RPNS: 2067 | ISSN: 1817-9088
Volumen 22 (2025)
N° 1 (enero - marzo)

Original Recibido: 20/0 9/2024 | Aceptado: 06/12/2024

Sugerencias metodológicas para el perfeccionamiento del proceso pedagógico de la Educación Física

Methodological suggestions for improving the pedagogical process of the Physical Education class

Olimpo Traba Gibert. Licenciado en Defectología. Máster en Ciencias de la Educación Superior. Profesor Auxiliar. Universidad de Granma. Bayamo. Cuba. [olimpotg1952@gmail.com]

Norberto Sánchez Veloz. Licenciado en Educación en la Especialidad de Biología. Doctor en Ciencias Pedagógicas. Profesor Titular. Universidad de Granma. Bayamo. Cuba. [nsanchezveloz@udg.co.cu]

Yaquelyn De Ávila Martínez. Licenciado en Cultura Física. Especialista. Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Profesora Titular. Universidad de Granma. Bayamo, Granma. Cuba. [yaquedeavila16@gmail.com]

Resumen

Se presenta un cuerpo de sugerencias metodológicas que tiene como objetivo contribuir al perfeccionamiento del proceso pedagógico de la Educación Física, basado en las concepciones didácticas de la escuela cubana. Se utilizaron métodos investigativos, tanto del nivel empírico como del teórico del conocimiento. Las sugerencias metodológicas fueron validadas en diferentes centros educacionales y utilizadas como material de apoyo para la docencia del Curso Regular Diurno en la carrera de Cultura Física; también durante la Práctica Laboral Investigativa de los estudiantes. Además, se aplica, con el mismo propósito, en el semestre de clases al Curso Regular para Trabajadores en la ya mencionada carrera.

La novedad de estas sugerencias metodológicas consiste en la organización del proceso docente educativo de la carrera sobre la base de los principios que caracterizan a la ética profesional pedagógica. El cuerpo de sugerencias metodológicas tiene como significación social que, para los profesionales de la Educación Física, constituye una herramienta en el perfeccionamiento del proceso pedagógico de la especialidad.

Palabras clave: Cultura Física; Educación Física; metodología; proceso pedagógico

Abstract

A body of methodological suggestions is presented that aims to contribute to the improvement of the pedagogical process of Physical Education, based on the didactic concepts of the Cuban school. Investigative methods were used at both the empirical and theoretical levels of knowledge. The methodological suggestions were validated in different educational centers and Community Schools in the province of Granma, and used as support material for teaching the Regular Day Course in the Physical Culture major; also during the Investigative Work Practice of the students. In addition, it is applied, for the same purpose, during the semester of classes to the Regular Course for Workers in the aforementioned career.

The novelty of these methodological suggestions consists in the organization of the educational teaching process of the career based on the principles that characterize professional pedagogical ethics. The social significance of the body of methodological suggestions is that, for physical education professionals, it constitutes a tool in the improvement of the pedagogical process of the specialty.

Keywords: Physical Culture; Physical education; methodology; pedagogical process

Introducción

La Educación Física y su Didáctica es un campo que necesita más estudios y aportaciones de profesores e investigadores (Sáenz-López, 2002). Esta tributa considerablemente al desarrollo integral del hombre para la vida (Escudero, 2009, citado por Icaza, 2022, p.19). El presente trabajo tiene como objetivo fundizar en los métodos y acciones que contribuyan a la preparación integral, y de esta manera cumplir a cabalidad su objeto de trabajo en correspondencia con el cual, los modos de actuación tienen un carácter eminentemente pedagógico y se ponen en práctica mediante habilidades profesionales que dan respuesta al "saber", "saber hacer" y "saber ser" del profesional de la Cultura Física desde del análisis funcional del ejercicio profesional para un desempeño competente y responsable acorde a las exigencias sociales.

Universidad de Granma. Bayamo MN, Cuba.
Carretera de Manzanillo Km 17 ½ Bayamo. Granma. Cuba.
C.P. 85100. https://olimpia.udg.co.cu

Entre esas habilidades se encuentra "demostrar una comunicación dialógica basada en el intercambio de opiniones y en el respeto mutuo, con una adecuada expresión oral y escrita" (Báxter, 1989).

Para lograr el propósito planificado se concibió un proceso de búsqueda y validación de las mejores prácticas metodológicas entre los profesores de Educación Física de la provincia de Granma. El soporte teórico se encuentra en la teoría de la actividad de Leontiev (1988). De acuerdo a esta teoría, la actividad es una categoría que ha sido estudiada por diferentes disciplinas, tales como la Psicología, la Sociología y la Filosofía, entre otras.

La Psicología, con orientación marxista leninista, la define "Como la vía de interacción del hombre con lo que lo rodea y la forma propia de lo psíquico, concretada en la relación sujeto-objeto" (Báxter, 1989). Además de Leontiev (1988). Se tuvo en cuenta lo expuesto por otros destacados psicólogos, en sus puntos de vista teóricos al analizar la categoría actividad, la importancia del establecimiento de relaciones entre el sujeto y el objeto, así como el papel del primero en el desarrollo de esta.

Este proceso, como algo muy peculiar en el hombre por su grado de complejidad, tanto de producción como de ejecución, solo es posible desarrollarlo con éxito a través de la comunicación.

En virtud de lo planteado por Labarrere y Valdivia (1988), los pedagogos deben tener la capacidad de aprender y actualizarse de forma permanente, la capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica, la capacidad de abstracción, análisis y síntesis, la capacidad de anticipar, identificar y resolver situaciones problemáticas, la capacidad de trabajar en equipo y la capacidad de motivar y conducir a las personas hacia la práctica sistemática de actividades físicas y deportivas, entre otras. De ahí la importancia que los autores le confieren a la propuesta, pues se trata de perfeccionar y aumentar la eficiencia de la clase de Educación Física.

Conforme con Báxter (1989), en el proceso de formación de estos profesionales la integración de las habilidades profesionales y del sistema de valores de la carrera en cada estudiante debe expresarse, desde el punto de vista cognitivo, en el desarrollo de un pensamiento reflexivo, crítico y autocrítico así como

Universidad de Granma. Bayamo MN, Cuba.
Carretera de Manzanillo Km 17 ½ Bayamo. Granma. Cuba.
C.P. 85100. https://olimpia.udg.co.cu

creativo, que les permita, con independencia y de forma lógica e inteligente, interactuar con su medio y transformarlo y, desde el punto de vista afectivo, mostrar a sus alumnos sentimientos de amor, comprensión y atención a sus necesidades, sin dejar de ser exigentes, pero con flexibilidad y formas de comunicación adecuadas que propicien que la relación que se establezca esté basada en la aceptación, respeto mutuo y confianza.

Como refiere el MINED (1983) en el *Manual de Educación Formal*, el reto que exige la Cultura Física y el Deporte cubano en el logro de la formación de las nuevas generaciones en estos ideales sociales está en la elevación de la profesionalidad, comprendiendo la necesidad de profundizar en los métodos y acciones que contribuyan a la preparación integral, de esta manera cumple a cabalidad su objeto de trabajo.

De lo planteado por Pisarienko y Pisarienko (1987), se deriva la importancia del aporte de este trabajo, en tanto incidirá en la competencia pedagógica de los profesionales de la Cultura Física y el Deporte en la medida en que las sugerencias metodológicas sirvan de herramienta en los diferentes modos de actuación de estos profesionales, tales como la Educación Física, el Deporte, la Cultura Física Terapéutica y Profiláctica y la Recreación Física en el eslabón de base.

Es criterio de los autores que el perfeccionamiento del proceso pedagógico para la clase de Educación Física contribuirá al logro de egresados con una formación más integral, tanto en lo educativo como en lo instructivo, aspectos que se verán reflejados en el "saber hacer" y "saber ser" en la sociedad en la cual conviven; de ahí que se le infiere gran importancia a la aplicación de las sugerencias metodológicas propuestas.

Materiales y métodos

El trabajo responde a una investigación de tipo descriptiva, que se inscribe en el contexto del paradigma investigativo dialéctico, a partir del enfoque cualitativo del proceso de investigación científica, con diseño no experimental.

Universidad de Granma. Bayamo MN, Cuba.
Carretera de Manzanillo Km 17 ½ Bayamo. Granma. Cuba.
C.P. 85100. https://olimpia.udg.co.cu

- Población y muestra: profesores de Educación Física del Combinado Deportivo Centro Bayamo, con muestreo probabilístico intencional.
- La metodología empleada consistió en organizar el proceso pedagógico de la clase de Educación Física mediante pasos metodológicos organizados, considerando la estructura metodológica de la clase.
- Materiales utilizados: Planes de clases, libros de textos y de consultas sobre la clase de Educación Física.
- Intervenciones: mediante encuestas, guías de observación a clases, entrevistas.
- Métodos estadísticos utilizados: cálculo porcentual.

Con la introducción de las sugerencias metodológicas propuestas, se logró mejorar la organización y ejecución del proceso formativo de la Educación Física, lo que refuerza notablemente la influencia educativa del profesor de Educación Física sobre sus alumnos; también se incide en un aspecto vital para lograr la incorporación de los sujetos del aprendizaje al proceso: la motivación, a la que se le concede gran importancia, ya que la motivación (López y González Maura, 2001) constituye un elemento vital en el proceso de enseñanza-aprendizaje. "El alumno motivado se manifiesta en el grupo clase por diferentes conductas: es activo, se agota, atiende las explicaciones, incluso las cuestiona, ayuda a los compañeros, quiere hacer más, adelantarse a su turno, está alegre, se interesa por su actuación, repite sus ejercicios y se entrena fuera del curso [...] en dos palabras, siente placer y deseo en ejercitarse y aprender Educación Física" (Florence, 1991, citado por López y González, 2001, p.5).

Como ha expresado Moreno (1999, citado por López y González, 2001, p.5): "la participación en las actividades físicas posee un importante valor intrínseco [...] El placer intrínseco ha figurado como uno de los motivos más importantes para que la gente practique".

Universidad de Granma. Bayamo MN, Cuba.
Carretera de Manzanillo Km 17 ½ Bayamo. Granma. Cuba.
C.P. 85100. https://olimpia.udg.co.cu

El conocimiento del estado de satisfacción del alumno por una disciplina, así como de las posibles causas que lo explican, resulta, por tanto, una vía de inestimable valor para el profesor en el estudio de la calidad de la motivación de sus alumnos.

De esta manera se logra perfeccionar el proceso pedagógico de la disciplina tratada. En dependencia de los logros que se obtengan, las sugerencias metodológicas se convierten en herramientas de dirección para el profesor de Educación Física y de control por parte de los directivos del proceso pedagógico, conforme con las exigencias pedagógicas contenidas en el sistema educacional cubano. Por tanto, se recomienda aplicar en el proceso formativo de la Educación Física y el Deporte la metodología propuesta y validarla en el transcurso de su aplicación.

Análisis y discusión de los resultados

Propuesta de las sugerencias metodológicas para perfeccionar el proceso pedagógico de la Educación Física.

Las sugerencias metodológicas propuestas están en concordancia con lo planteado por Ruiz, López y Dortos (1989), quienes muestran las pautas para concebir el proceso pedagógico de la Educación Física en el contexto de la educación cubana. Estas proposiciones se han concebido en tres partes que coinciden con la estructura de la clase de Educación Física, tal como precisan López y Vega (1996) y el INDER (1996), con el Manual del profesor de Educación Física, de tal suerte se precisa una Parte inicial, en la que se aseguran las condiciones previas para el proceso; una Parte principal, que describe la actuación pedagógica del profesor para lograr en ella, fundamentalmente, el cumplimiento de los objetivos instructivos de la clase, y una Parte final para las conclusiones de la actividad docente.

Para su aplicación en la clase de Educación Física se asume, con toda intención, lo planteado por el INDER (2000), en el cual se destaca la labor del profesor en la ejecución del proceso.

Estructura asignada a las sugerencias metodológicas concebidas:

Universidad de Granma. Bayamo MN, Cuba.
Carretera de Manzanillo Km 17 ½ Bayamo. Granma. Cuba.
C.P. 85100. https://olimpia.udg.co.cu

PARTE INICIAL

Actividades.

-Comenzar a tiempo la actividad (ser puntual).

-Organizar el área de trabajo.

-Velar por la correcta apariencia personal de los profesores y alumnos.

-Intercambiar saludos. Crear un ambiente favorable. Interesarse por los problemas personales y familiares de los estudiantes. Ofrecer ayuda en lo que sea posible. Identificar al grupo con ello, logrando la empatía.

-Mantener la disciplina y organización del grupo.

-Motivar a los estudiantes para la realización de las actividades.

-Utilizar un vocabulario adecuado en todo momento.

-Comentar las efemérides, destacando su validez actual (elaboración conjunta).

-Insertar y reflexionar sobre temas políticos, económicos, culturales, deportivos, sociales, científicos, etc., tanto nacionales como internacionales, de manera que garanticen la formación de una cultura general y actualizada en los educandos.

-Comentar hechos significativos de la provincia, municipio y centro.

Para materializar lo anterior el docente puede utilizar materiales de apoyo tales como: artículos de prensa, Mesas Redondas y demás informaciones transmitidas por los medios de difusión masiva.

PARTE PRINCIPAL.

En esta etapa, es requisito esencial que el profesor tenga un alto nivel de preparación sobre el contenido a tratar, de manera que demuestre autoridad y confiabilidad ante los alumnos.

Actividades.

-Motivar a los educandos y mantener un ambiente educativo favorable en el transcurso de la ejecución de las actividades, que implique la formación de valores de la personalidad.

Universidad de Granma. Bayamo MN, Cuba.
Carretera de Manzanillo Km 17 ½ Bayamo. Granma. Cuba.
C.P. 85100. https://olimpia.udg.co.cu

-Identificar, desde el punto de vista instructivo educativo, las necesidades de los alumnos para conducir un proceso en concordancia con las exigencias planteadas. (Puede realizar un diagnóstico para conocer las características de cada estudiante).

-Mostrar un alto nivel de preparación sobre el contenido que se impartirá: dominar los diferentes ejercicios y, en concordancia con ello, adaptarlos a las necesidades y potencialidades educativas de las actividades y de los alumnos.

-Inducir a la ejecución de acciones educativas bajo los preceptos de los ejercicios físicos propuestos.

PARTE FINAL.

Actividades.

-Reorganizar el grupo teniendo en cuenta la colocación, formación o ubicación de los alumnos, evitando pérdidas de tiempo e indisciplinas.

-Realizar una correcta y efectiva recuperación.

-Servir de guía para que los estudiantes realicen valoraciones justas sobre el desarrollo de la clase.

-Reconocer y estimular las conductas positivas y criticar las negativas de forma tal que se conviertan en señalamientos educativos. Incluir en este análisis las evaluaciones que se otorgará a los alumnos del grupo.

-Motivar a los estudiantes para la realización de las actividades independientes. Lograr que ellos mismos propongan diversas vías para su solución, entre ellas las de tipo material y de ayuda mutua para resolverlas.

-Exigir por la máxima organización del área de trabajo al concluir la actividad.

-Realizar la despedida de forma tal que se demuestre respeto, consideración y amabilidad.

Una vez aplicadas las sugerencias, a través de un proceso de retroalimentación, se va logrando su perfeccionamiento, ya que se caracterizan por ser dinámicas, no estáticas, que, en cada curso, una vez aplicadas, sean susceptibles al perfeccionamiento.

Universidad de Granma. Bayamo MN, Cuba.
Carretera de Manzanillo Km 17 ½ Bayamo. Granma. Cuba.
C.P. 85100. https://olimpia.udg.co.cu

Análisis y evaluación de las transformaciones alcanzadas en las clases de Educación Física con la aplicación de las sugerencias metodológicas propuestas.

Las sugerencias metodológicas fueron evaluadas en el Consejo Popular de San Juan El Cristo, al que pertenece el Combinado Deportivo Centro Bayamo, para lo cual se aplicaron determinados instrumentos de validación a profesores de Educación Física, como:

- ✓ Encuestas a profesores de Educación Física.
- ✓ Observación a clases a profesores de Educación Física.
- ✓ Entrevistas a profesores de Educación Física.

Resultados de la encuesta a los profesores

Respuesta 1-Si: 10-- 20,8%. No: 38—79,1%.

Los que respondieron afirmativamente plantearon que se había tratado con ellos sobre la educación y la forma de comportarse.

Sobre la educación y la forma de comportarse.

Respuest-2 Si: 31 – (64%)

Porque obtengo buenos resultados: 26-(83.8%).

Porque soy ejemplo ante mis alumnos: 5-(16.1%).

No: 17 – (35.4%)

Porque no estoy preparado para ello: 10-(58.8%).

Porque no he recibido superación para ese tema: 7- (41.1%).

Respuesta 3-Ayuda a obtener buenos resultados pedagógicos y deportivos: 27-(56.2%).

Influye en la formación integral de los alumnos: 21- (43.7%).

Forma a los alumnos política e ideológicamente: 24- (50.0%).

Ayuda al profesor a impartir clases con calidad: 30 - (62.5%).

Respuesta 4-Recibir superación: 32-(62.5%).

Universidad de Granma. Bayamo MN, Cuba.
Carretera de Manzanillo Km 17 ½ Bayamo. Granma. Cuba.
C.P. 85100. https://olimpia.udg.co.cu

Que haya bibliografía: 13-(27.07%).

Que se exija más sobre ello: 21-(43.7%).

Que no haya tanta cantidad de otras afectaciones: 9- (18.7%).

El procesamiento de los datos obtenidos permitió plantear que solo una minoría de los profesores encuestados tiene una adecuada preparación para la concepción didáctica de la clase de Educación Física; los demás no han recibido una preparación adecuada sobre ella, lo que limita la preparación que tienen para aplicarla en el PDE. Como elemento fundamental se precisa que no le dan a la misma la importancia general que merece.

Por todas estas respuestas se pudo interpretar que:

-Existe una concepción limitada sobre lo que es la clase de Educación Física (por los que respondieron sí). No hay preparación ni se le concede la importancia suficiente a la clase por parte del profesor.

Análisis de los resultados de las observaciones a clases

	Rangos (evaluados de bien).	Evaluación de la actividad (desde el punto de vista educativo).
Escala	De 21 a 25 aspectos (de 80 a 100%)	B
	15 a 20 aspectos (de 60 a 80%)	R
	Menos de 15 aspectos (menos de 60%)	M

En este caso la evaluación fue: 6 aspectos evaluados de Regular - actividades evaluadas de Mal.

Nota: este resumen se refiere a 12 actividades con estas características, lo que provocó la evaluación de Mal.

En total, de 24 actividades observadas los resultados fueron:

Evaluación	Actividades docentes	% que representa
Mal	15	62.5
Regular	6	25.0
Bien	3	12.5

Esto significa que imperan las actividades evaluadas de Mal y Regular.

De acuerdo al desempeño del profesor para dar cumplimiento a los objetivos instructivos de la clase se puede plantear que el dominio para lograrlo es bueno, ya que existe preocupación y ocupación en cuanto a la preparación que debe existir para impartir el contenido de la misma. Sin embargo, no se le prestó la atención suficiente al aspecto educativo por mantener la convicción de lograr un alto nivel de preparación técnico en los estudiantes y no de formar un alumno integral por faltar la influencia y exigencia educativas a un nivel adecuado. Ello limita la formación de un amplio nivel cultural y la formación de valores en ello porque, a pesar de planificar su objetivo, no se le da cumplimiento en el transcurso de toda la clase, sino solo se hace mención al inicio de la parte inicial. Es necesario tener siempre presente que el pedagogo de cualquier especialidad forma hombres integrales y no específicamente en el campo instructivo que lo ocupa. De ahí la importancia de que cada profesor debe ser un ejemplo en todos los aspectos de la vida que caracterizan una sociedad.

Resultados de la entrevista a los profesores

La entrevista reveló que:

-Es reconocido por los directores y subdirectores (100%) de que existen dificultades en la ejecución del proceso pedagógico.

Por todo lo planteado, se infiere que es necesario perfeccionar el trabajo correctivo que se realiza, de manera que se logre en cada docente una formación profesional adecuada desde el punto de vista educativo, que sean capaces de aplicarla correctamente en el PDE y que se aborde este tema en las distintas actividades metodológicas que se desarrollan mensualmente para los profesores.

La tabla siguiente evidencia estas aseveraciones

1	¿Ha recibido algún tipo de superación sobre la conducción metodológica de la clase de Educación Física? ¿Cuál?
	Si: 10-- 20,8%. No: 38—79,1%. Sobre la educación y la forma de comportarse.

Universidad de Granma. Bayamo MN, Cuba.
Carretera de Manzanillo Km 17 ½ Bayamo. Granma. Cuba.
C.P. 85100. https://olimpia.udg.co.cu

2	¿Cree usted concebir una conducción adecuada de sus clases? ¿Por qué?
	Si: 31 – (64%) Porque obtengo buenos resultados: 26-(83.8%). Porque soy ejemplo ante mis alumnos: 5-(16.1%). No: 17 – (35.4%) Porque no estoy preparado para ello: 10-(58.8%). Porque no he recibido superación para ese tema: 7- (41.1%).
3	¿Cómo piensa usted que influye la preparación didáctico-metodológica de la clase en los resultaos del aprendizajes de los estudiantes?
	Ayuda a obtener buenos resultados pedagógicos: 27-(56.2%). Influye en la formación integral de los alumnos: 21- (43.7%). Forma a los alumnos política e ideológicamente: 24- (50.0%). Ayuda al profesor a impartir clases con calidad: 30 - (62.5%).
4	Mencione algunas vías que puedan contribuir a perfeccionar la clase de Educación Física.
5	Recibir superación: 32-(62.5%). Que haya bibliografía: 13-(27.07%). Que se exija más sobre ello: 21-(43.7%). Que no haya tanta cantidad de otras afectaciones: 9- (18.7%).

Del análisis de estos resultados, entonces es lícito considerar que:

- De acuerdo al desempeño de los profesores para dar cumplimiento a los objetivos de la clase se puede plantear que los resultados fueron buenos, ya que existió preocupación y ocupación en cuanto a la preparación que debe existir para la impartición del contenido de esta. Un aspecto de significación especial lo alcanzó el trabajo educativo y de formación de valores, lográndose un amplio nivel cultural y de actualización que debe tener un atleta para su formación integral, como lo hicieron los docentes durante el transcurso de todas las clases.
- Una vez detectadas las limitaciones que existían en el nivel de conocimientos de los profesores pertenecientes a la muestra seleccionada, se comprobó que las sugerencias metodológicas presentadas contribuyeron a erradicar las dificultades señaladas, lográndose mejorar la calidad de las clases impartidas por los mencionados profesores.

Conclusiones

-El trabajo presentado da muestra de la intencionalidad del claustro de profesores de Educación Física de perfeccionar el proceso pedagógico en las escuelas de la comunidad a las cuales pertenecen.

-Las sugerencias metodológicas propuestas constituyen herramientas didáctico-metodológicas para perfeccionar el proceso pedagógico en los diferentes niveles donde se imparte la Educación Física y se preparan los nuevos atletas.

-La propuesta presentada está expuesta a su perfeccionamiento continuo, en relación con las condiciones con las que cuentan los centros comunitarios donde se imparte la Educación Física, el Deporte y la Recreación.

Referencias bibliográficas

Báxter Pérez, E. (1989). *La formación de valores: ¿Una tarea pedagógica? Colección Problemas pedagógicos*. La Habana: Ed. Pueblo y Educación.

Icaza, H. M. (2022). *Propuesta de un Modelo de Educación Física con un Enfoque Formativo Orientado a la Salud*. Editorial ACIEF [Archivo PDF].

Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación (INDER). (1996). *Manual del profesor de Educación Física*. Ciudad de La Habana: Propaganda del INDER.

Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación (INDER). (2000). *XII Seminario Nacional a Directores Provinciales y Municipales de Deportes*. Ciudad de La Habana: INDER.

Labarrere, G. y Valdivia, G. (1988). *Pedagogía*. Ciudad de La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Leontiev, A. (1988). *Actividad, conciencia y personalidad*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

López, A. y González Maura, V. (2001). Niveles de satisfacción por la clase de Educación Física. *Revista Efdeportes.com*, *Año 6*(32). **http://www.efdeportes.com/**

López, A. y Vega, C. (1996). La clase de Educación Física: actualidad y perspectiva/ A. López, C Vega. – México: Edilán.

Ministerio de Educación (MINED). (1983). *Manual de Educación Formal*. Ciudad de La Habana.

Pisarienko, V. I. y Pisarienko, Ya. (1987). *La Ética Pedagógica*. Editorial Pueblo y Educación

Ruiz Aguilera, A., López, A. y Dortos, F. (1989). *Metodología de la enseñanza de la Educación Física*. Ciudad de La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Sáenz-López, P. (2002). *Educación Física y su Didáctica. Manual para el profesor*. (2ª. Ed.). España: Wanceulen Editorial Deportiva S.L. [Archivo PDF].