

## Evaluación integral de la condición física en la educación Secundaria Básica

### Comprehensive physical fitness assessment in Junior High education

*Yunier Hiosbani Jimenez Segura<sup>1</sup>*

*Bernardo Jeffers Duarte<sup>2</sup>*

#### Resumen

Las observaciones sistemáticas a clases de educación física en la Educación Secundaria Básica, particularmente en los concursos de clases, han provocado inquietudes que fueron corroboradas en pruebas de conocimientos realizadas a los profesores, el estudio de los productos de la actividad, así como, a través de diagnósticos a los escolares realizados durante la práctica laboral e investigativa, tomando como referencia el cumplimiento de los indicadores de la dimensión desarrolladora de los objetivos de las clases, así como, las formas de verificarlos, donde se constató insuficiencias teóricas, metodológicas y prácticas, la evaluación integral de la condición física, los fundamentos del enfoque integral físico educativo de la clase de educación física y por consiguiente, en la búsqueda de una solución, se proyectó una investigación sustentada en la dialéctica materialista como base teórica metodológica complementada con el sistema de métodos teóricos y empíricos que permitieron identificar las causas para fundamentar la concepción didáctica de evaluación integral de la condición física en la clase de educación física y la metodología para la implementación.

*Palabras clave:* Evaluación, condición física, diagnósticos.

#### Abstract

<sup>1</sup> Licenciado en Cultura Física. Profesor Instructor. Departamento de Cultura Física Universidad de Las Tunas, Cuba. Cuba, correo electrónico, [yunierjs@ult.edu.cu](mailto:yunierjs@ult.edu.cu) registro ORCID (<https://orcid.org/>). [0000-0001-9116-0277](#)

<sup>2</sup> Licenciado en Cultura Física. Profesor Titular. Doctor en Ciencias Pedagógicas. Departamento de Cultura Física Universidad de Las Tunas, Cuba. Cuba, correo electrónico, [jeffers@ult.edu.cu](mailto:jeffers@ult.edu.cu) registro ORCID (<https://orcid.org/>). [0000-0002-3222-1313](#)



Fecha de recepción: 11-10-2025

Creative Commons Atribución 4.0

Fecha de aceptación: 15-12-2025

Systematic observations of physical education classes in Basic Secondary Education, particularly in class contests, have raised concerns that were corroborate in tests of knowledge performed on teachers, as well as through diagnoses of schoolchildren during work practice. and investigative, taking as reference the fulfillment of the indicators of the development dimension of the objectives of the classes, as well as, the ways of verifying them, where theoretical, methodological and practical insufficiencies were found that do not allow the concretion of the integral evaluation that demands the comprehensive physical educational approach of the physical education class. Therefore, in the search for a solution, this research projected an investigation based on the materialist dialectic as a theoretical methodological base complemented by the system of theoretical and empirical methods that allowed the didactic conception and its methodology for the implementation of comprehensive evaluation of physical education class.

*Keywords:* Evaluation, physical condition, diagnostics.

## Introducción

En correspondencia con las medidas tomadas a raíz del triunfo de la Revolución, se produjeron importantes cambios en la educación física, así como en su evolución y desarrollo se expresada en una política educacional que contribuye a la formación integral de la sociedad, a través de procesos educativos integradores que garantizan una educación al nivel de estos tiempos, cuya continuidad se expresa en el último perfeccionamiento de los programas de Educación Física para 7mo, 8vo y 9no grados, que concluyó en el año 2016 (Ministerio de Educación, 2016).

Este perfeccionamiento se sustentó en importantes transformaciones, apoyadas por (Ministerio de Educación 1996), de los programas de Educación Física para 7mo, 8vo y 9no grados, basados en una política educacional que contribuye a la formación multilateral y

armónica de la personalidad de los individuos. Precisamente en este sentido se pronuncian los lineamientos 116 y 117 del PCC demostrando la voluntad política del país en el sentido del desarrollo de la educación física y el deporte. (PCC, 2016)

Así mismo, adquiere rango constitucional mediante los artículos 32 y 74 de la Constitución de la República de Cuba, del Artículo 32; inciso “e” cito. “El estado orienta, fomenta y promueve la cultura física, la recreación y el deporte en todas sus manifestaciones como medio de educación y contribución a la formación integral de las personas” y, asimismo, el 74 plantea que “, las personas tienen derecho a la educación física, al deporte y a la recreación como elementos esenciales de su calidad de vida”.

En respuesta a los fundamentos anteriores existe una plataforma teórica y metodológica específica que están al servicio de todos los directivos y profesores encargados de llevar a la práctica tan noble y necesaria tarea de impartir clases de educación física, sin embargo, a pesar del valor teórico y metodológico de los libros de textos y demás materiales docentes establecidos para la educación física, en la práctica pedagógica actual se aprecian incongruencias en los factores determinantes de la evaluación integral.

No se conciben la relación que debe existir entre las dimensiones que estructuran los objetivos e indicadores de las clases, y los indicadores de las pruebas de eficiencia física, declarados, como el criterio de evaluación final de la educación física, lo que, unido a la invasión de las nuevas tecnologías de la informática y las comunicaciones, van en detrimento del cumplimiento del objeto de la dimensión desarrolladora de la clase de educación física, o sea, lograr la condición física ideal personalizada.

La escuela, de otra parte, busca que se logre la excelencia, descuida la influencia biológica y psicológica de la actividad física en el organismo de los escolares sometidos a las cargas físicas de las pruebas de eficiencia física, por lo que es necesario detenerse y reflexionar,

por cuanto, el factor interno de la clase es visto como el escenario encargado de recibir y resistir estímulos del exterior (cargas físicas) sin tomar en cuenta que, en el organismo biológico de los escolares se ponen de manifiesto reacciones de adaptación como respuestas al estímulo recibido, siendo este, y no es considerado así, el principal indicador que proporciona elementos de objetividad para la evaluación de la educación física, Jeffers (2004). También se pueden encontrar referentes en Álvarez de Zayas, (1989, 1996).

En aras de indagar acerca de los criterios expresados anteriormente, se realizó un estudio de campo durante la práctica laboral investigativa en las ESBU Manuel Fajardo Rivero y la 30 de diciembre del Municipio Jobabo de la Provincia Las Tunas con la participación de cuatro profesores y el metodólogo municipal, el estudio de campo se complementó con una sistematización de experiencias que permitieron precisar las siguientes manifestaciones:

***En los profesores:***

- No cuentan con una concepción teórica metodológica que les permita concretar la evaluación integral de la clase.
- Se dedica mayor atención a la evaluación de las habilidades motrices y las formas de concretarlas, que a la naturaleza fisiológica que demandan para su aprendizaje.
- Insuficiente integración de las dimensiones del objetivo y, específicamente los de la dimensión desarrolladora en su proceso de evaluación.

***En los escolares:***

- No se percibe el control y verificación integradora de los indicadores de la dimensión desarrolladora del objetivo de la clase, según la etapa del curso.
- Reciben cargas irregulares que no se ajustan a las posibilidades y potencialidades reales de los escolares sin tener la percepción de ello.

Tales manifestaciones se llevaron a un ejercicio de sistematización teórica en el contexto de la práctica laboral investigativa, con la participación de profesores y metodólogos experimentados de la asignatura y el apoyo de materiales docentes que incluyen los últimos programas perfeccionados, cuyos resultados evidencian la situación problemática siguiente:

A pesar del papel rector del componente didáctico objetivo y los fundamentos que lo estructuran en la dinámica del proceso de enseñanza aprendizaje, todavía se constatan limitaciones teóricas, metodológicas y prácticas que no permiten la evaluación integral de la clase de educación física en la Educación Secundaria Básica.

De ahí la existencia de una manifestación de contradicción práctica entre el modelo de evaluación integral y las insuficiencias didácticas que no permiten su concreción práctica; entre otras causas, según la verificación socializada de resultados de proyectos de investigación desarrollo, en educación física y libros de textos, denotan imprecisiones en los procedimientos para ejecutar la evaluación integral de la condición física durante el proceso pedagógico, visto además en aportes de Jeffers (2004), a lo que se agrega la propia clase, e insuficiente relación entre los criterios de evaluación de las dimensiones que lo estructuran y los criterios de la prueba de eficiencia física.

Tales manifestaciones conllevaron al estudio de fundamentos teóricos de la evaluación integral de la condición física en la educación física del nivel educativo secundaria básica, así como la caracterización histórica de dicho proceso, con énfasis en la integración de las dimensiones de los fundamentos integrales de la condición física en la dinámica de la clase. Lo que permitió obtener los fundamentos de una concepción didáctica para revertir las contradicciones actuales.

## Desarrollo

***Concepción didáctica para la evaluación integral de la condición física en la clase de educación física. Premisas teóricas que sustentan la concepción didáctica***

La concepción didáctica propuesta se entiende como un sistema concatenado de los componentes y conceptos orientados a concebir la evaluación integral de los objetivos y con ello la clase de educación física en la Educación Secundaria Básica. Para Álvarez (2001), esta surge como respuesta a las deficiencias encontradas para lograr el análisis y valoración integrada de los resultados de las dimensiones instructivas, educativa y la desarrolladora del objetivo de la clase de educación física.

Para la elaboración de la concepción didáctica se parte del reconocimiento de los componentes del proceso de enseñanza-aprendizaje: objetivo, contenido, métodos, medios, formas de organización, evaluación, los escolares, profesor y el grupo, Addine (2004); pero con la dirección concreta hacia el objetivo y la comprensión, en relación con la integración de los fundamentos de las dimensiones que lo estructuran en su proceso de evaluación.

Ello deviene desde lo teórico, la nueva solución y, asimismo, el fundamento en que se sustenta el aporte práctico. Precisamente para lograr tal empeño se concibe una concepción didáctica estructurada por subsistemas fundamentada en criterios expresados por Añorga, (2014) al sentenciar: “Todo sistema presenta una estructura jerárquica que se integra por diferentes partes que pueden considerarse como subsistemas de esa totalidad”. (Añorga, 2014, p. 10)

El desarrollo de los contenidos de la Educación Física en esta enseñanza, abarca un conjunto de actividades con un fin educativo, a través de movimientos, que generan cambios en el funcionamiento orgánico. Partiendo de este referente, Jeffers (2004), el proceso pedagógico de la educación física está estructurado por cargas externas y cargas internas demandadas y

emanadas por los componentes de la clase, y particularmente, las formas organizativas que se escojan.

Las cargas externas son visibles, se planifican, se pueden regular y evaluar; pero desde esta óptica, debe reconocerse, y se ha comprobado, que toda carga externa provoca cargas internas identificadas con reacciones biológicas, psicológicas y sociales de adaptación en los escolares, insuficientemente visibilizadas y controladas a pesar de su naturaleza fisiológica, por esas razones, a la hora de planificar, regular y evaluar el impacto de los componentes de la clase, debe tomarse como referencia los fundamentos teóricos de los componentes que estructuran la concepción didáctica.

Según, Elosua, (2004), Jeffers (2004) Jeffers et al., (2023) Tanaka y Monaban (2001), la evaluación de la actividad física se planifica, controla y evalúa considerando, la prescripción del ejercicio encaminado a la salud cardiovascular, ubicándose en una intensidad entre el 60 al 75% de la frecuencia cardiaca máxima para la edad. Además, según Thompson (2005), en programas supervisados puede llegar hasta del 85%

A partir de los argumentos anteriores, se modela una concepción didáctica estructurada por el subsistema teórico y el subsistema procedimental, respectivamente, estructurados por componentes y subcomponentes que teóricamente aportan los fundamentos para la implementación de la metodología que será comprobada mediante la dimensión desarrolladora del objetivo.

El subsistema teórico, está estructurado por los componentes: Exigencias didácticas para la evaluación integral del objetivo, Contextualización didáctica integradora del objetivo de la clase de educación física, estrechamente vinculado a la: Identificación de posibilidades y potencialidades de los escolares; para modelar los criterios de evaluación de modo que atiendan las particularidades de cada escolar, así como el componente: Clasificación de principios

didácticos para la evaluación del objetivo; reguladores del proceso de evaluación; sustentado en recursos didácticos de la Educación Física, según González, (1996) y más recientemente Jeffers et al., (2023). A continuación, la definición los componentes.

### ***Exigencias didácticas***

- Solicitud de prescripción médica para la práctica del ejercicio físico.
- El esfuerzo físico debe estar en correspondencia con los indicadores y rangos de esfuerzos evaluativos derivados de la frecuencia cardiaca máxima personalizada.
- Deben integrarse las demandas de actividad física del aprendizaje de las habilidades y la capacidad física, en la dirección didáctica de la clase.
- Los profesores deben condicionar la colaboración activa y consciente de los escolares, en la realización del control pulso métrico durante el desarrollo de la clase.

Una vez definidas las exigencias didácticas nos referimos al componente: contextualización didáctica integradora del objetivo de la clase de educación física en la Educación Secundaria Básica, el cual le facilita a los profesores de educación física, un sistema de conocimientos y habilidades que les permite comprender la necesidad de un tratamiento integrado a las dimensiones instructiva, desarrolladora y educativa, en aras de lograr la objetividad requerida en la evaluación integral del objetivo una vez concluidas las clases.

La contextualización didáctica integradora de las dimensiones del objetivo de la clase de educación física en la Educación Secundaria Básica, es una importante actividad desde el punto de vista didáctico, (Álvarez de Zayas, 1997), porque hace visible y controlable, las manifestaciones de las cargas físicas; internas, emanadas durante el desarrollo de los contenidos de la habilidad motriz y la capacidad física que se trabaja, a partir de la propia redacción del objetivo, aspectos no tomados en cuenta en la dirección de la clase actual.

La reflexión anterior, aporta los argumentos que permiten comprender la naturaleza de los ejercicios físicos y los aspectos internos que distinguen a cada una de las dimensiones del objetivo, como expresión del movimiento que genera la instrucción de habilidades motrices y el desarrollo de capacidades físicas, identificadas con reacciones de adaptación, biológica, como respuesta de los escolares a las cargas toleradas en el proceso físico educativo, u escenario motriz donde se dan las condiciones para la valoración integrada de las dimensiones de los objetivos.

### **Conclusiones**

Los métodos y estrategia utilizados en el desarrollo de la investigación permitieron caracterizar el proceso de evaluación integral de la condición física en la clase de educación física con respecto a la concepción y utilización del objetivo para tal efecto, lo que posibilitó admitir que:

La caracterización histórica de la evaluación en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la educación física en la Educación Secundaria Básica, reveló que se ha transitado y se confirma en el perfeccionamiento, el concepto evaluación integral.

La sistematización teórica de la evaluación integral de los objetivos trazados en la clase de educación física, posibilitó identificarla como proceso sistemático que contrasta los resultados, a partir de criterios cuantitativos. De Armas, (2003), da cuenta de una aproximación al estudio de las metodologías para la evaluación integral como resultado científico.

El estudio del diagnóstico para caracterizar la situación inicial de la evaluación integral de la condición física en la clase de educación física en la Educación Secundaria Básica, evidenció limitaciones de indicadores, criterios de medidas y procedimientos, que no orientan a los profesores acerca de cómo lograr la evaluación integral del objetivo.

La concepción didáctica y su metodología, orientan a los profesores, acerca de procedimentales que permiten integrar los criterios de la dimensión desarrolladora para la

evaluación integral del objetivo en virtud de la evaluación integral de la clase y la calidad de la educación física en la Educación Secundaria Básica.

### Referencias

- Addine, F. (2004). Didáctica: teoría y práctica. La Habana, Ed. Pueblo y Educación.
- Álvarez de Zayas, C. M. (1996). Hacia una escuela de excelencia. La Habana: Ed. Academia.
- Álvarez de Zayas, C. M. (1989). La Escuela en la vida. La Habana: Ed. Pueblo y Educación.
- Álvarez de Zayas, C. M., R M. (1997). Hacia un currículum integral y contextualizado. Tegucigalpa: Ed. Universitaria. Ecuador.
- Álvarez Hernández, J. L. (2001). Didáctica de la Educación Física: reflexiones en torno a su objeto de estudio. *Revista Digital - Buenos Aires* – 7(42). <http://www.efdeportes.com>
- Añorga, J. (2014). La educación avanzada y el mejoramiento profesional y humano. Varona (58), 19-31. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=360634165003>
- Campistrous Perez, L. (1999). *Indicadores e investigación educativa*. p. 38 – 49. En Desafío Escolar. Año 2, Vol 9. México, oct – dic.
- Castro Pimienta, O. (1999). *Evaluación Integral: del paradigma a la práctica*. La Habana: Ed Pueblo y Educación.
- Cuba. Ministerio de Educación. (1996). *Educación Física noveno grado: programa*. La Habana, Ed. Pueblo y Educación.
- Cuba. Ministerio de Educación. (1996). *Programa de Educación Física octavo grado: programa*. La Habana: Ed. Pueblo y Educación.
- Cuba. Ministerio de Educación. (1996). *Programa de Educación Física séptimo grado: programa*. La Habana: Ed. Pueblo y Educación.

Cuba. Ministerio de Educación. (2016). *Programa de Educación Física noveno grado: programa perfeccionado* (Versión 1). ICCP, La Habana, Ed. Pueblo y Educación, marzo, 2016.

Cuba. Ministerio de Educación. (2016). *Programa de Educación Física octavo grado: programa perfeccionado* (Versión 1). ICCP. La Habana, Ed. Pueblo y Educación, marzo, 2016.

Cuba. Ministerio de Educación. (2016). *Programa de Educación Física séptimo grado: programa perfeccionado* (Versión 1). ICCP, La Habana, Ed. Pueblo y Educación, marzo, 2016.

Cuba. Ministerio de Educación. (1989). *Orientaciones metodológicas Educación Física noveno grado*. La Habana: Ed. Pueblo y Educación.

De Armas, N. (2003). *Aproximación al estudio de las metodologías como resultado científico*. [Conferencia impresa]. Villa Clara. Cuba: Centro de Estudios de Ciencias Pedagógicas Instituto Superior “Félix Varela”.

Elosua, R. (2004). *Evaluación de la actividad física*. /Miguel A Martínez. PG3,  
[www.idibaps.ub.edu/redes/dietamediterranea/lineas.htm](http://www.idibaps.ub.edu/redes/dietamediterranea/lineas.htm)

González, I. (1996). *Educación Física: recursos didácticos*. Madrid: ANAYA S.A.

Guyton Arthur, C. (1985). *Músculo cardíaco; el corazón como bomba*. En Tratado de fisiología médica I.p.179 – 183. La Habana: (S.N).

Jeffers Duarte, B. (2004). Acerca de la evaluación en el proceso pedagógico de la actividad física.- Problemas actuales. *Revista electrónica Opuntia Brava*. No. 12.

Jeffers Duarte, B. (2004). Algunas consideraciones epistemológicas acerca del concepto actividad física y su contextualización en el proceso pedagógico actual". *Revista electrónica Opuntia Brava*. No. 12.

Jeffers Duarte, B. (2004). La evaluación integral del proceso docente educativo físico". *Revista electrónica Opuntia Brava*. No. 12.

Jeffers Duarte, B. (2004). *Evaluación integral de la actividad física en la Educación Secundaria Básica*. [Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas], Instituto Central de Ciencias Pedagógicas. La Habana.

Jeffers Duarte, B. (2004). Software para el diagnóstico y la evaluación del impacto de la actividad física sobre los escolares. *Revista electrónica Opuntia Brava*. No. 12. Oct – dic. 2004.

Jeffers Duarte, B. (2003). Epistemología de la Educación Física: evolución y desarrollo de las distintas concepciones y su objeto de estudio. p. 31 – 36. *En Proyecto de investigación. Deporte y salud: clasificación desarrollo tecnológico/* Las Tunas. Evaluación de la Actividad Física. Escolar. Eficiencia Física. Escolar. 22–5-97.  
[www.mercadomercedino.com.ar/CurriChi.htm](http://www.mercadomercedino.com.ar/CurriChi.htm)

Jeffers Duarte, B., Ruiz García, Y., Smith Batson, M. C. (2023). Contextualización pedagógica y didáctica de la Educación Física escolar, *Didáctica y Educación*. 14(1)  
<http://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalia/article/view/>

PCC. (2016). Lineamientos de la política económica y social del Partido y la Revolución para el período 2016-2021. <http://repositorio.geotech.cu/xmlui/handle/1234/2732>.