

## **DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA: INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DE LA POTENCIA EN ALUMNOS Y ALUMNAS DE 14 A 17 AÑOS**

## **TEACHING PHYSICAL EDUCATION: ASSESSMENT TOOL OF PHYSICAL POTENCY IN STUDENTS 14 TO 17 YEARS OLD**

### **Autor:**

Espada, M. <sup>(1)</sup> y Calero, J.C. <sup>(2)</sup>

### **Institución:**

<sup>(1)</sup> Universidad Pontificia de Comillas. Facultad de Ciencias Humanas y Sociales. Departamento de Educación, Métodos de Investigación y Evaluación. Madrid. España.

Universidad Camilo José Cela. Instituto de Ciencias del Deporte. Madrid. España.

[mariaespada\\_mateos@hotmail.com](mailto:mariaespada_mateos@hotmail.com)

<sup>(2)</sup> New EFESO School. Madrid. España.

### **Resumen:**

Uno de los objetivos establecidos por el currículum oficial para la asignatura de Educación Física es el desarrollo de las capacidades físicas. Para poder evaluar la consecución de dicho objetivo en este artículo se pretende aportar un instrumento de evaluación objetivo y válido para que los docentes de Educación Física puedan evaluar la potencia de los alumnos y alumnas de 14 a 17 años

### **Palabras Clave:**

Curriculum, capacidades físicas, profesorado, Educación Secundaria.

### **Abstract:**

---

Espada, M.; Calero, J. C. (2012). Didáctica de la Educación Física: Instrumentos de evaluación de la potencia en alumnos y alumnas de 14 a 17 años. *Trances*, 4(3):207-214

One of the objectives set by the official curriculum for physical education area is the development of physical abilities. To evaluate the achievement of this objective, in this article is to be provide an objective assessment tool and valid for physical education teachers to assess the potency of pupils between the ages of 14 to 17.

**Key Words:**

Curriculum, physical abilities, teachers, Secondary School.

## 1. INTRODUCCIÓN

En el ámbito educativo, se contempla la asignatura de Educación Física como una asignatura obligatoria dentro del currículum oficial. Así, el Decreto 23/2007 por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículum de la Educación Secundaria Obligatoria contempla los siguientes objetivos de etapa:

*“Aumentar las propias posibilidades de rendimiento mediante la mejora de las capacidades, tanto físicas como motrices, desarrollando actitudes de autoexigencia y superación personal”.*

Por tanto, el desarrollo de las capacidades físicas debe ser un objetivo que los docentes de Educación física se propongan desarrollar en sus clases. Tal y como exponen Casado et al. (1997) las capacidades físicas son:

- Resistencia
- Fuerza
- Flexibilidad
- Velocidad

Por otro lado, es necesario realizar una adecuada evaluación para comprobar en qué medida se han cumplido los objetivos que como docentes nos hemos propuesto.

En este sentido, actualmente existen gran número de baterías de test cuyo objetivo es evaluar las capacidades físicas de la población. La mayoría de estas baterías están diseñadas para grupos poblacionales concretos, por lo que no sería fiable y recomendable aplicar indistintamente una batería a cualquier grupo de edad, por el riesgo que podría suponer. Con el fin de solucionar esta problemática metodológica, están surgiendo diferentes baterías de test y adaptaciones de las ya existen para concretizar un grupo de edad al cual va dirigido (Camiña et al., 2001).

Por ello, el presente estudio pretende medir la potencia muscular en una población determinada, alumnos y alumnas de 14 a 17 años.

## 2. OBJETIVOS

1. Diseñar una prueba objetiva para medir la potencia en una población determinada, aportando un baremo válido y fiable para cada curso.
2. Comprobar que los test diseñados son válidos y fiables para medir la potencia en dicha población.
3. Evaluar la potencia teniendo en cuenta la edad del alumnado.
4. Compartir con el profesorado de Educación Física en Educación Secundaria un instrumento de evaluación de la potencia.

## 3. MÉTODO

Para poder obtener la información necesaria se optó por la elaboración de un test donde se midiera la potencia muscular a través del propio peso de la persona.

El test lo realizaron un total de 110 alumnos y alumnas de 3º y 4º de Educación Secundaria Obligatoria y 1º de Bachillerato, en el curso escolar 2010/2011.

### Protocolo de la prueba

Los alumnos y alumnas deben realizar un salto horizontal. Para la ejecución, el alumno o alumna puede mover los brazos y flexionar el tronco y las rodillas, pero no puede separar del suelo ninguna parte de los pies antes de saltar.

Se realizarán dos intentos con una leve pausa entre ellos y se calificará con la mejor marca obtenida.

La máxima calificación que podrán obtener es de 1 punto y la mínima 0 puntos por la realización de esta prueba. Así, los baremos expuestos a continuación han sido creados por el profesorado de Educación física del centro tras analizar los resultados obtenidos por el alumnado en años anteriores.

### Baremos establecidos

#### **Chicos:**

1	0,9	0,8	0,7	0,6	0,5	0,4	0,3	0,2	0,1
2,10	2,00	1,90	1,80	1,70	1,60	1,50	1,40	1,30	1,20

#### **Chicas:**

1	0,9	0,8	0,7	0,6	0,5	0,4	0,3	0,2	0,1
1,90	1,80	1,70	1,60	1,50	1,40	1,30	1,20	1,10	1,00

Tabla 1. Potencia muscular (Salto Horizontal) 3º E.S.O.:

#### **Chicos:**

1	0,9	0,8	0,7	0,6	0,5	0,4	0,3	0,2	0,1
2,20	2,10	2,00	1,90	1,80	1,70	1,60	1,50	1,40	1,30

#### **Chicas:**

1	0,9	0,8	0,7	0,6	0,5	0,4	0,3	0,2	0,1
2,00	1,90	1,80	1,70	1,60	1,50	1,40	1,30	1,20	1,10

Tabla 2. Potencia muscular (Salto Horizontal) 4º E.S.O.:

#### **Chicos:**

1	0,9	0,8	0,7	0,6	0,5	0,4	0,3	0,2	0,1
2,30	2,20	2,10	2,00	1,90	1,80	1,70	1,60	1,50	1,40

#### **Chicas:**

1	0,9	0,8	0,7	0,6	0,5	0,4	0,3	0,2	0,1
2,00	1,90	1,80	1,70	1,60	1,50	1,40	1,30	1,20	1,10

Tabla 3. Potencia muscular (Salto Horizontal) 1º BACHILLERATO:

## 4. RESULTADOS

A continuación, en la siguiente tabla se muestran los resultados obtenidos por los alumnos (número 1) y alumnas (número 2) de los diferentes cursos tras haber realizado la prueba.

En 3º de la E.S.O el 80% del alumnado ha superado la prueba, mientras que el 20% no la ha superado. Igualmente, el alumnado de 4º de la E.S.O., con el mismo porcentaje, el 80% ha superado la prueba mientras que el 20% no lo ha conseguido. Finalmente, son los alumnos y alumnas de Bachillerato los que

han obtenido mejores resultados con el 89%, no superándola el 11% (ver tabla 4).

3º E.S.O.			4º E.S.O.			1º BACH		
Sexo	Intento 1	Intento 2	Sexo	Intento 1	Intento 2	Sexo	Intento 1	Intento 2
1	1,5	1,5	2	1,6	1,5	2	1,7	1,7
2	1,1	1,1	1	1,9	1,9	1	1,9	1,9
2	1,4	1,5	1	1,9	1,9	1	2,1	2,2
1	2	2	1	2	1,9	1	2	2,1
1	1,4	1,4	1	1,7	1,8	1	1,9	2
1	2	1,9	2	1,6	1,7	2	1,6	1,5
1	1,3	1,3	1	1,9	2	2	1,5	1,4
2	1,5	1,4	1	2,1	2,1	2	1,6	1,6
1	2,2	2,2	1	2	2	1	2,3	2,3
1	2,2	2,1	1	2,2	2,3	2	1,3	1,4
2	1,4	1,4	2	1,7	1,7	2	1,5	1,7
2	1,6	1,5	1	2,3	2,3	2	1,5	1,5
1	2,1	2,1	2	1,5	1,6	2	1,7	1,8
2	1,5	1,6	2	1,8	1,7	2	1,5	1,6
2	1,4	1,3	1	2,1	2	2	2	2
1	2,3	2,3	2	1,4	1,4	2	1,8	1,7
2	1,9	1,9	1	2,2	2,2	2	1,4	1,4
2	1,2	1,3	1	2,4	2,4			
2	1,6	1,5	1	2,2	2,3			
1	1,8	1,8	1	1,8	1,7			
1	1,5	1,6	1	2	2			
1	1,6	1,6	2	1,4	1,5			
2	1,3	1,4	2	1,3	1,5			
2	1,5	1,5	2	1,6	1,6			
1	1,3	1,4	1	1,7	1,8			
2	1,8	1,8	1	2	1,9			
1	1,7	1,6	2	1,7	1,8			
1	2,2	2,2	1	2,1	2,1			
2	1,6	1,7	1	2,2	2,1			
2	1,5	1,5	1	2,1	2,1			
1	1,8	1,8	2	1,9	1,9			
1	1,5	1,6	2	1,4	1,3			
1	2,1	2,1	2	1,2	1,3			
2	1,2	1,2	1	2	2			
2	1,5	1,5	2	1,4	1,4			
1	1,6	1,7	2	1,3	1,4			
2	1,4	1,4	1	2,2	2,3			
1	1,6	1,7	2	1,4	1,4			
1	2	2	1	1,7	1,8			
			2	1,3	1,4			
			1	1,9	2,1			
			1	1,5	1,6			
			1	2,2	2,3			
			1	2,2	2,2			
			2	1,5	1,5			
			2	1,2	1,1			
			2	1,9	1,9			
			2	1,6	1,7			
			2	1,6	1,5			
			1	2	1,9			
			1	1,8	1,8			
			2	1,2	1,3			
			1	1,4	1,4			
			1	2	2,1			

**Tabla 4. Resultados obtenidos en 3º y 4º E.S.O. y 1º Bachillerato.**

## 5. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Tal y como exponen Smith y Tyler (1942) la evaluación es la fase terminal del ciclo completo de la intervención docente en la que se determina si los alumnos han logrado los objetivos que el profesorado ha establecido y en que forma, grado y nivel ha sido su consecución.

En este sentido, tal y como se expone en el Decreto 23/2007 el desarrollo de las capacidades físicas es un objetivo que debe trabajarse en las clases de Educación Física y por ello, es importante realizar una evaluación para conocer en qué grado se ha conseguido dicho objetivo.

Con el presente estudio se pretende compartir con el resto de docentes de Educación Física un instrumento de evaluación objetivo y válido para que los docentes de Educación Física puedan evaluar la potencia muscular de los alumnos y alumnas.

Como conclusiones finales de dicho estudio cabe destacar que este test se adapta a las capacidades físicas de la población seleccionada, alumnos y alumnas de entre 14 y 17 años.

## 6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Casado, J.M.; Díaz, M. Y Cobo, R. (1997). *Educación Física para la E.S.O. y el Bachillerato*. Madrid: Pila Teleña.
- Camiña, F.; Cancela, J.M<sup>a</sup>. y Romo, V. (2001). La prescripción del ejercicio físico para personas mayores. Valores normativos de la condición física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*. 1 (2), 136-154.
- DECRETO 23/2007 por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. B.O.C.M. Núm 16.
- Smith, E.R., and Tyler, R.W. (1942) *Apprasing and recording student progress*. New York: Harper and Row.

