

EXPERIENCIAS DE CLASE EN LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN COLEGIOS OFICIALES DE BOGOTÁ

Fernando Guío Gutiérrez

Especialista en Edumatica.

Docente investigador de la Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación de la Universidad Santo Tomas Bogotá.

Integrante del grupo de investigación Cuerpo, Sujeto y Educación.

ferguio@gmail.com.

Juan Manuel Díaz Marín

Especialista en Docencia Universitaria.

Docente investigador de la Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación de la Universidad Santo Tomas Bogotá.

Integrante del grupo de investigación Cuerpo, Sujeto y Educación.

96.juan@gmail.com.

Manuel Norberto Mejía Ortiz

Especialista en Educación Personalizada.

Docente investigador de la Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación de la Universidad Santo Tomas Bogotá.

Integrante del grupo de investigación Cuerpo, Sujeto y Educación.

manomeor@gmail.com

Auxiliares de investigación: Liliana Poblador V., Cindy Julieth Castro R., Deisy Yamile León, Christian Espinosa, Andrés Felipe Suarez, Johana Patricia Sánchez, Sergio Felipe Portilla, Mauricio Lizarazo, Stephanie Littfack, Santiago Reina Ortiz, Luz Stella Urrea D., Sandra Paola Rodríguez, Emanuel Vanegas Barreto, Enki Bello M., Juan Manuel Cerón, Edwin Castiblanco, Oscar Barón, Alejandro Echeverry, Jeisson Monroy, Alexander Beltrán, Olga Lucia Lozano Junco.

Resumen

En el proyecto de investigación se recogieron y sistematizaron las mejores experiencias de clase de los docentes de Educación Física de colegios oficiales de Bogotá. Se identificaron las tendencias de contenidos en Educación Física en estas instituciones; reconocer y socializar estas experiencias significa compartir alternativas que pueden ser una solución pedagógica interesante para el diseño de clase y una

posibilidad importante de mejorar los procedimientos metodológicos en la búsqueda de una Educación Física de calidad. La recolección de los datos se realizó a través de una entrevista estructurada, la cual fue aplicada de manera personal por estudiantes de Cultura Física previamente preparados. El enfoque de investigación es multimodal o mixto de dos etapas, se trata de la aplicación de un diseño cuantitativo y cualitativo de manera secuencial e independiente cuyos resultados se complementan. Las experiencias y contenidos expuestos por 377 docentes de 252 instituciones oficiales, se organizaron en 10 categorías, mostrando las mayores tendencias la enseñanza de los deportes (50,2%) y la condición física (12,5%). La etapa cualitativa describe detalladamente cada una las experiencias de clase. Se espera que esta recopilación constituya un referente importante para el docente de Educación Física, en el diseño y ejecución de la clase.

PALABRAS CLAVE: Educación Física, Contenidos, Experiencia significativa, Clase significativa

ABSTRACT

The research project collected and systematized the best classroom experiences of teachers of Physical Education in official schools in Bogota. It identified trends in physical education in these institutions; to recognize and socialize mean to share alternatives that can be an interesting pedagogical solution for the class design and an important opportunity to improve the methodological procedures in the search for a quality Physical Education. Data collection was conducted through a structured interview, which was implemented, personally, by capable students of Physical Culture. The research focus is multimodal or combined in two stages, since it is the application of a quantitative and qualitative design in a sequential and independent mode whose

results are complementary. The experiences and content submitted by 377 teachers from 252 institutions, were organized into 10 categories showing the biggest trends in the teaching of sports (50.2%) and physical condition (12.5%). The qualitative stage describes the experiences of each class. It is hoped that this collection constitutes an important reference for the teaching of Physical Education in the design and implementation of the class.

KEYWORDS: Physical Education, Contents, Significant Experience, Significant Class

ABORDAJE DEL PROBLEMA

En el ámbito general de la educación, se reconoce la importancia y los aportes de la Educación Física a los diferentes procesos educativos y su contribución al desarrollo personal y calidad de vida (Blasco, 2001). También es posible encontrar sin dificultad trabajos y publicaciones que exponen diversidad de modelos, alternativas y posibilidades para la enseñanza de la Educación Física, sin embargo, muchas de las propuestas exigen espacios y materiales que la mayoría de las instituciones no tienen (Guío G.,2007). El docente tiene que enfrentar estas dificultades en su clase, el espacio disponible, el tiempo y los materiales insuficientes. Sumado a esto, los contenidos, en la mayoría de los casos varía muy poco, la clase se limita a la enseñanza del voleibol, microfútbol, baloncesto, contenidos que se repiten año tras año, con pocos cambios en sus fundamentos, generando posiblemente en el estudiante una creciente desmotivación, situación que se muestra con mayor amplitud en los grados superiores. En el estudio sobre capacidades físicas en escolares bogotanos (Guío G. 2007), “se evidencian actitudes y rendimientos bajos entre los 14 y 16 años de edad con respecto

a otras edades, particularmente en las niñas, por lo tanto es importante promover y estimular de manera significativa la actividad física en este rango de edad”.

Otras investigaciones como la de Murcia y cols. (2004) describen el pensamiento del estudiante en expresiones como: *“....aquí solamente jugamos voleibol y en ocasiones básquet, nunca de lo que llevo aquí en el colegio he manejado cosas distintas....”, “....Seria chévere aprender otro deporte, me gustaría que fuera libre, o depende los intereses de uno. A mí me gustaría que la clase tuviera más cosas no solo voleibol, que tuvieran en cuenta los intereses de cada uno.”*, Moreno J. y cols, (2007) señalan que la pérdida de actitudes positivas hacia la clase de Educación Física a medida que aumenta la edad es un hecho verificable citan a Pierón, Telama, Almond y Carreiro (1999), quienes encontraron en varios países europeos que las actitudes positivas hacia la clase son menores a medida que aumenta el grado escolar, estos trabajos muestran además como los contenidos que más interesan a los jóvenes son los relacionados con la condición física, los juegos y los deportes, también que son los estudiantes de primaria quienes atribuyen un valor importante a la Educación Física. Barceló R. (2005) expresa que los estudiantes muestran adecuados niveles de satisfacción, solo por aquella clase que tiene una clara tendencia al enfoque integral físico educativo; de igual forma los niveles más bajos de satisfacción están en correspondencia con las clases que se aproximan a la enseñanza tradicional. También es importante revisar los hábitos de actividad física en los jóvenes, en este sentido, la encuesta nacional de la situación nutricional en Colombia, realizada por el ICBF en el 2005, señala como resultados unos porcentajes significativos en obesidad y sobrepeso en niños y jóvenes, se muestra además como estos índices aumentan con

la edad: tiene obesidad y sobrepeso el 3,1% de la población de niños entre cero y cuatro años, el 4,3% de los niños entre cinco y nueve años y el 10,3% de la población de jóvenes entre 10 y 17 años. Estos resultados se pueden atribuir a que la mayor proporción de la población adolescente (74%) no desarrolla los niveles de actividad física mínimos recomendados, además los niños entre 5 y 12 años dedican dos horas diarias o más a ver televisión, situación que los expone al sedentarismo y riesgo de sobrepeso:

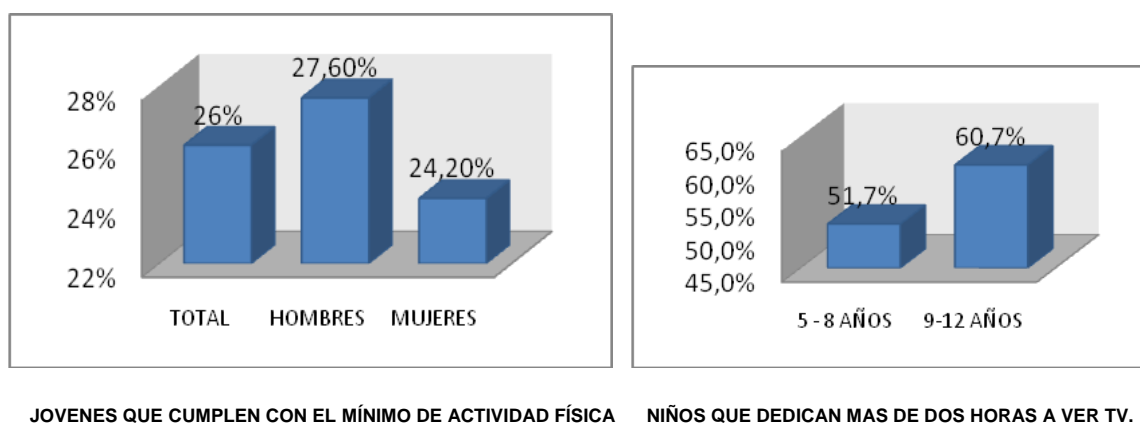


Figura 1. Porcentaje de jóvenes que cumplen con el mínimo de actividad física recomendada y niños que dedican más de dos horas a ver televisión obtenidos del estudio ENSI, (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2005)

Otros estudios en Estados Unidos y algunos países de Europa, señalan que un 5% de los niños entre 5 y 14 años tienen niveles altos de colesterol (Guzmán A. 2008), los factores genéticos, el sedentarismo y los malos hábitos alimenticios son las principales causas, lo cual ha generado el aumento de problemas cardiovasculares en la adolescencia. Una alternativa importante de prevención, consiste en promover la

actividad física, incluso desde la edad preescolar. Sarmiento C. (2008) plantea que el sedentarismo en niños y jóvenes “*se puede generar por la falta de ejemplo de los padres, falta de espacios adecuados y de incentivo en los colegios para realizar las actividades físicas*” Se debe promover los juegos, la actividad física y la práctica de los deportes. También se ha demostrado que las alteraciones posturales en los niños son cada vez más frecuentes, Gama (2005). Estas alteraciones son consecuencia de la mala postura y el sedentarismo a causa de la televisión, los video juegos y la falta de actividad física, en este caso, se recomienda enfocar la clase de Educación Física al fortalecimiento de las capacidades físicas e incluir en los planes de estudio por lo menos 3 sesiones semanales de 45 minutos de actividad física.

Otro aspecto que es importante considerar, es la mirada de la comunidad sobre la clase de Educación Física. Las mesas para la formulación concertada de políticas públicas en actividad física, deporte, recreación, constituyen un referente importante, ya que incluyen la participación de diversos sectores de las localidades de Bogotá, en cada una de las relatorías publicadas en www.bogotamasactiva.gov.co, se ha tocado el tema de la Educación Física, donde se cuestionan aspectos como la calidad de la clase, las diferencias entre colegios oficiales y privados, la intensidad horaria, los contenidos, los recursos disponibles, la falta de docentes especializados (preescolar y primaria) y el bajo impacto educativo de las clases. Todos los aspectos anteriores invitan a la reflexión, pues a pesar de la cantidad y calidad de investigaciones en el área, parece existir un distanciamiento entre la teoría y la práctica, las clases han cambiado muy poco y son escasas las miradas sobre las prácticas educativas y de cómo afronta y soluciona el docente sus dificultades en el patio de clase. Sin embargo,

el panorama no es del todo desalentador, pues las estrategias utilizadas por algunos docentes en Bogotá son amplias y variadas, es posible que algunos docentes, desde su experiencia, tengan alternativas de solución a las dificultades anteriormente expuestas. Existe la posibilidad de reconocer las experiencias que ameriten ser compartidas y aplicadas, por su naturaleza creativa e innovadora y por el impacto significativo que hayan generado. Los argumentos anteriores obligan a preguntarse ¿Qué se está enseñando en la clase de Educación Física? ¿Cuáles son las mejores acciones de clase? ¿Cómo se puede mejorar la calidad de la clase? ¿Qué estrategias se están utilizando para motivar a los estudiantes y generar una valoración positiva hacia a la clase? Todo esto conduce a orientar la mirada hacia las experiencias del docente en la clase de Educación Física. En este sentido, la investigación se constituye en aporte valioso para favorecer, alimentar y cualificar las estrategias utilizadas por los docentes en las sesiones de clase, en la búsqueda de procesos educativos eficaces y de calidad, razones por las cuales se plantea el siguiente interrogante ¿Cuáles son las mejores experiencias de clase realizadas por docentes de Educación Física en instituciones oficiales educativas de Bogotá?

OBJETIVOS

Objetivo general

Identificar las mejores experiencias de clase realizadas por los docentes de Educación Física en los colegios oficiales de Bogotá

Objetivos específicos

Recopilar y publicar todas aquellas experiencias de clase que están en el medio de la Educación Física, pero sin ser reconocidas ni multiplicadas por los docentes.

Identificar las tendencias de contenidos que se están enseñando en las clases de Educación Física en las instituciones educativas.

MATERIAL Y MÉTODO

Metodología

Enfoque y tipo de investigación (método)

El alcance de la investigación es descriptivo, fundamentalmente busca documentar y “describir” las experiencias de clase que los docentes de colegios oficiales de Bogotá de acuerdo a su criterio y experiencia consideran como las mejores o como acciones significativas en la enseñanza de la Educación Física, también pretende determinar cuál es la tendencia de los contenidos utilizados, por lo tanto, el enfoque de investigación es multimodal o mixto de dos etapas, pues trata de la aplicación de un diseño cuantitativo y cualitativo de manera secuencial e independiente cuyos resultados se complementan, Hernández S. (2006).

Estrategias de investigación

Para el desarrollo de este proceso investigativo se lleva a cabo el siguiente trayecto:

Definición y selección de las instituciones educativas donde se buscan las experiencias de clase de los docentes de Educación Física

En Bogotá las instituciones educativas están conformadas por colegios oficiales y no oficiales. Los establecimientos oficiales son aquellos colegios que son propiedad del Distrito y son administrados directamente por la Secretaria de Educación Distrital (SED), también están incluidos los colegios entregados en concesión a particulares para su administración. La Ley 715, del 21 diciembre de 2001, aplicó durante el año 2002 el proyecto de Integración Institucional para garantizar la continuidad de los estudiantes desde grado 0° hasta 11° o como mínimo hasta grado 9°, uniendo administrativamente dos o más instituciones oficiales geográficamente cercanas. De acuerdo con este proceso, en el año 2008 el Distrito contaba con 362 colegios oficiales.

Tamaño de la muestra

Se realizó un muestreo por conveniencia, pues del total de las instituciones educativas (362), 252 permitieron el acceso de los auxiliares de investigación para un nivel de confianza del 99%

Diseño y/o selección del un instrumento de registro de la información.

Para la recolección de los datos se utilizó una *entrevista estructurada*, con base en una guía de preguntas específicas, la cuales son adaptación de la ficha estándar para el registro de experiencias significativas, implementada por el Ministerio de Educación Nacional. El diseño de la entrevista llevó el proceso propuesto por Hernández S. (2006). La aplicación de la ficha de registro fue administrada por *entrevista personal* a los profesores de Educación Física en cada una de las instituciones educativas oficiales de Bogotá, las cuales se realizaron durante 12 semanas comprendidas entre los meses de agosto y noviembre del 2008. En este proceso participaron tres docentes y 21 estudiantes de Cultura Física de la Universidad Santo Tomás de Bogotá.

RESULTADOS

Se visitaron 252 instituciones educativas de 16 localidades , donde se aplicó la entrevista a 435 docentes de Educación Física, los cuales reseñaron 473 experiencias de clase, también se registraron los contenidos por período académico de cada institución, resultando un total de 1537.

Tabla 1

Distribución del número de colegios, docentes y experiencias estudiados por localidad

LOCALIDAD	COLEGIOS	DOCENTES	EXPERIENCIAS
USAQUEN	11	28	31
CHAPINERO	3	4	4
SAN CRISTOBAL	31	45	49
USME	22	31	31
TUNJUELITO	12	14	14
BOSA	28	37	50
KENNEDY	30	36	36
FONTIBON	9	25	25
ENGATIVA	23	43	49
SUBA	24	51	56
MARTIRES	4	8	8
ANTONIO NARIÑO	5	14	16
PUENTE ARANDA	1	2	2
CANDELARIA	2	8	8
RAFAEL URIBE	21	37	42
CIUDAD BOLIVAR	26	52	52
TOTAL	252	435	473



Figura 2 Ubicación y número de colegios visitados por localidad

Los contenidos expresados por los docentes se organizaron en 10 categorías: Deportes, Recreación Juegos y Rondas, Juegos Predeportivos, Condición física y capacidades físicas, Administración y organización deportiva, Test físicos y antropometría, Habilidades y destrezas básicas, Capacidades perceptivas, Expresión corporal y danzas, Otros (cultura física, discapacidad, medio ambiente, campismo, aeróbicos, nutrición y salud).

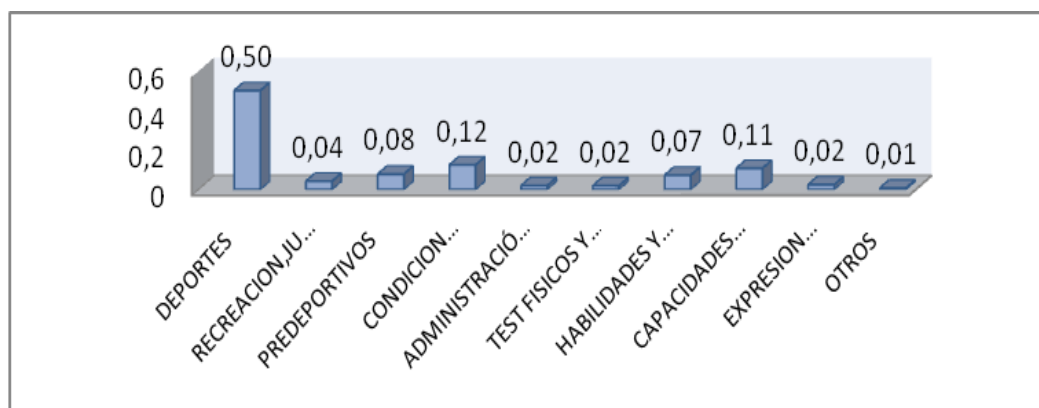


Figura 3 Porcentaje de los contenidos enseñados en Educación Física en los colegios oficiales de Bogotá.

Los contenidos incluidos en los programas de Educación Física con mayor porcentaje son: Deportes 50%, Condicion Física y capacidades físicas 12%, Capacidades Perceptivas 11%. Los contenidos con menor inclusión son: Administración y organización deportiva 2%, Danzas y expresion corporal 2%, Antropometria y test físicos 2%. Los deportes incluidos en los contenidos con mayor porcentaje son: Gimnasia 20,9 %, Baloncesto 20,5 %, Voleibol 18,3%, Atletismo 17,6%, Futsal 12,8%

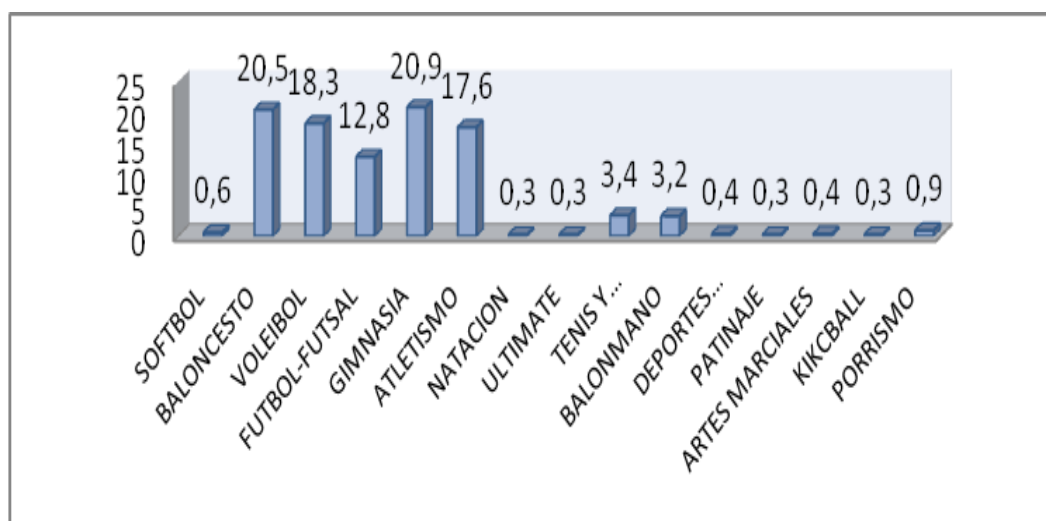


Figura 4 Porcentaje de los deportes incluidos en los contenidos de Educación Física en los colegios oficiales de Bogotá.

Las tematicas sobre las cuales los docentes de Bogotá han desarrollado sus mejores experiencias de clase son: Los deportes: 150 experiencias (32%). Condición física y capacidades físicas: 85 experiencias (18%). Recreación, juegos y rondas: 75 experiencias (16%)

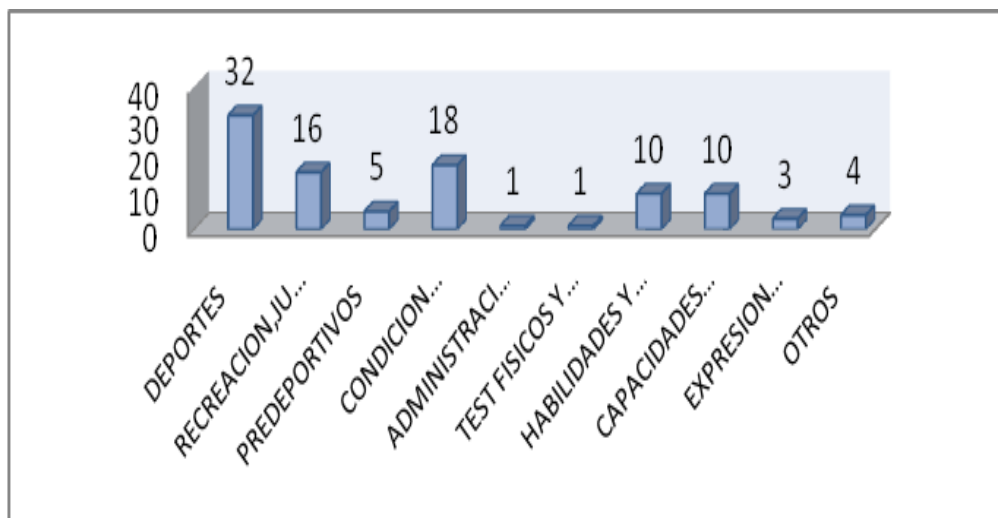


Figura 5 Porcentaje de las tematicas de las experiencias de clase significativas

Los deportes sobre los cuales los docentes expresan un mayor número de experiencias significativas de clase son: La gimnasia 19%, Baloncesto 17%, Voleibol 16%, Fútbol 15%

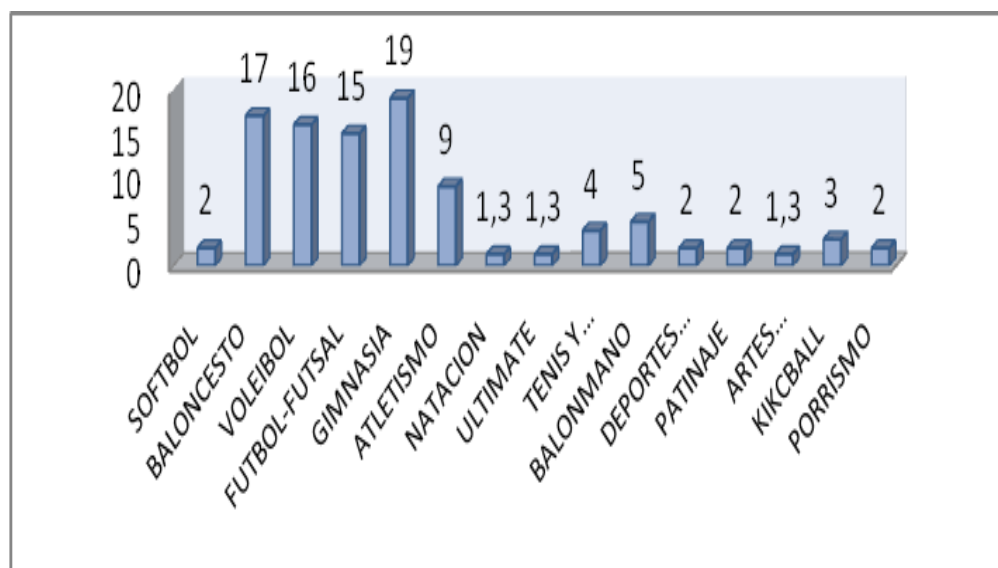


Figura 6 Porcentaje de las experiencias de clase significativas por deporte

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

De acuerdo con los resultados, es importante señalar que la Educación Física tiene la posibilidad de abordar numerosos contenidos, sin embargo, son muy pocos los que se muestran como novedad para los estudiantes, prevalece la enseñanza a través de los deportes, es así como el 50% de los contenidos programados corresponden a las disciplinas deportivas. Los contenidos expuestos por los docentes se organizaron en 10 categorías, las cuales presentan en el siguiente orden: Deportes 50%, Condición física y capacidades físicas 12%, Capacidades perceptivas 11%, Juegos predeportivos 8%, Habilidades y destrezas básicas 7%, Recreación, juegos y rondas 4%, Expresión corporal y danzas 2%, Antropometría y test funcionales 2%, Administración y organización deportiva 2%, Otros (Ecología, campismo, nutrición, cultura física) 1%. Entre los deportes programados los más enseñados en Bogotá son: Gimnasia 20,9%, Baloncesto 20,5 %, Voleibol 18,3%, Atletismo 17,6%, y Futsal 12,8%. Sin embargo, entre los contenidos que según los mismos docentes, han generado experiencias significativas con mayor frecuencia son: Los deportes: 32% (150 experiencias) La condición física y las capacidades físicas: 18% (85 experiencias) La recreación, juegos y rondas: 16% (75 experiencias). A pesar que la recreación no constituye uno de los contenidos más programados, se incluye como un aspecto generador de acciones significativas, se convierte más que en una finalidad, en una importante metodología, siendo un elemento motivante en el trabajo realizado durante la sesión de clase. Los deportes que más han generado experiencias significativas son: La Gimnasia 19%, Baloncesto 17%, Voleibol 16%, Futsal 15%. La tendencia de contenidos, nos muestra una limitada diversidad, son escasos los programas que incluyen alternativas diferentes

a las tradicionales como el ultimate (3%), los deportes de raqueta (3,4%), balonmano (3,2%), artes marciales (4%), porrismo (1%) entre otros, a pesar que estas actividades son consideradas por los docentes como alternativas interesantes y además aceptadas por los estudiantes, en este sentido, es necesario revisar los proyectos educativos, los planes de estudios y la selección de los contenidos, para que la Educación Física se torne motivante, atractiva y renovada; se deben recrear y reinventar permanentemente los contenidos, de acuerdo al ámbito en que se desarrollan y a las necesidades físicas estructurales del plantel y a las necesidades del grupo poblacional que es abordado. Sin embargo, también es importante señalar que se encontraron 473 experiencias de clase catalogadas por los mismos docentes como acciones significativas, las cuales en su mayoría incluyen una serie de características especiales, pues se encuentran en estas, situaciones de juego colectivo, circuitos por estaciones, uso y manejo de diversidad de elementos, donde se posibilita la participación activa de la mayoría de los estudiantes con tiempos de pausa o de espera mínimos y que además permiten diversas alternativas de exploración motriz, lo que sugiere toda una interpretación del concepto y el uso del juego como recurso didáctico, es decir, utilizar el juego en la clase de Educación Física no significa replicar el juego aprendido o el juego tradicional, sino más bien el comprender las características del juego y su sentido, de tal manera que pueda ser construido, creado, recreado o adaptado a las necesidades particulares de cada grupo de estudiantes. También se tornan atractivas las actividades que implican un reto a nivel de esfuerzo para los estudiantes como las pruebas físicas y las actividades de competencia. Las mayores dificultades que encuentran los docentes para la realización de las clases se definen como la falta de recursos, materiales, espacios adecuados y los grupos heterogéneos, sin embargo, estas dificultades no

constituyen un obstáculo importante para el desarrollo y ejecución de clases, pues a través de diversas alternativas como los deportes adaptados, los juegos masivos, los circuitos de juegos y ejercicios, las pruebas físicas entre otros, los docentes han encontrado respuesta a la complejidad de los intereses y necesidades de los estudiantes, es así como todas estas experiencias permiten concluir que en la búsqueda de modelos pedagógicos apropiados se pueden encontrar respuestas en las mismas experiencias y acciones de clase de los maestros, quienes a través de toda una gestión didáctica encuentran soluciones significativas a problemas recurrentes en la Educación Física.

BIBLIOGRAFIA

- Ausubel, D.P. (1983). El aprendizaje significativo. México: Trillas.
- Blandes, J. (2000). Utilización del material y del espacio en Educación Física. Barcelona: Inde.
- Blázquez, S. D. (2008). La gestión didáctica de la clase de Educación Física. Ponencia en II Encuentro iberoamericano del deporte infantil y juvenil y la Educación Física, Octubre, Bogotá.
- Camacho, C. H. y Bolívar, B. C. (2004). Programas de Educación Física para la básica primaria. Armenia: Kinesis.
- Castañer, M. y Oleguer, C. (1996). La Educación Física en la enseñanza primaria. Barcelona: Inde.
- Díaz, J. (1999). La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas. Barcelona: Inde.
- Devis, J. (1992). Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física. Barcelona: Inde.
- Florence, J. (1991). Tareas significativas en Educación Física escolar. Barcelona: Inde.

- Garrigós, L., González, M. A., Toja, B. y Piéron, M. (2007). El comportamiento docente en Educación Física: análisis de la presentación de tareas con base en la experiencia profesional. *Revista de Educación Física: Renovar la teoría y práctica*, 108, 5-12. Recuperado el 01 de diciembre del 2008 de la base de datos DIALNET.
- Gobernación del Huila. (2008). *Experiencias pedagógicas significativas*. Recuperado el 2 de Diciembre del 2008 de <http://www.gobhuila.gov.co>.
- González, M. M. (1998). Fundamentos de Educación Física para enseñanza primaria vol. I. Barcelona: Inde.
- Guío, F. (En prensa). Conceptos y clasificación de las capacidades físicas.
- Guío, F. (2007). Medición de las capacidades físicas en escolares bogotanos aplicable en espacios y condiciones limitadas. *Revista de Educación Física y Deporte*, 26 (1), 35-43.
- Guzmán, A. (2004, noviembre 10). Llego la hora de ejercitar a los más pequeños. *El Tiempo*, p. 2.
- Hernández, R. (2006). Metodología de la investigación. México: McGraw-Hill.
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF. (2005). *Encuesta nacional de la situación nutricional en Colombia*. Recuperado el 12 de mayo del 2006 de www.icbf.gov.co.
- López, R. A. y González, M. V. (2007). *La calidad de la clase de Educación Física. Una guía de observación cualitativa para su evaluación*. Recuperado el 21 de enero del 2007 de www.efdeportes.com.
- Ministerio de Educación Nacional. (2000). Lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deportes. Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Ministerio de Educación Nacional. (2007). *Colombia innova, ficha estándar para el registro de experiencias significativas*. Recuperado el 10 de abril del 2007 de www.colombiaaprende.edu.co.
- Moreno, J, A, y Hellin, M, G. (2007). El interés del alumnado de educación secundaria obligatoria hacia la Educación Física. Universidad de Murcia. *REDIE Revista electrónica de investigación educativa*. 9 (2).
- Murcia, N., Camacho, H., Jaramillo, E. L., y Loaiza, M. G. (2004). Imaginarios de los jóvenes escolares ante la clase de Educación Física. Armenia: Kinesis.
- Naciones Unidas. (2008). *Proyecto global de enseñanza aprendizaje, el ciberbus escolar*. Recuperado el 8 de septiembre del 2008 de <http://www.un.org/Pubs/CyberSchoolBus/spanish/index.asp>.
- Nada de niños perezosos (2008, agosto 27). *El tiempo*, p. 2-2.

Niños: ojo con su postura (2005, septiembre 14). *El tiempo*, p 2-7.

Rozentgardt, R. (2006). *Acercas de los contenidos de la Educación Física escolar*, 100. Recuperado el 3 de Diciembre del 2008 de la base de datos DIALNET.

Sales, J. (2001). *El currículo de la Educación Física en primaria*. Barcelona: Inde.

Secretaría de Educación Distrital. (2007). *Sector educativo*. Recuperado el 11 de mayo de <http://www.sedbogota.edu.co>.

Torres, J. A. (1999). *Didáctica de la clase de Educación Física*. México D.F: Trillas.

Universidad de Antioquia. (2008). *Experiencias significativas*. Recuperado el 12 de febrero del 2008 de <http://aprendeenlinea.udea.edu.co/portal/>.

AA.VV., (2001). *Fundamentos de Educación Física para enseñanza primaria*, Vol I y II. Barcelona: Inde.