

Experiencias biosociales para un estilo de vida saludable: Análisis desde la Educación Física en Instituciones Rurales del Municipio de Planeta Rica Córdoba, Colombia

José Carlos Almanza Barilla¹

barillajca@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-1672-978X>

Universidad Metropolitana de Educación Ciencias y Tecnología

RESUMEN

La investigación titulada, “Experiencias biosociales para un estilo de vida saludable: un análisis desde la educación física en Instituciones Educativas rurales del municipio de Planeta Rica Córdoba, Colombia.” Es una apuesta significativa en termino de generación de conocimiento dado que interpreta las experiencias biopsicosociales del entorno educativo rural como una situación real que sirve de base para comprender y entender como las escuela pueden aportar al cuidado y conservación de la salud. Precisamente, en la complejidad de esta relación se establecen nuevas concepciones o realidades que reconocen la enseñanza de la Educación Física como una disciplina orientada a satisfacer el bienestar de la población con alta visión humanística y de calidad. En esta dirección, el propósito general del estudio es analizar desde la educación física las experiencias biopsicosociales que promueven estilos de vida saludable en las instituciones educativas rurales del municipio de Planeta Rica Córdoba, Colombia. Una investigación metodológicamente cualitativa cuyo alcance y rigurosidad son el resultado de una discusión bibliografica enmarcada en tres categorías conceptuales a saber: la Actividad Física, Experiencias Biosociales, Educación, Educación Física y Estilos de Vida saludable. Sobre la base de los conceptos citados, se teoriza sobre marcadas relaciones interdependientes entre salud y Educación Física, asimismo, se define un marco referencial e interdisciplinar sobre la integración de los aprendizaje teniendo por eje temático, la promoción de estilos de vida saludable considerando las características socioculturales de la comunidades educativas.

Palabras claves: *actividad física; educación; educación física; estilos de vida saludable; experiencias biosociales.*

¹ Autor Principal

Biopsychosocial experiences for a healthy lifestyle: analysis from physical education in rural institutions of the municipality of planeta rica Córdoba, Colombia

ABSTRACT

The research entitled, "Biopsychosocial experiences for a healthy lifestyle: an analysis from physical education in rural Educational Institutions of the municipality of Planeta Rica Córdoba, Colombia." It is a significant bet in terms of knowledge generation since it interprets the biopsychosocial experiences of the rural educational environment as a real situation that serves as a basis for understanding and understanding how schools can contribute to the care and maintenance of health. Precisely, in the complexity of this relationship, new conceptions or realities are based that coincide with the teaching of Physical Education as a discipline aimed at satisfying the well-being of the population with a high humanistic and quality vision. In this direction, the general purpose of the study is to analyze from physical education the biopsychosocial experiences that promote healthy lifestyles in rural educational institutions in the municipality of Planeta Rica Córdoba, Colombia. A methodologically qualitative research whose scope and rigor are the result of a bibliographic discussion framed in three conceptual categories: Physical Activity, Biopsychosocial Experiences, Education, Physical Education and Healthy Lifestyles. Based on the aforementioned concepts, it is theorized about marked interdependent relationships between health and Physical Education, likewise, a referential and interdisciplinary framework is defined on the integration of learning, having as its thematic axis, the promotion of healthy lifestyles considering the characteristics sociocultural aspects of educational communities.

Keywords: *physical activity; education; physical education; healthy lifestyles; biopsychosocial experiences.*

Artículo recibido 01 abril 2023

Aceptado para publicación: 15 abril 2023

INTRODUCCIÓN

La enseñanza de la Educación Física requiere en el ámbito académico una discusión que favorezca su importancia como disciplina asociada al cuidado y conservación de la salud. Dicho esto, es necesario orientar el discurso con base en la pregunta: ¿De qué manera la Educación Física en la escuela rural puede generar experiencias biosicosociales que favorezcan los estilos de vida saludable? Situación que en primer lugar resalta como tema de estudio, el rol que juega la enseñanza de la Educación Física en la formación de estilos de vida saludable en el contexto de la escuela, pues se considera que abordar pedagógicamente el asunto constituye un medio para la generación sistémica de experiencias biosicosociales que confluyen en el bienestar y vida plena de los educandos.

Considerando lo expuesto en el párrafo anterior, el presente estudio solícitamente se propone analizar desde la Educación Física las experiencias biosicosociales que promueven Estilos de Vida Saludable en instituciones educativas rurales. En consecuencia, el ejercicio investigativo busca generar cambio concepcionales que, a la luz de la enseñanza y el aprendizaje guíen la Educación Física hacia nuevas realidades epistémicas, pedagógicas y didácticas que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida de los escolares y entorno familiar, situación que desde luego incide en el desempeño académico, productivo y de autocuidado de los estudiantes.

Este estudio, asiente que el desarrollo humano es una ilación histórica que enmarca la dinámica de los individuos en relación con el medio, cultural y social en el que se desenvuelven como personas. De ahí que, los aprendizajes y conocimientos que estos apropian o generan, en conjunto se conciben como actos únicos derivados de la experiencia y, por tanto, vivenciales. En consonancia con lo dicho, se llega a establecer que, el sustrato teórico de la presente investigación es, sociocultural cuyas implicaciones educativas invita al docente a repensar la praxis pedagógica en perspectiva de ofrecer una educación contextualizada, significativa y con sentido crítico (Chaves, 2001).

Precisamente, la Teoría Sociocultural aporta al marco definitorio en cinco categorías conceptuales a saber: Experiencias biosicosociales, Estilos de Vida Saludable, Educación Física y Educación Rural. Sobre las experiencias biosicosociales afirma Engel (1977) citado en Borrell (2002) que en todo fenómeno relativo a la salud participan tres aspectos importantes, el primero, el de carácter biológico,

el segundo, psicológico y el tercero, social (p. 175). Sobre esta base conceptual, es posible estructurar en Educación Física una propuesta de enseñanza multifactorial centrada en la promoción y prevención de enfermedades cardiovasculares que ponga en riesgo la salud y calidad de vida de los estudiantes.

Se destaca que, la escuela en su misión por minimizar la prevalencia de Enfermedades no Transmisibles ENT que afectan la salud y calidad de vida entre sus miembros estudiantes, está llamada a promover los Estilos de Vida Saludables, pues a través de estos, los sujetos alcanzan la conciencia de autocuidado al regular la ingesta de alimentos azucarados e hipergrasos que en altas concentraciones desatan efectos adversos en el organismo de una persona sana. Por ejemplo, el consumo desmedido de azúcar, favorece la aparición de la diabetes, mientras que el comer mucha grasa o productos procesados da lugar al colesterol. En todo caso, urge educar desde y para una alimentación moderada.

Además de la alimentación, el cuidado de la salud requiere también que el sujeto cultive la Actividad Física, hasta convertirla en un estilo de vida. El tiempo de calidad que una persona sana dedica al ejercicio o rutina de entrenamiento continuo redundará en un claro beneficio a la salud del corazón al tiempo que se erige como mecanismo para la quema de grasa monoinsaturada y exceso de calorías. Asimismo contribuye mediante un buen balance energético a reducir los efectos del envejecimiento y, en personas que ya padecen una ENT, aunque no la quita, si les ayuda a tener de la misma, una mejor adaptabilidad e incluso reinsertarse a la sociedad sin ningún inconveniente.

Acorde con expuesto, (la Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022) los Estilos de Vida Saludable, los define como una forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conductas determinados por factores socioculturales y características personales” (OMS, 2022). En definitiva el contexto en el cual se circunscriben las relaciones entre personas, determina comportamientos psicosociales esenciales para conservación de salud y la vida.

La anterior, conlleva a reflexionar en torno a la importancia de la Educación Física en los contextos rurales. Inicialmente, es de anotar que, esta disciplina se ocupa en un más al cuidado de la salud. Dicho cuidado se resume en aspectos claves como: el fortalecimiento del sistema musculoesquelético, la reducción del estrés y la ansiedad, esto mediante el aumento sustancial de la confianza que a su vez pasa a ser un arma contra la exclusión o discriminación un fenómeno marginal que deteriora las

relaciones interpersonales e intergrupales y por defecto hace inverosímil o poco consistente la salud social.

En este estado alterado, entra la Educación Física como alternativa que provee a las escuelas de iniciativas para prevenir, rehabilitar y reeducar a las personas, buscando tal dirección fortalecer en sentido por la vida, en especial si se considera que el devenir de la sociedad tiende actual menoscaba la vigorosidad de los hombres al hacerlo prisionero de sus propios invento el cual lo confina en el sedentarismo, que por defecto también deconstruye su emociones, motivaciones e intereses comunitarios a mantenerlos físicamente o literalmente desconectados (MEN, 2010).

Sobre la Educación Física en la ruralidad, es necesario precisar que, corresponde al docente como facilitador de experiencias generar a partir del contexto las estrategias pedagógicas necesarias que apunten a la adquisición de habilidades y destrezas favorables para el desarrollo biopsicosocial en los educandos. Lo anterior, más que un fin en sí, es medio que fortalece la salud de las personas aprovechando los saberes culturales y espacios intrínsecos del campo. En definitiva, se trata de enseñar a Niños, Niñas, Adolescentes y Jóvenes (NNAJ) a llevar una vida digna y de calidad con lo mínimo que interculturalmente el medio provee.

La Educación Física en la escuela rural es un tema poco explorado. En este sentido este estudio pone en evidencia la necesidad de realizar una investigación que indague sobre la potencialidad de la Educación Física en un contexto rural. Este vacío académico es defendido por los investigadores Chaparro y Santos. (2018) en su artículo de revisión bibliográfica titulado: “La formación del profesorado para la Escuela Rural: una mirada desde la educación física. En dicho estudio los autores declaran existe una brecha entre el quehacer docente y la demanda pedagógica del contexto rural. Aluden que la brecha en este sentido es tan grande que es necesario un replanteamiento en el proceso de formación a maestros y maestras para que estos pueda eficazmente acoger las singularidades de contexto rural y adaptarlas a un modelo educativo que reivindique al estudiante del campo en función de entorno.

La situación descrita en el párrafo anterior no guarda distancia alguna con la problemática que la educación rural en Colombia enfrenta, en especial la que configuran las 14 organizaciones educativas tipificadas por el Departamento Nacional de Estadística DANE como instituciones y centros educativos rurales del municipio de Planeta Rica Córdoba. Estas, histórica y culturalmente preexiste a un modelo

educativo que se caracteriza por ser indiferente a su realidades socio-antropológicas y epistemológicas, situación que por extensión dificulta socioculturalmente el aterrizaje de lineamiento y estándares generales pensado más para satisfacer los intereses, necesidades y expectativas de la educación urbana. En ese sentido, se puede establecer que, existe un vacío en la legislación educativa, en tanto no hay un procedimiento adecuado que garantice el acceso de Niños, Niñas, Adolescentes y Jóvenes (NNAJ) de las zonas rural al servicio educativo con determinado grado de pertinencia y calidad. Dicho esto, la Educación Física debe además de afirmar objetivos y contenidos en particularidades que coadyuven a un alto desarrollo de los alumnos del campo ajustando sus propósito formativo a la necesidades más apremiantes de esta población que para el caso concreto de Municipio de Planeta Rica, han tenido que sufrir los embates del conflicto interno, factor de tensión Psicosocial que requiere en la brevedad una mejor intervención.

Finalmente, para cumplir el propósito de generar una discusión académica que analice desde la Educación Física las experiencias biopsicosociales que favorecen los Estilos de Vida Saludable en escuelas rurales del municipio de Planeta Rica Córdoba, el estudio ha definido los siguientes objetivos de revisión. Inicialmente, identificar los aspectos relevantes conocidos, desconocidos y controvertidos del asunto a revisar, describir las aproximaciones teóricas elaboradas sobre el tema y discutir críticamente conclusiones contradictorias procedentes de diferentes estudios.

METODOLOGÍA

La investigación metodológicamente está enmarcada en el ámbito de estudio cualitativo – bibliográfico o documental que de acuerdo con Creswell (2014), se contempla a partir de consultas e indagaciones asociadas al tema de consulta los resultados que persigue el investigador. Por otro lado, es un estudio transversal, dado que recopila cierta información, en un momento determinado y por tanto, no se hace seguimiento (Kerlinger & Lee 2001). Por otro lado y, considerado que lo el fin de ejercicio es analizar desde la perspectiva de autores el objeto de estudio, en término de evolución, vacíos, el diseño del presente estudio es netamente Interpretativo, al permitir que el “investigador aclara cuestiones acerca de los aspectos que se requieren reflexionar” (Escudero & Cortez, 2018, p. 50).

Por su parte, la técnica empleada por el investigador para indagar sobre bases documentales y obtener de ella la información que busca, el instrumento empleado es, la ficha bibliográfica, pues esta permite registrar, ordenar y resumir la información consultada. Lo anterior conlleva a establecer las bases de una investigación sistemática que pretenda la universalidad de conocimiento pero afirmada en el interés por conocer y profundizar sobre una realidad problemática o tema.

Finalmente y, como consideración ética, el marco legal colombiano mediante ley establece que en la producción intelectual, los autores de obras literarias, científicas y artísticas gozarán de protección para sus creaciones (Ley 1915 de 2018). Asimismo, como un medio para contrarrestar el plagio como delito y brindar reconocimiento a entidades y autores, esta investigación se estructura en atención a las directrices que propone el estilo APA siglas de la American Psychological Association.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A lo largo del desarrollo del presente estudio se ha puntualizado que la finalidad del mismo busca impulsar una discusión de tipo académico centrado en la enseñanza de la Educación Física como disciplina capaz de generar experiencias biopsicosociales que, en el ahora y en prospectivo favorezcan Estilos de Vida Saludable, especialmente en escuelas rurales. Así pues, se indica que por medio de un barrido literario se indaga sobre el tema en cuestión y, en síntesis se notó entre autores consultados una gran preocupación, al asumir que este tipo de educación está en un estado de abandono al evidenciar que en su totalidad, de las organizaciones educativas que legitima este entorno, adolecen de procesos pedagógicos y didácticos puedan con pertinencia atender la diversidad cultural y significados sociales. En concordancia con la última línea del párrafo anterior, Rué et al. (2015) señala que, la decadencia de la educación rural se debe a la ausencia de acciones formativas que garanticen la calidad educativa desde los estilos de enseñanzas, la heterogeneidad de entorno y la disposición de cambio, especialmente en la relación docente – alumno.

La idea entonces, es promover con sentido crítico la reformulación del enfoque de la Educación Física orientado hacia la consolidación de una educación rural de calidad la cual posibilite la creación de escenarios de aprendizajes efectivos que permita a sus estudiantes obtener, tanto los medios como el conocimiento necesario para que siendo consciente de su actuar puedan cuidar de su salud y la salud de

los demás. Es decir que, se estaría incorporando al currículo el modelo de Educación Positiva, la cual según Howell (2007) procura incrementar la satisfacción y goce de la personas mediante una adecuada salud corporal, mental y social.

Precisamente, la conservación de la salud en todas su formas, constituye el mayor reto de la educación pues está, en principio avoca el enajenamiento de las condiciones históricas y culturales como punto de partida para proponer desde la singularidad e identidad del contexto un modelo de formación ecléctico y diverso que brinde oportunidades a estudiantes para que estos puedan tener un desarrollo humano positivo en la cual se aprovechen las potencialidades de entorno para dignificar, cuidar y conservar la vida mediante la gestión y promoción de buenos hábitos y Estilos de Vida saludable.

Hoy la educación tiene frente al incremento en los casos de personas con Enfermedades no Transmisibles ENT la gran responsabilidad de crear entornos propicios para la salud, afirmado todo ello en la culturización de Estilos de Vida Saludable cuyo eje temático incluye buenas prácticas alimentarias, la Actividad Física, pero ante todo sensibilizar a la población estudiantil sobre el riesgo que corre su salud si los aspectos señalado son obviados. Una ventaja que ofrece el campo es que el docente de Educación Física puede aprovechar el espacio abierto para causar aprendizajes, compartiendo y disfrutando al aire libre (Rodríguez et al., 2019).

Empero, en la literatura nacional que promueve el Ministerio de Educación Nacional, en Adelante MEN, existe un discurso dirigido a fortalecer a la educación rural aprovechando la condiciones medioambientales y beneficios de las zonas, no obstante, en la realidad del hecho, la intención no está materializada y, sustancialmente crecen las barreras educativas. En este sentido, la educación rural, experimenta un desbalance con lo urbano, las políticas educativas que aplican no responden o no son pertinentes a cada una de las necesidades sociales propias de contexto (Carrero & González, 2017).

A raíz de todo los aspecto problematizadores reconocidos en esta investigación y aceptando que el principio de que el desarrollo de los territorios se fundamenta en la calidad de la educación, es importante no trivializar la realidad de la escuela frente a compromiso social el cual consiste en dotar a la personas de herramientas con las cuales ellos puedan optimizar su vida. Sin duda, la educación en contextos rurales que para el 2021 agrupó a 2.392.624 estudiantes, es decir el 24,4% del total de la población

escolarizadas en Colombia merece ser reconocida como valiosa y en conformidad ser merecedores de modelo formativo coherente con sus dinámicas culturales, sociales y protectoras (DANE, 2022).

ILUSTRACIONES, TABLAS, FIGURAS

Como una forma adecuada de organizar la información recopiladas que en la posteridad se tomó como insumo para realizar la discusión, a continuación se relaciona la ficha bibliográfica:

Tabla 1.

Ficha bibliográfica

Ficha Bibliografica						
Autor	Año	Título	Lugar de publicación	Editorial/Revista	Objetivo/propósito	Referencia
Chaves Salas, Ana Lupita	2001	Implicaciones educativas de la teoría sociocultural de Vigotsky	San José de Costa Rica - Costa Rica	Educación	El propósito de este artículo es analizar la teoría sociocultural del Lev Vigotsky y reflexionar sobre las implicaciones educativas de dicha teoría en los procesos de enseñanza y aprendizaje que se organizan en la escuela.	Chaves Salas, A. L. (2001). Implicaciones educativas de la teoría sociocultural de Vigotsky. <i>Revista Educación</i> , 25(2),59-65. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44025206
Borrell i Carrió, F.	2002	The model of biopsychosocial evolution.	Barcelona-España.	Medicina clínica	El objetivo del trabajo académico de este autor, se basó en un análisis crítico de la obra de Engel y su programa Biopsicosocial.	Borrell i Carrió, F. (2002). The model of biopsychosocial evolution. <i>Medicina Clínica</i> , 119(5), 175–179. https://doi.org/10.1016/S0025-7753(02)73355-1
Organización Mundial de la Salud OMS	2022	Enfermedades No Transmisibles.	Estados Unidos de América	Informe.	Informar acerca de Monitoreo y avances en relación con las enfermedades no transmisibles 2022.	Organización Mundial de la Salud. (2022). Enfermedades No Transmisibles. Retrieved from https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases%0Ahttps://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-no-089-2018-inei.pdf

Ministerio de Educación Nacional MEN	2010	Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deporte	Bogotá – Colombia	Documentos gubernamentales.	El objetivo es dar a conocer los lineamientos ministeriales que incorpora y define como debe ser la enseñanza de la Educación Física.	Ministerio de Educación. (2010). Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deporte. Ministerio de Educación Nacional de la República de Colombia. (págs. 1–77).
Francisca Chaparro Aguado y María Luisa Santos Pastor	2018	La formación del profesorado para la Escuela Rural: una mirada desde la educación física.	Madrid – España.	Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado	Mostrar la necesidad de replantear la formación de maestros y maestras de Educación Física para acoger la singularidad y potencialidad de la Educación Física en la escuela rural.	Chaparro Aguado, F., & Santos Pastor, M. L. (2018). La formación del profesorado para la Escuela Rural: una mirada desde la educación física. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 21(3), 93–107. https://doi.org/10.6018/reifop.21.3.321331
Creswell, John W	2014	Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches.	The United States of America	Libro	Exponer las principales ruta de la Investigación (Cuantitativa y Mixta).	Creswell, J. (2014). Research Design (4ta ed.). United Kingdom: Sage publications.
Kerlinger, F., y Lee, H.	2001	Investigación del comportamiento, método de investigación en las Ciencias Sociales.	México D. F	Mc Graw Hill	Exponer métodos y técnicas de investigación en Ciencias Sociales CC. SS.	Kerlinger, F., y Lee, H. (2001). Investigación del comportamiento, método de investigación en las Ciencias Sociales (3ra ed.). México D.F.: Mc Graw Hill.
Escudero Sánchez, Carlos Leonel Cortez Suárez, Liliana Alexandra.	2018	Técnicas y métodos cualitativos para la investigación científica.	Quito – Ecuador.	Editorial UTMACH,	El propósito del libro de Técnicas y Métodos Cualitativos para la Investigación Científica es brindar el conocimiento y estudio para la elaboración de documentos científicos referentes a las variables cualitativas e investigaciones científicas, entre otros; los beneficios de una educación científica.	Escudero, C. y, & Cortez, A. (2018). Diseño de Investigación Cualitativa. Capítulo 3. Técnicas y Métodos Cualitativos Para La Investigación Científica, 1–110. Retrieved from http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14209/1/Cap.3-Diseño_de_investigación_cualitativa.pdf

Rué Rosell, L., & Serrano Alfonso, M. Á.	2015	Educación Física y promoción de la salud: estrategias de intervención en la escuela.	Barcelona España.	Retos	Este trabajo pretende profundizar, desde una perspectiva multidisciplinar, en las posibilidades de estrategias e intervenciones que ofrece la Educación Física en el contexto educativo	Rué Rosell, L., & Serrano Alfonso, M. Á. (2015). Educación Física y promoción de la salud: estrategias de intervención en la escuela (Physical Education and health promotion: strategies of intervention in the school). <i>Retos</i> , (25), 186–191. https://doi.org/10.47197/retos.v0i25.34510
Alexo Rodríguez Milián Mavel Moré Estupiñán Mayda Gutiérrez Pairol	2019	La Educación Física y la educación para la salud en función de la mejora del rendimiento físico de los estudiantes.	Santa Clara – Cuba.	Universidad y Sociedad	El propósito del presente trabajo es proponer un Modelo de Preparación dirigido a potenciar el dominio de temas de salud y prevención en los docentes del departamento de Cultura Física de la Licenciatura en Educación para su formación como agentes activos en la dirección de la formación de los egresados de la Licenciatura en Educación.	Rodríguez Milián, A., Moré Estupiñán, M., & Gutiérrez Pairol, M. (2019). La Educación Física y la educación para la salud en función de la mejora del rendimiento físico de los estudiantes. <i>Universidad y Sociedad</i> , 11(1), 410-415. http://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus
Howell, D. C.	2007	Statistical methods for psychology	California – EE. UU	Editorial. Belmont.	Libro de psicología.	Howell, D. C. (2007). <i>Statistical methods for psychology</i> (6th ed.). Belmont, California: Duxbury Press.
Ley 1915 de 2018	2018	Ley de Derechos de autores.	Bogotá – Colombia	Congreso de la república, Diario oficial.	Decretar ley que modifica la ley 23 de 1982, por la cual se establecen otras disposiciones en materia de derechos de autor.	Ley 1915 de 2018 (12 de julio de 2018). Diario Oficial No. 50.652
DANE	2022	Boletín Técnico	Bogotá – Colombia.	DANE	Informar el estado actual de matrículas.	DANE (2022). Boletín Técnico. 1- 40
Martha Lucia Carrero María Fernanda González Rodríguez	2017	La educación rural en Colombia: experiencias y perspectivas.	Bogotá – Colombia.	Praxis Pedagógica	El presente texto presenta una reflexión sobre la situación de la educación rural en Colombia, sus aportes a la educación, su relación con la educación en tecnología y algunas experiencias frente a la educación rural en la localidad de Ciudad Bolívar.	Carrero Arango, M. L., & González Rodríguez, M. F. (2017). La educación rural en Colombia: experiencias y perspectivas. <i>Praxis Pedagógica</i> . 16. 79. 10.26620/uniminuto.praxis.16.19.2016.79-89 .

Fuente. Elaboración propia

CONCLUSIONES

El presente ejercicio investigativo permite desde la educación constatar como el Estado colombiano por generación ha sido indiferente al progreso y desarrollo de la población rural, asimismo se pone en evidencia, la relación disímil entre el modelo propuesto educativo que propone el Ministerio de Educación Nacional frente a los desafíos y expectativas que demanda la educación rural, misma que se su devenir se compone de historicidad, cultura y sociedad. Aspectos que por años el currículo ha mantenido en total abandono.

Por otro lado, se establece una relación directa entre educación y salud, que es apoyada en la revisión bibliográfica por diversos autores. De ahí lo apremiante de instrumentalizar la enseñanza de Educación Física como una alternativa para crear entornos que permitan la generación de experiencias biopsicosociales que favorezcan Estilos de Vida Saludable como una real y auténtica apuesta por optimizar la vida de los discentes y, desde luego poder mediante transferencias metodológicas o réplicas alcanzar el hogar que como microsistema es concebido como un centro de transformaciones favorable al desarrollo integral de sujeto.

En última instancia, se indica cómo debe impartirse la enseñanza de la educación física buscado producir en los escolares una nivel de conciencias capaz de hacerlos responsable de su cuidado, es decir que asuman con seriedad posiciones y acciones como la actividad física como instrumentos para reducir el riesgo de padecer enfermedades silenciosa que deterioren la salud corporal, mental y social.

LISTA DE REFERENCIAS

- Borrell i Carrió, F. (2002). The model of biopsychosocial evolution. *Medicina Clinica*, 119(5), 175–179. [https://doi.org/10.1016/S0025-7753\(02\)73355-1](https://doi.org/10.1016/S0025-7753(02)73355-1)
- Carrero Arango, M. L., & González Rodríguez, M. F. (2017). La educación rural en Colombia: experiencias y perspectivas. *Praxis Pedagógica*, 16, 79. [10.26620/uniminuto.praxis.16.19.2016.79-89](https://doi.org/10.26620/uniminuto.praxis.16.19.2016.79-89).
- Creswell, J. (2014). *Research Design* (4ta ed.). United Kingdom: Sage publications.

- Chaparro Aguado, F., & Santos Pastor, M. L. (2018). La formación del profesorado para la Escuela Rural: una mirada desde la educación física. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 21(3), 93–107. <https://doi.org/10.6018/reifop.21.3.321331>
- Chaves Salas, A. L. (2001). Implicaciones educativas de la teoría sociocultural de Vigotsky. *Revista Educación*, 25(2), 59-65. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44025206>
- DANE (2022). Boletín Técnico. 1- 40
- Escudero, C. y, & Cortez, A. (2018). Diseño de Investigación Cualitativa. Capítulo 3. Técnicas y Métodos Cualitativos Para La Investigación Científica, 1–110. Retrieved from [http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14209/1/Cap.3-Diseño de investigación cualitativa.pdf](http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14209/1/Cap.3-Diseño_de_investigación_cualitativa.pdf)
- Howell, D. C. (2007). *Statistical methods for psychology* (6th ed.). Belmont, California: Duxbury Press.
- Kerlinger, F., y Lee, H. (2001). *Investigación del comportamiento, método de investigación en las Ciencias Sociales* (3ra ed.). México D.F.: Mc Graw Hill.
- Ley 1915 de 2018 (12 de julio de 2018). *Diario Oficial* No. 50.652
- Ministerio de Educación. (2010). *Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deporte*. Ministerio de Educación Nacional de la República de Colombia. (págs. 1–77).
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Enfermedades No Transmisibles*. Retrieved from <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases%0Ahttps://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-no-089-2018-inei.pdf>
- Rodríguez Milián, A., Moré Estupiñán, M., & Gutiérrez Pairo, M. (2019). La Educación Física y la educación para la salud en función de la mejora del rendimiento físico de los estudiantes. *Universidad y Sociedad*, 11(1), 410-415. <http://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus>
- Rué Rosell, L., & Serrano Alfonso, M. Á. (2015). Educación Física y promoción de la salud: estrategias de intervención en la escuela (Physical Education and health promotion: strategies of intervention in the school). *Retos*, (25), 186–191. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i25.34510>