

***Guía Didáctica de Gimnasia Terapéutica. Experiencias de su empleo en la
Universidad de Guantánamo
Therapeutic Gymnastics Didactic Guide. Experiences from your employment at
Guantanamo University
Robin Hope-Herrera¹***

¹Lic. Profesor Asistente. Universidad de Guantánamo, Guantánamo. Cuba.

Email:
robinhr@cug.co.cu

Fecha de recepción: 4 de noviembre de 2024
Fecha de aceptación: 10 de diciembre de 2024

RESUMEN

Este trabajo aborda la importancia de vincular contenidos de actividades físico-terapéuticas a los componentes didácticos de preparación docente en función de preservar el estado de salud y condición física y mental de los estudiantes desde un enfoque de prevención de forma adecuada, adaptado curricularmente al proceso de enseñanza aprendizaje. Se aporta una guía didáctica para la asignatura Gimnasia Terapéutica con enfoque integrador para la formación de nuevas habilidades y destrezas interdisciplinarias de utilidad para los estudiantes con padecimientos de trastornos circulatorios desde una perspectiva participativa, profesional y de salud, y la valoración de estudiantes y profesores. Se traza como objetivo valorar la percepción de los docentes y estudiantes de la Universidad de Guantánamo sobre la utilidad y efectividad de la guía didáctica de Gimnasia terapéutica, con el propósito de identificar áreas de mejora para su implementación.

Palabras clave

Guía didáctica; Gimnasia terapéutica; Universidad; Trastornos circulatorios.

ABSTRACT

This work deals with the importance of linking contents of physic-therapeutic activities to the didactic components of the professor's preparation according to the preservation of students' physical and mental conditions; all this from an approach of prevention in a more appropriate way and adapted curricularly to the teaching learning process. It is provided a didactic guide for the subject Therapeutic Gymnastics with promoting integration for the formation of new interdisciplinary abilities and skills useful for the students that suffer circulatory disorders, seen from a participative, professional and of health perspective, and its valuation from both professors and students' point of view. The objective is evaluate the perception of teachers and students from the University of Guantanamo about the usefulness and effectiveness of the didactic guide for Therapeutic gymnastics, with the aim of identifying improvement areas for their use.

Keywords

Didactic guide; Therapeutic gymnastics; University; Circulatory disorders.

INTRODUCCIÓN

La Educación Superior cubana ha sufrido cambios en su proceso de formación, lo que ha requerido de acciones educativas constantes por parte de los docentes que permitan resolver las limitaciones que se manifiestan continuamente en el proceso de enseñanza aprendizaje de la Gimnasia Terapéutica Universitaria. En el contexto actual, donde la importancia de la actividad física en la salud y el bienestar ha cobrado mayor relevancia, la gimnasia terapéutica se posiciona como una herramienta clave en la prevención y tratamiento de diversas afecciones de salud.

El sistema educativo universitario actual apela a la modificación en la enseñanza donde el estudiante adquiera mayor protagonismo en el desempeño de sus competencias, dejando atrás un sistema centrado en la formación integral del estudiante donde el profesor se convierte en un orientador del proceso. De este modo es posible fomentar estilos de aprendizaje creativos y autónomos que propicien el desarrollo del pensamiento reflexivo y contribuyan a desarrollar la independencia cognoscitiva de los estudiantes.

Dadas las características del plan de estudio E en la Universidad de Guantánamo se trasaron cambios en la preparación de las asignaturas, donde se introdujo el trabajo con la guía didáctica para la asignatura Gimnasia Terapéutica como recurso esencial para el aprendizaje, permitiendo al estudiante edificar el conocimiento de manera autónoma.

El objetivo de esta investigación es valorar la efectividad de la guía didáctica de la gimnasia terapéutica.

MÉTODOS

Se efectuó una investigación representativa con enfoque cualitativo en la Universidad de Ciencias Pedagógicas de Guantánamo desde septiembre 2023 hasta enero 2024. Se utilizó como muestra una población conformada por 114 estudiantes que cursan el primer año de la carrera Marxismo Lenenismo y 17 profesores del claustro que impartieron la asignatura Gimnasia Terapéutica Universitaria.

Se utilizaron diferentes métodos del nivel teórico:

Análisis-síntesis: se aplicó en la fundamentación teórica del tema, a partir de la revisión exhaustiva de la bibliografía.

Inducción-deducción: Se utilizó para poder decifrar los resultados alcanzados y llegar a las implicaciones del estudio.

Empíricos:

Se realizó una investigación documental del informe final de la asignatura Gimnasia Terapéutica Universitaria, enfocada en evaluar el impacto y resultado e implementación de la guía didáctica. La encuesta a estudiantes permitió recepcionar información en cuanto al criterio valorativo sobre la utilidad y finalidad de la guía.

La técnica de grupo focal se aplicó a los profesores con igual propósito que a los estudiantes.

La guía elaborada fue valorada teniendo en cuenta el criterio de especialistas, que lo conformaron 6 Doctores en Ciencias y 5 Másteres en Ciencia de la Educación. Luego de haber adquirido sus criterios acerca de la viabilidad y conformación de la guía, se procedió a emplearla con los estudiantes.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El análisis del informe de la asignatura reveló mejoras significativas en los resultados de promoción en comparación con periodos anteriores a la implementación de la guía didáctica. Esta evidencia fue considerada por los autores, quienes priorizaron la consolidación y expansión del uso de la guía como una estrategia fundamental para el desarrollo académico del colectivo de asignaturas.

Los estudiantes reconocieron la utilidad de la guía didáctica para el desarrollo de su desempeño estudiantil, ya que la misma propicia el aprendizaje autónomo y sirve como herramienta para edificar una relación entre professor y alumnos. La inclusión de la guía en el contexto universitario actual es fuente enriquecedora para el proceso de enseñanza y aprendizaje, a la vez que soluciona algunos problemas de salud de los estudiantes.

Opiniones expresadas por los docentes acerca la utilización de la guía didáctica:

- La concibieron como herramienta efectiva para guiar y potenciar el aprendizaje de los estudiantes desde una perspectiva participativa y profesional, promoviendo el aprendizaje autónomo y por ayudar a desarrollar la independencia cognoscitiva en ellos, permitiendo mejorar algunos indicadores relacionados con la salud.
- La elaboración de la guía inició a partir de preparaciones metodológicas por parte de los docentes para el logro de una correcta elaboración de los contenidos, teniendo en cuenta las variadas funciones que provee el material didáctico.
- El logro de la guía partió desde la calidad y orientación de los contenidos específicos para tratar los trastornos circulatorios, afección que aqueja a un gran número de la población estudiantil.

- Los estudiantes mostraron satisfacción con el uso de la guía por permitirles apropiarse de los contenidos, potenciando el aprendizaje significativo y la adquisición de la teoría constructivista de aprender a aprender y aprender construyendo, a la vez que reconocieron el mejoramiento en cuanto a los problemas de salud diagnosticados.

El sistema de evaluaciones frecuentes, parciales y sistemáticas, les permitió obtener un criterio claro del dominio de los conocimientos obtenidos, persibiendo el valor que poseen la guía didáctica para el desempeño de sus funciones docentes.

Se puede calificar de relevante la aceptación de la guía didáctica dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje, tanto por el colectivo de profesores como de los estudiantes.

En sentido general las guías, dentro del proceso de enseñanza aprendizaje, se fundamentan en la didáctica como ciencia para generar un desarrollo cognitivo y de los estilos de aprendizaje a partir de sí. Constituyen un recurso trascendental porque perfeccionan la labor del profesor en la confección y orientación de las tareas docentes como célula básica del proceso enseñanza aprendizaje, cuya realización se controla posteriormente en las propias actividades curriculares. Para abordar la necesidad de diseñar una guía didáctica para la atención y prevención de salud a partir de una selección de contenidos de Cultura Física Terapéutica y Profiláctica, se toman en cuenta las posiciones didácticas metodológicas para la elaboración de planes y programas de estudios que posibilitaran su posterior implementación, a partir de las leyes de la didáctica declaradas por el Doctor Carlos Álvarez de Zayas en su libro “Hacia una escuela de excelencia” (1996).

Para la elaboración del diseño de la guía didáctica objeto de investigación se tomaron los elementos sustentados en los resultados obtenidos por Dr. Lorenzo García Aretio, Titular de la Cátedra UNESCO de Educación a Distancia (CUED) de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED), España, así como de la MSc. Grisel Castellón Candelaria, Licenciada en Cibernético Matemática (UH-1991), Máster en Educación a Distancia (UH-2010), Profesora principal de FORMATUR Escuela Ramal del Turismo.

En su diseño se tuvieron en cuenta los siguientes aspectos:

- Datos generales: nombre de la asignatura, introducción y orientación para el estudio, objetivo, esquema, exposición o desarrollo de los objetivos, resumen de la unidad didáctica, actividades, ejercicios de autocomprobación, soluciones a los ejercicios de autocomprobación, bibliografía de la unidad.

La estructura de la guía didáctica es la siguiente:

1. Presentación e introducción general de la asignatura: Información general acerca de la asignatura.
2. Presentación del equipo docente.
3. Prerrequisitos: ser matrícula oficial del curso diurno de una de las carreras, tener acceso a la plataforma Moodle de la facultad, además de poseer correo electrónico. Tener dominio en la utilización de las redes sociales, específicamente WhatsApp.
4. Objetivos generales de la asignatura y objetivos específicos. La guía tiene dentro de sus objetivos mejorar la condición física de los estudiantes con trastornos circulatorios, la apropiación de métodos para la auto preparación sistemática y consciente, y propiciar la práctica de ejercicios físicos, contribuyendo así al mantenimiento y mejoramiento de la salud y de la correcta utilización del tiempo libre y su empleo en el futuro contexto laboral.
5. Materiales: Los recursos que se consideran necesarios en función de asegurar el desarrollo de la asignatura Gimnasia Terapéutica para estudiantes con trastornos circulatorios en la Facultad de Educación.
6. Contenidos del curso Esquema de la asignatura: Se presenta un esquema por unidad, que incluye objetivos y temas de la asignatura.
7. Orientaciones bibliográficas básicas y complementarias: Todo el material con que los estudiantes han de trabajar para desarrollar la guía didáctica.
8. Plan de trabajo calendario-cronograma: Se detalla planificación, fecha y hora de cada uno de los temas y actividades a desarrollar
9. Orientaciones específicas para el estudio: Se brinda indicaciones específicas para operar con la guía tanto dentro como fuera del aula.
10. Actividades: Todo lo que debe realizar el estudiante para tanto dentro como fuera del aula.
11. Metodología: El cómo se debe operar con cada una de las actividades de la guía didáctica.
12. Glosario de términos

En la investigación y para la elaboración de la guía didáctica fue necesario asumir el enfoque integral más físico que educativo de A. López (2006), que supone contemplar en los objetivos, contenidos, actividades de aprendizaje y actividades de evaluación, no solo al desarrollo de capacidades y habilidades (como ha sido una tendencia tradicional), sino asegurar el aprendizaje de conceptos, sistemas de conceptos y modos de referencias unido a la formación de valores y aptitudes, integrando, al nuevo conocimiento las vivencias y experiencias previas o antecedentes de los alumnos para imprimirle un significado y sentido personal al aprendizaje, sustentado en la atención a la diversidad desde lo cognitivo, lo afectivo, lo motriz y lo actitudinal a lo que tributa la Educación Física del modelo de formación de esta facultad.

La utilización de la Guía Didáctica se contextualiza a las nuevas condiciones sobre la que se desarrolla el periodo lectivo y no pierde su carácter eminentemente práctico, sino que se vincula al conocimiento teórico que deben aprender desde la signatura para su vida laboral futura convertido en modo de actuación. Esto la define como un recurso que tiene por finalidad orientar metodológicamente en los procesos de aprendizaje, permitiendo una mayor significación, funcionalidad, autonomía e independencia cognoscitiva del estudiante (Arteaga & Figueroa, 2016).

CONCLUSIONES

La guía didáctica que se propone pretende dar respuesta desde el currículo de las asignaturas, específicamente de la Gimnasia Terapéutica Universitaria, a necesidades de salud y formativas de los estudiantes de la Facultad de Educación diagnosticados con trastornos circulatorios y otras patologías asociadas. Esta constituye un recurso trascendental porque perfeccionan la labor del profesor en la confección y orientación de las tareas docentes como célula básica del proceso enseñanza aprendizaje, cuya realización se controla posteriormente en las propias actividades curriculares. Por otra parte, esta propicia el aprendizaje autónomo y el desarrollo de la independencia cognoscitiva de los estudiantes, a la vez que da solución a los problemas de salud diagnosticados.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvares de Zayas, Carlos M. (1999). *Hacia una escuela de excelencia*. Playa, Cuba: Sello Editorial Academia
- García Aretio, L. (2014): LA guía didáctica *Contextos Universitarios Mediados*, nº 14,5 Metodología de la EaD.
- Actualizado por la MSc Grisell Castellón Candelaria Marzo 2021.*
- López Rodríguez, A. (2006). *La educación física, más educación que física*, Cuba: Editorial Pueblo y Educación
- Arteaga & Figueroa. (2016). La guía didáctica: Sugerencia para su elaboración y utilización. <https://docplayer.es/189689490-La-guia-didactica-sugerencia-para-su-elaboracion-y-utilizacion.html>