

# PODIUM

Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física

DEPARTAMENTO DE PUBLICACIONES CIENTÍFICAS

Volumen 16  
Número 2

2021

Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca"

Director: Fernando Emilio Valladares Fuente

Email: fernando.valladares@upr.edu.cu


Artículo original

## Proyecto de actividades de entrenamiento y formación en Culturismo: una experiencia aprendizaje-servicio


### Bodybuilding training and formation activities project: a service-learning experience

### Projecto de atividades de treinamento e educação em musculação: uma experiência de serviço-aprendizagem

Edison Santiago Guerrero González<sup>1\*</sup>  <https://orcid.org/0000-0002-1674-7657>

Tyrone Macías Vera<sup>1</sup>  <https://orcid.org/0000-0001-9075-2019>

Richar Jacobo Posso Pacheco<sup>2</sup>  <https://orcid.org/0000-0003-1279-9852>

Mishel Saa Cedillo<sup>2</sup>  <https://orcid.org/0000-0001-8706-0804>

Ricardo Patricio Játiva Burbano<sup>2</sup>  <https://orcid.org/0000-0002-1977-1660>

<sup>1</sup>Universidad Central del Ecuador. Ecuador.

<sup>2</sup>Unidad Educativa de Aviación Civil. Ecuador.

\*Autor para la correspondencia: [esguerrerog@uce.edu.ec](mailto:esguerrerog@uce.edu.ec)

**Recibido:** 12/04/2021.

**Aprobado:** 07/05/2021.

Cómo citar un elemento: Guerrero González, E., Macías Vera, T., Posso Pacheco, R., Saa Cedillo, M., & Játiva Burbano, R. (2021). Proyecto de actividades de entrenamiento y formación en Culturismo: una experiencia aprendizaje-servicio/Bodybuilding training and formation activities project: a service-learning experience. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(2), 616-628. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1123>



---

## RESUMEN

Las universidades como espacio de formación humana están llamadas a brindar un servicio social a las comunidades a través de proyectos de vinculación, en la cual se articulen sus asignaturas por medio de la metodología aprendizaje servicio, lo que involucrará al estudiante al contexto real y al servicio social con su quehacer académico. El objetivo de este estudio consistió<sup>3</sup> en evaluar la aplicación de los contenidos de la asignatura Cátedra Dual por medio de la metodología de enseñanza aprendizaje servicio, en el proyecto de vinculación con la sociedad llamado *Agrupación de actividades de entrenamiento y formación en el culturismo de la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central de Ecuador* y los resultados de la percepción de los beneficiarios en los componentes espacio físico y recursos, actividades, y grado de satisfacción del proyecto. El estudio fue hermenéutico y documental. Se aplicaron dos técnicas: el análisis documental, instrumento de matriz de involucrados, y la encuesta con un banco de 11 preguntas con escala valorativa, aplicadas a 168 beneficiarios del proyecto basada en tres componentes: el espacio físico, recursos, actividades y grado de satisfacción. Se puede decir que se han podido consolidar los aprendizajes de los estudiantes en cada una de las actividades desarrolladas en el proyecto, además el proceso de evaluación ha tenido una muy buena aceptación por parte de los beneficiados, destacando la valía de la metodología aprendizaje servicio en la formación de los estudiantes y su vinculación al servicio social.

**Palabras clave:** Aprendizaje servicio; Universidad; Vinculación social; Formación en culturismo.

---

## ABSTRACT

Universities as a space for human formation are called to provide social service to the communities through linkage projects, in which their subjects are articulated through the service learning methodology, which will involve students in the real context and social service with their academic work. The objective of this study was to evaluate the application of the contents of the subject Dual Chair through the service learning methodology, in the project of linkage with society called Grouping of training and formation activities in bodybuilding of the Faculty of Physical Culture of the Central University of Ecuador and the results of the perception of the beneficiaries in the components of physical space and resources, activities, and degree of satisfaction of the project. The study was hermeneutic and documentary. Two techniques were applied: documentary analysis, a stakeholder matrix instrument, and a survey with a bank of 11 questions with a rating scale, applied to 168 beneficiaries of the project based on three components: physical space, resources, activities and degree of satisfaction. It can be said that it has been possible to consolidate the learning of the students in each of the activities developed in the project, in addition the evaluation process has been very well accepted by the beneficiaries, highlighting the value of the service learning methodology in the formation of the students and their link to social service.

**Keywords:** Learning-service; University; Social bonding; Bodybuilding training.



## RESUMO

As universidades como espaços de formação humana são chamadas a fornecer serviço social às comunidades, através de projetos de proximidade, nos quais as suas disciplinas são articuladas através da metodologia-serviço-aprendizagem, que envolverá o estudante no contexto real, ao serviço social com o seu trabalho académico. O objectivo deste estudo foi avaliar a aplicação dos conteúdos da disciplina Cátedra Dual através da metodologia ensino-aprendizagem-serviço, no Projecto de ligação com a sociedade, denominado Agrupamento de atividades de formação e educação na musculação, da Faculdade de Cultura Física da Universidade Central do Equador e os resultados da percepção dos beneficiários nas componentes espaço físico e recursos, atividades e grau de satisfação do projeto. O estudo foi hermenêutico e documental, foram aplicadas duas técnicas: a análise documental e um instrumento da matriz de envolvidos e o inquérito com um banco de 11 questões com escala de valor, aplicado a 168 beneficiários do projecto, com base em três componentes que foram o espaço físico e os recursos, as atividades e o grau de satisfação. Pode-se dizer que tem sido possível consolidar a aprendizagem dos estudantes em cada uma das atividades desenvolvidas no projeto, além disso, o processo de avaliação tem tido uma aceitação muito favorável por parte dos beneficiários, realçando o valor da metodologia de service-learning na formação dos estudantes e a sua ligação ao serviço social.

**Palavras-chave:** Service-learning; Universidade; Ligação social; Formação em musculação.

## INTRODUCCIÓN

El aprendizaje-servicio es una metodología de aprendizaje, integrada a los sílabos de las asignaturas o unidades de análisis prácticas de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central del Ecuador; en esta, el estudiante universitario pone a disposición de su entorno social y comunitario las competencias cognitivas alcanzadas durante su período de formación académica, con el propósito de encarar con éxito las problemáticas sociales previamente diagnósticas de un entorno específico, en la que se ven englobado el compromiso, los valores, el civismo la solidaridad y el respeto.

En otras palabras, el aprendizaje-servicio tiene su raíz en un proyecto solidario que une lo académico con el entorno social, su fundamento nace a partir de la reforma universitaria de Córdoba en 1918, en la que se une a las funciones de la universitaria docencia e investigación la extensión con el objetivo de "*poner el saber universitario al servicio de la sociedad y hacer sus problemas tema prioritario de sus preocupaciones*" (Aguirre, y Moreno Toledano, 2013).

En virtud de lo referido, Simbaña (2015) sostiene que la vinculación con la sociedad es una de las funciones más importante de la universidad y constituye una herramienta política y académica que permite articular en la praxis la docencia y la investigación como funciones sustantivas de las instituciones de educación superior.

De allí que, el aprendizaje-servicio es una de las maneras que tiene la universidad de vincular con la sociedad, es el espacio donde se ponen en práctica las competencias desarrolladas por los estudiantes, pero más aún es el escenario transitorio para plantear soluciones oportunas a una sociedad más exigente, a diferencia de las metodologías



tradicionales y conductistas establecidas en estos espacios de educación (Posso, et al., 2020).

En este sentido, Brito-Gaona et al., (2018) se inscribe en el marco de la preocupación de las universidades latinoamericanas por trascender las fronteras institucionales, aproximando su acción a distintos sectores de la sociedad. No obstante, por ser una actividad compleja que demanda de las universidades un compromiso social fundamentado en dirigir acciones para solucionar problemas, en estos espacios académicos, aún no ha encontrado una concreción clara y unificada para su ejecución (Universidad Central de Chile, 2016).

En el contexto de la educación universitaria, la vinculación con la sociedad es una función esencial del sistema educativo de este nivel, y está armonizado con la investigación y la docencia fundamentando así los pilares de la academia (Rodríguez, et al., 2018), con ello se da fe del "compromiso y la pertinencia de las instituciones de educación superior con las necesidades sociales actuales y con los perfiles relacionados con el profesional en formación" (Brito-Gaona et al., 2018) (Figura 1).



**Fig. 1.** - Articulación de los proyectos de vinculación con la sociedad

**Fuente:** Tomado de Brito-Gaona, et al., (2018)

En este contexto, la vinculación con la sociedad está propiamente normada dentro de los acuerdos legales que determinan el ser y hacer de la educación superior universitaria en la Asamblea Nacional del Ecuador (2018) específicamente en los artículos 13, 107 y 125. Así mismo, el artículo 13 hace énfasis que la función del sistema de educación superiores garantizar el derecho a la educación mediante la docencia, la investigación y su vinculación con la sociedad, y asegurar crecientes niveles de calidad, excelencia académica y pertinencia.

En virtud de lo referido, la vinculación universitaria con la comunidad se hace operativa a través de un proyecto organizado por un conjunto de actividades, debidamente planificadas, para atender una necesidad o requerimiento puntual de los sectores sociales en los que interviene las carreras, con la participación de profesores y estudiantes (Consejo de Educación Superior 2015).

En este sentido, la Universidad Central de Ecuador atendiendo a las demandas del sistema educativo del país y como parte de su haber académico, ha desarrollado un conjunto de programas e iniciativas de vinculación con la sociedad, las mismas son



gestionadas desde la *Dirección de vinculación con la sociedad* en la que cada una de las facultades tiene su propia comisión, y garantiza que las actividades planificadas respondan los criterios de pertinencia relacionadas con el perfil de egreso estudiantil, y a las necesidades de la sociedad especialmente de grupos sociales prioritarios (Universidad Central de Ecuador, 2018).

Con base a lo señalado anteriormente, se vinculó al proyecto de *Agrupación de actividades de entrenamiento y formación en el culturismo de la Facultad de Cultura Física, a la Unidad de Análisis Cátedra Dual* porque aborda contenidos como la halterofilia y sus fundamentos básicos, las técnicas de ejecución de la arrancada, la envión olímpica y trabajo de musculatura, pretendiendo que se aplique estos conocimientos en el proyecto mediante la metodología de enseñanza aprendizaje servicio.

Esto con el propósito de cumplir determinados indicadores que permitan la vinculación con la sociedad, desarrollando un proyecto para contribuir a la formación de los estudiantes y a la comunidad en general. Todo ello con la responsabilidad en el arte del culturismo, proporcionado así al estudiante en servicio ser capaz de asumir y vivir su formación académica, conduciéndolo a estar en constante contacto con la comunidad y con ello, alcanzar el prestigio institucional.

A través del proyecto de actividades de entrenamiento y formación en el culturismo, se busca crear una agrupación que englobe la mayor gama de actividades, hechos, conocimientos y datos de carácter científicos relacionados a esta disciplina, que coadyuve al desarrollo integral y formación de la corporeidad en el participante, todo ello a través de tres metodologías: la primera basada en el entrenamiento y sistemas de ejercicios; la segunda, la nutrición indispensable dentro de los planes que llevan los culturistas y la tercera, los programas de rutina competitivos con la correcta utilización del recurso corporal y los implementos que se necesita en dicha competición.

En base a lo propuesto anteriormente, el objetivo de este estudio es evaluar la aplicación de los contenidos de la asignatura Cátedra Dual por medio de la metodología de enseñanza aprendizaje servicio en el proyecto de vinculación con la sociedad llamado *Agrupación de actividades de entrenamiento y formación en el culturismo de la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central de Ecuador* y los resultados de la percepción de los beneficiarios en los componentes espacio físico y recursos, actividades y grado de satisfacción del proyecto.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

El presente artículo se basó en un estudio hermenéutico y documental, debido a que se fundamentó y analizó el impacto del aprendizaje servicio en el proyecto llamado agrupación de actividades de entrenamiento y formación en el culturismo de la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central del Ecuador.

Se aplicaron dos técnicas el análisis documental y la encuesta; el primero permitió el análisis del proyecto de actividades de entrenamiento y formación en el culturismo, definiendo los aportes de la unidad de análisis Cátedra Dual mediante la metodología aprendizaje servicio, a través de una matriz de involucrados en la que se establecen los aportes de los grupos de interés, los problemas percibidos, el interés en el proyecto y los conflictos potenciales.



En la técnica de la encuesta se estableció un banco de 11 preguntas con una escala valorativa de mala [M], regular[R], buena[B], muy buen [MB] y excelente [E], la cual responde a la pregunta ¿Cuál es la percepción de los beneficiarios en los diferentes componentes del proyecto?; no se realizó la validación al instrumento banco de preguntas porque fueron proporcionadas por la *Dirección de vinculación con la sociedad de la Universidad Central del Ecuador*.

Para el proceso de indagación de información se utilizó la población completa que participó en dicho proyecto, la cual fue de 168 beneficiarios. Se les aplicó el instrumento basado en tres componentes: espacio físico y recursos, actividades y grado de satisfacción; cada una con criterios de valoración tal como se muestra en la tabla (Tabla 1).

**Tabla 1.** - Componentes y dimensiones del Instrumento

| Componentes               | Dimensión  |
|---------------------------|--|
| Espacio físico y recursos | Facilidades de uso de espacio físico                               |
|                           | Asistencia de los estudiantes                                      |
|                           | Asistencia de los Docentes   |
| Actividades               | Cumplimiento de las fechas programadas                             |
|                           | Cumplimiento de las horas programadas                              |
|                           | Disponibilidad de tiempo para desarrollar las actividades          |
| Grado de satisfacción     | Calidad de las actividades desarrolladas                           |
|                           | Cumplimiento de actividades desarrolladas                          |
|                           | Satisfacción de la organización con la implementación del proyecto |
|                           | Comportamiento de los estudiantes                                  |
|                           | Comportamiento de los docentes                                     |

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### Resultados de la revisión documental

Como resultado del análisis documental del proyecto se planteó la construcción de la matriz de involucrados, como herramienta que extrajo los intereses variados y los conflictivos de todos los grupos relacionados con el proyecto a través de la aplicación de los contenidos por medio de la metodología de enseñanza aprendizaje servicio de la unidad de análisis Cátedra Dual. Esta matriz de involucrados permite en primera instancia evaluar el grado de apoyo u oposición al proyecto de estos interesados y los recursos y mandatos con que cuentan estos (Tabla 2).





**Tabla 2.** - Matriz de involucrados

| Grupos  | Intereses   | Problemas percibidos   | Interés en el proyecto   | Conflictos potenciales  |
|---|---|--|--|---|
| <b>Facultad de Cultura Física de la UCE.</b>                                      | Masificar las actividades que ofrece el proyecto en beneficio de la comunidad universitaria   | Poco interés por las autoridades de la FCF   | Difundir a la comunidad en general las actividades que se realizan dentro de este proyecto   | Falta de apoyo logístico y de intervención  |
| <b>Docentes de la Facultad</b>  | Fortalecer sus perfiles como docentes e incrementar experiencia y conocimiento en beneficio de la sociedad.   | Poco interés por los docentes de la FCF en desarrollar el proyecto de actividades del proyecto   | Obtener experiencia significativa y ofrecer en los campos específicos de las diferentes actividades del proyecto.                                | Falta de compromiso para desarrollar y aplicar las actividades que ofrece el proyecto                                       |
| <b>Estudiantes de la Facultad.</b>  | Reforzar los conocimientos adquiridos en el campo de actividades del entrenamiento deportivo que ayudará en su perfil profesional, presentación de espectáculos de exhibición y cumplir con las horas de vinculación. | Poco interés en intervenir en las actividades que ofrece el proyecto conllevando al sedentarismo y estrés y problemas sociales y emocionales | Aportar en el mejoramiento de la calidad de vida de los participantes  | Asistencia deficiente de los estudiantes y comunidad en general a las distintas actividades organizadas dentro del proyecto |
| <b>Comunidad general y universitaria participante del proyecto.</b>               | Contribuir a la mantención de salud integral a través de aprendizajes significativos que ofrecen las actividades del culturismo.  | Poco interés de involucrarse en cualquiera de las actividades de entrenamiento que ofrece en el proyecto                                     | Aportar con material extra, logística y promoción de las actividades del proyecto  | Inconstantes asistencias de las personas que ya pertenecen a los grupos conformados   |
| <b>Comunidad espectadora de los espectáculos y eventos que ofrece el proyecto</b> | Ofrecer en sus programas sociales espectáculos de buen nivel profesional y educativo  | Poco interés de la comunidad en solicitar a la FCF presentaciones de esta agrupación de actividades de exhibición.                           | Crear convenios consolidados con la FCF y la agrupación de actividades en el culturismo estableciendo un calendario específico de presentaciones | Apertura limitada para salidas a presentaciones en competencias.  |

Se consolidó los grupos de estudiantes para las actividades de entrenamiento y formación en el culturismo de la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central del Ecuador, los cuales se encuentran en constante preparación y guía de docentes especialistas y de los estudiantes de la unidad de análisis Cátedra Dual, quienes realizaron el seguimiento adecuado permitiendo lograr:

- Establecer como grupo oficial de la FCF a los integrantes que den servicio de asesoramiento en el culturismo de manera adecuada y se encuentren en constante práctica y actualización.
- Favorecer a los estudiantes en el proceso de su formación con los aportes positivos que ofrece la práctica del entrenamiento con pesas en todo su contexto.
- Respaldar a la FCF con identidad y promoción.





- Incrementar las capacidades cognitivas, técnicas y físicas de los estudiantes que complementan su perfil profesional.
- Promover eventos de exhibición donde participen los estudiantes, deportistas y fomenten la práctica de este deporte
- Conformar un grupo de la FCF que oferte la preparación en el culturismo alineándose con nuevas tendencias.

Las actividades planificadas de entrenamiento y formación en el culturismo se establecieron con base al perfil profesional del docente encargado y las demandas sociales, enfocadas en el beneficio mutuo entre ejecutores y participantes:

1. Implementar un proceso de capacitación y formación a los estudiantes sobre los parámetros y contenidos del culturismo.
2. Metodología del entrenamiento: se tomará como referencia el método del culturismo el cual involucra varios submétodos; la expresión inglesa literalmente significa "construcción del cuerpo" referida ya sea al desarrollo general de la fuerza o al de tipo armónico de las masas musculares. Entre los submétodos se trabajaron súperseries, repeticiones forzadas, series regresivas, repeticiones negativas, repeticiones engañosas, repeticiones después de un preagotamiento, series gigantes, series ardientes y confusión muscular.
3. Rutinas de competición: poses obligatorias, las cuales se evalúan mediante una ficha que considera las siguientes zonas musculares de frente doble bíceps, de frente expansión dorsal, de perfil caja torácica, de espalda doble bíceps, de espaldas expansión dorsal, de perfil tríceps y de frente abdominales y piernas.

Las poses obligatorias del culturismo permiten apreciar todos los detalles del físico de los atletas. Se buscó un físico armonioso y proporcionado, bien desarrollado y sin puntos débiles. Con relación a la elaboración de coreografía de exhibición para las competencias y eventos, se considera un minuto de presentación acompañado de una canción con los siguientes elementos baile, poses, estética y elegancia.

### Resultados de la encuesta

Como se puede observar en la tabla 2, con relación a la *variable espacio físico y recurso en la dimensión facilidades de uso de espacio físico*, el 51.78 % de las personas beneficiadas del proyecto otorgaron a los estudiantes en servicio una evaluación de muy buena; el 25 % los evaluó como excelente, mientras de que el 21 % como bueno y solo un 1.7 % como regular (Tabla 2).

En cuanto a la dimensión *asistencia de los estudiantes*, el 40.4 % les otorgó una valoración de bueno, el 32,7 % excelente mientras que el 25 % los calificó con muy bueno y solo el 1.7 % los evaluó como regular.

En cuanto a la dimensión *asistencia de los docentes* el 37.5 %, les otorgó una evolución de excelente, el 32.7 % les dio una valoración de muy bueno, el 27.3 % de bueno mientras que el 2.3 % los ubicó en regular.

De acuerdo con los resultados en esta variable, se observa un grado alto de responsabilidad por parte de los prestadores de servicio siendo esta uno de los aspectos que promueve el aprendizaje-servicio en los estudiantes; en este sentido, Puig (2014)



refiere que en el aprendizaje servicio se aprende para servir a la comunidad, pero a su vez, las actividades de servicio se convierten en fuente de nuevas competencias y valores. Aprendizaje y servicio quedan vinculados en una relación circular en la que ambas partes salen beneficiadas: el aprendizaje adquiere sentido cívico y el servicio se convierte en un taller de conocimientos y valores (Tabla 3).

**Tabla 3.** - Componente espacio físico y recursos

| Componente                | Dimensión                            | M |   | R |     | B  |      | MB |      | E  |      |
|---------------------------|--------------------------------------|---|---|---|-----|----|------|----|------|----|------|
|                           |                                      | f | % | f | %   | f  | %    | f  | %    | f  | %    |
| ESPACIO FÍSICO Y RECURSOS | Facilidades de uso de espacio físico | 0 | 0 | 3 | 1.7 | 36 | 21.4 | 87 | 51.7 | 42 | 25.0 |
|                           | Asistencia de los estudiantes        | 0 | 0 | 3 | 1.7 | 68 | 40.4 | 42 | 25.0 | 55 | 32.7 |
|                           | Asistencia de los Docentes           | 0 | 0 | 4 | 2.3 | 46 | 27.3 | 55 | 32.7 | 63 | 37.5 |

En cuanto al *componente actividades* mostrada en la tabla 3, en la dimensión *cumplimiento de las fechas programadas los estudiantes en servicio* fueron evaluados como excelente por el 61.3 % de las personas beneficiadas, un 26.7 % los ubicó en muy buena y el 11.9 % como buena. En cuanto a la dimensión *cumplimiento de las horas programadas*, el 48.8 % de los beneficiados evaluó este aspecto como excelente, el 27,3 % como muy bueno, el 22 % indicó una evaluación como bueno y solo el 1,7 % señaló que fue regular. En la dimensión *disponibilidad de tiempo para desarrollar las actividades*, se observa que el 37,5 % les otorgó una evaluación de excelente y el 32,7 % de los beneficiados los ubicó en muy buena y el 27.3 % en buena.

Nuevamente se observa por la evaluación recibida que existe un sentido de compromiso y responsabilidad por parte de los prestadores de servicio. En este sentido, el aprendizaje-servicio fortalece todas las competencias del estudiante a nivel conceptual, procedimental como actitudinal (Simbaña, 2015).

**Tabla 4.** - Componente actividades

| Componente  | Dimensión   | M |   | R |     | B  |      | MB |      | E   |      |
|-------------|---|---|---|---|-----|----|------|----|------|-----|------|
|             |   | f | % | f | %   | f  | %    | f  | %    | f   | %    |
| ACTIVIDADES | Cumplimiento de las fechas programadas                    | 0 | 0 | 0 | 0   | 20 | 11.9 | 45 | 26.7 | 103 | 61.3 |
|             | Cumplimiento de las horas programadas                     | 0 | 0 | 3 | 1.7 | 37 | 22.0 | 46 | 27.3 | 82  | 48.8 |
|             | Disponibilidad de tiempo para desarrollar las actividades | 0 | 0 | 0 | 0   | 46 | 27.3 | 55 | 32.7 | 63  | 37.5 |



En cuanto al componente *grado de satisfacción*, en la tabla 4 se muestra que el 60,7 % de los beneficiados tienen una evolución de excelente a la calidad de las actividades desarrolladas, el 17,8 % las obtuvo muy buena y el 13,6 % como buena. En cuanto al cumplimiento de *actividades desarrolladas* el 37.5 % de las personas beneficiadas otorgó una evaluación de excelente y el 32.7 % de muy buena, un 22.6 % buena y solo el 7.14 regular. Con referencia a la dimensión *satisfacción de la organización con la implementación del proyecto* el 45.2 % consideró muy buena, el 36.3 % buena y el 18.4% excelente. El comportamiento de los estudiantes fue evaluado como excelente por el 48.8 % de los participantes, 27.3 % los evaluó muy buena, el 22 % bueno y solo el 1.7 % regular. Asimismo, el comportamiento de los docentes fue evaluado excelente por el 41.6 % de los beneficiados, 34.5 % los evaluó muy bueno y el 23.8 % buena (Tabla 4).

Con base a la evaluación recibida, el **Centro Latinoamericano de Aprendizaje y Servicio Solidario (2016)** hace énfasis que en las prácticas de aprendizaje-servicio, el estudiante se hace protagonista en las actividades y el docente ratifica su rol de acompañante, orientador y observador. Esta metodología de proyecto posibilita a ambos actores en liderar su propio aprendizaje, y a través de la implicación activa les permite la adquisición de nuevos conocimientos a partir de los que ya poseen, para reflexionar y utilizarlos en otros contextos sociales y comunicativos lo que se convierte en aprendizajes funcionales (Tabla 5).

**Tabla 5.** - Componente grado de satisfacción

| Componente            | Dimensión  | M |   | R  |      | B  |      | MB |      | E   |      |
|-----------------------|--|---|---|----|------|----|------|----|------|-----|------|
|                       |  | f | % | f  | %    | f  | %    | f  | %    | f   | %    |
| GRADO DE SATISFACCIÓN | Calidad de las actividades desarrolladas                           | 0 | 0 | 0  | 0    | 26 | 13.6 | 30 | 17.8 | 112 | 60.7 |
|                       | Cumplimiento de actividades desarrolladas                          | 0 | 0 | 12 | 7.14 | 38 | 22.6 | 55 | 32.7 | 63  | 37.5 |
|                       | Satisfacción de la organización con la implementación del proyecto | 0 | 0 | 0  | 0    | 61 | 36.3 | 76 | 45.2 | 31  | 18.4 |
|                       | Comportamiento de los estudiantes                                  | 0 | 0 | 3  | 1.7  | 37 | 22.0 | 46 | 27.3 | 82  | 48.8 |
|                       | Comportamiento de los docentes                                     | 0 | 0 | 0  | 0    | 40 | 23.8 | 58 | 34.5 | 70  | 41.6 |

## CONCLUSIONES

El *proyecto Agrupación de actividades de entrenamiento y formación en el culturismo de la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central del Ecuador* en la cual se aplicó los contenidos de la unidad de análisis Cátedra Dual por medio de la metodología de aprendizaje-servicio, muestra que se han podido consolidar los aprendizajes de los estudiantes en cada una de las actividades desarrolladas en el proyecto, debido al análisis de los grupos y sus intereses, como también sus problemas percibidos y conflictos en la práctica.



Además el proceso de evaluación ha tenido una muy buena aceptación por parte de los beneficiados; esta inferencia tiene su base en los resultados obtenidos en la aplicación del instrumento, tal el caso que en la variable espacio físico y recursos en las tres dimensiones en la que fueron evaluados los participantes recibieron una valoración entre bueno, muy bueno y excelente, lo que significa que tanto estudiantes como docente pusieron en prácticas sus competencias desarrolladas para demostrar dominio en el uso del espacio físico, además se mostraron responsable en cuanto a la asistencia, esto quiere decir que hay aceptación y pertenencia en los actores involucrados (estudiantes y docentes) por el proyecto de aprendizaje-servicio propuesto por la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central del Ecuador.

En cuanto a la segunda variable *actividades la evaluación recibida* fue de excelente en las tres dimensiones lo cual representa que los prestadores de servicio (estudiantes y docentes) cumplieron responsablemente las fechas y horas planificadas, respetaron el tiempo para el desarrollo de las actividades, aspecto importante porque se genera un estado de confianza, además le permite a los beneficiados a programar y organizar su tiempo para asistir a las actividades confiados en que serán respetado en la programación.

En este mismo sentido, en la variable *grado de satisfacción*, las evaluaciones recibidas están centrada entre muy bueno y excelente en cuanto a la calidad de las actividades desarrolladas, el cumplimiento de actividades, la satisfacción de la organización con la implementación del proyecto y el comportamiento de los estudiantes y de los docentes. El significado de esta evaluación en los aspectos antes mencionados dan referencia de lo asertivo que han sido los organizadores del proyecto *Agrupación de actividades de entrenamiento y formación en el culturismo* en cuanto a la organización y puesta en marcha de la propuesta; se aprecia la aceptación por parte de la comunidad involucrada, además es un demostrativo de la calidad formativa del estudiante de Facultad de Cultura Física de la Universidad Central del Ecuador en cuanto al aprendizaje-servicio y la vocación de los docentes en ser partícipes activos, lo cual garantiza la trascendencia universitaria y la vinculación de esta con la sociedad, validando, y cumpliendo de esta manera, con las exigencias de la Ley Orgánica de Educación Superior ecuatoriana.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguirre, G., & Moreno Toledano, L. (2013). La Vinculación, objetivo fundamental para las instituciones de Educación Superior. Actas de Diseño N° 15. Diseño en Palermo. VIII Encuentro Latinoamericano de Diseño. Buenos Aires. <https://doi.org/https://doi.org/10.18682/add.vi15>
- Brito-Gaona, L. Quezada-Abad, C. & Gordillo-Quizhpe, I. (2018). La universidad y la vinculación con la sociedad. Una condición impostergable. 86.3.32.121/bitstream/48000/12492/1/LaUniversidad-y-LaVinculacionConLaSociedad.pdf
- Centro Latinoamericano de Aprendizaje y Servicio Solidario (2016). Cómo desarrollar proyectos de aprendizaje y servicio solidario en la educación inicial y primaria. Centro Latinoamericano de Aprendizaje y Servicio Solidario. <https://www.clayss.org/>



- Consejo de Educación Superior. (2015). Reglamento de Régimen Académico. Gaceta oficial ecuatoriana. [http://www.ces.gob.ec/index.php?option=com\\_phocadownload&view=category&id=12&Itemid=496:CES](http://www.ces.gob.ec/index.php?option=com_phocadownload&view=category&id=12&Itemid=496:CES)
- Asamblea Nacional del Ecuador. (2018). *Ley Orgánica de Educación Superior*. Quito: Asamblea Nacional del Ecuador. <https://www.epn.edu.ec/wp-content/uploads/2018/08/LOES.pdf>
- Posso, R., Barba L. y Otáñez, N. (2020). El conductismo en la formación de los estudiantes universitarios. *Revista Educare Segunda Nueva Etapa 2.0*. 24(1), 117-133. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i1.1229>
- Puig, J. M. 2014. En busca de otra forma de vida. *Revista digital de la Asociación Convives*, 7, 32-37. Madrid. [https://online.ucv.es/resolucion/files/convives7\\_septiembre\\_2014.pdf](https://online.ucv.es/resolucion/files/convives7_septiembre_2014.pdf)
- Rodríguez-Torres, Á. F., Posso-Pacheco, R. J., De la Cueva-Constante, R. R. y Barba-Miranda, L. C. (2018). Herramientas metodológicas para el desarrollo de habilidades investigativas en los estudiantes. Una praxis necesaria. *Olimpia: Publicación científica de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma*, 15(50), 119-132. <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/93/118>
- Simbaña, H. (2015). La vinculación con la sociedad ¡Entre el ser y el deber ser! Rupturas. *Revista de investigación, análisis y opinión*. <http://www.revistarupturas.com/la-vinculaci%C3%B3n-con-la-sociedad.html>
- Universidad Central de Chile. (2016). ¿Qué es la vinculación con la sociedad? Universidad Central de Chile. [http://www.ucentral.cl/que-es-la-vinculacion-con-el-medio/prontus\\_ucentral2012/2013-10-16/153852.html](http://www.ucentral.cl/que-es-la-vinculacion-con-el-medio/prontus_ucentral2012/2013-10-16/153852.html)
- Universidad Central de Ecuador (2018). *Plan Estratégico de Desarrollo Institucional de la Universidad Central del Ecuador 2018-2022*. Quito: Editorial Universitaria. <https://aka-cdn.uce.edu.ec/ares/tmp/NORMATIVA%20UCE/plan%20estrategico%20desarrollo%20institucional%20PEDI%202017-2021%20final.pdf>

**Conflicto de intereses:**

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

**Contribución de los autores:**

**Edison Santiago Guerrero González:** Concepción de la idea, confección de base de datos, redacción del original (primera versión), corrección del artículo, coordinador de la autoría.

**Tyrone Macías Vera:** Búsqueda y revisión de literatura, aplicación de instrumentos, análisis estadístico, asesoramiento general por la temática abordada, redacción del original (primera versión), revisión de la aplicación de la norma bibliográfica aplicada.

**Richar Jacobo Posso Pacheco:** Aplicación de instrumentos, revisión de la aplicación de la norma bibliográfica aplicada.

**Mishel Saa Cedillo:** Confección de instrumentos, recopilación de la información resultado de los instrumentos aplicados, análisis estadístico, confección de tablas, gráficos e imágenes, confección de base de datos, revisión y versión final del artículo.



**Ricardo Patricio Játiva Burbano:** Confección de base de datos, asesoramiento general por la temática abordada.



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional.  
Copyright (c) 2021 Edison Santiago Guerrero González, Tyrone Macías Vera, Richar Jacobo Posso Pacheco, Mishel Saa Cedillo, Ricardo Patricio Játiva Burbano

