

## APORTE DEL DEPORTE FORMATIVO EN LA FORMACION INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE NARIÑO.

**Mag. Carlos Ramiro Jojoa Ruiz**

“No hay nada más difícil de llevar a cabo, ni nada más dudoso de éxito, ni nada más difícil de conducir, que iniciar un nuevo orden de las cosas, porque el reformador tiene enemigos en todos aquellos que sacan provecho del antiguo orden, y solo distantes defensores en aquellos que se benefician del nuevo orden”.

Maquiavelo, El príncipe.

### RESUMEN

El presente artículo de reflexión tiene como principal interés el de crear conciencia en la comunidad universitaria, sobre la importancia que la práctica física, deportiva y recreativa representa en la formación integral, cuando involucra en sus proyectos educativos las dimensiones cognitiva, comunicativa, axiológica, lúdica y motriz, situando la atención en los estudiantes que se inscriben a los créditos de deporte formativo de acondicionamiento físico y musculación de la Universidad de Nariño.

Analizar si formar parte de este proceso de formación humanística, tiene concordancia con la formación del futuro profesional, si lo vuelve más coherente con los principios éticos y morales con los que se identifica y lo compromete a ser parte activa de esta sociedad llena de conflictos sociales y en continua transformación. Se trata de evidenciar con hechos, que los estudiantes que participan de los créditos de acondicionamiento físico y musculación establecen reflexiones profundas que los sensibiliza para servir con eficiencia y eficacia, centrados en el desarrollo humano y social, desarrollando capacidades de liderazgo que respondan a las expectativas que su entorno necesita, con capacidad de involucrarse desde su campo profesional y como ciudadano en el desarrollo de programas y proyectos físicos, deportivos y recreativos adaptándolos a su contexto, para desde allí, generar hábitos y estilos de vida saludable que

garantice una vida digna, sana, equitativa y de calidad para la sociedad donde interactúa.

Se pretende establecer si al practicar alguna disciplina física, los estudiante desarrollan un valor agregado que los identifica y los prepara para involucrarse con los cambios culturales, siendo críticos y analíticos de la realidad del contexto, defendiendo sus puntos de vista con argumentos válidos y proponiendo alternativas de solución, para formar parte de una sociedad más justa, tolerante, incluyente y equitativa.

### ABSTRACT

This article reflection has been primarily interested in raising awareness in the university community on the importance of physical, sporting and recreational practice represents the integral formation when involved in educational projects cognitive, communicative, axiological dimensions, playful and driving, placing attention on students who enroll credits sport fitness training and body building at the University of Nariño.

Consider whether part of this process of humanistic education, is consistent with the formation of future professional if you become more consistent with the ethical and moral principles with which it is identified and committed to being an active part of this society full of social conflicts and continuous

transformation. It is evident facts that students who participate in the credits of fitness and body building set deep reflections that sensitizes to serve efficiently and effectively, focusing on human and social development, developing leadership skills that meet expectations your environment needs, able to be involved from their field and as a citizen in the development of programs and physical, sports and recreational projects adapted to its context, and from there, create habits and healthy lifestyles to ensure a dignified life, healthy, equitable and quality for the society in which it interacts.

It is intended to establish whether the practice any physical discipline, the student develops an added value that identifies and prepares to engage with cultural changes, being critical and analytical of the reality of the context, defending their views with valid arguments and proposing alternatives solution, to form part of a more just, tolerant, inclusive and equitable society.

## INTRODUCCIÓN

La Universidad de Nariño cumple un papel trascendental en el desarrollo del municipio, del departamento y de la nación, porque genera una educación con altos índices de calidad y evoluciona a pasos agigantados con el propósito de preparar a las nuevas generaciones de líderes con pensamiento crítico, analítico e investigativo, capaces de asumir responsabilidades y compromisos sociales, económicos y políticas con parámetros éticos y morales que permitan transformar el entorno donde se desempeña.

Asume de una manera competente y responsable los retos que exige la vida moderna, en una sociedad globalizadora caracterizada por el desarrollo y avance vertiginoso del conocimiento, la ciencia y la tecnología, y presenta en evidencia una universidad que cambia y se transforma para

enfrentar los nuevos retos que exige la sociedad, para orientar los procesos de aprendizaje con una visión futurista, consolidando programas de formación e investigación que tienen como fin alcanzar objetivos, metas y propósitos que se propone la sociedad contemporánea, con el fin de hacer aportes significativos y pertinentes para dar solución a los problemas que en la actualidad aquejan a nuestra sociedad colombiana.

Para la Universidad de Nariño el deporte formativo, la actividad física y la recreación son temáticas que han sido tratadas con seriedad y responsabilidad, y han sido tenidas en cuenta en el plan de desarrollo, de la misma forma que la ciencia, la tecnología y la investigación, ya que constituyen una herramienta fundamental en el proceso pedagógico de formación de la comunidad educativa en general, puesto que mediante la aplicación práctica y transversalizadora, todos los educandos, sin distinción social, económica, cultural o creencias de credo pueden tener las mismas oportunidades de formación integral, desarrollando y practicando valores ciudadanos dentro y fuera de la institución, que garanticen el buen vivir y la convivencia pacífica, además de propender por la continua y permanente construcción de los proyectos de vida a corto, mediano y largo plazo, de una manera consciente, libre, espontanea e incluyente.

Según Edgar Morín (2001), La Educación del futuro debe afrontar el problema desde el error y la ilusión, el mayor error sería subestimar el problema del error; la mayor ilusión sería subestimar el problema de la ilusión. El reconocimiento del error y de la ilusión es tan difícil que el error y la ilusión no se reconocen en lo absoluto.

## **EL DEPORTE FORMATIVO EN LA ACADEMIA**

El Congreso de Colombia en la Ley 181 de Enero 18 de 1995, considera que formar deportivamente a todas las personas es un derecho, por lo tanto dicta las disposiciones legales para que las instituciones educativas desde la primaria hasta la universidad, desarrollen planes y proyectos que se preocupen por el fomento masivo de la educación física, la práctica de los deportes y la recreación como medios para hacer un buen uso del tiempo libre y contribuir significativamente en la formación integral de los educandos. Para ello las instituciones son orientadas con objetivos coherentes para la consecución de tal propósito y están facultadas con la autonomía administrativa para orientar el patrocinio, fomento, divulgación, planificación y coordinación de múltiples tareas para brindar una formación física y deportiva que le permita el normal desarrollo de sus capacidades y habilidades psicomotoras que lo faculten para desempeñarse eficiente y eficaz en sus obligaciones como ciudadanos, miembros de una comunidad dinámica y cambiante.

La universidad de Nariño considera que promover el bienestar individual y colectivo de la comunidad es un requisito indispensable para alcanzar la calidad educativa y a partir de estos parámetros contribuir en el desarrollo de una sociedad más equitativa, justa y solidaria. Por ello, y consiente de la importancia que representa la práctica física en el proceso de formación de la comunidad educativa, direcciona responsablemente su atención en el desarrollo de proyectos saludables como el acondicionamiento físico y la musculación entre otros, como medios significativos para establecer acciones puntuales que permitan desarrollar hábitos y estilos de vida saludable que incidan directamente en el desarrollo de las dimensiones integrales de los estudiantes, fortaleciendo su personalidad y mejorando los

proyectos de vida personal que repercutan directamente en el desarrollo social.

## **PROYECTO EDUCATIVO DEL ESTUDIANTE UNIVERSITARIO**

La etapa de transición del bachillerato a la universidad es un momento trascendental en la vida de los jóvenes que marcan significativamente el rumbo de sus vidas, por ello es importante que toda la comunidad que conforma la institución dedique todos los esfuerzos disponibles para orientar el camino que guíara las vidas de los futuros profesionales.

Son muchos los aspectos que inquietan al nuevo estudiante universitario y lo mantienen a la expectativa por cumplir sus objetivos académicos, alcanzar sus metas y trascender en la historia de sus comunidades, la mayoría anhelan dejar una huella en el camino que seguramente sus predecesores seguirán para alcanzar el éxito.

Instintivamente cada uno de los jóvenes hace una reflexión profunda de su ser y establece un plan para articularlo en la sociedad. Para ello responde a los cuestionamientos propios de la edad y del contexto socio-económico al que pertenezca, a sus creencias políticas, religiosas y académicas que deberá enfrentarse; por ejemplo, cómo surgir en un medio tan diferente al que ha estado acostumbrado, paradójico, incoherente e intolerante. cuál es su esencia como persona, cuál es su sentido de vida, cómo, por qué y para que se mueve de forma pendular entre virtudes morales y éticas contradictorias, como enfrentar comportamientos sociales positivos y negativos, y a personas débiles y fuertes de carácter, tolerantes e intolerantes, buenos y malos.

Enfrentar esta realidad no es una tarea sencilla para asumirla solo, por lo tanto, la responsabilidad debe ser compartida, este es el pilar que fundamenta la labor de cada uno de

los integrantes de la comunidad académica, que se muevan transversal y sinérgicamente para ayudar a los estudiantes a responder acertadamente a las necesidades de cada uno, para que puedan estar seguros de que el proyecto que van a emprender es el correcto y si no lo es, encauzarlo por uno nuevo, pero de una u otra forma tocarlo en lo más profundo de su ser y establecer un estado interactivo que le permita tener una reafirmación en la vida social. CAGIGAL, J.M. (1981): “asume el movimiento como la manifestación o acción consciente –observable o visible del cuerpo humano, a nivel global o segmentario– que busca solucionar problemas de la cotidianidad, en el ámbito personal, social y productivo, y que son resultado de la concurrencia de conocimientos, sentimientos, habilidades y destrezas aprendidos a través de la vida”.

Los estudiantes llegan a la universidad temerosos por tener que afrontar tantos cambios en tan poco tiempo, son muchas las incertidumbres existenciales, paradigmas culturales y dudas personales que crean limitaciones mentales y físicas; Paradójicamente la gran mayoría llegan a cumplir proyectos de vida educativa impuestos por otras personas, sin permitir que sea el estudiante el que le dé rienda suelta a sus ideales, a sus sueños, a sus intereses con total libertad, autonomía, imaginación y creatividad, para construir su futuro con los sentimientos más profundos de su vida, coherentes con su pensamiento para que le impriman un tinte propio para alcanzar el significado.

Muchos de los estudiantes llegan al alma mater direccionados desde los hogares y marcados por una ruta que es la que más les conviene desde el punto de vista de sus familiares, ya sea por el contexto de crianza o por sus posibilidades económicas, pero independientemente de estos aspectos se le debe dar la oportunidad de decidir por sí mismos.

El tema educativo profesional es un tema complejo, ya que abarca el complemento de la vida, una vida que se debe realizar por iniciativa propia, así como el de tener un noviazgo, casarse y tener hijos; frecuentemente están siendo condicionado por los deseos familiares, ciertamente es un hecho a tener en cuenta, pero será significativo si está construido con respeto por la libertad, autonomía y con criterios propios que le permita alcanzar la felicidad.

Es entonces, donde los miembros que conforman la comunidad académica: familia, amigos, docentes, administrativos, directivos y sociedad en general, juegan un papel fundamental en la formación de los estudiantes, ya que con su actuación contribuirán significativamente en la orientación, construcción y desarrollo de los proyectos de vida a corto, mediano y largo plazo, siempre y cuando se tenga en cuenta que en medio de tantas diferencias, se debe responder, respetando sueños, anhelos y deseos individuales y grupales, y que dependiendo del grado de dependencia y experiencia que ejerzan sobre ellos, hay que aprovechar la oportunidad para ayudar a establecer en los jóvenes y señoritas las condiciones y prioridades más urgentes y necesarias, que le brinden la oportunidad de distinguir en el camino los obstáculos y rebasarlos con el único propósito de generar experiencia y por lo tanto un aprendizaje.

## PANORAMA UNIVERSITARIO EN COLOMBIA

La Universidad Colombiana ha venido evolucionando al ritmo del desarrollo del país y de las exigencias mundiales, logrando desarrollar adelantos significativos en unos aspectos, pero con muchas dificultades y limitaciones en otros.

Gracias a las orientaciones conceptuales que se le ha dado al sector universitario se puede

evidenciar un trabajo más serio, respetuoso y responsable en cuanto al desarrollo y fomento de temáticas tales como: calidad de vida, formación integral y construcción de comunidad, elementos fundamentales para que se propicie el desarrollo humano.

El Ministerio de Educación Nacional, a través del ICFES, el Fondo Universitario Nacional y ASCUN, viene desarrollando planes y programas tendientes a la cualificación y capacitación del personal encargado de generar el Bienestar Universitario, creando espacios para la reflexión e intercambiando conocimientos y experiencias significativas que pueden ser modeladas dependiendo del contexto y los recursos con que se cuenten.

Es de resaltar que una de las debilidades y limitaciones que se aprecia en las universidades es la falta de conocimiento y compromiso que tiene toda la comunidad académica a cerca del bienestar institucional, ya que no solamente es responsabilidad de la oficina de Bienestar Universitario, sino que debe ser el compromiso del trabajo conjunto y mancomunado de todas las instancias institucionales, cada uno de los miembros de la comunidad académica, conformada por estudiantes, padres de familia, docentes, administrativos, directivos y comunidad en general debe asumir obligaciones para crear ambientes saludables en los entornos desde los campos de la salud mental y física, la cultura, el desarrollo social y del deporte, la actividad física y la recreación.

Otra de las debilidades que se observan en la educación universitaria, son los fines que se persiguen, un grupo importante de docentes persisten en la enseñanza de contenidos y procedimientos para ser repetidos sin haber desarrollado un análisis crítico haciendo uso de las diferentes potencialidades humanas, enfocados a evaluarlos confiando solamente en la memoria. No obstante, esto resulta tradicionalmente obsoleto e inservible en el proyecto formativo de los estudiantes en la

actualidad, ya que establece límites de jerarquía.

Se necesita urgentemente, cambiar el paradigma metodológico del proceso de enseñanza – aprendizaje. Gracias a los aportes de Howard Gardner, los docentes tienen ahora bases científicas para interactuar con los estudiantes en el proceso de aprendizaje, con sus diversas inteligencias, a saber: Inteligencia lingüística, lógico-matemática, espacial, musical, corporal y cenestésica, intrapersonal e interpersonal y con la Inteligencia naturalista, que es lo que conforma la integralidad del ser y que debe ser transversalmente concebido desde las diferentes áreas y disciplinas del componente universitario.

Según Gardner (1977) “Todas las personas son dueñas de cada una de las ocho clases de inteligencia, aunque cada cual destaca más en unas que en otras, no siendo ninguna de las ocho más importantes o valiosas que las demás. Generalmente, se requiere dominar gran parte de ellas para enfrentarnos a la vida, independientemente de la profesión que se ejerza. A fin de cuentas, la mayoría de trabajos precisan del uso de la mayoría de tipos de inteligencia”.

El propósito de la universidad es desarrollar todo el potencial de creación que tienen los estudiantes para aplicarlos en la vida, es enseñar a pensar a los estudiantes, para prepararlos para que, en el futuro, puedan resolver problemas con eficiencia, eficacia y responsabilidad social, tomando decisiones concertadas para lograr el disfrute de la vida. Esta tarea debe ser asumida por todos y cada uno de los miembros que conforman la comunidad universitaria, sin distinción alguna.

#### **APORTE DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA FORMACIÓN INTEGRAL**

“La Educación es mucho más que Educación Física, pero es muy poca sin ella”

(Hammeleck, 1976). Partiendo de esta premisa podemos comprender en la práctica, lo que es formación integral. El cuerpo humano es considerado como una unidad indisoluble que está conformado por mente, cuerpo y espíritu, por lo tanto y para efectos de formación y educación de calidad, estos tres pilares son la base fundamental para alcanzar cualquier propósito humano, es un requisito indispensable que debe estar presentes en cualquier proceso a un mismo nivel, si se quiere alcanzar equilibrio y proporción en los desempeños sociales como hijo, padre, profesional y ciudadano, entre otros. Tal como lo describe Hammeleck, (1976) “Para hablar de una Educación Integral, debemos considerar el cuerpo y la mente conformando una unidad, en ello la Educación Física representa para la Educación básica un pilar fundamental, por lo que debe estar en un nivel de paridad como otras disciplinas del conocimiento, en el proceso de formación integral del ser humano para beneficio personal, social y conservación de su propia cultura”.

Biológica e históricamente las personas están diseñadas para moverse, para cambiar, para entrar en sinergia, de tal manera que cada vez que se mueve la mente, el cuerpo y el espíritu, las personas tienen un despliegue de creatividad, imaginación y producción, Parlebas (2001) “centra la atención no en el movimiento sino en el sujeto que se mueve, que halla en sus acciones una organización significativa”. Por tanto involucrar la práctica física en el sistema educativo universitario es una necesidad que está más que reconocida, por tanto se debe enseñar a valorar todos los beneficios que las personas obtienen con la práctica física diaria. Moverse paso de ser una moda de uso exclusivo de los amantes de la cultura física, a convertirse en una necesidad y un derecho constitucional, dado al incremento de las problemáticas sociales y de salud que se han acelerado por los procesos de globalización.

La ley general de educación colombiana, considerada la práctica física como un “derecho social”, debido a los altos índices de violencia, el consumo de sustancias psicoactivas, sobrepeso, obesidad mórbida, enfermedades cardio-vasculares y de transmisión sexual entre otras, generadas por las políticas globalizadoras, donde el sedentarismo y las prácticas sociales inadecuadas, fomentan hábitos y estilos de vida no saludables, y que a la postre demandaran gastos económicos inimaginables y con consecuencias económicas incalculables. Esta problemática también es reconocida por la Organización Mundial de la Salud, quien admite que de no atender la problemática con políticas claras, serias y responsables, en el futuro se convertirá en la próxima pandemia mundial. Meinel (1977) plantea, que “toda acción humana educativa, está determinada por relaciones propias del hombre con los otros hombres y con el mundo de las cosas, como una forma de comportamiento orientada a una finalidad”. Si somos conscientes de los perjuicios que tendremos al no conservar hábitos y estilos de vida saludables y no hacemos nada, entonces también debemos ser coherentes en asumir responsablemente las consecuencias de los actos.

## **EL DEPORTE FORMATIVO EN LA UNIVERSIDAD**

La universidad de Nariño a través de la Facultad de Educación, con el programa de formación humanística comprometidos en la formación integral de la comunidad de estudiantes, viene desarrollando procesos de fomento y desarrollo psicomotriz, y se vale del deporte formativo como medio para la construcción de aprendizaje significativo, teniendo en cuenta los referentes conceptuales del Ministerio de Educación Nacional a través de las Orientaciones Pedagógicas para el desarrollo de la Educación Física, Recreación

y Deporte, (Guía No. 15, p.24) “al promover en los estudiantes el desarrollo de las competencias motriz, expresiva y axiológica a través de acciones motrices, se propicia que el estudiante enriquezca su pensamiento, su sensibilidad, su expresión y su actividad lúdica, contribuyendo también al desarrollo de las competencias básicas y ciudadanas, además de generar ambientes de aprendizaje lúdicos que favorecen la recreación, el descanso y la buena utilización del tiempo libre”.

Es de suma importancia aclarar que para efectos de la aplicación de las competencias específicas en la universidad se tuvo en cuenta cuatro ejes transversales los cuales responden a las necesidades actuales, ellas son el tiempo libre, medio ambiente, educación para la sexualidad y democracia.

Todas ellas expresadas con las experiencias y vivencias personales y aplicadas a procesos académicos cognitivos, físicos y espirituales. Las competencias específicas han sido adaptadas al contexto universitario para que adquieran el enfoque de formación humanística e integradora de los procesos y dimensiones humanas necesarias en la formación de los estudiantes que les permitan desempeñarse como ciudadanos integrales, éticos y moralmente competentes.

#### ➤ **Competencia Motriz**

Esta dada por la relación corporal que se establece entre los estudiantes y el medio ambiente. Tiene como principal actor el movimiento y a través del este el desarrollo de facultades y dimensiones corporales, físicas, motoras, para interactuar libre y espontáneamente con el contexto, para alcanzar el desarrollo progresivo de cualidades físicas básicas con habilidad y destreza.

#### ➤ **Competencia Expresiva Corporal**

Entendida como la expresión y comunicación dialógica de las personas a través de la corporeidad, teniendo como sujeto activo el

movimiento pero con base en la manifestación de ideas, sentimientos y emociones que permitan canalizar el potencial energético creador en pro de una buena utilización del tiempo libre y propiciando ambientes lúdicos que favorecen la liberación de tensiones propias de la academia, la superación de miedos y la aceptación del desempeño corporal en diferentes tiempos y espacios.

#### ➤ **Competencia Axiológica**

Es la articulación del movimiento con los valores humanos, que permitan alcanzar disciplina, sentido de identidad y pertinencia para construir hábitos y estilos de vida saludables, que sean el fiel reflejo del ciudadano, sensible, respetuoso, tolerante, solidario, democrático e incluyente.

Los estudiantes universitarios se encuentran sometidos continua y permanentemente a las tensiones que producen las evaluaciones, la entrega de trabajos, talleres, laboratorios y las prácticas pedagógicas pre profesionales, los cuales pueden llevar a la pérdida del equilibrio emocional, la salud corporal y el bienestar individual y grupal; por tanto y mediante el deporte formativo se pretende canalizar y controlar esos estados nocivos, para guiar las emociones producidas por el éxito y el fracaso en favor de una experiencia que brinde aprendizaje significativo y saludable, alejando la atención por las opciones de diversión alternativas que se encuentran alrededor de la universidad y que pretenden que con el consumo de sustancias psicoactivas los estudiantes desahoguen sus tensiones. Arboleda (2002), desde la perspectiva conceptual de expresiones motrices, relaciona las manifestaciones de la motricidad con distintos fines: lúdico, agonístico, estético, preventivo, de mantenimiento, de rehabilitación y de salud, entre otros, que permiten establecer códigos legitimados, crear actitudes y promover creencias en un contexto social, que ofrecen pautas de comportamiento

y muestran una intención subjetiva del ejecutante.

Efectivamente, el deporte formativo es un crédito académico que en la Universidad de Nariño ocupa un lugar privilegiado para la formación integral de los estudiantes, ya que por su naturaleza lúdica y recreativa siempre presenta gran acogida por parte de la población de estudiantil pertenecientes a las diversas facultades y programas, convirtiéndose en un espacio académico básico en el currículo, razón por la cual sería un absurdo no valerse de un medio tan propicio para fortalecer las dimensiones humanas que comprometen la motricidad, la expresividad y el desarrollo de valores humanos, componentes fundamentales que coadyuvan la formación de profesionales desde la realidad del contexto, y aportando consecuentemente al florecimiento de la cultura ciudadana para lograr la paz y la convivencia dentro de una educación incluyente, solidaria y ecológica.

Lo paradójico de la situación es que conociendo la problemática social a la que los estudiantes están expuestos, y reconociendo las consecuencias de no conservar hábitos y estilos de vida saludables, no se comprende por qué no se incrementa la práctica física en las instituciones educativas universitarias para hacer un buen uso del tiempo libre, y por el contrario en la mayoría de las universidades se las ha disminuido, ¿será porque se considera la práctica física como un gasto económico exagerado e innecesario?, o porque es una pérdida de tiempo que se puede utilizar en el desarrollo cognitivo disciplinar.

No es raro ver en la universidad a estudiantes que por horas se la pasan chateando, o sumergidos en un estrés permanente por las tensiones evaluativas, o manifestando estados de depresión y emociones alteradas por problemas, o consumiendo alucinógenos en la cancha de fútbol. Estos estados emocionales y prácticas viciosas, no le permiten comprometerse continua y permanentemente

con la práctica de la física, porque dicen que” cuentan con poco tiempo”, o ¿será más bien que no les gusta practicar ejercicio físico y/o deporte?

El desarrollo de la práctica física no debe ser un tema que se tome a la ligera, ya que es una actividad que debe estar presente en todos los proyectos de vida de los estudiantes, docentes, administrativos y directivos, debe formar parte de la cultura si se precia la vida, porque con salud la vida cobra sentido y sin ella no es nada. De nada valdrán los títulos obtenidos y el dinero acumulado si no se cuenta con la salud necesaria para utilizarlos.

Cada quien a su tiempo ha tenido la única e irreplicable oportunidad para expresarse en el día a día a su manera y con las condiciones que la vida le ha brindado, pero en la medida en que pasa el tiempo ya no podremos cambiar la ruta de nuestras vidas, sin que las decisiones afecte la propia vida y/o la vida de los demás, y ni al menos aún podremos regresar al pasado para cambiar algunos errores, por eso la construcción del proyecto de vida donde el eje fundamental es el ejercicio físico es una necesidad que debe estar explícitamente marcada en los proyectos educativos en la Universidad de Nariño.

**Sir Charles Spencer Chaplin dijo: “La vida es una obra de teatro que no permite ensayos...Por eso, juega, canta, ríe, baila, llora y vive intensamente cada momento de tu vida... antes que el telón baje y la obra termine sin aplausos”.**

## CONCLUSIONES

- Los créditos de formación humanística a través del Acondicionamiento Físico y Musculación de la Universidad de Nariño si tienen concordancia con la formación del futuro profesional, ya que lo vuelven más coherente con los principios éticos, estéticos y morales



con los que se identifica y lo comprometen con su ejemplo a ser parte activa del proceso de transformación social.

- Los estudiantes que participan de los créditos de acondicionamiento físico y musculación establecen reflexiones profundas en cuanto a las relaciones que se establecen entre la práctica física y la vida, los sensibiliza para servir con eficiencia y eficacia, centrados en el desarrollo humano y social, desarrollando capacidades de liderazgo que respondan a las expectativas que su entorno necesita, con capacidad de involucrarse desde su campo profesional y como ciudadano en el desarrollo de programas y proyectos físicos, deportivos y recreativos.
- Los educandos son conscientes que desarrollar y generar hábitos y estilos de vida saludable garantiza una vida digna, sana, equitativa y de calidad para él y la sociedad donde interactúa.
- Mantener en sinergia el cuerpo, la mente y el espíritu desarrolla en los estudiantes el sentido de pertenencia e identidad, que los prepara para involucrarse con los cambios culturales, siendo críticos y analíticos de la realidad del contexto, defendiendo sus puntos de vista con argumentos válidos y proponiendo alternativas de solución, para formar parte de una sociedad más justa, tolerante, incluyente y equitativa con sí mismo, con el otro y con el medio ambiente.
- Efectivamente, el deporte formativo es un crédito académico que en la Universidad de Nariño ocupa un lugar privilegiado para la formación integral de los estudiantes, ya que por su

naturaleza lúdica y recreativa siempre presenta gran acogida por parte de la población de estudiantil pertenecientes a las diversas facultades y programas, convirtiéndose en un espacio académico básico en el currículo

## REFERENCIAS

- ARBOLEDA, Rubiela. (2002). El cuerpo en boca de los adolescentes. Estudio interdisciplinario de la cultura corporal en adolescentes de la ciudad de Medellín, Universidad de Antioquia, Colciencias, Medellín.
- CONGRESO DE COLOMBIA. Ley 181 de Enero 18 de 1995
- CAGIGAL, J.M. (1981): El Deporte en la Sociedad Actual. Ed. Magisterio Español. Madrid: España.
- GARDNER, H. (1997). Estructuras de la mente. La Teoría de las Inteligencias
- Múltiples. México: Fondo de Cultura Económica.
- GOLEMAN, D. (2004). La inteligencia Emocional. Barcelona, España: Editorial Vergara.
- HAMMELECK, O. (1976): Teoría Pedagógica de la Educación Física. "La Educación es mucho más que Educación Física, pero es muy poco sin ella". INEF. Ed. COLEFC. Canarias.
- MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL, 2010: Lineamientos Curriculares de Educación Física, Recreación y Deporte. Bogotá.
- MORIN, E. (2001). Los siete saberes necesarios para la Educación del Futuro. París: Mesa Redonda Magisterio, UNESCO.
- PARLEBAS, P. (2001). Juegos, deporte y sociedad. Léxico de Praxeológica Motriz. Ed. Paidotribo. Barcelona: España.
- VAZQUEZ, B. (1989). La Educación Física en la educación básica. Ed. Gimnos. Madrid: España.