas que le permitan orientar a jóvenes en la canalización de sus potencialidades deportivas y el uso adecuado del tiempo libre en actividades sanas.

Creemos entonces que queda más que justificada la razón y propósito de la creación del curso "Levantamiento de Pesas".

Descripción del Curso:

El Curso Levantamiento de pesas, es un curso electivo, para estudiantes de la carrera de educación física, dentro de la Facultad de Filosofía, Letras y Educación de la Universidad de Panamá.

El curso tiene una duración de un semestre académico, con tres horas semanales, divididas en dos horas prácticas y una de teoría; el curso comprende la historia de la halterofilia o pesas de modo universal, y en particular el desarrollo y evolución en Panamá, la metodología de enseñanza para escolares, el reglamento competitivo y las normativas de seguridad básica que deben tenerse en cuenta al trabajar con principiantes en el levantamiento olímpico.

El curso debe ser aprobado con mínimo de "C" y tener el participante un 80% de asistencia a clases.

Título: Historia y Técnica del Levantamiento Olímpico de Pesas

Objetivos Específicos	Contenidos	Técnica	Actividades	Recursos	Evaluación
-conocer la historia y evolución del levantamiento olímpico de pesas.	-Historia de la Halteorfilia -Historia de las pesas en Panamá.	Exposición dialogada	-Investigación -Revistas -Charlas	-Revistas -Periódicos	Formativa
-Conocer las técnicas básicas del levantamiento olímpico.	-Arranque -Envién	-Exposición dialogada -Demostrativa	Ejecutar la modalidad arranque en parejas -Ejecutar la modalidad envién en parejas.	Pesas olímpicos -plataforma -cinturones	Formativa Sumativa
Conocer los Aspectos reglamentarios del levantamiento olímpico.	-Reglas del lev. Olímpico en el arranque. -Reglas del lev. Olímpico en el envién.	-Exposición Dialogada	Torbellino de ideas Conversatorio sobre las reglas. -Aplicación en competencia	Reglamento Revistas Películas	Formativa Examen escrito
-Aplicar Metodología en la enseñanza del levantamiento olímpico en las escuelas.	-Metodología Escolar para el levantamiento envién.	-Demostrativa -Exposición dialogada	-Trabajo en parejas -Trabajo con jóvenes -Trabajos con atletas	-Bastones largos -Barras de pesas Tabla de anotación	-Examen práctico -Examen escrito -Elaboración de murales