

Original

Acciones para el mejoramiento de la Calidad de vida en los niños y su vínculo con el deporte en Xalapa, México

Actions for the improvement of the quality of life in children and their link with sport in Xalapa, Mexico
Lic. Maurilio Díaz López. Escuela Primaria “Enrique Conrado Rébsamen”. Mexico.

mauriliol08@gmail.com

Dr. C. José Francisco Monteagudo Soler. Dirección Provincial de Deportes. Cuba.

solerm09@gmail.com

Dr. C. Mercedes Valdés Pedroso. Dirección Provincial de Deportes. Cuba.

mercedesvp@gmail.com

Dr. C. María Magdalena Deschappelles Brunet. Dirección Provincial de Deportes. Cuba.

mariadb78@gmail.com

Recibido: 21 de mayo de 2019 Aceptado 31 de julio de 2019

Resumen

Este trabajo acometió diversas posiciones sobre el concepto de Calidad de vida el cual ha comenzado a utilizarse cada vez más en el campo de la educación y en la salud. El objetivo es implementar acciones para su mejoramiento en los niños visto desde la inserción deportiva en la clase de Educación Física. En el proceso de investigación para alcanzar el propósito antes expuesto se aplicaron diferentes métodos e instrumentos que facilitaron la comprensión para la implementación de las acciones que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida de los niños de quinto grado de la Escuela Primaria “Enrique Conrado Rébsamen” de Xalapa, México. Se tuvo en cuenta el análisis documental de definiciones sobre calidad de vida, así como el plany programas de estudio para la educación básica en México, Veracruz y Xalapa, además de la observación directa, la realización de entrevistas y encuestas, a profesores, estudiantes y familiares. Se comprobó como un conjunto de acciones favorece la mejoría de la calidad de vida de los niños mediante el deporte desde la clase de Educación Física.

Palabras clave: acciones; calidad de vida; deporte; educación física; salud

Abstract

This work undertook various positions on the concept of Quality of life which has begun to be used increasingly in the field of education and health. The objective is to implement actions for their improvement in children seen from the sport insertion in the Physical Education class. In the research process to achieve the aforementioned purpose, different methods and instruments were applied that facilitated the comprehension for the implementation of the

actions that contribute to the improvement of the quality of life of the fifth grade children of the Enrique Conrado Rébsamen Primary School. Xalapa, Mexico. The documentary analysis of definitions of Quality of Life was taken into account, as well as the Plan and Study Programs for basic education in Mexico, Veracruz and Xalapa, as well as direct observation, conducting interviews and surveys, to teachers, students and relatives. It was proved how a set of actions favors the improvement of the quality of life of children through sport from the Physical Education class

Key words: actions; deport; health; physical education; quality of life.

Introducción

La Educación Física y el deporte son formas de intervención pedagógica que contribuyen a la formación integral de niñas y niños. Representan una educación inicial dado en el espacio curricular por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio-sico-social, es por ello, que contribuye al accionar educativo. En este sentido, se valora la Educación Física, como un conjunto de formas de practicar los ejercicios físicos con un fin educativo, en la pedagogía contemporánea el concepto Educación Física constituye el proceso pedagógico que se realiza en las escuelas, encaminado al desarrollo de las capacidades de rendimiento físico del individuo, sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo, la formación y mejoramiento de sus habilidades motrices, la adquisición de conocimientos y el desarrollo de sus convicciones.

En el proceso de relación físico–educativo la Educación Física propone un enriquecimiento de la persona en relación consigo mismo, con otras personas y con el mundo que le rodea. Además, un enfoque integral físico educativo de la clase evidencia como otro de sus rasgos esenciales el dar atención máxima a cada alumno en la labor colectiva de trabajo de grupo, lo que implica una personalización del proceso enseñanza aprendizaje. (López, A. y Vega, C. 2000), citado por (Valdés 2018). Se reconoce que tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud, y en la calidad de vida de las personas específicamente en la de los niños que requieren ajustar de forma pertinente las reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior. Sobre la base de estos antecedentes, provocó la necesidad al autor de adentrarse en las relaciones entre la Calidad de vida y la clase de Educación Física motivo por el cual se profundiza en el estado del arte de estos elementos en el que se encuentran involucrados como eje central los niños de quinto grado de la escuela primaria de Xalapa, Veracruz, México. Desde las vivencias acumuladas por más de doce años el autor, reconoce que tanto la Educación Física como la calidad de vida se pueden mejorar mediante el ejercicio físico pues permite:

- ✓ la promoción en los niños de actitudes asertivas;
- ✓ el juego limpio,
- ✓ el establecimiento de ambientes de convivencia sanos y pacíficos, así como
- ✓ adquirir estilos de vida activos y saludables.

Desde este análisis se reconoce la importancia del tema donde se valora la Educación Física, como una disciplina que permite controlar y mantener la salud mental y física del ser humano. En este sentido, se ratifica como una actividad terapéutica, educativa, recreativa o competitiva porque procura la convivencia, disfrute y amistad entre los participantes que conforman la actividad. Todos estos aspectos proporcionan el mejoramiento de la calidad de vida. En esta misma línea temática, la categoría mejoramiento se encuentra relacionado con la calidad de vida.

Esta aseveración parte de la definición de mejoramiento entendida como: "Un proceso de cambios continuos hacia estadios cualitativamente superiores" (Vázquez 2010). Otra mirada la ofrece (Añorga, 2015) al precisar que mejoramiento es: "transformaciones positivas en el desarrollo intelectual, físico y espiritual del hombre a partir de conocer, interiorizar y concientizar sus problemas cognitivos y afectivos, sus destrezas y aspiraciones, con suficiente racionalidad y motivación...".

Materiales y métodos

Para la elaboración del artículo se empleó el método teórico Histórico-lógico, permitió conocer el estado del arte respecto a los fundamentos teóricos sobre la concepción pedagógica del vínculo entre las clases de Educación Física, el deporte y la calidad de vida con énfasis en la relación recíproca, que se establece entre estas. En el caso de los métodos empíricos se utilizaron: el análisis de documentos (Plan y programas de estudio para la educación básica) para identificar cómo estaban plasmados los componentes de la clase de educación física, así como se emplearon: la encuesta, la entrevista y la observación. Los resultados que se obtuvieron permitieron determinar la Calidad de vida de los niños de quinto grado.

Resultados y Discusión

La agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible es una agenda transformadora, que pone la igualdad y dignidad de las personas en el centro y llama a cambiar nuestro estilo de desarrollo, plantea que: "estamos frente a un cambio de época: la opción de continuar con los mismos patrones ya no es viable, lo que hace necesario transformar el paradigma de desarrollo actual en uno que nos lleve por la vía del desarrollo sostenible, inclusivo y con visión de largo plazo

Estas ideas refuerzan la labor que se realiza en la sociedad que en su conjunto enfrenta un gran desafío: combatir hábitos y comportamientos sedentarios que en su gran mayoría se encuentran relacionados con la educación que reciben los niños desde el seno familiar. La falta de ejercicio físico, así como las dietas altas en calorías han contribuido a la carencia de calidad de vida en los niños. Como sumatoria a estos aspectos se reconoce los daños que produce el exceso de televisión y el uso desmedido de la tecnología, (en la actualidad se reconoce como el ocio digital) la cual cobra cada vez más adeptos. En contraposición a lo expuesto con anterioridad se identifica que la actividad física y el deporte son significativos y mejoran la calidad de vida.

Este último aspecto es un concepto que hace alusión a varios niveles de generalización pasando por sociedad, comunidad, hasta el aspecto físico y mental, por lo tanto, el significado de calidad de vida es muy complejo y cuenta con definiciones desde la sociología, ciencias políticas, medicina, estudios del desarrollo, entre otros. Desde esta perspectiva, de análisis diferentes investigadores han incursionado en la temática calidad de vida la cual comenzó a atraer el interés de los investigadores en los años 60, y se asocia desde fecha temprana a la percepción de la buena vida, a sentirse seguros por un determinado estatus económico, al nivel educacional o el tipo de vivienda entre otros elementos que de alguna forma el sujeto podía sentir calidad de vida.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS), Calidad de vida es: "la percepción de un individuo de su situación de vida, puesto que, en su contexto de su cultura y sistemas de valores, en relación a sus objetivos, expectativas, estándares y preocupaciones". En relación con el concepto calidad de vida existe una gran dispersión y diversidad de concepciones su uso se ha extendido a diferentes contextos desde disímiles miradas visto así (Meeberg 1993), precisa que la calidad de vida se encuentra asociada a la satisfacción con la vida, bienestar subjetivo, bienestar, auto reporte en salud, estado de salud, salud mental, felicidad, ajuste, estado funcional. Para el sicólogo (Haas, 1999), "la calidad de vida se encuentra relacionada con la felicidad y la satisfacción personal".

Para (Fernández et al., 2010) es: "Parece fundado mantener cierto escepticismo al manejar el concepto «calidad de vida» como término científico por su uso indiscriminado en diversos campos. Y agrega más adelante:" En las décadas siguientes el término «calidad de vida» se usó indistintamente para nombrar innúmeros aspectos diferentes de la vida como estado de salud, función física, bienestar físico (síntomas), adaptación psicosocial, bienestar general, satisfacción con la vida y felicidad. El sentido del término «calidad de vida» es indeterminado, y aunque tenga un ajuste adecuado en determinadas circunstancias no deja de tener un riesgo ideológico". Para (Banda AL y Morales MA, 2017)" la cualidad de obtener

satisfacción a través del disfrute de los recursos disponibles, y no sólo de su mera posesión". Desde esta perspectiva la calidad de vida supone un reto para las personas en particular y para la sociedad en general desempeña un rol determinante la familia y las instituciones. El fin de todas estas agencias es lograr una mejor Calidad de vida visto desde diversos aspectos.

A tenor de lo antes planteado el término de calidad de vida se evalúa a partir del análisis de cinco áreas diferentes entre las que se mencionan el:

- *Bienestar físico*, relacionado con conceptos más abarcadores como son la salud, en la cual la actividad física influye de forma positiva en los niños, pues permite el desarrollo de los sistemas del cuerpo como son: cardiovascular, neuromuscular y locomotor.
- *Bienestar material*, hace alusión a los ingresos económicos, pertenencias, comodidad de la vivienda, transporte, así como también se puede tener presente los modos de vida particulares que se asocian con actitudes, modelos de comportamiento.
- *Bienestar social*, tiene en cuenta las relaciones personales, amistades, familia, comunidad por una parte y por otra generan un factor importante el papel que puedan desempeñar los agentes socializadores a partir de campañas para mejorar la Calidad de vida desde edades tempranas donde la familia resulta una agencia en la cual descansa sin duda, la responsabilidad de hábitos y estilos nutricionales.
- *Desarrollo*, visto desde productividad, contribución, educación.
- *Bienestar*, puede estar asociado a la autoestima, mentalidad, inteligencia emocional, religión, espiritualidad mediadas por expectativas individuales, deseos personales o estado mental, en el que también se involucra el contexto económico o incluso la salud para lograr de esta forma el bienestar personal.

Desde esta perspectiva la calidad de vida presupone un reto para todas las personas y de manera especial a la Educación Física, la cual incide de forma positiva en los niños. Si se tiene presente que el ejercicio y la actividad física en esta etapa, concretamente de 10 años contribuye sin duda, al crecimiento y desarrollo armónico y equilibrado de los niños y las niñas. Es por ello, que se relacionan estos aspectos donde la escuela como institución primaria tiene el importante rol de educar desde la clase elementos que conduzcan a una cultura de la calidad de vida.

Relacionado con las ideas anteriores se encuentra el deporte pudiendo afirmar que actualmente, para la obtención de logros desde la institución se debe diagnosticar y encausar a los niños, ya sea, por alguna de sus corrientes, como es el deporte educativo o el deporte formativo.

Es menester que el profesor de Educación Física, articule su saber pedagógico para proporcionar en el niño la incorporación a la práctica deportiva, la cual aporta gran cantidad de experiencias motrices, frente a la riqueza del movimiento corporal, la expresión dinámica, la psicomotricidad y el juego realizado de forma natural.

El valor social importante del deporte es el aprendizaje de cómo ganar y cómo saber reconocer la derrota, sin sacrificar las metas y objetivos. Esto permite:

1. Favorecer la capacidad de resolver problemas de forma creativa, a partir de la búsqueda cooperativa de alternativas.
2. La sensibilidad necesaria para reconocer sus preocupaciones, sus expectativas, sus necesidades, su realidad; valorar y expresar la importancia del otro, con sus percepciones, sus aportes y sus diferencias. En síntesis, aprender a convivir con las diferencias de los demás.
3. Las capacidades necesarias para poder expresar sentimientos, emociones, conocimientos, experiencias, afecto, problemas, preocupaciones ...

Las estadísticas reconocen que México es el primer país del mundo en obesidad infantil, este dato es un incentivo para promulgar acciones contra este mal que afecta la salud y por consiguiente la Calidad de vida de los niños y las niñas. De ahí la necesidad de la práctica de algún deporte. En este sentido la clase de Educación Física es el escenario que podría ser visto desde dos aristas: *una* relacionada con la práctica del deporte y la *otra* como eslabón pedagógico en la escuela como centropromotor por excelencia de salud que contribuye a desarrollar desde la clase las pautas hacia una conducta saludable la cual repercute en la calidad de vida. El análisis anterior permite reconocer la tríada que se establece entre estos aspectos que se representa esquemáticamente de la siguiente manera:

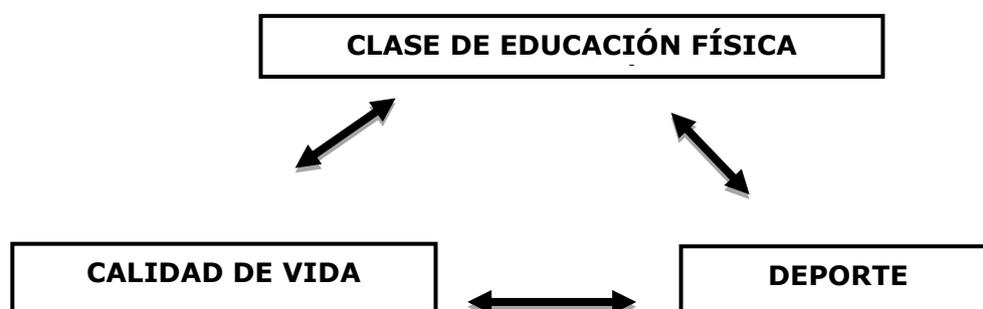


Figura 1. Tríada: Deporte - Clase de Educación Física-calidad de vida-niños.

Sobre la base de lo antes expuesto se reconoce que la Educación Física es un escenario eminentemente práctico que brinda a los niños y niñas saberes, aprendizajes, experiencias que le permiten moldear conductas desde la tolerancia hasta el trabajo en equipo. Relacionado con esta idea el (Programa Educación Física en México, 2018) para la intervención pedagógica de esta clase precisa: “El docente en Educación Física, egresado de las escuelas normales, es el profesional más capacitado e idóneo para impartir este espacio curricular y asume un papel primordial para motivar a los estudiantes a explorar y realizar diversas acciones motrices. De manera específica, esta área se sustenta en una orientación sistémica e integral de la motricidad. Sistémica porque ocurre en un contexto determinado y responde de manera organizada a satisfacer los intereses, necesidades y expectativas, por lo que el desarrollo corporal y motor se comparte y vivencia de forma colectiva, e incide en el aprendizaje de todos los estudiantes, reafirmando su carácter incluyente; integral porque dichas acciones responden también a procesos de crecimiento y maduración, en los que cada estudiante explora de manera global sus capacidades, habilidades y destrezas, ya que estas no se estimulan de manera aislada”.

A partir de lo antes planteado el profesor de Educación Física puede incidir con actividades para intervenir en la calidad de vida de los niños y niñas de quinto grado. Se proponen una pluralidad de acciones para la promoción de la calidad de vida entre las que se mencionan:

- Establecer ambientes de convivencia sanos, visto desde el recreo donde se observe y se estimule una alimentación alejada de exceso de calorías.
- Realizar juegos didácticos donde se estimule la reflexión por la vida sana. Permite apreciar la clase de Educación Física vista de otro modo donde se involucren otras materias y saberes con énfasis en un estilo de vida sana.
- Practicar deportes que estimulen la actividad física. Se manifiesta en el trabajo interdisciplinar que cada profesor realice en su clase donde proporcionen situaciones problemáticas que permiten que el estudiante reflexione sobre la importancia de la práctica de ejercicios para lograr una calidad de vida.
- Crear espacios extracurriculares para la práctica de ejercicios sistemáticos donde se estimule la creatividad, la auto independencia en las acciones que realiza, así como resaltar su autoestima.
- Impartir charlas educativas a las familias ponderando la estimulación hacia la práctica de la actividad física. La familia al igual que la escuela es el eslabón fundamental en proporcionar un mejoramiento en la calidad de vida de los niños y niñas pues esta constituye el contexto por excelencia del cual irradian los patrones que se forman en estas edades. En este sentido, el profesor de Educación Física puede aprovechar

espacios como son: cuando los padres dejan los niños en la escuela entregarles materiales escritos que traten sobre la temática, citarlos cada dos meses para ofrecerles charlas sobre la importancia de la práctica de actividad física entre otros aspectos.

- ▶ Realizar excursiones a centros deportivos para motivarlos hacia la práctica de ejercicios.
- ▶ Crear instalaciones como salas de juegos simuladas para la práctica de actividades físicas en las escuelas o en espacios limitados aprovechando otros horarios.
- ▶ Realizar gimnasias matutinas en las escuelas ya sea de forma colectiva o en el primer turno de la mañana de esta forma sería una práctica saludable de vida tanto para los niños como para el maestro.

Estas acciones pueden contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los niños y niñas de quinto grado sobre la base de la actividad cooperada y colectiva de los profesores en general y de los profesores de Educación Física en particular visto en la clase como primera instancia y la extensión de acciones en la escuela. Estos aspectos se logran con la intervención pedagógica de estos docentes.

La intervención pedagógica en la clase de Deporte y de Educación Física en la escuela primaria

Una vez que ha sido tratado el término calidad de vida, se impone declarar algunas relaciones entre ésta y la Educación Física básica. En el marco de la IV Convención Internacional Actividad Física y Deporte; Rivero en su condición de Presidente del Comité Intergubernamental de la Educación Física y el Deporte de la UNESCO (CIGEPS-UNESCO), caracterizó la situación que enfrenta hoy la Educación Física y el Deporte en los países del tercer mundo. En particular, destaca la situación que tiene este proceso en cuanto a la eficacia de los recursos humanos, lo que se materializa en la calidad de esta disciplina (Rivero, 2011).

En este sentido, el docente, es el profesional más capacitado e idóneo para impartir este espacio curricular y asume un papel primordial para motivar a los estudiantes a explorar y realizar diversas acciones motrices aspecto que precisa el (Programa de la educación física en México, 2018). De manera específica esta área eminentemente práctica brinda aprendizajes y experiencias para reconocer, aceptar y cuidar el cuerpo; explorar y vivenciar las capacidades, habilidades y destrezas; así como proponer y solucionar problemas motores; emplear el potencial creativo. En relación con esta posición (Castro, 2003) planteó: “La necesidad de asegurar una suficiente calidad en el enfoque pedagógico de esta disciplina escolar deja amplias libertades de actuación a la ciencia”.

Se precisa que la Educación Física en la etapa contemporánea es una educación incluyente e integradora que utiliza una amplia gama de estrategias didácticas de forma creadora. Tiene como propósito fundamental fomentar la actividad física en los niños. Favorece además el desarrollo personal y la convivencia con los otros de esta forma contribuye a formar relaciones armónicas de solidaridad, las cuales parten del diálogo. A su vez, la práctica de la Educación Física, estimula la identidad personal, emociones, y sobre todo las destrezas motrices. A tenor de las reflexiones anteriores se tiene en cuenta el cuidado de la salud, es por ello, que el profesor de Educación Física manifiesta como una de sus acciones principales en la clase contemporánea el sentimiento de responsabilidad y compromiso con sus alumnos para que aprender “hacer”, desde la clase.

Sustancial idea aportó (Aguilera, 1993) cuando refrendó que: “para lograr que la Educación Física pueda cumplir los fines, objetivos y funciones encomendados, y de esta forma contribuir al desarrollo de las cualidades de la personalidad en los escolares, fuese necesaria la instrumentación de un Plan de estudio integral que abarque todas las etapas de desarrollo del educando y responda al interés de la formación de las nuevas generaciones”.

En esta misma línea temática (González, 1997) precisa que: “La Educación Física es entendida como el arte o ciencia que busca el desarrollo armonioso, natural y progresivo de las facultades de movimiento y con ellas el del resto de facultades personales”.

Estas definiciones reafirman la idea de que en la clase de Educación Física el profesor debe considerar el desarrollo de mediaciones relacionadas con el conocimiento socio-pedagógico que posee sobre sus alumnos lo cual le permite conocer las inquietudes y necesidades de todos los alumnos. De esta forma puede valorar además el cuidado del cuerpo inculcándolo desde etapas tempranas en la clase. Visto así, el alumno asume un rol protagónico porque explora y vive experiencias con sus compañeros y las comparte. Estos aspectos el profesor de Educación Física debe saber conducirlos desde la clase. Precisamente, es el principal depositario de estos aspectos para lograr el vínculo entre la calidad de vida y una adecuada intervención pedagógica debe en su accionar “saber hacer”:

- Las particularidades de los métodos de trabajo educativo con los niños, inculcándoles estilos de vida sana lo que redundará en calidad de vida.
- El conocimiento de las características psicológicas, biológicas y motrices básicas de los niños a partir de un diagnóstico que sea flexible y que le permita profundizar en aspectos relacionados con la calidad de vida para poder incidir a partir del empleo de métodos y técnicas en los niños.
- Conocer las particularidades de los métodos de trabajo educativo con los niños lo cual le permitirá determinar acciones con una mirada profiláctica.

- Promover la práctica sistemática deportiva.
- Comunicarse adecuadamente, con los alumnos durante las actividades docentes.

Las acciones antes descritas permiten que el proceso de enseñanza que abarca tanto la función instructiva como la educativa, favorecerá un mejor desempeño de los profesores en las clases de Educación Física, estas acciones a criterio del autor no deben observarse como una suma de elementos aislados sino, como un sistema de influencias que se caracterizan por su integridad, su interrelación y por sus vínculos con otras materias. Desde esta perspectiva la Educación Física pretende el desarrollo integral de todas las personas en general y de los niños en particular visto desde lo conceptual, procedimental y actitudinal.

Desde el punto de vista pedagógico ayuda a la formación armónica porque permite:

- La interdisciplinariedad entre las diferentes asignaturas, es decir, en las actividades que el profesor realiza permite el desarrollo de la lengua materna.
- Desarrollan valores como la cooperación, la tolerancia al fracaso y el respeto a las normas sobre la base de que puedan asumir actitudes asertivas para participar en equipo.
- Mejora la calidad de vida que es sinónimo de salud física y mental. Se destaca la de promoción de la salud, mediante el reconocimiento que hacen los estudiantes de aprendizajes vinculados con la prevención, autocuidado y preservación de la misma.
- Inculca hábitos de vida saludables.

Estas ideas se refuerzan cuando se enfatiza que el profesor en sus clases debe enfrentar nuevos mecanismos que hoy se manifiestan en la clase contemporánea de Educación Física por ello, se necesita imaginación, capacidad de innovación, visión y creatividad, para que pueda trazar alianzas con otras disciplinas que le permitan conducir la clase con una visión transformadora. Estas ideas se yuxtaponen a lo planteado por los clásicos del marxismo cuando en fecha temprana significaron que (Marx, Engels, 1899): “la unión de la enseñanza, el trabajo productivo y la Educación Física no solamente es el único método para la formación multilateral y armónica de la personalidad, sino un medio poderoso transformador de la sociedad”.

Por consiguiente, la Educación Física y el deporte permiten la formación armónica en las diferentes dimensiones del ser humano porque lo conduce a formarse en lo intelectual, lo humano, lo social y lo profesional, por ende se aspira a que se desarrolle como individuos responsables ante la vida.

Conclusiones

1. La Calidad de vida se utiliza en la actualidad con más énfasis en el contexto educacional y puede ser evaluada desde diferentes áreas relacionadas con el bienestar de los niños.
2. La práctica deportiva como fuente principal aporta experiencias motrices, riqueza del movimiento corporal y los juegos realizados de forma natural.
3. El establecimiento necesario de una tríada entre: clase de Educación física y deporte tributan a la calidad de vida, favorecen el desarrollo de los niños.

Recomendaciones

1. Integrar en las clases de Educación física y deporte acciones para favorecer la Calidad de vida de los niños.
2. Asumir estilos de vida saludables desde la clase de Educación Física por medio de las habilidades motrices básicas y el deporte.

Referencias bibliográficas

1. Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible Una oportunidad para América Latina y el Caribe. CEPAL. Naciones Unidas. 2016
2. Añorga, J, 2015 .El mejoramiento profesional y humano. Tesis en opción a doctor en segundo grado; Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona.
3. Banda AL y Morales MA. Calidad de vida subjetiva en estudiantes universitarios. Rev Enseñanza e investigación en psicología [Internet]. 2012 [citado 28 de junio 2017]; 17 (1): 29-43. Disponible en: scielo.org.co/pdf/reus/v18n3/v18n3a06.pdf
4. Cardona JA & Higuera LF. Aplicaciones de un instrumento diseñado por la OMS para la evaluación de la calidad de vida. Rev Cubana Salud Pública. 2014; 40 (2)
5. Castro Díaz – Balar, Fidel. Ciencia. Innovación y futuro. Ediciones Especiales. La Habana.
6. Cummins RA. Moving from the quality of life concept to a theory. Journal of Intellectual Disability Research. [Internet]. 2004 [citado 23 de mayo de 2016]; 49 (10) 699-706. Disponible en: [iley.com/doi/10.1111/jir.2005.49.issue-10/issuetoc](http://jir.2005.49.issue-10/issuetoc)
7. Deschappelles M. El valor de la comunicación en los docentes de la Escuela de Oficios. [artículo.Volúmen.12.No 1]. La Habana, 2013. Rev Elect, ISSN.
8. Fernández J, Fernández M y Alarcos C. Los conceptos de calidad de vida, salud y bienestar analizados desde la perspectiva de la Clasificación Internacional del Funcionamiento (CIF). Rev Esp Salud Pública. [Internet] 2010 [citado 25 de enero de 2017]; 84 (2) 169-184. Disponible en : bvsalud.org/bvsvs/resource/es/ibc-79460

9. Gonzalez, M. et alter (1997). Fundamentos para Educación Física en la enseñanza Primaria. Inde. Barcelona.
10. Haas, B. (1999). Clarification and integration of similar quality of life concepts. *Journal of nursing Scholarships*, 31, 215 – 220
11. López. R. A. y C. Vega. La Clase de Educación Física, actualidad y perspectivas. Ediciones Deportivas Latinoamericanas. México D.F. Maestría en Ciencias de la Educación. Fundamentos de la investigación parte). La Habana. Cuba. MINED. 2006
12. Marx Carlos y Federico Engels. Obras Completas.T.19. Editorial Dietz. Berlín, 1962
13. Meeberg, G.A. (1993). Quality of life: A concept analysis. *Journal ofAdvanced Nursing*, 18, 32 – 38
14. Monteagudo, S.J. (2012). Reflexiones relacionadas con la utilización de los Juegos para el desarrollo de las habilidades de los niños en el trabajo de la comunidad, tomo II, Folio 09 del 13/11/12., República Bolivariana de Venezuela, 2012.
15. Organización Mundial de la Salud. La atención primaria de salud más necesaria que nunca. Informe sobre la salud en el mundo. Capítulo 4: Políticas públicas para la salud pública. Geneva: OMS/WHO; 2008 [citado en de mayo de 2016]. Disponible en: <http://www.who.int/whr/2008/chapter4/es/>