

## La preparación de profesores noveles de Educación Física para desarrollar la capacidad física fuerza

### The preparation of new Physical Education teachers to develop physical strength capacity

Darianny Liven-Herrada\*

✉ [sixtosoy26@gmail.com](mailto:sixtosoy26@gmail.com)

 <https://orcid/0000-0002-4626-6336>

Juana Virgen Sánchez-Morales\*\*

✉ [sanchesmoralesjv@gmail.com](mailto:sanchesmoralesjv@gmail.com)

 <https://orcid/0000-0002-5139-7269>

Pedro Manuel Concepción-Cuétara\*\*\*

✉ [olga19231923@gmail.com](mailto:olga19231923@gmail.com)

 <https://orcid/0000-0003-4148-7479>

\*Dirección Municipal de Educación Chambas Ciego de Ávila. Cuba.

\*\*Universidad Máximo Gómez Báez de Ciego de Ávila, Cuba.

\*\*\*Dirección Provincial de Educación Ciego de Ávila, Cuba.

#### Resumen

El desarrollo profesional de los profesores noveles de Educación Física es una necesidad, pues adolecen de conocimientos y habilidades para desarrollar la capacidad física fuerza en educandos del nivel educativo primaria durante sus clases, por lo que precisan de una adecuada preparación. Se determina como objetivo proponer una estrategia de capacitación para preparar a los profesores noveles de Educación Física para desarrollar la capacidad de fuerza en el nivel educativo primaria. Se utilizaron métodos del nivel teórico, del nivel empírico y estadísticos-matemáticos, que permitieron el desarrollo de la investigación. Su novedad radica en ofrecer acciones que posibilitan preparar a los profesores noveles en este aspecto, de manera que integren la teoría con la práctica. La estrategia de capacitación fue aplicada en la práctica pedagógica y evidenció cambios y transformaciones en la manera de los profesores noveles de desarrollar la capacidad de fuerza en el nivel educativo primaria.

**Palabras clave:** capacidad física fuerza, Educación Física, estrategia de capacitación, profesores noveles

### **Abstract**

The professional development of the beginner professors is a necessity, because they suffer of knowledge and abilities to develop the physical capacity it forces in students of the Primary Educational Level, for what you/they specify of an appropriate preparation. It is determined as objective to propose a training strategy to prepare the beginner professors of Physical Education to develop the capacity of force in the Primary Educational Level. Methods of the theoretical level were used, of the empiric and statistical-mathematical level that you/they allowed the development of the investigation. Their novelty resides in offering actions that facilitate to prepare the beginner professors in this aspect, so that it integrates the theory with the practice. The training strategy was applied in the pedagogic practice improving changes and transformations in the way of the beginner professors of developing the capacity of force in the Primary Educational Level.

**Keywords:** physical capacity Forces, Physical Education, training strategy, beginner professors

### **Introducción**

A partir de 1959, la Educación Física en Cuba tuvo su auge y comienza con la incorporación de toda la población al deporte. En 1961, la creación del Instituto Nacional de Deporte Educación Física y Recreación (INDER), permitió sentar las bases institucionales para impulsar el deporte escolar con la participación del Ministerio de la Educación (MINED) en las diferentes instituciones educativas.

Según Carrillo (2020) “el deporte escolar se desarrolla en las áreas de las instituciones educativas como componente y complemento de las clases de Educación Física como espacio idóneo para desarrollar las capacidades físicas” (p.3).

Varios autores como Mirella (2016), Matveev (2018), Campillo (2018), Cornejo (2018), García (2018) Crespo, Armenteros y Puentes (2019), González (2020), refieren que al desarrollar las capacidades físicas, una de las que más prevalece es la fuerza, ya que permite realizar

diferentes tipos de actividades de la vida cotidiana, razón por la cual el profesor debe estar bien preparado, poseer los conocimientos necesarios y habilidades para poder desarrollarla en función de sus educandos.

El desarrollo de las capacidades físicas desde las clases de Educación Física tiene gran importancia, ya que con ellas se logra el perfeccionamiento del rendimiento físico hacia una vida saludable; lo que influye también en la formación de valores y cualidades de la personalidad en función de los educandos, así como en la motivación por la participación activa en las clases. El profesor de esta disciplina debe estar bien preparado para lograr sus objetivos, seleccionar las vías, los procedimientos y los métodos más adecuados, sin embargo, esta es una preocupación existente en la actualidad para los profesores noveles de Educación Física.

Los profesores noveles de Educación Física carecen de conocimientos básicos para su inserción en las instituciones educativas, ya que presentan insuficiencias en el momento de enfrentarse a la práctica pedagógica. En el actual perfeccionamiento del Sistema Nacional de Educación y en las acciones diseñadas para dar cumplimiento del convenio INDER- MINED, uno de sus principales objetivos es velar por la formación del personal docente con la tenacidad y eficacia que se necesita para dar respuestas a la concepción curricular y metodológica que asume la disciplina en las diferentes instituciones educativas.

Por ello, la preparación de los profesores noveles de Educación Física se sustenta en el trabajo metodológico que va dirigido a realizar acciones docentes metodológicas hacia el tratamiento de las dificultades que presentan. Desde esta perspectiva, en el contexto del municipio Chambas se precisa la búsqueda de nuevas vías y métodos para su preparación en el nivel educativo primaria en el desarrollo de la capacidad física fuerza que le permita elevar su desempeño profesional.

Se utilizaron métodos y técnicas como observación a actividades docentes, entrevistas, análisis de documentos. Para dar solución a las problemáticas antes planteadas se determina como objetivo: proponer una estrategia de capacitación para preparar a los profesores noveles de Educación Física en el desarrollo de la capacidad física fuerza en el segundo y tercer momentos del desarrollo del nivel educativo primaria del municipio Chambas.

## Desarrollo

### *Preparación de los profesores noveles de Educación Física del Nivel Educativo Primaria*

La preparación de los profesores noveles de Educación Física es una vía importante para su crecimiento profesional que le permite responder con eficiencia y calidad ante las exigencias actuales, para estar a la altura de los cambios y transformaciones que ocurren constantemente, por lo que es necesario que responda con conocimientos, disposición de actualización y adquieran habilidades para resolver las problemáticas existentes desde su contexto.

Según Bozu (2010) “el profesor o profesora novel son recién graduados, que imparten docencia por primera vez en una institución educativa. Se caracteriza por tener poca o ninguna experiencia docente previa” (p.58). Por lo tanto, un profesor novel es aquel que, tras concluir sus estudios, trabaja como docente por primera vez sin haber tenido ninguna experiencia anterior salvo las prácticas laborales de la carrera docente.

Para Santos y Cevallos (2016) la formación pedagógica del profesor novel se realiza desde la planificación, organización y control del propio trabajo metodológico, en el logro de la autopreparación con las orientaciones que se les ofrece desde las actividades metodológicas colectivas, sobre la base de la reflexión de la práctica docente.

Crespo (2016) refiere que la preparación posibilita que los docentes adquieran conocimientos, desarrollen habilidades y cambios en el modo de actuación, para su mejor accionar en la organización del proceso educativo de la escuela primaria como parte importante de su actividad pedagógica en el desarrollo de habilidades de carácter organizativo.

Para los profesores noveles de Educación Física del nivel educativo primaria es esencial la preparación, porque requiere de una constante, sistemática y permanente renovación en la apropiación de conocimientos, habilidades, valores y actitudes para trabajar en el marco pedagógico.

Según González (2020) la preparación es un proceso (dado su carácter sistémico) y un resultado (como logro o consecuencia lógica) de la actividad conscientemente organizada, dirigida a la adquisición de conocimientos, formas de proceder y actuar para un fin determinado, concepto que es asumido por la autora de la investigación.

Se reconoce la necesidad de la preparación permanente y sistemática para los profesores noveles de Educación Física, con un constante acompañamiento por parte de un profesor mentor que colabore en disipar sus dudas e inseguridades y que controle de manera permanente su desempeño en la práctica.

*El desarrollo de la capacidad física fuerza en el segundo y tercer momentos del desarrollo*

Las capacidades físicas básicas son aquellas características individuales, fundamentales, innatas, y que en su conjunto determinan la aptitud física de un individuo, se desarrollan mediante la multipotencia del ejercicio, las habilidades motrices básicas y las capacidades coordinativas que son las que forman al educando para mejorar sus condiciones y lograr un aumento en el desarrollo de las capacidades condicionales como la rapidez, la resistencia y la fuerza.

La capacidad física fuerza, en su esencia, constituye una de las capacidades motoras fundamentales del hombre, evidencia los índices de un buen estado de salud y de cierto grado de desarrollo físico y mental. Desarrolla diferentes cualidades tales como: la disciplina, la constancia, la tenacidad y también ayuda a soportar grandes exigencias para poder resistir y mantener la potencia requerida en la realización de determinado ejercicio de carácter prolongado.

Según Collazo (2002) la fuerza es una capacidad condicional que posibilita la realización de un movimiento en la menor cantidad de tiempo posible, mantener un esfuerzo en el tiempo y alcanzar el máximo recorrido posible de la articulación. Gaspar (2010) la entiende como “una de las capacidades condicionales que realiza gran variedad de gestos técnicos a la máxima intensidad y sin variar el nivel de ejecución” (p .16).

García (2018) refiere que para desarrollar la capacidad física fuerza en la clase de Educación Física, es preciso tener en cuenta su clasificación:

1. Fuerza máxima: el mayor esfuerzo que el sistema neuromuscular puede ejercer en una contracción voluntaria.
2. Fuerza rápida: la capacidad de vencer una oposición con una elevada rapidez de contracción, se deriva de la combinación de la rapidez y la fuerza.
3. Fuerza explosiva: máxima tensión generada a la mayor velocidad posible, es decir, en el

menor tiempo posible

4. Fuerza de la resistencia: la capacidad de resistir al cansancio del organismo durante un rendimiento de fuerza relativamente de larga duración (p.36).

Determina, además, los medios fundamentales para el desarrollo de la fuerza:

1. El propio peso corporal o el de un compañero.
2. Aparatos elásticos (muelles, ligas).
3. Ejercicios de peso (sobrecarga)
4. Utilizar el medio natural para realizar ejercicios en la arena, en el agua, subir montañas, etc.
5. Carreras con máxima velocidad (p.15).

El análisis teórico realizado permitió asumir como los métodos fundamentales para el desarrollo de la fuerza:

1. Estándar a intervalos: con muchas repeticiones.
2. Resistencia de la fuerza: trabajo aerobio.
3. Estándar a intervalos: con repeticiones rápidas del peso máximo con descanso corto.
4. Fuerza rápida: aerobio- alactácido y aerobio- lactácido.

La puesta en práctica de la capacidad física fuerza sirve de sustento a las demás, por intervenir en numerosas actividades de la vida cotidiana. Es necesario su desarrollo desde el nivel educativo primaria con objeto de prevenir patologías asociadas a la columna vertebral, derivadas de malas posturas, sedentarismo o realización de actividades y ejercicios mal orientados.

La Educación Física a partir de las nuevas exigencias programadas, con la incorporación de las habilidades motrices deportivas y el incremento del nivel de desarrollo de las capacidades físicas tanto condicionales como coordinativas previstas para esta etapa, permitirá que el educando concluya con un mayor desarrollo de la capacidad de rendimiento físico y que esté en óptimas condiciones para cumplir las exigencias del próximo ciclo de enseñanza.

Autores como Santos y Cevallos (2016), Rodríguez et al. (2016), Pérez (2021), han abordado

el tema, sobre la preparación de los profesores noveles y coinciden en la necesidad de dicha preparación ante las limitaciones en el desempeño de su práctica pedagógica.

Se realizó un diagnóstico en el contexto de los profesores noveles en el nivel educativo primaria del municipio Chambas para determinar su nivel de preparación para desarrollar la capacidad física fuerza en la actividad que desempeñan. La población fueron los 7 profesores noveles de Educación Física que se desempeñan en el nivel educativo primaria en el municipio Chambas.

Se realizaron entrevistas a profesores principales, profesores de experiencia y metodólogos de Educación Física, la observación a clases y preparaciones metodológicas, el intercambio con profesores noveles de Educación Física, el análisis de los informes de visita de control. Con la integración de los resultados de la aplicación de los diferentes instrumentos, se pudo constatar que existen deficiencias en la práctica pedagógica de los profesores noveles de Educación Física para desarrollar la capacidad física fuerza en el segundo y tercer momentos de desarrollo del nivel educativo primaria. El análisis integral de todos los resultados permitió constatar las siguientes limitaciones:

- Insuficiente preparación de los profesores noveles teniendo en cuenta conceptos, métodos y medios para el desarrollar la capacidad física fuerza para contribuir a elevar los resultados de su desempeño en función de sus educandos.
- Insuficiente conocimiento para diagnosticar las capacidades físicas y planificar las clases para lograr el desarrollo de la capacidad física fuerza.
- Limitado dominio de habilidades de los profesores noveles de prepararse a través de los programas y orientaciones metodológicas en el desarrollo de la capacidad física fuerza.

A partir del análisis realizado se comprobó la necesidad de preparar a los profesores noveles de Educación Física para desarrollar la capacidad física fuerza en el nivel educativo primaria. Estas insatisfacciones demandan la búsqueda de alternativas para resolver esta situación.

*Estrategia de capacitación para preparar a los profesores noveles de Educación Física en el desarrollo de la capacidad física fuerza en el nivel educativo primaria*

Los fundamentos teóricos de la estrategia de capacitación para la preparación de los profesores noveles de Educación Física en el desarrollo de la capacidad física fuerza en el nivel educativo

primaria se distingue por la consideración de las exigencias didácticas del aprendizaje y desarrollo de las acciones de capacitación y la misma tiene fundamentos filosóficos, sociológicos, psicológicos y didácticos, que le dan coherencia, científicidad y organicidad a su diseño, instrumentación y evaluación. Al asumir la definición de Cruz (2004) donde refiere que:

“La estrategia de capacitación en el campo pedagógico es un sistema de acciones teóricas y prácticas planificadas y coherentes, dirigidas a desarrollar capacidades en los docentes que permitan modificar el modo de actuación profesional y alcanzar de forma paulatina de los objetivos propuestos” (p.32).

De lo anterior se infiere que la estrategia de capacitación es un sistema de acciones dirigida a la capacitación de los profesores noveles de Educación Física de manera profesional de modo que se logre el nivel de preparación necesario para dirigir el proceso de enseñanza-aprendizaje en el desarrollo de la capacidad física fuerza.

La estrategia de capacitación para los profesores noveles de Educación Física en el desarrollo de la capacidad física fuerza se distingue por la consideración de las exigencias didácticas del aprendizaje y desarrollo de las acciones de capacitación y la misma tiene fundamentos filosóficos, sociológicos, psicológicos y didácticos, que le dan coherencia, científicidad y organicidad a su diseño, instrumentación y evaluación.

La estrategia de capacitación para los profesores noveles de Educación Física en función de perfeccionar la preparación para desarrollar la capacidad física fuerza se caracteriza por ser objetiva, aplicable, carácter contextualizado, carácter vivencial, carácter reconsiderativo de la práctica, nivel de actualización y carácter de sistema.

Se parte del diagnóstico de necesidades de los profesores noveles, de la determinación de un objetivo general, los plazos para su ejecución. Las acciones que la conforman serán controladas y evaluadas sistemáticamente para transformar la realidad existente desde un estado real a uno deseado.

*Planeación de la Estrategia de capacitación para preparar a los profesores noveles de Educación Física en el desarrollo de la capacidad física fuerza en el nivel educativo primaria*

Se planifican las acciones por etapas, con sus correspondientes objetivos, métodos y medios.

## Primera Etapa. Diagnóstico

Acción # 1. Elaboración de los instrumentos para diagnosticar la preparación de los profesores noveles de Educación Física en el desarrollo de la capacidad física fuerza.

Objetivo: elaborar los instrumentos para diagnosticar la preparación de los profesores noveles de Educación Física para desarrollar la capacidad física fuerza.

Instrumentación: En esta etapa se propone desarrollar un momento de intercambio y reflexión, a través de un taller general, donde participarán los integrantes que conforman la población seleccionada, allí se explicará con precisión en qué consistirá la preparación en el desarrollo de la capacidad física fuerza. Se tendrán en cuenta, su tiempo de duración, las etapas y acciones de forma general, el contenido que se tratará, la forma de evaluación que se empleará, se escucharán criterios a partir de las necesidades de preparación sobre la temática objeto de la investigación.

Acción # 2.

Objetivo: Diseñar talleres que permitan profundizar en los aspectos relacionados con el desarrollo de la capacidad física fuerza.

Participantes: Profesores noveles y autora de la investigación.

Plazo de realización: julio 2022.

Instrumentación: Se diseñan los talleres para preparar a los profesores noveles de Educación Física para desarrollar la capacidad física fuerza en el nivel educativo primaria, por constituir una forma organizativa que posibilita el intercambio y la interacción profesional sobre el que se analiza, la presentación de propuestas que avalan la labor del profesor, la confrontación de ideas, de juicios y operaciones, el ejercicio de la crítica, así como la adquisición de conocimientos adquiridos en el proceso de investigación.

Se realizarán de manera individual y por equipo lo que posibilita el intercambio y la reflexión en todo momento, con preguntas que inician y amplían la discusión del contenido abordado; aportando conocimientos que profundizarán en la autopreparación.

Acción # 3. Caracterización de la forma que se realizará la preparación a los profesores

noveles de Educación Física para desarrollar la capacidad física fuerza en el nivel Educativo primaria.

Objetivo: Caracterizar la forma en que se realizará la preparación a los profesores noveles para desarrollar la capacidad física fuerza en el nivel Educativo primaria.

Instrumentación: Esta acción se inicia partiendo del desarrollo de la capacidad física fuerza en el nivel educativo primaria en el segundo y tercer momentos del desarrollo y las características de los educandos, así como las vías y métodos para su solución.

Segunda Etapa. Instrumentación

Acción # 1. Desarrollo de talleres.

Objetivo: Desarrollar talleres que permitan profundizar en los aspectos relacionados para desarrollar la capacidad física fuerza.

Instrumentación: Se desarrollan los talleres para preparar a los profesores noveles de Educación Física en el desarrollo de la capacidad física fuerza en el nivel educativo primaria, por constituir una forma organizativa que posibilita el intercambio y la interacción profesional sobre el que se analiza, la presentación de propuestas que avalan la labor del profesor, la confrontación de ideas, de juicios y operaciones, el ejercicio de la crítica, así como la adquisición de conocimientos adquiridos en el proceso de investigación.

Los talleres se realizarán de manera individual y por equipo lo que posibilita el intercambio y la reflexión en todo momento, con preguntas que inician y amplían la discusión del contenido abordado; aportando conocimientos que profundizarán en la autopreparación. Se desarrollarán a través de la reflexión, el intercambio de criterios y la apropiación de la concepción teórica, metodológica y práctica acerca del modo de actuación de los profesores noveles de Educación Física.

El desarrollo de los talleres propiciará que los profesores noveles de Educación Física se apropien de los contenidos, del métodos y procedimientos: conocimientos (saber), las habilidades (saber hacer), las motivaciones (deseos de hacer), las actitudes (saber ser).

Acción # 2: Realización de conferencias especializadas sobre el desarrollo de la capacidad

física fuerza.

Acción # 3: Debate de materiales audiovisuales sobre el desarrollo de la capacidad física fuerza.

Acción # 4: Realización del ciclo de actividades metodológicas: El desarrollo de la capacidad física fuerza en el nivel educativo primaria.

Acción # 5: Facilitar guías de autosuperación a los profesores noveles de Educación Física en la temática referida al desarrollo de la capacidad física fuerza en el nivel educativo primaria.

Tercera Etapa. Evaluación

Acción # 1: Autoevaluación y evaluación del nivel alcanzado por los profesores noveles de Educación Física en la preparación para desarrollar la capacidad física fuerza.

Objetivo: evaluar de manera sistemática a los profesores noveles de Educación Física para desarrollar la capacidad física fuerza.

Instrumentación: La autoevaluación y evaluación estará presente en todo el proceso; para su realización se tendrá en cuenta el criterio de los profesores noveles de Educación física, la valoración realizada por los otros compañeros quienes ofrecerán elementos para identificar sistemáticamente sus insuficiencias y proyectarse en función de estas para lograr las transformaciones deseadas.

Acción # 2. Utilización de la visita de ayuda metodológica para constatar el estado real del trabajo que se realiza y ofrecer la ayuda que se necesite.

Objetivo: Evaluar la situación real que presentan los profesores noveles de Educación Física del nivel educativo primaria para desarrollar la capacidad física fuerza.

Instrumentación: La implementación de la visita de ayuda metodológica se hará según lo planificado; para dar seguimiento a los contenidos que se imparten durante la preparación, participando en reuniones metodológicas, clases metodológicas, demostrativas y abiertas, en las preparaciones de la asignatura (sistemas de clases y otras actividades docentes) lo que posibilitará el rediseño de acciones de preparación de los profesores noveles de Educación Física.

Acción # 3. Evaluación de la preparación a profesores noveles de Educación Física partir de los talleres.

Objetivo: Evaluar la preparación de los profesores noveles de Educación Física para desarrollar la capacidad física fuerza.

Instrumentación: La evaluación estará presente en todo el proceso. La investigadora tendrá en cuenta no solo los resultados individuales en los distintos talleres, sino que complementará la evaluación con los resultados que se van alcanzando en las instituciones educativas del nivel educativo primaria, para lo cual se tendrá en cuenta el criterio de los profesores principales.

Para evaluar los resultados de la implementación en la práctica de la estrategia de capacitación se realizaron entrevistas a profesores principales y encuesta a los profesores noveles, en las que se obtuvo que el 92,8 % poseen conocimientos y habilidades para desarrollar la capacidad física fuerza en sus educandos.

Al evaluar el desempeño de los profesores noveles de Educación Física atendiendo el desarrollo de la capacidad física fuerza en sus educandos a través de la observación se pudo comprobar que 4 de ellos (57,1 %) poseen habilidades en su desempeño atendiendo el desarrollo de la capacidad física fuerza en sus educandos y tres (42,8 %) si poseen habilidades. De manera general el estado del desarrollo de la capacidad física fuerza en cuatro (33,3 %) poseen un nivel Alto y tres (42,8 %) poseen un nivel medio y ninguno (0 %) nivel bajo.

Los resultados de la entrevista realizada a los profesores principales demuestran que cinco de los profesores noveles (71,4 %), tienen los conocimientos para el desarrollo de la capacidad física fuerza en sus educandos y dos (28,5 %) poseen pocos conocimientos.

Sobre las habilidades que poseen los profesores noveles de Educación Física para desarrollar la capacidad física fuerza se comprobó que seis profesores (85,7 %) poseen habilidades para desarrollar la capacidad física fuerza, con el empleo de métodos y medios de interés para sus educandos y uno (14,3 %) poseen pocas habilidades.

El análisis de los resultados de la aplicación de las técnicas de investigación permite generalizar que, cinco profesores noveles (71,4 %) poseen un nivel alto porque poseen conocimientos acerca del desarrollo de la capacidad física fuerza en cada momento del desarrollo en el nivel educativo

primaria y poseen habilidades para el desarrollo en sus educandos.

Los dos profesores restantes (28,5 %) se evalúan en nivel medio ya que poseen conocimientos acerca del desarrollo de la capacidad física fuerza en cada momento del desarrollo en el nivel educativo primaria, poseen habilidades para el desarrollo en sus educandos.

En estos momentos se aprecia una transformación positiva en la generalidad de la población, al constatar el nivel de conocimientos que manifiestan los profesores noveles para desarrollar la capacidad física fuerza, es preciso señalar que el 100 % de los profesores participantes coinciden al expresar la necesidad de obtener mejores resultados en este sentido, sin embargo se debe reconocer que en todos es una preocupante el hecho de contribuir a desarrollar la capacidad física fuerza para el mejoramiento de la salud física de sus educandos y el aumento de la masa muscular.

La autora coincide con la autoevaluación hecha por los profesores noveles de Educación Física, lo cual pudo corroborarse de manera sistemática en las observaciones desarrolladas, apreciándose el uso correcto de métodos y medios. Se desarrollan actividades para contribuir al desarrollo de la capacidad física fuerza.

Al realizar una comparación entre los resultados del diagnóstico inicial y la evaluación final demuestra cambios y transformaciones positivas en el estado del desarrollo de la capacidad física fuerza y conocimientos para desarrollar la capacidad física fuerza en el nivel educativo primaria, por lo que se comprueba la efectividad de la estrategia de capacitación para contribuir a la preparación de los profesores noveles de Educación Física para desarrollar la capacidad física fuerza.

## Conclusiones

La fundamentación y el análisis teórico efectuado permitió corroborar la importancia de perfeccionar la preparación de los profesores noveles de Educación Física para desarrollar la capacidad física fuerza en el nivel educativo primaria.

La aplicación de diferentes instrumentos permitió constatar que los profesores noveles de Educación Física presentan dificultades para desarrollar la capacidad física fuerza en el nivel educativo primaria desde la práctica pedagógica.

La estrategia de capacitación propuesta contribuyó a la preparación de los profesores noveles de Educación Física posibilitando la adquisición de conocimientos, habilidades y mejor desempeño en la práctica educativa, para desarrollar la capacidad física en el nivel educativo primaria

### Referencias bibliográficas

- Bozu, Z. (2010) El profesorado universitario novel: estudio teórico de su proceso de inducción o socialización profesional. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia*, (3), 55-72.
- Campillo, M. (2018). El entrenamiento de las capacidades físicas básicas: la fuerza. *Rev. ODEP*. 4(5), 7-15.
- Carrillo, E., Hernández, V y González, B. (2020). El desarrollo de las capacidades físicas del estudiante de Mecánica desde la Educación Física. *Rev. Mendive*, 18 (4), 24-40.
- Collazo, A. (2002). *Fundamentos biometodológicos para el desarrollo de las capacidades físicas*. Instituto Superior De Cultura Física “Manuel Fajardo”.
- Cornejo, L. (2018). *Programa de la disciplina Educación Física para las universidades*. Editorial Universitaria.
- Crespo O. N. (2016). *Manual para la preparación de docentes en el desarrollo del proceso educativo para Primaria en Cuba*. Recuperado de <https://www.gestiopolis.com/manual-la-preparacion-docentes-desarrollo-del-proceso-educativo-primaria-cuba/>
- Crespo, E., Armenteros, Z., Puentes, L. (2019) Sistema de actividades para el desarrollo de la capacidad física de resistencia en las clases de Educación Física. *Pódium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*. 14(1), 25-39.
- Cruz, M. (2004). *Estrategia de capacitación para los profesores de Secundaria Básica en el trabajo con los mapas* [Tesis de Maestría, Instituto Superior Pedagógico “Manuel Ascunce Domenech”, Ciego de Ávila].
- García, P. (2018). *Propuesta de unidad didáctica de las cualidades físicas básicas para 4º de educación primaria*. [Trabajo fin de grado]
- Gaspar, F. (2010). Protocolo individualizado anterior al trabajo de fuerza. *Fútbol*, 6, 43-51.
- González, L. (2020). *Juegos de mini atletismo para la capacidad de fuerza en el II ciclo de la*

*educación primaria.* [Trabajo de diploma, Universidad de Holguín].

Matveev, L. (2018) *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Editorial Ráduga.

Mirella, R (2016). *Las nuevas metodologías del entrenamiento de la fuerza, la resistencia la velocidad y la flexibilidad*. Editorial Paidotribo.

Pérez, Y. (2021) La preparación pedagógica de los profesores noveles en la educación en el trabajo en Estomatología. *Rev Hum. Med*, 21(2), 65-78.

Rodríguez, Á. Granada, V., Gutiérrez, G. y Gómez, M. (2016). La inserción del profesorado novel. Una oportunidad para mejorar su desempeño profesional. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 21 (223),1-10. <http://www.efdeportes.com/efd223/-insercion-del-profesorado-novel.htm>

Santos, E. y Cevallos, M. (2016). *Políticas para el mejoramiento de la calidad docente: la construcción del reglamento de la carrera y escalafón del profesor e investigador*. SENESCYT- IESALC.