

TEMA 4: Los contenidos de la Educación Física: evolución y corrientes que han originado. Valor y tratamiento educativo que han recibido las corrientes más extendidas.

**Autores: Marina Barba (coord.),
Javier Coterón, Miguel Prieto,
Vania Becerril**

Esquema:

- 1.- Introducción.
- 2.- Los contenidos de la Educación Física
 - 2.1.- Los contenidos como elemento curricular
- 3.- Evolución de las corrientes que han originado
 - 3.1.- La prehistoria.
 - 3.2.- Edad antigua. Grecia y Roma.
 - 3.3.- La Edad Media
 - 3.4.- El Renacimiento.
 - 3.5.- El siglo XIX y las escuelas.
 - 3.6.- Los movimientos de primera mitad del siglo XX
 - 3.7.- Las nuevas tendencias.
4. Valor y tratamiento educativo que han recibido las corrientes más extendidas.
 - 4.1 El valor dado a los contenidos: orientaciones.
 - 4.2 El tratamiento educativo
- 5.- Conclusión.
- 6.- Referencias bibliográficas y normativa.

1.- INTRODUCCIÓN

Podemos considerar los contenidos – el “qué” enseñar del diseño curricular – como uno de los ejes básicos de nuestra programación docente. Su selección y adecuación es determinante para alcanzar los objetivos que nos planteamos y favorecer el desarrollo competencial de nuestro alumnado.

Su concepción, clasificación, tratamiento aplicación han sufrido una constante evolución ligada a los cambios sociales y culturales.

Los conocimientos incorporados a la cultura y la educación relacionados con el cuerpo y la actividad motriz en cada momento histórico han marcado su definición y tratamiento. Y su inclusión en los programas formativos han constituido una parte fundamental en las distintas generaciones de profesores. Enseñamos lo que hemos aprendido.

El objeto de este tema es mostrar su evolución hasta nuestros días, lo que nos permitirá comprender parte de la historia de nuestra asignatura y seleccionar los más adecuados en nuestra práctica docente.

Comenzaré definiendo el contenido y su significado dentro de la educación física. A continuación, analizaré la evolución conceptual y taxonómica que han experimentado al amparo de las distintas corrientes históricas y finalizaré con una reflexión respecto a la importancia de su tratamiento en nuestra área.

2.- LOS CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Cesar Coll (1987) define los contenidos como un conjunto de formas y de saberes culturales seleccionados para formar parte de las distintas áreas curriculares en función de sus objetivos generales. Su importancia dentro del currículo reside en que su asimilación y apropiación por los alumnos y alumnas se considera esencial para su desarrollo y socialización.

2.1 Los contenidos como elemento curricular

Para **Díaz Lucea (1994)**, dentro del currículo de EF, los contenidos representan el **qué** enseñar. Suponen el conjunto de conocimientos (conceptuales, procedimentales y actitudinales) organizados y vinculados al momento histórico y cultural, a través de los que los alumnos adquieren habilidades, destrezas, conceptos y actitudes concretas que constituyen los potenciales desencadenantes de un desempeño motriz eficiente.

Su selección y aplicación varían según el medio educativo en el que se imparten, dependiendo fundamentalmente de dos factores:

- El entorno cultural de la sociedad: se configura a diferentes factores como las decisiones políticas e ideológicas con las que se promulgan las leyes educativas, las tendencias sociales respecto al valor de la práctica físico deportiva o las nuevas modalidades deportivas que surgen.
- El entorno del centro educativo: dependerá, entre otras, de las decisiones del departamento, la formación e intereses del profesorado, las prácticas más difundidas en el barrio o los gustos y motivaciones del alumnado.

Podemos comprender la concepción, evolución y tratamiento que han tenido los contenidos en Educación Física a través de su concreción en las distintas leyes educativas. Si partimos de la **Ley de Educación Física** de 1961, que establece por primera vez la obligatoriedad de la Educación Física en todas las etapas educativas, en las siguientes décadas asistiremos a una evolución fruto de los continuos cambios en las políticas educativas que han derivado en nuevas leyes que regulan la educación en España.

Desde la **Ley Orgánica de Ordenación General del Sistema Educativo (LOGSE)** de 1990 los contenidos de nuestra materia, aunque han cambiado en su terminología, se han organizado en tres grandes ejes que competen a tres áreas de desarrollo de la persona:

- **Conceptos**, conocimientos o saberes, referidos a la implicación cognitiva en la práctica.
- **Procedimientos** o actividades, medios fundamentales de práctica motriz y eje principal de nuestra materia.
- **Actitudes** o valores, vinculados a la experiencia emocional y de interrelación que es inherente a lo corporal, al cuerpo en movimiento y en relación con el entorno y los otros.

La Educación Física, como medio para la formación corporal de los jóvenes de cada sociedad, ha estado muy relacionada con las concepciones y prácticas motrices predominantes en cada momento histórico y entorno cultural. Para comprender mejor el origen, evolución y configuración de los contenidos de nuestra área, haremos primero un recorrido histórico por las principales corrientes que han influido en su evolución para, posteriormente, centrarnos en el tratamiento pedagógico que se les ha dado.

3.- EVOLUCIÓN Y CORRIENTES QUE HAN ORIGINADO

La función del movimiento ha evolucionado desde sus orígenes, al igual que lo ha hecho el hombre. A grandes rasgos, podríamos resumir la evolución de su función desde la supervivencia y la lucha a la mejora integral de la persona.

La predominancia de unas prácticas u otras depende fundamentalmente del momento histórico y del valor que cada sociedad les da como medio para promover el desarrollo personal y social del individuo. Según **Vázquez (1989)** las actividades físicas son productos sociales y la determinación de éstas se relaciona estrechamente según diversas variables sociales (sexo, hábitat, educación...) y dependerá del valor que se le haya asignado al cuerpo.

Teniendo presente esto, comprenderemos las diversas concepciones de la E.F. según los objetivos que se le marcarán a su práctica (utilitarista, militarista, higienista,...) y dentro de la cultura propia de cada sociedad.

Haremos un recorrido por las distintas concepciones y corrientes siguiendo a **Langlade (1970)**, finalizando con las tendencias que se observan desde la segunda mitad del siglo pasado hasta la actualidad.

3.1 La prehistoria

Se puede deducir que la actividad física era entendida como **fortaleza muscular** y **agilidad**, para adaptarse al medio y como **diversión** en **danzas** y **rituales**. Cuando el hombre pasa de ser nómada a sedentario, por medio de la agricultura y la ganadería, el tiempo libre aumenta y se inicia en actividades físicas recreativas como juegos, principios deportivos, etc...

Para Diem (1996) “el origen de la actividad corporal es puramente cultural, asociando juegos y danzas a fiestas religiosas (ya sea para pedir o dar gracias), siendo el movimiento una forma de liberar tensiones”.

Para **Eppensteiner** “la Actividad Física surge como algo natural del hombre, relacionado con el cuidado del cuerpo y teniendo un triple origen defensivo, social y religioso”.

3.2 Edad antigua. Grecia y Roma.

En la edad antigua se pueden diferenciar dos claras vertientes. Por un lado Grecia y por otro Roma.

B. Vázquez (1989), en este repaso por la historia, asegura: “Si alguna civilización de la antigüedad sobresalió por sus actividades físico-deportivas, ésta fue sin lugar a dudas, la griega”.

La educación en Grecia era **artística** y **corporal**. La gimnasia solo era practicada por ciudadanos libres que querían conseguir la belleza y la fuerza a través de la formación del cuerpo. Sus ideales educativos tuvieron su base en los términos **Arete** (síntesis del valor físico y de las virtudes morales) y **Kalokagatia** (síntesis de lo bello y bueno). En Atenas y Esparta el entrenamiento físico era la base de preparación para los juegos Helénicos compuestos por juegos Olímpicos, Panhelénicos, Píticos, Ístmicos, Nemeos y algunos más, así como la preparación militar.

Las actividades que se realizaban estaban regidas por:

- Paidotriba: que impartía las clases en la Palestra (que era un campo de deportes para jóvenes).
- Gimnasiarca: que controlaba la actividad deportiva de los descansos de las clases de los Didáskalos (maestros).
- Corego: encargado de montar los festivales públicos.
- Gimnaste: era el entrenador de la disciplina atlética y estaba muy formado en medicina, fisiología y dietética.

Con respecto a la formación de los jóvenes se pueden distinguir tres etapas:

1. Hasta 7 años donde se realizaban actividades Físico-Deportivas por medio de las nodrizas.
2. De los 7 a los 20 años realizándose la instrucción en centros militares.
3. A partir de los 20 años algunos seguían en el ejército y otros practicaban en gimnasios y palestras varias horas al día.

Aunque para llegar a realizar esta formación el padre, dependiendo de la condición física de su hijo, podía elegir entre la vida o muerte del recién nacido.

Hay una gran relación entre enseñanzas intelectuales y E.F. pero tras el transcurso de los años comienza a haber diferencias entre la cultura del cuerpo y del espíritu.

Aristóteles (384-322 a.C.), en su libro Las Leyes, capítulo VII, dijo “ las competiciones gimnásticas junto con los ejercicios que las preparan, deben tener como fin el aprendizaje de la guerra y la celebración de las fiestas” así como “ las otras formas de trabajo corporal no son dignas de un hombre libre”.

Platón (428-348 a.C.) sin embargo da prioridad al intelecto, criticando el excesivo entrenamiento atlético de su época. Siendo para él la educación del cuerpo la preparación de la vida militar y dotarle de higiene.

Con respecto a Roma la cultura física dejará de tener tanto relieve ante la cultura intelectual debido en gran parte a la influencia de los filósofos en la evolución de la educación. Solo los bárbaros realizaban entrenamientos con vistas a mejorar los resultados en las competiciones. Para estos, la diferencia entre un hombre civilizado y un bárbaro o esclavo será la práctica de E.F., aunque algunos ciudadanos practicasen juegos de pelota antes de entrar a las termas. Se produce una separación completa entre el enfoque atlético y el higiénico. Los romanos se encaminan más hacia una gimnasia más higiénica.

Séneca (4-65 d.C.) comentó que “ejercer sus músculos y fortificarlos son trabajos inútiles para el hombre juicioso”.

La E.F. se practicaba en tres ámbitos distintos:

- **La Familia:** El padre, al igual que en Grecia, decidía sobre la vida o muerte de su hijo. La práctica de ejercicio físico en las primeras edades se basaba en juegos y la instrucción por parte del padre en el Templo del Honor.
- **Las Milicias:** Se desarrollaban entre los 14 a 17 años y se prolongaba hasta los 47 pudiendo ser requerido para la guerra.
- **Festivales Públicos:** Al principio tenían poca importancia teniendo un gran carácter religioso, poco a poco fueron adquiriendo un cariz más social y deportivo. Las tres actividades que se desarrollaban como festivales eran los juegos gladiatorios, las competiciones hípicas y los centros de Educación Físico-Deportiva y Social.

Con la llegada de la época cristiana y tras VI siglos de olimpismo y culto a la belleza y la fuerza corporal, el espíritu adquiere la mayor importancia y como dice **Marrou** “la E.F. llega a su muerte”.

3.3 La Edad Media

En la Edad Media, con la llegada del cristianismo, se suprimen los Juegos Olímpicos por mandato de Teodosio I en su edición 286 en el año 569 d.C. Esto sucedió así porque eran considerados paganos.

En esta época hay grandes diferencias entre deporte y entrenamiento deportivo y entre educación física e intelectual. Los filósofos solo admiten la gimnasia higiénica, que en esta época también desaparecería, realizando solo una minoría una actividad física de carácter higiénico, mientras que la estética sobrevive a través de las danzas. Pero los caballeros sí tenían una actividad física intensa con la preparación para las guerras y torneos.

Miguel Vicente Pedraz (1988) asegura en su libro “teoría pedagógica de la Actividad Física” que la cuna marcaba a la persona dependiendo de la clase social a la que perteneciese.

3.4 El Renacimiento.

La educación física en el Renacimiento tiene como principal protagonista a **Rabelais (1494-1553)**, médico que indicaba como beneficioso el ejercicio, la buena comida, prendas holgadas y aire puro, reaparece por lo tanto la función higiénica.

Otros impulsores de la E. F., incorporaron la educación del cuerpo en los sistemas pedagógicos, siendo estos **Locke (1632-1704)**, **Rousseau (1712-1778)** que aboga por una vida rústica y al aire libre con una finalidad educativa. Es el autor del libro “Emilio” muy importante desde un punto de vista físico-educativo y **Kant (1728-1804)**, autor del libro “Pedagogía” donde trata un capítulo del desarrollo de la fuerza, habilidad, velocidad y seguridad. Todos ellos influenciados por **Platón**.

Otros personajes importantes en esta época son **Basedow (1723-1795)** realizando una reforma escolar en Alemania, en el instituto “Filantropinum” donde promueve los juegos alemanes y la gimnasia griega.

Pestalozzi (1746-1827) trató de desarrollar en Suiza la Educación Física defendiendo su gran valor educativo.

Desde el Renacimiento hasta el siglo XIX solo se da importancia a la gimnasia higiénica, que tenía como objetivo la conservación de la salud a través del ejercicio, aire puro, descanso y régimen alimenticio sencillo.

Este periodo se caracteriza por la revolución pedagógica y la formación global del individuo (física, intelectual, estético, religioso, etc.).

Vittorino de Filtre crea una institución educativa denominada “Gimnasium” impartiendo sobre todo una educación intelectual pero también física.

Mercurialis (1530-1606) escribió “el arte gimnástico” siendo una teoría de los ejercicios físicos con el sentido medico e higiénico.

A partir de estos autores se comienzan a gestar la Educación Física escolar contemporánea por medio de la posterior aparición de las distintas escuelas gimnásticas del S. XIX.

3.5 El siglo XIX y las escuelas

Es a partir de este siglo en el que podemos hablar propiamente de “corrientes” que van a generar modelos pedagógicos para impartir la E.F. a través de determinadas prácticas.

Podemos destacar cuatro escuelas: la Sueca, la Alemana la Francesa y Inglesa.

Con respecto a la **escuela sueca**, el padre de esta gimnasia es **P.H.Ling** (1776-1839) que inspirado por Platon, Rousseau, Locke y Kant , propone como objetivo fundamental de la E.F. la conservación de una buena salud, siendo el objetivo de la gimnasia desarrollar de forma correcta el cuerpo humano, a través de los movimientos bien determinados. Esta gimnasia tiene un componente formativo, higiénico y sanitario, siendo muy utilizada por los médicos. Su hijo **A. Ling** ordenó y completó la obra de su padre y fue el que divulgó la gimnasia escolar, así como su padre divulgó la gimnasia sueca, difundiéndose su método en el Real Instituto de Estocolmo donde se impartían estudios de profesor de gimnasia.

La **escuela alemana** tiene como máximo exponente a **Guts Muths** (1745-1839) que considera a la gimnasia como una parte de la pedagogía. Explica la importancia de los ejercicios físicos para el desarrollo de la personalidad de los jóvenes en edad escolar. Escribió un libro denominado “Gimnasia para la juventud” y escribió tratados sobre juegos y natación.

La gimnasia de **F. Amorós** (1770-1848), perteneciente a la **escuela francesa** estaba influenciada por Guts Muths y modificada para adaptarse a los aparatos. Esta escuela tiene un excesivo carácter

militarista y acrobático sin una finalidad claramente escolar. Se puede decir que esta escuela tiene un carácter anatómico funcional.

Demeny intenta desarrollar las facultades motrices por medio de un perfeccionamiento físico.

Hébert desarrolla el “método natural”, cuyos principios de desarrollo integral en contacto con la naturaleza prevalecen hoy en día como parte del currículo escolar.

En resumen, estas tres escuelas tienen unas finalidades de recreación y corrección postural, preocupadas por el buen estado físico y moral de la juventud.

La **escuela inglesa** se identifica con el movimiento deportivo, cuyo máximo exponente es **T. Arnold** (1795-1842). Consiguió que el deporte y el entrenamiento deportivo se institucionalizaran, extendiéndose mediante tres formas por todo el mundo: juego, competición y formación. Resurgiría entonces la función agonística perdida en la antigua Grecia.

En los Estados Unidos se añadió a esta concepción la preparación física con vistas a las competiciones. Siendo la base del deporte moderno.

3.6. Los Movimientos de primera mitad del siglo XX

Con la llegada del siglo XX las funciones estético-expresivas van a adquirir gran prestigio como la gimnasia rítmica de **Dalcroze**, gimnasia expresiva de **Duncan** y gimnasia moderna (aeróbic) de **Bode**. Es en la primera mitad de este, entre los años 1900 hasta 1950, donde se originan los diferentes movimientos en Europa, como consecuencia de la evolución de las distintas escuelas.

Se pueden destacar tres movimientos:

El **movimiento del Oeste** localizado en Francia, teniendo su origen en la escuela francesa de Amorós, donde emanan dos concepciones distintas, aunque ambas abogan por la mejora anatómico funcional sobre las demás.

- La primera de **Demeny** consistente en el perfeccionamiento físico para desarrollar las capacidades.
- La de **Hébert** con su método de vuelta razonada a las condiciones naturales de vida, para que el hombre pueda mejorar sus cualidades.

Este movimiento sobrepasa la **expresión corporal**, el talante **deportivo** por medio del deporte recreativo, educativo y de alto rendimiento y la **psicomotricidad** por medio de la realización de habilidades básicas.

Será a partir de este movimiento desde donde se comiencen, o mejor dicho, se recuperen los Juegos Olímpicos por medio de la figura de **Pierre de Coubertin**.

En el **movimiento del Centro**, gestado principalmente en Austria y Alemania y proveniente de la escuela Alemana, destacan dos enfoques:

- **Dalcroze**, con su manifestación artístico-rítmica-pedagógica (creadora de la gimnasia rítmica y sentido musical). Muy relacionada con la gimnasia moderna de Bode y Medau, consistente en técnicas de relajación, respiración rítmica y utilización de aparatos portátiles, teniendo una clara tendencia estética y expresiva.
- **Gaulhofer y Streicher** con su Gimnasia Escolar Natural Austriaca, método de vuelta razonada a las condiciones naturales de vida por medio de su gimnasia natural, para que el hombre pueda mejorar sus cualidades (función anatómico funcional).

El **movimiento del Norte** se sitúa en Suecia, teniendo su mayor influencia en la escuela sueca de Ling quien introdujo la sistemática al trabajo físico, para trabajar solo determinados puntos e influir en la actitud habitual de los alumnos. Se busca el movimiento armónico del cuerpo. Esto desemboca en la **gimnasia neosueca**, teniendo una clara finalidad higiénica pero con cierto carácter militarista.

Entre 1900 y 1939 habrá un mayor enlace entre escuelas con una clara influencia de Ling pero unida al método natural de Hebert con un claro dinamismo creciente en los movimientos, dudándose de esta escuela.

3.7. Las nuevas corrientes y tendencias

a) Segunda mitad del siglo XX

Siendo **Benilde Vázquez (1989)**, las corrientes educativas sobre el cuerpo que más se desarrollan en este periodo se articulan en torno a tres enfoques: la educación físico-deportiva (el “cuerpo acrobático”), la educación psicomotriz (el “cuerpo pensante”) y la expresión corporal (el “cuerpo expresivo”).

La educación físico-deportiva

Fundamentada en una visión biomotriz, concibe el cuerpo como un instrumento al servicio rendimiento orgánico y la salud.

Los contenidos para su desarrollo se organizan en dos grandes bloques:

- **La condición física**, como precursor de una buena salud y sustento orgánico para una buena ejecución de ejercicios. Se divide generalmente en cuatro componentes o cualidades físicas, que son tratadas de forma diferenciada: fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad.

- **El deporte**. Su tratamiento en la educación física evolucionará desde la traslación directa de los conceptos y metodologías provenientes del entrenamiento deportivo (modelo deportivista) a una progresiva adaptación a la realidad del ámbito educativo y de los fines pedagógicos de la asignatura (deporte educativo). Esta evolución ya es constatada por **Cagigal (1972)**: “la educación deportiva hoy se entiende en un sentido más amplio que el de adaptación técnica a la práctica de un deporte concreto, y va mucho más allá de una adaptación física al ejercicio deportivo”.

La educación psicomotriz

La Psicomotricidad desarrolla conceptual y prácticamente la vinculación entre desarrollo biológico y cognitivo propuesta por Piaget, huyendo de la utilización de modelos y poniendo el énfasis en la vivencia de los aspectos perceptivos del movimiento. A través del progresivo dominio del propio esquema corporal y del movimiento en el espacio y el tiempo, el individuo consolida su motricidad y su desarrollo psicológico y cognitivo. Destacamos a continuación las principales aportaciones de los autores de esta corriente:

Teissie promueve la adquisición de cuatro destrezas:

- Desplazamientos: carreras, marchas y saltos.
- Dominio del propio cuerpo por medio de la flexibilidad.
- Dominio de instrumentos tanto su transporte como el lanzamiento.
- Destrezas de las oposiciones mediante juegos deportivos colectivos.

Vayer promueve el desarrollo motriz armónico vinculado a las necesidades:

- El niño construcción de su yo personal.
- El niño frente al mundo de los objetos.
- El niño frente al mundo de los demás

Esto se consigue por medio de la mejora de su esquema corporal, conductas perceptivo motrices, organización temporal y organización espacial.

Le Boulch, en su libro “La Educación por el movimiento” desarrolla un método general de educación que utiliza el movimiento humano en todas sus formas. En este método se desarrollan:

- La mejora de la coordinación motriz.
- El conocimiento del propio cuerpo.
- La percepción temporal.
- La estructura espacio-temporal.
- Los juegos y actividades libres.

La expresión corporal

Frente al modelo mecanicista, centrado en la ejecución de patrones y el rendimiento, se desarrolla una tendencia que vincula la motricidad a la vivencia personal del individuo, teniendo como una de sus principales referencias **la fenomenología de Merleau-Ponty**. El cuerpo se convierte en medio de exploración y liberación del yo interno, de relación con el entorno y de acceso a nuevas experiencias. En el ámbito educativo, se apoya en los recursos de las artes escénicas y de las técnicas corporales para la búsqueda y desarrollo de recursos personales a través de una motricidad expresiva.

b) El inicio del siglo XXI

Estamos en la primera parte de un nuevo siglo en el que los cambios se producen cada vez a mayor velocidad. Además, todavía no tenemos distancia suficiente como para interpretar la forma en que se está configurando la evolución. De forma general, sí podemos observar dos tendencias en pleno auge:

- **La educación para el ocio y el tiempo libre.** Cada vez se incorporan nuevas actividades físicas destinadas al disfrute de la práctica motriz más allá del ámbito formal – el colegio o el club deportivo – en entornos y tiempos de ocio y recreación. Se desarrollan nuevas propuestas de deporte para todos y todas, juegos y deportes alternativos, nuevas modalidades deportivas mixtas, etc.
- **La educación para la salud.** Superada la identificación de la salud con un concepto meramente higienista, la actividad física se concibe como un medio para el desarrollo integral de la persona y para la mejora de su calidad de vida en todos sus aspectos.

4. VALOR Y TRATAMIENTO EDUCATIVO QUE HAN RECIBIDO LAS CORRIENTES MÁS EXTENDIDAS.

El valor educativo que han recibido las diferentes corrientes educativas es considerable, así como la evolución que han seguido los contenidos, llegando a incorporarse muchos de ellos dentro del currículum del sistema educativo en la materia de Educación Física.

4.1. El valor dado a los contenidos: orientaciones

Siguiendo la evolución expuesta a lo largo del tema, en el periodo democrático en nuestro país podemos hablar de dos orientaciones en el valor dado a los contenidos y su tratamiento.

a) Organización en bloques relacionados con tipos de actividades

Esta orientación identifica los contenidos con actividades específicas; de esta forma, la enseñanza se orienta a la presentación, práctica y dominio de dichas actividades (deportes, métodos de entrenamiento, danzas, escalada, etc.).

La **Ley General de Ordenación del Sistema Educativo** (LOGSE, 1990) presenta los contenidos para la etapa de secundaria en cinco grandes bloques:

- Condición Física
- Cualidades Motrices
- Juegos y Deportes
- Expresión Corporal
- Actividades en la Naturaleza

La **Ley Orgánica de Educación** (LOE, 2006) los reducirá a cuatro manteniendo la misma fundamentación conceptual; e incorpora la salud como contenido específico:

- Condición Física y Salud
- Juegos y Deportes
- Expresión Corporal
- Actividades en el Medio Natural

b) Los saberes competenciales

La promulgación de la **Ley para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE, 2013)** supone un cambio en la orientación educativa hacia un enfoque competencial.

Las nuevas tecnologías, la atención a la diversidad y, sobre todo, las competencias forman parte del nuevo discurso pedagógico. Son el eje vertebrador de un enfoque compartido por cada vez más países que se alinean para formar ciudadanos capacitados para afrontar los retos

El RD 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, recoge que la materia Educación Física puede estructurarse en torno a cinco tipos de situaciones motrices diferentes, caracterizados, cada uno de ellos, por rasgos comunes de **lógica interna** y diferentes a los de los otros tipos:

1. En entornos estables,
2. En situaciones de oposición,
3. En situaciones de cooperación,
4. En situaciones de adaptación al entorno, y
5. En situaciones de índole artística o de expresión.

Además, propone el tratamiento de la salud de forma transversal al área.

Por último, la reciente entrada en vigor de la **Ley Orgánica 3/2020, por la que se modifica la Ley Orgánica de Educación (LOMLOE, 2020)** establece seis bloques de saberes básicos:

- A. Vida activa y saludable
- B. Organización y gestión de la actividad física
- C. Resolución de problemas en situaciones motrices
- D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices
- E. Manifestaciones de la cultura motriz
- F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno

Como observamos, esta estructuración de contenidos supone un cambio radical en la orientación de la enseñanza y afecta directamente a la organización y desarrollo de la práctica.

4.2. El tratamiento educativo

Como hemos expuesto, las últimas leyes educativas se fundamentan en un enfoque competencial de la educación, donde el alumnado se convierte en el protagonista activo de su aprendizaje y desarrolla una serie de habilidades y capacidades que le permitirán desenvolverse con mayores posibilidades de éxito en la sociedad actual.

La educación basada en competencias permite definir los resultados del aprendizaje esperados desde un planteamiento integrador, dirigido a la aplicación de los saberes adquiridos para que los alumnos consigan un desarrollo personal satisfactorio, el ejercicio de la ciudadanía activa y la participación en el aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

La materia Educación Física tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz, entendida como la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los sentimientos vinculados sobre todo a la conducta motora; para su consecución no es suficiente con la mera práctica, sino que es necesario el análisis crítico que afiance actitudes, valores referenciados al cuerpo, al movimiento y a la relación con el entorno.

Este tratamiento ha de trasladarse de la mejor manera posible a la realidad cotidiana de los centros educativos. Como señala **Blázquez (2013)**, el docente de Educación Física debe tener una serie de competencias que le permitan desarrollar al máximo las posibilidades de su alumnado y de esta manera contribuir al desarrollo integral del mismo.

Es el profesor el que ajusta, orienta o pone énfasis en determinadas cuestiones de forma preferente, dando mayor presencia a unos contenidos sobre otros; todo ello en función del nivel de desarrollo del alumno y de la progresión que el docente observa en él durante el desarrollo de la enseñanza. De este modo, el alumnado logrará:

- controlar y dar sentido a las propias acciones motrices
- comprender los aspectos perceptivos, emotivos y cognitivos relacionados con dichas acciones
- gestionar los sentimientos vinculados a las mismas
- organizar su propia práctica de forma progresivamente autónoma
- integrar conocimientos y habilidades transversales como el trabajo en equipo, el juego limpio, el respeto a las normas, y la seguridad entre otras.

La Federación Internacional de Educación Física (F.I.E.P.) expone como principios fundamentales a la hora de desarrollar los contenidos:

- Grado biológico de esfuerzo: El esfuerzo es educativo a partir de una cierta intensidad y de repeticiones suficientes.
- Adaptación a las posibilidades individuales: Dosificación, adecuación y control del esfuerzo que deben estar en relación a las características del individuo.
- Importancia de las actividades al aire libre: La creciente civilización urbana hace que las actividades al aire libre sean importantes al ser liberadoras y equilibrantes.
- La motivación del ejercicio: El alumno debe tener una participación activa y lo importante es encontrar la motivación que lleve al individuo a actuar de forma útil para su propio progreso. Tanto de forma lúdica como gusto por el trabajo.

- Acción educativa del grupo e influencia del medio social: La relación entre maestro-escuela debe ser un factor fundamental en la acción educativa. Debiendo tener en cuenta la influencia favorable o desfavorable del medio social.

El tratamiento educativo de los contenidos tendrá siempre como objetivo principal que la práctica de actividad física sea beneficiosa para el desarrollo integral del individuo. Este beneficio deberá manifestarse a nivel físico, psicológico, emocional, académico y social.

5.- CONCLUSIÓN

Los contenidos, como saberes culturales escogidos para formar a través de la experiencia motriz a los jóvenes, están muy vinculados al momento histórico y cultural. Las prácticas motrices se configuran en torno a las tendencias predominantes.

Actualmente asistimos a un cambio de paradigma en el que el desarrollo de un ciudadano competente, capaz de desempeñarse de forma adecuada para vivir en su sociedad es el fin último de la educación.

La Educación Física debe contribuir al desarrollo de la competencia motriz a través de la selección de contenidos adecuados a las demandas del entorno y a las necesidades y posibilidades del alumnado.

El docente de Educación Física debe asumir nuevos retos y trabajar de una forma diferente para lograr que el alumnado se vea más implicado en su proceso de aprendizaje, sea protagonista activo. La selección y tratamiento de contenidos adecuados será uno de los recursos fundamentales para el éxito de la tarea.

No olvidemos que lo que mejor se aprende es lo que tiene un sentido inmediato para el individuo. Incorporar prácticas que hagan sentirse más competente a nuestro alumnado redundará directamente en la mejora de su calidad de vida y su motivación hacia la práctica de actividad física.

6.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS Y NORMATIVA

- Coll, C. (1987). Psicología y Currículum. Barcelona. Laila.
- Díaz Lucea, J. (1994). El currículum de la educación física en la reforma educativa. Barcelona: INDE.
- Cagigal, J.M. (1972). Deporte, pulso de nuestro tiempo. Madrid. Ed. Nacional.
- Blázquez (2013). Diez competencias docentes para ser mejor profesor de Educación Física. La gestión didáctica de la clase. INDE.
- Diem, C. (1996). Historia de los deportes. Vol 1. Barcelona.
- Langlade, A, (1970). Teoría general de la gimnasia. Buenos Aires. Stadium.
- Ley 77/1961, de 23 de diciembre, sobre Educación Física (BOE 27-12-1961).
- Ley 14/1970, de 4 de agosto, General de Educación y Financiamiento de la Reforma Educativa (BOE 6-8-1970).
- Ley Orgánica 1/1990, de 3 de octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo (BOE 4-10-1990).
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (BOE 10-12-2013).
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (BOE 30-12-2020).
- Vázquez Gómez, B (1989). La Educación Física en la educación básica. Madrid. Gymnos.
- Vicente Pedraz, M. (1988). Teoría pedagógica de la actividad física. Madrid. Gymnos.

Email: info@preparadores.eu • Web: <http://www.preparadores.eu>