

UNIDAD DIDÁCTICA 1  
LA INNOVACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA:  
JUSTIFICACIÓN Y ALCANCE

*Benilde Vázquez Gómez*

## Contenido

	<u>Pág.</u>
1. Introducción .....	23
2. Esquema general de la Unidad .....	24
3. Objetivos .....	24
4. Desarrollo de los contenidos .....	24
4.1. Los cambios sociales y la innovación docente en Educación Física .....	24
4.2. La actual reforma educativa: razones y objetivos .....	26
4.3. Justificación de la Educación Física como área educativa....	28
4.3.1. Cambios en la concepción de la escuela .....	28
4.3.2. La cultura del cuerpo .....	29
4.3.3. La Educación Física como educación total .....	30
4.4. La especificidad de la Educación Física respecto de otras áreas educativas: conocimiento teórico y conocimiento práctico .....	30
4.5. El cuerpo y el movimiento como ejes de la Educación Física...	32
4.5.1. El cuerpo .....	32
4.5.2. El movimiento .....	33
4.6. La Educación Física y la renovación de la escuela .....	34
4.7. Finalidades de la Educación Física escolar .....	37
4.8. Síntesis .....	38
5. Actividades de refuerzo y afianzamiento .....	39
6. Ejercicios de autoevaluación y sus soluciones .....	40
6.1. Ejercicios de autoevaluación .....	40
6.2. Sus soluciones .....	40
7. Bibliografía .....	40

## 1. INTRODUCCIÓN

Si bien la Educación Física ha sido incluida de antiguo en los currícula escolares, de hecho su repercusión en la escuela básica ha sido pequeña, y, en cualquier caso, muy desigual por causas diversas. Quizá un concepto reduccionista de la educación, que excluía de la escuela todo lo que no fuera cultura intelectual, haya constituido el fondo del problema; o también el hecho de que no haya constituido un saber estrictamente académico.

Pero los cambios que se han operado en nuestra sociedad, las múltiples referencias al cuerpo que en ella se dan (imagen corporal, salud, deporte), la incorporación de la mujer a los distintos ámbitos profesionales, las formas de vida cada vez más rutinarias y alejadas de lo estrictamente personal, la igualdad de oportunidades extendida a todos los ciudadanos, exigen una nueva concepción de la educación y de sus prácticas, que dote a los escolares de los recursos necesarios para responder a las nuevas exigencias a la vez que le otorgue mayor autonomía para poder tomar decisiones propias.

Pues bien, de todos estos cambios, tiene especial relevancia para la educación física la posición destacada que viene a ocupar el cuerpo en las formas de vida actuales. Vivimos una cultura del cuerpo de la que la escuela no puede inhibirse; al contrario, debe proporcionar al escolar los medios necesarios para acceder a ella y a los bienes que de la misma se derivan: bienestar psicofísico, equilibrio personal, disfrute del ocio o del espectáculo, etc.

Las concepciones actuales sobre el cuerpo humano desde distintos ámbitos científicos o ideológicos confirman la falsedad del tradicional dualismo corporalmente y resaltan la unidad psicofísica del hombre, en la que el cuerpo es un factor básico de la conducta.

Por otra parte, en nuestro mundo actual, cuyas formas de vida son cada vez más rutinarias y en el que las decisiones están orientadas frecuentemente por fuerzas externas al individuo, adquiere singular importancia, como contrapunto, «lo personal». Y, es precisamente, en este ámbito personal donde la educación física encuentra su mejor aliado. Las actividades físicas son algo fundamentalmente vivencial y la unidad psico-física del hombre adquiere en ellas su verdadera dimensión.

Las nuevas concepciones educativas conceden especial importancia a la Educación Física, dando la razón a Ommo Gruppe (1976) cuando afirma que «ésta no solo aporta tareas específicas en la educación del hombre sino que representa una forma determinada de llevarse a cabo la formación y la educación humana».

## **2. ESQUEMA GENERAL DE LA UNIDAD** (véase epígrafe Objetivos)

### **3. OBJETIVOS**

- 1.º Relacionar la práctica docente con el contexto personal y social.
- 2.º Conocer las necesidades planteadas por la actual Reforma educativa.
- 3.º Justificar la Educación Física como área educativa.
- 4.º Comprender la especificidad de la Educación Física.
- 5.º Conocer los agentes estructurales de la intervención en Educación Física.
- 6.º Analizar los objetivos de la Educación Física escolar.

## **4. DESARROLLO DE LOS CONTENIDOS**

### **4.1. Los cambios sociales y la innovación docente en la Educación Física**

Las sociedades avanzadas se caracterizan por su gran diversidad y por los cambios sociales rápidos o crisis permanentes, que exigen de los individuos y los grupos una elevada capacidad de adaptación y un abundante y variado bagaje de recursos para hacer frente a esos cambios y poder no sólo sobrevivir sino también seguir mejorando las condiciones de vida alcanzadas.

Esto hace que los responsables de los sistemas educativos se planteen la necesidad de capacitar a los individuos desarrollando en ellos una serie de habilidades y destrezas tanto de tipo cognitivo como actitudinal, que les permitan asumir esos cambios sin, por otra parte, perder su identidad, dotándoles de un talante creativo e innovador. Como señalaba C. Rogers, la persona educada es aquella que ha aprendido a cambiar.

Pero, como es evidente, el desarrollo de las habilidades y estrategias creativas en los alumnos no es independiente de la tarea del profesor. Por ello, la adquisición de estrategias innovadoras por los docentes es el correlato necesario para esa formación.

La práctica docente de la educación física ha seguido los avatares de la docencia en general. Sin embargo, la exclusión crónica de los currícula escolares o su falta de significación en las tareas y objetivos escolares, con todo lo que ello ha significado de falta de prestigio de la materia, escasez de recursos, etc. y, sobre todo,

la diversidad de planteamientos en la formación de su profesorado ha hecho que frecuentemente la práctica docente se haya visto separada de las necesidades individuales y sociales, siendo, a su vez, reforzada por una cultura y experiencia profesional muy resistentes al cambio.

Esta situación se ha visto agudizada por la necesidad de alcanzar el prestigio escolar en base a una metodología específica que los convirtió en técnicos en aprendizaje motor, con un bagaje científico y técnico ciertamente considerable, pero no siempre relacionados con los objetivos escolares. Esto se reforzaba, a su vez, por su pretendida neutralidad ideológica, a todas luces poco real en las prácticas educativas.

En las últimas décadas esta orientación casaba muy bien con ciertos enfoques del currículum, como era el enfoque tecnológico que enfatizaba los aspectos racionales y técnicos del movimiento humano, en aras de una eficiencia motriz que se veía reforzada sobre todo por el modelo deportivo dominante en nuestra sociedad. Modelo que, a su vez, reportaba una gran cantidad de beneficios (políticos, económicos, científicos y profesionales) que justificaba el mimetismo tanto en los docentes como en los discentes. En los primeros porque su tarea se veía realizada por el prestigio que el deporte ha alcanzado en nuestra sociedad, y, los segundos, porque se veían fieles imitadores de las estrellas deportivas.

Se había operado un reduccionismo del concepto de Educación Física, identificándolo con educación deportiva; de ahí incluso la expresión utilizada en los propios textos ministeriales: educación físico-deportiva.

Esta concepción de la educación física, centrada sobre todo en el paradigma proceso-producto, y en la serie de regulaciones didácticas orientadas a un proceso claro de evaluación, produjo un mimetismo de las enseñanzas de aula al insistir en los aspectos técnicos del proceso más que en los vivenciales y de autorregulación, por lo que, posiblemente, la mayor parte de los aspectos educativos más profundos del movimiento humano pasaban desapercibidos.

Por otra parte, el perfeccionismo de las formas produjo un cierto «elitismo motriz», del que quedaron excluidos muchos escolares que no se han sentido motivados por este tipo de eficiencias.

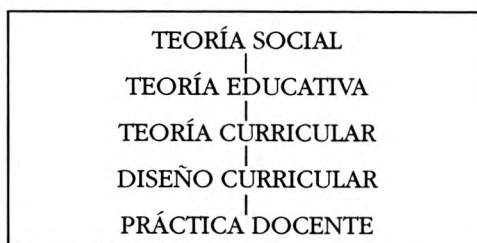
Sin embargo, los cambios en la cultura física de la sociedad y la progresiva democratización de la práctica deportiva, así como el surgimiento de deportes no convencionales y la utilización del ejercicio físico con objetivos muy diversos, han favorecido el interés por la educación física.

Asimismo, la inclusión de la Educación Física como área educativa en los sistemas escolares a todos los efectos, reclama un cambio de perspectiva y una subordinación a los objetivos educativos, no solo de hecho sino de derecho.

Por ello, la práctica docente en la educación física no puede estar alejada de las necesidades sociales y sus cambios. Como ya señalara Ulmann (1982): «Las ideas cuentan más que los gestos en educación física». Toda práctica docente es deudora de una teoría educativa previa, que, a su vez, se deriva de una concepción de la sociedad y de la posición del individuo en la misma. La escuela, como es sabido, es

una institución que sirve a los intereses de la sociedad que la sostiene, por ello, la práctica docente es el resultado de una cadena de toma de decisiones a distintos niveles de las que el docente no puede prescindir.

Compaginar los intereses estrictamente docentes con los más amplios intereses sociales es una de las tareas fundamentales de los docentes. La toma de decisiones se articulará según el siguiente esquema:



No cabe duda de que las concepciones educativas reposan sobre las distintas concepciones de la naturaleza y la sociedad humanas, están en la base de todo quehacer educativo y orientan tanto los objetivos a alcanzar como los contenidos, métodos, actividades y recursos a utilizar.

Así no se desarrollará de igual modo una clase de educación física basada exclusivamente en el concepto de máquina corporal, que hay que poner a punto, que si consideramos al alumno como unidad psicofísica en la que el cuerpo no es una entidad autónoma sino que está integrado en la personalidad total, y en un contexto social determinado.

## 4.2. La actual reforma educativa: razones y objetivos

### A) *¿Por qué la Reforma?*

En la educación se transmiten los valores que hacen posible la vida en sociedad. La madurez de las sociedades es consecuencia en buena medida de su capacidad para integrar, a partir de la educación, la dimensión individual y comunitaria. De la formación e instrucción que los sistemas educativos proporcionan depende la mayor o menor adecuación de los individuos a las exigencias sociales.

Por ello es natural que los estados traten de acomodar los sistemas educativos a los distintos cambios y necesidades que dentro de la sociedad van surgiendo. En este contexto se inscribe la actual Reforma educativa española.

Las razones que justifican esta Reforma en el momento actual son de diversa índole:

- **Políticas:** para adaptar la educación a la nueva ordenación del estado español configurado en comunidades autónomas; para adaptar la educación al contexto europeo; para formar a los ciudadanos en los sistemas democráticos de convivencia potenciando desde la escuela los hábitos adecuados, a través de:

- la autonomía de los centros de trabajo y los equipos docentes.
  - la participación de padres y alumnos en los temas educativos.
  - el papel de los Consejos Escolares en la planificación y gobierno de los centros.
- **Socioculturales:** para adaptar la educación a los cambios culturales, sociológicos, profesionales, tecnológicos etc..., que están ocurriendo en la sociedad. Para promover la igualdad de oportunidades al acceso a los distintos bienes culturales. La carencia de formación produce inadaptaciones personales y colectivas que dificultarían la convivencia social. Por ello, se extiende la escolaridad obligatoria hasta los dieciséis años, ofreciendo una formación común, integral y polivalente para todos.
- **Económico-laborales:** para adecuar la escuela al mercado de trabajo y para promover también a la educación para la utilización del tiempo libre de manera que éste sea un espacio de creación personal, y no una respuesta mimética a la oferta del mercado.
- **Psicopedagógicas:** ofrecer un marco coherente en el que no existan rupturas entre las diferentes etapas educativas; incorporar los avances realizados en el campo de la Pedagogía y la Psicología adaptándose a las situaciones de los alumnos; incorporar al sistema escolar contenidos que estaban fuera de él y que son reclamados por el interés de la sociedad; preparar a los jóvenes para vivir como ciudadanos activos proporcionándoles suficientes elementos de transición a la vida adulta y activa; para mejorar la calidad de la enseñanza y la motivación de los alumnos; porque ciertas facetas del desarrollo personal sólo están aseguradas si se lleva a cabo una intervención planificada desde la escuela. Otorgar al profesorado un papel activo en proceso de desarrollo educativo proporcionándole una mayor autonomía en la elaboración de proyectos curriculares.

#### **¿Por qué una reforma educativa?**

*Razones políticas*  
*Razones socioculturales*  
*Razones económico-laborales*  
*Razones psicopedagógicas*

#### **B) ¿Para qué la Reforma?**

- **Adquisición de conocimientos (saber).** La educación escolar cumple un papel mediador entre el alumno y el conocimiento culturalmente organizado. Se trata de que los alumnos dominen los conocimientos más básicos y funcionales en relación con el mundo y la vida, a través de la construcción de aprendizajes significativos.
- **Adquisición de procedimientos (saber aprender).** Se trata de que los alumnos aprendan a aprender utilizando los recursos personales y culturales:

- aprender a pensar
  - aprender a investigar
  - aprender a estudiar
  - aprender a usar la información. (Sabendo estructurarla, relacionarla, enjuiciarla y aplicarla)
- **Adquisición de hábitos, actitudes y valores (sentir, hacer y querer).**  
 Pretende asegurar en los alumnos las normas, actitudes, valores y hábitos más allá del contexto escolar, a través de el desarrollo de la autonomía personal y social

#### **¿Para qué la reforma?**

Para adquirir conocimientos: *Saber*

Para adquirir procedimientos: *Saber aprender*

Para adquirir hábitos, actitudes y valores: *Hacer, sentir y querer*

### **4.3. Justificación de la Educación Física como área educativa**

La sociedad y la cultura actual son cada vez más conscientes de la necesidad de incorporar a la cultura básica del ciudadano aquellos aspectos relacionados con su cuerpo y con el movimiento.

La Educación Física como intervención sistemática e intencional sobre el ser humano con fines previamente asignados es tan necesaria como en otras áreas educativas. Sin embargo es conocido el hecho de que no ha sido contemplada históricamente como tan necesaria, porque probablemente no se ajustaba a los fines de la escuela tradicional.

La inclusión a todos los efectos en los sistemas escolares actuales responde a distintas exigencias:

#### **4.3.1. Cambios en la concepción de la escuela**

Las críticas a la educación básica son abundantes sobre todo si se tiene en cuenta el alto índice de fracaso escolar. A pesar del sin fin de declaraciones abogando por una educación básica dirigida a conseguir una educación integral de alumno y el desarrollo de su personalidad, lo cierto es que todavía nuestra escuela sigue siendo esencialmente intelectualista, tanto en los contenidos como en los métodos y sistemas de aprendizaje. El objetivo fundamental de desarrollo de la personalidad señalado en lugar destacado en casi todas las leyes educativas aparece diluido, cuando no olvidado en la práctica entre la maraña de contenidos, programaciones, evaluaciones etc. A pesar de todas las revoluciones pedagógicas el alumno sigue siendo en muchas escuelas un ser «artificialmente reducido»; el tipo de vida que experimenta en la escuela no tiene nada que ver con la vida que experimenta fuera. Aspectos como el desarrollo de carácter, la vivencia y utilización del propio cuerpo, la formación estética, e incluso el aprendizaje profundo de las normas sociales y de convivencia no siempre son atendidos suficientemente en nuestras escuelas.

Por ello la escuela hoy debe ser más formativa, y no simplemente informativa, y ampliar consecuentemente sus objetivos educativos puesto que además el alumno pasa cada vez más tiempo en la escuela y menos en casa. Por esta razón la escuela se está convirtiendo cada vez más en un centro de vida, y la vida es más rica que la estricta adquisición de conocimientos.

En este contexto de cambio la educación física está plenamente justificada por responder tanto por sus objetivos, como por sus contenidos y por sus procedimientos a esta nueva concepción de la escuela.

### **4.3.2. La cultura del cuerpo**

La cultura física actual genera una demanda a la que debe responder el sistema educativo. El cuerpo ocupa, hoy, un lugar central en nuestra sociedad constituyéndose en un valor que todo lo condiciona y lo polariza, por eso para algunos «el cuerpo es el gran mediador de la cultura contemporánea» (Brohn, J. M., 1978) y para otros «estamos viviendo la segunda resurrección de la carne» (Ortega y Gasset, 1924). Estas expresiones y otras que han ido apareciendo en los últimos años reflejan de distinta manera la omnipresencia del cuerpo en las múltiples manifestaciones de la vida diaria, convirtiéndose incluso en un claro objeto de consumo (Baudrillard, J., 1990).

Todo ello ha generado una cultura del cuerpo en la que el ciudadano se ve inmerso; esta cultura corporal muestra, sin embargo, signos de gran ambivalencia (Alonso Hinojal, I. & Vázquez Benilde, 1986), pues a la vez que se valora y concede al cuerpo un significado importante en nuestras vidas por otra parte hay signos evidentes de agresiones al cuerpo de diferentes formas tanto desde la actuación sobre la naturaleza física hasta las de carácter simbólico; y se puede descubrir que se ejercen en razón de intereses no siempre explícitos y muchas veces inconcesables. Por ello la intervención educativa en este terreno se hace cada vez más necesaria.

Por otra parte, las formas de vida actuales son cada vez más rutinarias y las decisiones están orientadas, frecuentemente, por fuerzas externas al individuo, por lo que en este contexto adquiere singular importancia «lo personal». Y no cabe duda de que el cuerpo propio representa ese reducto personal que lo convierte en símbolo de nuestra cultura.

Es precisamente en este ámbito personal donde la educación física encuentra su mejor aliado; las actividades físicas son algo fundamentalmente vivencial y la unidad psicofísica del hombre adquiere en ella su mayor significación.

Se trataría de resituar a la persona en este contexto de una forma autónoma. La Educación física supone un conocimiento de todos aquellos elementos que componen esta cultura corporal desde las técnicas corporales utilizadas (destrezas, actividades deportivas, juegos etc...) hasta los hábitos y cuidados corporales de manera que le permita tomar decisiones propias y valorar su importancia respecto de sí mismo y de la sociedad.

### **4.3.3. La Educación Física como una educación total**

Las concepciones actuales sobre el cuerpo humano desde distintos ángulos científicos o ideológicos confirman la falsedad del tradicional dualismo cuerpo-mente y resaltan la unidad psico-física del hombre en la que el cuerpo juega un papel fundamental en la conducta humana.

Desde el área de Educación Física se intenta educar las capacidades motrices de los alumnos; pero la enseñanza en esta área implica tanto mejorar las posibilidades de acción de los alumnos como propiciar la reflexión sobre la finalidad, sentido y efectos de la acción misma. Las ciencias de la actividad física tienen por objeto el estudio de las estructuras funcionales (biomotrices, psicomotrices y sociomotrices) de las conductas motoras y los procesos implicados en la realización de las acciones motrices concretas. Se le asignan a la Educación Física funciones en tres ámbitos:

- Las que orientan la E. Física hacia el desarrollo de la condición biológica y el mantenimiento de una buena forma física.
- Las que orientan la E. Física hacia la adquisición de habilidades y destrezas útiles en la vida social.
- Las que orientan la E. Física hacia la influencia del movimiento en el desarrollo de otras capacidades personales (cognitivas, afectivas, comunicativas, morales y sociales).

#### **Justificación de la E. Física como área educativa**

*Cambios en la concepción de la escuela  
La cultura corporal dominante  
La educación física como educación total*

### **4.4. La especificidad de la Educación Física respecto de otras áreas educativas: conocimiento teórico y conocimiento práctico**

Tradicionalmente la educación se ha interesado fundamentalmente por la adquisición de conocimientos de tipo intelectual que preparan al individuo para la comprensión de la sociedad y de sus tareas, poniendo el acento básicamente en los llamados saberes académicos, social y culturalmente acotados para ser transmitidos en la institución escolar. Aun salvando las diferencias conceptuales y metodológicas propias de los distintos saberes (lengua, matemáticas, historia, etc...) todos ellos pueden considerarse partícipes de unos rasgos comunes ya que son fácilmente objetivables y transmitidos según el pensamiento lógico. Y a este respecto las tareas escolares, espacios docentes, relación pedagógica, etc..., siguen unas pautas más o menos generalizadas por lo que pudiéramos denominarlas como tareas de aula.

En general podríamos afirmar que predominaba el conocimiento teórico sobre el práctico, el pensar sobre el hacer, «el saber qué» sobre el «saber cómo» (Ryle, G. 1949).

En Educación Física el saber teórico está justificado cuando desemboca en el «saber cómo», de tal manera que si nos planteáramos epistemológicamente que tipo

de saber es el de la E. Física lo definiríamos más por una racionalidad práctica que teórica, teniendo en cuenta obviamente que tanto el saber teórico como el práctico son expresiones de la racionalidad humana (Ryle, G. *o.p.*). Como señala Arnold, P. J. (1991) cuando una persona «sabe como hacer» ciertas cosas específicas (ya sea hacer una casa o jugar al baloncesto) está demostrando que su conocimiento se encuentra actualizado y puesto en práctica en aquello que hace; su inteligencia se manifiesta así en lo que hace y no solo en lo que piensa.

Esta especificidad de la educación física como conocimiento práctico conlleva unas implicaciones que afectan a su docencia tanto desde el punto de vista de la realización, como del tiempo de aprendizaje, espacios, materiales, interacción, metodología y hasta el papel del profesorado y las formas de evaluación.

La conducta del hombre en movimiento no afecta sólo a las ideas sino muy especialmente a toda su personalidad. La conducta motriz de una persona no es resultado sólo de una transmisión más o menos intencional de formas de hacer, sino que es el resultado de su historia personal, de sus ideas, sentimientos, deseos, fantasmas, etc... Todo ello pone de manifiesto que la actividad física de un individuo está firmemente enraizada en las vivencias y experiencias personales, y por lo tanto la forma de abordar su enseñanza tiene unas características especiales, donde la experiencia motriz del alumno tiene un significado especial para el diseño docente. A diferencia de otras materias de enseñanza, en la Educación Física, los aspectos educativos pesan más que los propiamente académicos. Por lo tanto no se tratará sólo de la adquisición de los movimientos y destrezas más o menos útiles individual y socialmente, sino sobre todo de las vivencias experimentadas en la propia actividad motriz y del desarrollo del gusto por la misma.

Esto solamente se conseguirá con un verdadero «compromiso motor» por parte del alumno que será estimulado por las estrategias pedagógicas precisas (motivación, progresión, disfrute, etc.).

No cabe duda que considerada como «materia escolar» debe obtener unos resultados observables pero no debe caer en un excesivo «didactismo» que impida la experiencia personal plena, ya que ésta es la que permite un aprendizaje verdaderamente significativo al alumno.

Por todo ello la propuesta pedagógica debe contemplar un modelo de aprendizaje constructivista y significativo en el que el alumno tome un papel muy activo en la elaboración de su propio movimiento.

La especificidad de la E. Física reclama por parte de sus docentes estrategias pedagógicas centradas en el alumno:

- Una visión integral de la personalidad del alumno.
- Una atención especial a la experiencia propia en el aprendizaje.
- Un énfasis en el compromiso motor del alumno.
- Una consideración del «tiempo» y «ritmo» en el aprendizaje del alumno.
- Presentación de experiencias gratificantes, donde se alcancen diversos niveles de éxito.

## 4.5. El cuerpo y el movimiento como eje de la Educación Física

La Educación Física se define en base a dos parámetros fundamentales: el *cuerpo* y el *movimiento* humanos, y según entendamos estos dos elementos la educación física adquirirá un enfoque u otro, desarrollará unas metodologías específicas para cada uno y generará unos recursos u otros según esas concepciones originarias.

El área de la Educación Física comprende aquellas experiencias educativas centradas en el cuerpo y en el movimiento humano, no solo en el ámbito de la acción sino también en el del conocimiento y en el de los hábitos y actitudes favorables al propio cuerpo y alas actividades físicas en general que incluyan tanto los aspectos de eficiencia motriz o instrumentales como los expresivos y de relación del movimiento humano.

### 4.5.1. El cuerpo

El ámbito profesional de la Educación Física ha obviado frecuentemente el tema del cuerpo centrándose, en cambio, en el movimiento, convirtiendo éste en el único objetivo de la educación física. Visión lógicamente conectada con el positivismo dominante también en la educación.

Así resulta que se olvida frecuentemente que el movimiento no es más que un instrumento, o mejor dicho, una manifestación de una entidad más global que es el cuerpo humano y a los educadores físicos no les ha preocupado el cuerpo quizá por darlo por supuesto y considerarlo demasiado obvio.

Pero, ¿qué es el cuerpo humano? Es cierto que, todavía hoy, el cuerpo evoca un saber anatómico-fisiológico sobre el cual se desarrollan distintas prácticas, entre ellas las médicas. En este sentido se puede afirmar que las prácticas de la educación física han dependido históricamente del modelo de cuerpo que la medicina les ha proporcionado. (Benilde Vázquez, 1989).

En general, los modelos corporales que la medicina ha proporcionado a la educación física han sido modelos llamados científicos que pretendían ser saberes neutros y no contaminados por las ideologías ni las influencias sociales; eran saberes científicos sobre el cuerpo que lo desposeían de toda dimensión axiológica. En este sentido, también los educadores físicos se han considerado a si mismos como profesionales neutros al margen de toda ideología, incluso ello venía ser un prurito o supuesto elemento de prestigio. Evidentemente, nada más lejos de la realidad, pues no hace falta más que acudir a la historia de la educación física y veremos que esta neutralidad no ha existido nunca.

Esta concepción del cuerpo como realidad biológica inspira consiguientemente una determinada concepción del movimiento que llevó a estudiarlo en sus aspectos más atomizados y abstractos, sujeto a leyes de carácter bio-fisiológico y bio-mecánico siguiendo la metodología de las ciencias fisico-naturales.

Este saber dio lugar al conocimiento del *cuerpo objetivo*, que es el que se ofrece a la mirada del científico; éste es un saber puro, alejado supuestamente de toda sospecha ideológica, pero también es un saber descontextualizado y, como tal, poco real.

Pero, a partir del desarrollo de las ciencias neurológicas y de la incorporación de las ciencias humanas y sociales al estudio del cuerpo, se va configurando un nuevo modelo científico-corporal que excede a la máquina biológica, que da lugar a nuevas concepciones del movimiento humano, menos mecanicistas y más humanistas, destacando la dimensión interna de la percepción corporal y la externa o social: *cuerpo subjetivo* o *cuerpo propio* cuyo conocimiento sólo se alcanza por la introspección y la experiencia propia.

Este nuevo modelo enfatiza el itinerario personal, de tal manera que el cuerpo con el que funciona la persona es el cuerpo subjetivo, es decir, el cuerpo que uno siente o experimenta, y éste es el resultado de toda su experiencia personal, de sus ideas, sentimientos, deseos, fantasmas, etc.» No es nunca nuestro cuerpo objetivo el que movemos sino nuestro cuerpo fenoménico» (Merleau-Ponty, M. 1975). Por ello, cuando se analizan las posibilidades físicas de una persona se comprueba que éstas no dependen solo de las diferentes cualidades corporales de cada uno, ni tampoco solo de la capacidad racional del sujeto para utilizarlas, sino también, y en gran medida, de cómo las vivencie el propio individuo.

La educación del cuerpo significa, sobre todo, establecer un modo de relación con él; por lo tanto pasa por su conocimiento y valoración como elemento fundamental de la personalidad.

En este sentido, la Educación Física deberá tomar en consideración objetivos como los siguientes:

- conocer el cuerpo
- aceptar el cuerpo
- sentir el cuerpo
- cuidar el cuerpo
- desarrollar el cuerpo.

Por otra parte, la Educación Física, teniendo en cuenta estos objetivos, deberá analizar los actuales valores corporales, poniendo énfasis en:

- el culto al cuerpo
- la dictadura de los cánones estéticos
- la preocupación por la salud
- el mito de los campeones
- la apariencia corporal como valor prioritario
- la hipertrofia de las formas entre otros.

Con objeto de que algunos de estos mitos no se conviertan en una nueva obsesión personal que desemboque en un nuevo tipo de angustia.

#### **4.5.2. El movimiento**

El segundo parámetro de la Educación Física es el movimiento. El movimiento, desde el punto de vista existencial, es el primer instrumento de adaptación al

medio: vida y movimiento son inseparables. El perfeccionamiento y riqueza de los movimientos humanos dota al hombre de una mayor base existencial.

Las funciones del movimiento son múltiples, tanto desde el punto de vista individual como social, y la educación física debe contemplar este carácter multifuncional.

Entre dichas funciones, las más importantes son:

- de conocimiento,
- de organización de las percepciones,
- anatómico-funcional,
- de relación,
- agonística,
- higiénica,
- hedonista,
- compensatoria y
- catártica.

El aprendizaje de las habilidades motrices no es un hecho autónomo sino que se produce en relación a otros ámbitos de la personalidad, por eso las relaciones entre aprendizaje motor y desarrollo cognitivo, desarrollo afectivo y desarrollo moral-social son estrechas.

En base a todo ello, la educación física escolar debe huir de cualquier reduccionismo así como del aislamiento escolar, ya que no debe ser considerada sólo como una materia más del currículum sino como un área educativa, con objetivos propios y específicos perfectamente armonizados con los objetivos generales de la educación.

#### **4.6. La Educación Física y la renovación de la escuela**

Recogiendo algunos de los principios de la educación actual, veamos la especial significación que alcanzan en la educación física:

- actividad propia y actividad del profesor
- autonomía frente a dependencia
- autocontrol frente a control externo
- creatividad frente a rutina
- interés por la actividad frente a pasividad
- individualización frente a masificación
- integración frente a aislamiento
- juego como actividad motivante frente a trabajo

**Actividad propia.** Evidentemente, nadie se puede mover por otro; claro que la actividad propia tiene muchos grados, desde el simple mimetismo hasta la autorealización. La educación física será verdaderamente educación en la medida en que consiga la autorrealización corporal en la que el individuo genera, decide y controla su propia actividad. La propuesta de problemas motrices a resolver por los alumnos, la táctica individual o colectiva, el resultado de la propia experien-

cia, etc., son altamente motivantes para el alumno y le dan el sentido fundamental de actividad propia.

**Autonomía.** Ser autónomo es ser fuente y origen de las propias acciones y decisiones. La educación física debe liberar al alumno de sus propios miedos corporales, de los estereotipos sociales transmitidos a través de las modas culturales, de los prejuicios, de la manipulación, ya sea a través del deporte, del espectáculo, del erotismo o del avasallante consumismo. Tener autonomía corporal es poder disponer libre y conscientemente del cuerpo y de sus acciones; el cuerpo no debe ser una rémora o un lastre que llevemos pesadamente, ni tampoco una imposición social que nos lleve a perder nuestra identidad.

**Autocontrol.** La actividad física establece continuamente el «feedback» en su ejecución, desde la más automatizada hasta la más creativa. Sin la existencia de esta retroacción la eficacia sería nula. Por lo tanto, el alumno debe aprender a controlar su propia actividad ya que es el verdadero protagonista.

El resultado de la acción es directamente observable y evaluable por él mismo, por ello la actividad física es un buen campo de observación propia.

**Creatividad.** Desde el mimetismo infantil hasta la expresión propia hay todo un campo que recorrer para la educación física. Desde el gesto estereotipado y automatizado con vistas a acciones más complejas e innovadoras, desde las «habilidades cerradas» en las que la consecución del automatismo es lo esencial, hasta las «habilidades abiertas» en las que el individuo tiene que adaptarse continuamente a las variantes condiciones del medio optando por conductas no previstas de antemano, la educación física es un importante campo de expresión creadora. No es el más educado físicamente el que ha conseguido automatizar más conductas, sino aquel que consigue romper el automatismo en el momento oportuno y aporta. Un conducta nueva, lo primero es un simple adiestramiento, aunque cueste mucho conseguirlo, y lo segundo es movimiento verdaderamente creativo y humano.

**Interés.** El interés es el motor de la actividad. Sabemos que el «querer hacer», el «querer aprender» es el requisito previo para aprender. De ahí que conseguir la necesaria motivación para el aprendizaje sea una tarea indispensable para el docente. Pues bien, la actividad física es naturalmente motivante para los niños. Estos aman y necesitan el movimiento, aunque haya unas grandes diferencias individuales en cuanto a las necesidades motrices. Los tipos psicomotores son distintos pero a veces el menor interés por las actividades físicas no es una causa sino un efecto, producido en muchas ocasiones por un autoconcepto negativo sobre sus propias posibilidades motrices, generado o por experiencias anteriores, superprotección de los padres, alguna enfermedad crónica, etc., o por las propias expectativas del profesor sobre sus posibilidades. Esto se puede observar claramente en la enseñanza deportiva, donde los «menos buenos» pierden interés frecuentemente por falta de reforzamiento del profesor. Una mala estrategia pedagógica puede ocasionar que los alumnos rechacen el movimiento sobre todo aquellos que tienen menos necesidades en este campo; para ellos las experiencias motrices gratificantes son fundamentales.

**Individualización.** Si el principio de la individualización es básico en la Pedagogía actual, en las actividades físicas es totalmente incuestionable. Las caracte-

rísticas corporales, los niveles de desarrollo y crecimiento, las experiencias motrices previas y el ritmo cinético son tan distintos de unos niños a otros dentro de la misma edad cronológica que una educación física científica solo puede hacerse partiendo del propio individuo y sus características. Si a esto se añade la forma de asumir su cuerpo cada niño, la gratificación o frustración que las actividades físicas le han supuesto anteriormente, las expectativas que sus padres y profesores tienen sobre su propia eficacia corporal, no podemos entender la educación física masificada y «todos a una».

**Socialización.** El movimiento humano es el medio más natural de relación que el hombre tiene, y no solo con el medio físico sino fundamentalmente con el medio social. El juego motriz y el juego deportivo son un buen campo de socialización no sólo de las conductas motrices (socio-motrices), sino también como todo juego, de conductas sociales globales. Como sabemos, a través del juego el niño aprende a ser protagonista y a depender menos de los mayores, su conducta debe estar regulada por el mismo en función de las circunstancias y de las conductas de los demás. Pero además, las actividades físicas en el niño raramente se hacen en soledad, sino en grupos; si además estas actividades se hacen en la naturaleza, las marchas, escaladas, acampadas, etc., exigen un gran espíritu de solidaridad y cooperación, convirtiéndose en un buen medio de aprendizaje de las relaciones sociales.

Desde una problemática social más amplia habría que considerar ciertos problemas sociales o juveniles, que tienen hoy graves consecuencias y difícil solución. A la escuela se le pide, o, al menos, de ella se espera que los solucione o contribuya a solucionarlos. A este respecto la educación físico deportiva podría jugar un papel importante en la integración social de los adolescentes y jóvenes, al menos en los siguientes aspectos: en la integración juvenil en grupos mediante la actividad deportiva frente a la integración en grupos marginados; en el ejercicio físico frente a la drogadicción; en la aventura, el riesgo y la competición en el deporte frente a la aventura, el riesgo y la competición en la violencia y la delincuencia.

**Juego.** Si el aprender jugando es una máxima de la Pedagogía infantil actual, la educación física se presenta como un campo inestimable para ello. Sabemos además que el juego hasta los 14 años es sobre todo juego corporal, ya sea funcional, simbólico o reglado, pasando de ser individual en los primeros años a ser colectivo en plena edad escolar. El principio del juego es fundamental en la didáctica de la educación física; muchas actividades físicas no tienen sentido más que por su componente lúdico. Tan ligado está el comportamiento lúdico a la educación física que la muestra máxima de la maestría corporal en nuestros días recibe el nombre de «Juegos». (Nos referimos a los Olímpicos, naturalmente).

Nuestra cultura y sistema de vida actual, propios de la sociedad industrial, entre cuyos rasgos destacan la eficacia, el espíritu de trabajo, la competitividad, etc., ha ido alejando al hombre de su espíritu lúdico; acuciado además por las necesidades económicas y de consumo que le han llevado a aceptar trabajos no deseados, el pluriempleo, etc., ha desarrollado una moral del trabajo que le ha convertido en un trabajador permanente para quien es difícil llenar el tiempo libre, si no es con otro trabajo. El llamado «síndrome de fin de semana lo atestigua. Se han impuesto el «homo sapiens» y el «homo faber» sobre el «homo ludens».

Por otra parte, la sociedad posindustrial se vislumbra como una sociedad de mayor tiempo libre, la «sociedad del ocio» o la «cultura del ocio». Tipo de sociedad que es ya realidad para algunos sectores de la población (semana de 35 horas y menos, trabajo a tiempo parcial y otras situaciones). En este sentido se impone a la educación actual la preparación o educación para el ocio y el tiempo libre, de tal manera que éste sea un tiempo de creación y expresión personal.

**La Educación Física aporta, en su realización,  
principios básicos para la renovación de la escuela**

*Actividad propia*  
*Autonomía*  
*Autocontrol*  
*Creatividad*  
*Interés*  
*Individualización*  
*Socialización*  
*Juego*

#### **4.7. Finalidades de la Educación Física escolar**

La Educación Física, según lo expuesto anteriormente, no debe considerarse sólo como una materia más a añadir al currículo escolar, sino como un área educativa, ciertamente con objetivos propios y específicos pero también integrada en el proceso educativo general, al que aporta, como hemos visto, posibilidades variadas de innovación.

Así, se consideran finalidades de la educación física las siguientes:

- La promoción de la salud y la belleza corporal, desarrollando el bienestar psicofísico y la responsabilidad sobre el propio cuerpo.
- La adaptación del niño a su propio cuerpo a través de los cambios que experimenta en el proceso de desarrollo.
- Adaptación del niño al entorno físico, social y cultura a través del desarrollo de los movimientos instrumentales, expresivos y artísticos.
- Desarrollo de las conductas lúdicas, creando hábitos y actitudes positivas hacia la práctica de las actividades físicas en el tiempo libre.
- Desarrollo de conductas de autocontrol como elemento de disciplina y conocimiento de uno mismo.
- Promoción de las conductas de rendimiento a través de los juegos y deportes.
- Desarrollo de conductas de expresión y comunicación no verbal.
- Utilización de las actividades físicas para canalizar las necesidades de movimiento de los escolares como compensación de las exigencias del «trabajo escolar».

- Desarrollo de conductas y hábitos sociales a través de la práctica de juegos y deportes colectivos.
- Promoción de la integración juvenil a través de organizaciones y actividades deportivas.

Como se puede observar, la variedad y complejidad de estas finalidades sobrepasan los estrechos límites de una materia curricular con horario lectivo ciertamente reducido. Por ello una innovación en este campo reclama el compromiso de los distintos proyectos educativos para el desarrollo de este área que tiene una proyección evidente en actividades deportivas extracurriculares, así como en la coordinación con otras áreas.

#### **4.8. Síntesis**

Los cambios operados en la sociedad, así como los introducidos por la actual reforma educativa, a la vez que nuevas aportaciones de la investigación respecto del hombre y su cuerpo, reclaman un nuevo enfoque y un cambio de perspectiva en la docencia de la Educación Física.

El área de la Educación Física comprende aquellas experiencias educativas centradas en el cuerpo y el movimiento humanos, no solo en el ámbito de la acción, sino también en el del conocimiento y en el de los hábitos y actitudes favorables al propio cuerpo y las actividades físicas en general, que incluyan tanto los aspectos de eficacia motriz o instrumentales como los aspectos expresivos y de relación del movimiento humano.

Así pues, el área de la Educación Física se propone dotar a los alumnos de una mayor conciencia corporal y de un desarrollo óptimo de sus capacidades físicas utilizando como instrumento básico en movimiento humano en todas sus formas.

A través del movimiento el individuo adquiere también los hábitos, técnicas y usos corporales de nuestra sociedad, desde los más elementales y cotidianos hasta los más sofisticados y espectaculares, como pueden ser la danza y el deporte.

Desde una perspectiva epistemológica, el objeto científico de la educación física es el desarrollo de las conductas motrices, ya que el perfeccionamiento del cuerpo humano, objetivo final de la misma, solamente se puede conseguir a través de dichas conductas motrices. Por ello, el «saber» en educación física se confunde corrientemente con el «saber hacer».

Así pues, serán objeto educativo todas aquellas conductas motrices que tiendan a:

- mejorar el funcionamiento del cuerpo humano, proporcionando un mayor bienestar psicofísico elevando el nivel de su calidad de vida.
- aumentar el caudal de habilidades culturales que permitan al individuo mejorar su capacidad de rendimiento, sus capacidad expresiva y su capacidad recreativa, elevando así su nivel de cultura física.

Como en toda educación, debe, pues, armonizarse las necesidades del individuo con las exigencias de la sociedad. Por tanto, el área de educación física ha de conseguir que el alumno y la alumna conozcan significativamente su propio cuerpo y que dominen una amplia gama de actividades físicas que le permitan la incorporación plena a los usos y costumbres de la sociedad.

Dado que «hacer» es, sobre todo, «saber hacer», las conductas motrices nunca son solamente motrices sino producto de la interacción entre las capacidades motrices, las cognitivas y las afectivas. Por ello, la educación física debe atender también estos aspectos y facilitar su desarrollo a través de las prácticas físicas, de tal manera que los alumnos puedan tomar decisiones personales sobre su propio cuerpo.

Este último aspecto cobra singular importancia en una cultura como la actual, que muchos han definido como de la cultura del cuerpo, ya que éste se ha convertido en objeto central de las relaciones sociales, convenientemente explotado por medio de la imagen y del consumo, lo que aumenta el nivel de ansiedad de los individuos al pretender identificarse con los modelos corporales dominantes.

Por todo ello, la educación física es, en sí misma, una educación total incluida en un marco más amplio, la educación integral del individuo.

En la etapa de Educación Primaria, el área de Educación Física deberá, pues, subordinarse a las finalidades y objetivos propios de esta etapa: autonomía, socialización y aprendizajes básicos, añadiendo a las prácticas escolares tradicionales el aprendizaje corporal que, como se sabe, está en la base de todas las demás.

Por esto, la educación física no debe considerarse como una materia más añadida al currículum escolar, sino como un área de objetivos propios y específicos, perfectamente armonizados con los objetivos generales de la educación, integrándose, de esta manera, en el proceso educativo general.

## **5. ACTIVIDADES DE REFUERZO Y AFIANZAMIENTO**

1. Busca y analiza tres rasgos de la sociedad actual que exijan cambios en el sistema educativo actual.

2. Señala tres objetivos de la actual Reforma educativa que supongan una innovación en las prácticas escolares.

3. Concreta tres rasgos de nuestra sociedad que se refieran al culto al cuerpo.

4. Identifica situaciones sociales en las que se detecte una valoración ambigua del cuerpo.

5. Señala tres diferencias entre conocimiento teórico y práctico que influyan en la docencia de la Educación Física.

6. Concreta tres rasgos de la práctica de la Educación Física que supongan una innovación para los objetivos educativos.

7. Diseña alguna línea de colaboración entre la Educación Física reglada y las actividades deportivas extraescolares.

8. Diseña alguna actividad de colaboración entre la Educación Física y otras materias curriculares.

## 6. EJERCICIOS DE AUTOEVALUACIÓN Y SUS SOLUCIONES

### 6.1. Ejercicios de autoevaluación (véase apartado 5)

### 6.2. Sus soluciones (Consulte Desarrollo de contenidos)

## 7. BIBLIOGRAFÍA

### Básica

- CAGIGAL, J. M.<sup>a</sup> (1979): *Cultura intelectual y cultura física*. Buenos Aires, Kapeluz.  
 MEC (1989): *Diseño curricular base*. Madrid, Ministerio de Educación y Ciencia.  
 VÁZQUEZ, B. (1989): *La educación física en la educación básica*. Madrid, Gymnos.  
 VV. AA. (1990): *Educación Primaria: Educación física*. (Primero, segundo y tercer ciclos). Madrid, Gymnos.

### Complementaria

- ALONSO, H. I. y VÁZQUEZ, B. (1986): *La Educación Física en la perspectiva de las Ciencias de la Educación*. I.º Premio Internacional de Educación Física Jose Maria Cagigal. Ayuntamiento de Bilbao.
- ARNOLD, P. J. (1991): *Educación física, movimiento y currículum*. Madrid, MEC, Morata.
- BAUDRILLARD, J. (1990): *La société de consommation*. Paris. Gallimard.
- BROHN, J. M. (1978): *La civilización del cuerpo: sublimación y desublimación represiva*. Paris. Par-tisans, Barcelona.
- DURING, B. (1995): *La crisis de las pedagogías corporales*. Madrid, Paidós.
- FERNÁNDEZ CALERO, G. y NAVARRO ADELANTADO, V. (1989): *Diseño curricular en educación física*. Barcelona, Inde.
- GRUPPE, O. (1976): *Teoría pedagógica de la educación física*. Madrid, INEF.
- LAÍN ENTRALGO, P. (1989): *El cuerpo humano. Teoría actual*. Madrid, Espasa.
- MERLEAU PONTY, M. (1975): *Fenomenología de la percepción*. Barcelona. Península.
- RYLE, J. (1949): *The concept of mind*. Oxford. Doubleday.
- ROGERS, C. (1975): *Libertad y creatividad en la educación*. Buenos Aires. Paidós.
- TORO, J. (1996): *El cuerpo como delito*. Barcelona, Ariel.
- ULMAN, J. (1982): *De la gymnastique aux sports modernes*. Paris. Vrin.
- VV. AA. (1991): *Educación física. Manual para el profesor*. Málaga, Aljibe.