

LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO BASE SISTÉMICA PARA LOS PROCESOS EDUCATIVOS Y EL DESARROLLO HUMANO



ALEXANDRA OCHOA CASTILLO

Institución educativa Camilo Torres, Montería, Colombia
alexandra.inecat@gmail.com

Fecha de recepción: 10/08/2016 Fecha de revisión: 18/10/2016 Fecha de aceptación: 31/10/2016

RESUMEN

La educación física es un área sistémica que abarca grandes dimensiones del ser humano, como son: lo social, biológico, psicológico y cognitivo, cuyos aspectos bien desarrollados en el ser humano posibilitan la disposición para un mejor aprendizaje. Sin embargo, en este documento se describen algunas situaciones que no favorecen el reconocimiento del área de educación física como disciplina integral e importante en los procesos de formación de los estudiantes, así como también se despliegan los diferentes enfoques que se han venido desarrollando a través de la historia y que aún permean las prácticas pedagógicas del área, lo cual se convierte en un dispositivo para que la educación física siga perdiendo espacios, y su verdadera función en los procesos educativos. Por tal motivo en este trabajo se propone una serie de principios en planeación que se deben tener en cuenta para organizar las prácticas pedagógicas del área en mención, a partir de ello se construye un nuevo enfoque que apunte a entender, direccionar y aplicar los elementos de la educación física de la manera más apropiada, en cuanto, a lo que su fundamento epistemológico le confiere.

Palabras clave: Educación física, integral, sistémica, procesos, enfoque.

PHYSICAL EDUCATION AS A SYSTEMATIC BASE FOR EDUCATIONAL PROCESSES AND HUMAN DEVELOPMENT

ABSTRACT

Physical education is a systemic area that embraces large dimensions of the human being such as: social, biological, psychological and cognitive, whose aspects well developed in the human being enable the provision for better learning. However, In this document describes some situations that do not favor the recognizing of the area of physical education as an integral and important discipline in the processes of student training, as well as the different approaches that have been developed throughout history and still permeate the pedagogical practices of the area, Which becomes in a device that allows that physical education goes on losing space, and its true role in educational processes. For this reason, this paper proposes a series of principles in planning that must be taken into account to organize the pedagogical practices of the area mentioned, from this, it is constructed a new approach that aims to understand, to direct and apply the elements of physical education in the most appropriate way, as far as their epistemological foundation confers on it.

Keywords: Physical education, integral, systemic, processes, approach.

INTRODUCCIÓN

La educación física en la actualidad se ha convertido en un elemento fundamental para la formación integral de los seres humanos, puesto que a través de ésta se puede educar desde múltiples perspectivas. Las sociedades actuales han entendido su importancia y por esto, en las diferentes políticas educativas, ha sido incluida como área fundamental en los procesos de formación de los estudiantes en todos los niveles educativos.

En este sentido, se pueden hacer distintas aproximaciones al concepto de educación física y así mismo, éste admite diversas interpretaciones, resaltando que es difícil conseguir una definición precisa, puesto que desde las distintas concepciones y enfoques, ésta puede ser concebida desde el ámbito educativo, desde la salud, desde lo social, lo competitivo o lo terapéutico, entre otros. Específicamente, en lo que tiene que ver con el aspecto educativo o formativo se puede

considerar como una disciplina pedagógica que tiene su objeto en el movimiento corporal con la intención de propender por un desarrollo integral desde la parte motriz, física, afectiva, **cognitiva**, volitiva, entre otros aspectos. Galdón (2000) la define como: “el estudio de las conductas motrices susceptibles de contener contenido educativo” (p.16).

En los lineamientos curriculares (Ministerio de Educación Nacional, 2000), se construye un concepto enmarcado dentro del ámbito escolar desde la siguiente perspectiva:

Este marco educativo permite elaborar un concepto de educación física como práctica social, como disciplina del conocimiento, como disciplina pedagógica y como derecho del ser humano que la fundamentan como un proceso de formación permanente, personal, cultural y social a través de la actividad física, recreativa y deportiva para contribuir al desarrollo del ser humano en la multiplicidad de sus dimensiones. (p. 16)

Un poco de historia...

La evolución histórica también ha cumplido un papel fundamental en el desarrollo de conceptos y corrientes que direccionan al área de educación física. La actividad física siempre ha sido pilar fundamental en la evolución de las poblaciones humanas desde sus orígenes, en primera instancia cuando las comunidades eran nómadas, el caminar era la motricidad clave para la supervivencia, así como el correr, saltar, trepar, y otras habilidades básicas. Cuando el hombre se vuelve sedentario, su estilo de supervivencia cambia y, en consecuencia, su motricidad y actividad física, ya que se desplaza menos y cuando surgen actividades como la agricultura, la alfarería, labores propias de la vivienda, cambian de manera trascendental las formas de vida de esas primeras comunidades, de manera que las actividades físicas en la evolución de la humanidad han sido manifestaciones; desde sus orígenes en el planeta, de su evolución, civilización y progreso.

Partiendo desde los orígenes del ser humano, la evolución histórica se ha dividido en diferentes etapas que han marcado el trasegar de la educación física:

En la antigua Grecia

La cultura griega implementó el ideal de armonía en la mayoría de las cosas que realizaban en su diario vivir, en la educación, en el arte, en la poesía, y en la cultura; conjugando la inteligencia,

el ejercicio físico, la salud y la belleza. Se encontró que: “Tanto a través de la lectura de los grandes clásicos de la poesía y la filosofía (Homero, Píndaro, Platón, Aristóteles, etc.), como de los hallazgos arqueológicos, se puede percibir la importancia que tuvo la educación física y la práctica del deporte en una de las grandes civilizaciones del mundo antiguo” (Galdón, Gatica & Gerona, 2000, p.4).

Los griegos consideraban la armonía entre el cuerpo y el espíritu como elemento necesario para la educación de los ciudadanos. Por tal razón otorgaron un valor fundamental a la actividad física y la ubicaron siempre en un lugar de privilegio en aspectos sociales, culturales y educativos.

Roma

En la civilización romana se daban actividades físicas conexas con los ejercicios relacionados con el atletismo y con actividades de carácter higiénico. Al igual que los griegos, los romanos practicaban actividades físicas en la palestra, donde desarrollaban la gimnasia. Roma, se puede comparar con Esparta, puesto que utilizó las actividades físicas con fines militares y su principal meta era preparar buenos soldados, con la intención de conquistar grandes territorios. Cabe resaltar que, de alguna manera, en la cultura romana se rechazó la educación física, limitándola a particularidades mínimas en la vida de los romanos. Empezaban a preparar a los jóvenes para la guerra aproximadamente a los 14 años, la preparación física se realizaba de una manera práctica, particularmente para objetivos guerreristas, dejando a un lado la concepción de utilizar la educación física como cultivo para la belleza corporal y el desarrollo deportivo, propia de los griegos.

Los romanos siguieron muchas ideas de los griegos y la educación física no es la excepción, pero le dieron su sello, el cual afectó mucho los principios griegos. Esta civilización mira de manera diferente la educación física, no la aprecia como elemento de formación integral y sólo se limita al desarrollo de la gimnasia de tipo higiénico, que ya no era obligatoria para todos los jóvenes, sino que se utilizaba como medio de entrenamiento para los soldados.

Edad Media:

En este periodo de la humanidad se presenta una decadencia en lo que tiene que ver con la actividad física y los ejercicios físicos, la evolución del cristianismo provocó una serie de

cambios en la concepción de cuerpo por parte de la sociedad que lo despreciaba como cárcel del alma o parte corruptible del ser humano que era necesario someter al control del alma. En este sentido Galdón (2000) define que:

La crisis por la que atravesó la educación física en el largo periodo que va del siglo VI al siglo XIV se debió fundamentalmente a la espiritualidad impuesta por la Iglesia, que buscaba ante todo la salud (o salvación) del alma, condenaba el orgullo de la vida terrenal y menospreciaba toda actividad físico-deportiva. El hecho de que el cristianismo asociara en general, la barbarie de los espectáculos romanos, donde los creyentes habían sido objeto de numerosos sacrificios bajo el imperio, a la actividad física de carácter lúdico, influyó de modo negativo en la imagen del deporte. (p.7)

En esta época y por esta razón particularmente, desaparece la gimnasia higiénica y otros aspectos relacionados con la educación física, incluso como se observa, también el deporte, lo que se resalta en la época, es la preparación física desarrollada por los caballeros y básicamente la orientación hacia la guerra, los torneos, cacerías y las justas.

En definitiva la Edad Media no favoreció el desarrollo y evolución que traía la educación física, más bien la estancó al no valorar el cuerpo como lo hicieron los griegos, sino que lo asumieron como una fuente de placer-pecado, el cual debía ser sometido a la razón y la voluntad del cristianismo.

El Renacimiento:

Esta es una época importante para la humanidad desde todos los ámbitos, los hombres de este tiempo pusieron en entredicho los conocimientos y las orientaciones de la filosofía escolástica e incluso las actividades de la Iglesia. Por esta razón, se retoma todo lo referente a aspectos clásicos sobre la educación en la sociedad, específicamente se vuelve la mirada a la cultura griega y esto permite valorar nuevamente la educación física desde la funcionalidad de ésta en la formación integral de las personas. En el renacimiento se realzan los valores humanos, toma un nuevo rumbo el arte, se estudia con mucha intensidad la anatomía humana, se resalta la belleza corporal y se desarrollan las ciencias, mirando hacia el pasado clásico de los griegos y los romanos.

La expresión de este renacimiento en la educación física la constituyen las obras de los humanistas que exaltaban el papel de la gimnasia en la formación. Según (Galdón et al., 2000):

Influido por Petrarca y Rabelais, el médico humanista Jeronimus Mercurialis publicó en 1569 “Arte gymnastica”, obra en la que recuperó las teorías de la gimnasia grecorromana, sobre todo en el sentido de un ejercicio físico para la salud... En su obra “El cortesano”, Baltazar de Castiglione trazó la imagen del perfecto caballero renacentista, con numerosas referencias de educación física, que estaba incluida en el concepto de educación integral y servía de expresión de la personalidad del individuo. (p. 7)

El siglo XIX: Aportes fundamentales:

En esta época, se dan una serie de aportes fundamentales a la evolución de la educación física, las nuevas formas de concebir la actividad física por parte de los que se preocupaban, en ese momento por darle unos fundamentos conceptuales y teórico-prácticos. Específicamente la gimnasia fue observada por los grandes pedagogos de la época para aportar nuevas orientaciones en el campo de la educación. La gimnasia empezó a tomar auge y a desplazar otras disciplinas antes utilizadas en la educación física. Estas escuelas hicieron grandes aportes a la educación física actual.

Siguiendo tendencias

Teniendo en cuenta que el concepto de la educación física, es un concepto amplio, ésta se encuentra subdividida en cuatro enfoques que direccionan las prácticas educativas del área. En lo que tiene que ver con las tendencias en educación física, se observan muchas corrientes, que se han ido construyendo en diferentes sociedades a partir de los conocimientos existentes, de las creencias, de los imaginarios, de las representaciones sociales, las cuales han posibilitado diversas formas de concebir y de entender sus aportes y su función en los sistemas educativos.

Para algunos autores como Zagalaz (2001) & Vásquez (1989) en la actualidad existen varias tendencias que le permiten a la educación física tener un suficiente sustento teórico, práctico, pedagógico, metodológico y didáctico desde cada una de las tendencias que se pretenda seleccionar para trabajarla. Estas tendencias se pueden denominar corrientes educativas sobre el cuerpo; educación físico-deportiva, educación psicomotriz, sociomotriz y expresión corporal.

Corriente Deportiva:

También denominada educación físico-deportiva: plantea una serie de aspectos relacionados con la educación física y el deporte. Según Zagalaz (2001): Las bases científicas de la educación física se encuentran en las ciencias biológicas, con los contenidos y los ejercicios estructurados de forma progresiva a través de lecciones sometidas a evolución - control mediante ejercicios-test. La utilización del deporte en la educación física ha sido una tentación permanente para los profesionales del área, más cuando se descubre que la educación física no goza del interés de los escolares. (p.109)

Por esta razón, el deporte empieza hacer parte esencial de la educación física, este fenómeno social se impone cada día y representa para la humanidad, en especial para la educación, un medio para la formación integral. La dificultad en la utilización de esta corriente radica en que no ha sido asumida de esa manera, sino que se ha fundamentado en concepciones biológicas y mecanicistas; encaminándola hacia el rendimiento deportivo y la competitividad, mal concebida.

Corriente Psicomotora:

Esta corriente se empieza a trabajar en Europa, específicamente en Francia, a mediados del siglo pasado y es conocida como “cuerpo pensante” ya que deja de mirar la educación del cuerpo como una mera intención biológica y aborda las estructuras motrices y su relación consigo mismo y con el medio. Inicialmente se utilizó en niños con necesidades educativas especiales y luego se implementa en estudiantes regulares. Entre los autores se destaca Jean le Boulch y su método Psicosinético, este autor critica la corriente deportivista de la educación física y la labor de los docentes de la época, los cuales dirigían todos sus esfuerzos en el desarrollo de cualidades físicas como fuerza, resistencia y velocidad, sin tener en cuenta los aspectos psicomotores del movimiento (Zagalaz, 2001, p.73).

En este mismo sentido Benjumea (2005) afirma que:

La aparición de esta corriente, marca un hito en la aparición de nuevas miradas sobre la educación del cuerpo y el movimiento humano, ya que concibe el cuerpo como una entidad psicosomática, en la que las estructuras motrices se desarrollan de acuerdo con la naturaleza evolutiva de los procesos de maduración, la organización de los aspectos espacio-temporales, la

motivación y la elaboración interna de los procesos motrices. Distingue en el individuo tres dimensiones: la motriz, la cognitiva y la socio-afectiva (pag.8)

Corriente Expresiva:

Denominada “cuerpo comunicación”. Esta corriente surge con la intención de conseguir un equilibrio psico-físico en las personas. Para algunos autores la corriente expresiva termina siendo una tendencia recreativa. De acuerdo a Zagalaz (2001) se entiende que para esta corriente es clave la expresión corporal y la divide en cuatro modalidades; la expresión corporal de espectáculo o escénica, la expresión corporal pedagógica, la expresión corporal, expresión corporal metafísica. Para este autor tradicionalmente la expresión corporal se reduce a la danza y a la gimnasia rítmica, dirigida fundamentalmente a las chicas; se trata de actividades para comunicarse y manifestarse, a través del cuerpo, pero buscando siempre la creación y no la improvisación. Sin embargo, esas prácticas se amplían, desarrollándose las referencias teóricas complicadas por el propio debate de las ciencias humanas y sociales en que se apoyan, las cuales fueron sustituyendo las perspectivas biológicas.

Corriente Sociomotriz:

Esta corriente tiene como máximo exponente a Pierre Parlebas (1981), el cual habla de sociomotricidad partiendo del concepto de psicomotricidad, ésta se basa particularmente en la intención de darle una mirada diferente al movimiento humano, puesto que deja de pensar en el movimiento para centrarse en el ser que se mueve. A partir de allí Parlebas (1981) considera la teoría de la psicomotricidad insuficiente, puesto que solo se asume la motricidad desde aspectos individuales, por esto la define como algo aislado. Lo fundamental para Parlebas (1981) es lo colectivo, ya que la motricidad analizada desde el punto de vista individual quedaría incompleta, puesto que no serían tenidos en cuenta los adversarios y los compañeros de juego, además, mirada desde otros ámbitos, también influirían los entrenadores, los espectadores, los árbitros o jueces, entre otros.

Todos estos elementos configuran para Parlebas (citado por Zagalaz, 2001) “la incertidumbre en la acción motriz”, lo que lo lleva a decir que existe una motricidad de relación, una motricidad de tipo social, colectiva a la cual le dio el término de Sociomotricidad. La acción motriz a partir del sentido colectivo, en términos de esta corriente, busca que los educandos resuelvan problemas

de carácter cognitivo, motriz y al mismo tiempo desarrollen habilidades, destrezas y capacidades, de igual forma busca influenciar al estudiante para que sea capaz de resolver problemas planteados por el medio. La sociomotricidad tiene su núcleo de trabajo en los juegos colectivos, medio que ha influenciado la clase de educación física durante los últimos años, pero haciendo énfasis en que estos juegos son sólo un medio.

Analizando cuidadosamente, todas estas tendencias tienen sus diferencias teórico-conceptuales, pero se debe destacar que las mismas se valen de los principios fundamentales de la educación física y de alguna u otra manera utilizan sus medios, además han tenido mayor o menor influencia en el ejercicio práctico que se desarrolla día a día en las instituciones educativas a nivel general y estas han generado, a partir de otros autores, otras tendencias que se ramifican con propiedad al interior de los constructos teóricos de la educación física.

Vinculación del área en la formación integral

La educación física, como se ha dicho, forma parte de los planes de estudio como área obligatoria y fundamental, este espacio se ha ganado gracias a la conciencia que se tiene sobre su papel en la formación integral. A la educación física también se le han atribuido algunas funciones, específicamente en el sector educativo, relacionadas con el mejoramiento de la motricidad de las poblaciones humanas, el desarrollo de destrezas y la perfección del movimiento, para el desarrollo y mejoramiento de los procesos cognitivos, la creatividad, la autonomía, su condición física y el comportamiento como seres individuales y sociales.

La función de la educación física está enmarcada dentro de unos propósitos, los cuales intentan enriquecer la labor pedagógica desde la educación motriz. Desde esta perspectiva las finalidades de la educación física son muy diversas y al igual que sus concepciones varían de acuerdo con la tendencia desde la cual se piensan. Para muchos autores la variedad de funciones que se han dado, no se convierte en una dificultad, sino en un rico tesoro del cual se saca provecho para el bienestar de los seres humanos.

Hoy se reconoce un papel fundamental a la educación en la formación integral debido a los valores que promueve para formación de seres humanos con un estilo de vida saludable, promoviendo la actividad física, el ejercicio físico, los juegos, el deporte, actividades extremas y de aventura, la recreación, entre otros, como medios educativos que posibilitan aprendizajes de

habilidades motrices, para aumentar las oportunidades de adquisición de conocimientos, así como también de hábitos hacia el ejercicio físico, la actividad física y el uso del tiempo libre.

En el documento No. 15 propuesto por el MEN (2010) se especifica:

Al área de educación física, recreación y deporte corresponde la formación de estudiantes competentes para vivir humanamente, teniendo como referente las dimensiones antropológicas del cuerpo, el movimiento y el juego. En esta concepción formativa, lo corporal es la condición de posibilidad de ser, estar y actuar en el mundo. (p. 11)

A partir de este postulado se puede decir, que como todas las áreas fundamentales, la educación física, debe contribuir a la formación integral de los individuos, propendiendo por la obtención de los objetivos, metas y competencias, propuestos para cada uno de los grados y períodos escolares.

Errores prácticos

A pesar de lo anteriormente expuesto, la realidad en el contexto educativo no se acerca a los planteamientos teóricos del área de educación física, se vislumbra un divorcio entre las políticas trazadas por la Unesco y el Ministerio de Educación y las vivencias educativas entorno al área de educación física en la escuela. En primer lugar, se observa una disminución en la intensidad horaria del área (de 2 a 1 periodo de clase por semana) realizada bajo la justificación de profundizar en las áreas que se evalúan en pruebas censales. A lo anterior, se suma que algunos establecimientos educativos han optado por suprimirla del plan de estudios en el nivel de media, remplazándola por proyectos de tiempo libre que en muchos casos se desarrollan en contra jornada. Lo que incide en el no cumplimiento de las grandes metas de formación de la educación física, ya que no hay una relación de tiempo y espacio directamente proporcional con los objetivos y necesidades que requiere el área para su plena y asertiva ejecución.

Un segundo aspecto que evidencia la ruptura entre la política y la realidad, es la falta de docentes especialistas en el área para dirigir las sesiones de enseñanza–aprendizaje. Esta carga académica en algunos casos es tomada como relleno y otorgada a docentes de áreas como religión, ética, artística, tecnología. Además, la mayoría de instituciones públicas no tiene un docente profesional en el área, en los niveles de preescolar y básica primaria situación que

implica el direccionamiento de las sesiones de trabajo por el docente titular del grupo, quien en muchos casos no tiene la formación disciplinar requerida.

Otro elemento a considerar, es el enfoque deportivista que se le ha dado al área por parte de los docentes titulares, situación que ha permeado las planeaciones curriculares y por ende la puesta en marcha de las sesiones de enseñanza–aprendizaje, originando prácticas que afectan la motivación de la comunidad educativa que no posee las cualidades físicas o la disciplina para practicar un deporte y ser partícipe en los eventos deportivos desarrollados dentro o fuera de las instituciones educativas, de igual manera esta situación se ve reflejada en el concepto que manejan los padres de familia en cuanto a la función integral del área.

De otro lado, desde la observación en términos generales, se evidencia un desconocimiento por parte de los directivos docentes de los elementos constituyentes del área, pero sobre todo del aporte que hace a la formación integral del educando, situación desencadenante en una visión o concepción del rol del docente de educación física como organizador de eventos de índole deportivo o recreativo o en algunos casos como instructor/entrenador de las selecciones escolares.

La educación física vista desde la integralidad y la transversalidad

Es claro que desde sus orígenes el hombre ha realizado prácticas físicas en búsqueda de satisfacer sus necesidades básicas, lo anterior repercute en su existencia, constituyéndose en experiencias socialmente aceptadas que direccionan costumbres y estilos de vida, hasta el punto que en la actualidad se preocupa constantemente por adquirir estados y conductas físicas, entendidas como aquellas que le permitan alimentarse, trabajar, cuidar su cuerpo, realizar deportes y sobre todo potenciar su salud.

La conciencia sobre la importancia del cuerpo, la salud, el movimiento y todo lo que implica la educación física y que de alguna manera impacta las formas de aprendizaje de las personas, se ha evidenciado en las políticas trazadas desde los ámbitos nacionales e internacionales, las mismas que influyen en las planeaciones desarrolladas en todos los lugares donde se presta un servicio educativo.

Atendiendo a lo anterior, la Unesco proclamó la Carta Internacional de la educación física y el Deporte, (1978) aportando los siguientes postulados:

- El hombre es objeto de derechos y deberes entre los que se encuentra la salud, la vida, la educación.
- El desarrollo de las aptitudes físicas permite mejorar la calidad de vida de las personas.
- La educación física es un elemento reforzador de la acción formativa que trabaja la promoción de valores (p.1)

Por tanto consideró en su artículo 1:

1. Todo ser humano tiene el derecho fundamental de acceder a la educación física y al deporte, que son indispensables para el pleno desarrollo de su personalidad. El derecho a desarrollar las facultades físicas, intelectuales y morales por medio de la educación física y el deporte deberá garantizarse tanto dentro del marco del sistema educativo como en el de los demás aspectos de la vida social.

Colombia no ha sido ajena a estas orientaciones, hasta el punto que en el año 1994 con la expedición de la Ley 115 o Ley General de Educación se estableció como un objetivo específico en educación básica “La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente” (Art. 21 Literal h). Atendiendo a lo anterior en su artículo 23 instituyó como área fundamental del proceso educativo la educación física, recreación y deportes.

Aunado a los esfuerzos por brindar respaldo y resaltar la importancia del área de educación física, el gobierno nacional expidió una política de desarrollo nacional mediante la Ley 934 (Congreso de la República de Colombia, 2004) en ella estipuló como obligatorio en todas las instituciones educativas, sin importar su naturaleza, incluir en su Proyecto Educativo Institucional un programa para el desarrollo de la educación física, acompañado de las acciones o proyectos pedagógicos que lo respalden (Arts. 1 y 2).

En aras de propender por una mayor efectividad del área, el Ministerio de Educación Nacional de Colombia, elaboró el documento No. 15 denominado Orientaciones pedagógicas para la educación física, la recreación y el deporte, en él se plantean seis grandes metas de formación:

- Promover el cultivo personal desde la realidad corporal del ser humano.
- Aportar a la formación del ser humano desde el horizonte de su complejidad.
- Contribuir a la construcción de la cultura física y a la valoración de sus experiencias autóctonas.

- Apoyar la formación de la cultura ciudadana y de valores fundamentales para la convivencia y la paz.
- Apoyar una educación ecológica, base de una nueva conciencia sobre el medio ambiente.
- Desarrollar una pedagogía de la inclusión de todas las personas en prácticas de la educación física, recreación y deporte (MEN, 2010, p. 13).

Ante estas grandes metas de formación del área, es preciso enfatizar en la que más apunta a la intención de la propuesta...

Aportar a la formación del ser humano en el horizonte de su complejidad

“Los contenidos y procedimientos del área permiten que el ser humano desarrolle el pensamiento, la sensibilidad, la expresión y la lúdica, a través de acciones motrices como, por ejemplo, la resolución de problemas relacionados con la anticipación, la destreza operativa y el sentido crítico, que sean capacidades requeridas durante los procesos de abstracción y generalización para la toma de decisiones”.

Como se colige de todo lo expresado hasta el momento, las autoridades nacionales e internacionales tienen una visión de la educación física desde la integralidad, esto significa que no solamente es importante para el desarrollo deportivo, la educación del movimiento, para la conservación de la salud y el aprovechamiento del tiempo libre, sino también considera los aportes significativos que realiza a los procesos de pensamiento y a la construcción de una cultura basada en la convivencia ciudadana a partir de los valores que se pueden generar durante la interrelación en cada una de las estrategias o actividades propuestas.

Por otro lado, también se considera que esta área apoya aspectos cognitivos al permitirle al estudiante un abanico de posibilidades para resolver problemas dados en el entorno de una forma más eficiente, es decir, se observa el área de manera integral, capaz de aportar a cada una de las funciones biológicas que intervienen en los procesos de aprendizaje.

No es desconocido que elementos constituyentes de la motricidad, por ejemplo, cumplen un papel determinante en los procesos de aprendizaje. Al respecto Kephart (citado por Mijangos, 2005) señala “un adecuado desarrollo perceptivo-motor es requisito preliminar para el aprendizaje de la lectura”. (p.2)

en este sentido se debe tener en cuenta que el desarrollo de capacidades físicas coordinativas, habilidades y destrezas motrices influyen de manera positiva o negativa en procesos como la lectura y la escritura, así como en el desarrollo del pensamiento lógico matemático, la resolución de problemas y la concentración (Kephart, 1960).

Teniendo en cuenta el componente transversal del área y el que ya se ha mencionado, es preciso razonar sobre su papel en los procesos de aprendizaje, los cuales son la base fundamental para la buena formación y cumplimiento de los objetivos de la educación, por lo cual es muy importante tener en cuenta la manera en cómo se desarrollan estos procesos, así como también tener un concepto claro de ello: Los procesos de aprendizaje son todas aquellas acciones que posibilitan la recepción y asimilación de saberes tanto académicos, como para la vida.

El aprendizaje es un acto complejo que implica tener en cuenta diferentes factores intrínsecos y extrínsecos, que el psicólogo Jean Piaget ha estudiado y en cuyo autor se apoyará este capítulo.

Piaget (1979), desarrolla la teoría acerca de las diferentes etapas del crecimiento humano y a la par una caracterización y clasificación de sus comportamientos, necesidades y procesos cognitivos. Dentro de ese estudio dividió las etapas en cuatro momentos: Etapa sensorio - motora o sensomotriz (de 0 a 2 años), Etapa preoperacional (de 2 a 7 años), Etapa de las operaciones concretas (de 7 a 12) y Etapa de las operaciones formales (de los 12 años en adelante) (P. 290). Para el interés de este estudio se explicará ésta última etapa que corresponde al objeto de la investigación.

"La operaciones formales se caracterizan por la posibilidad de razonar sobre hipótesis distinguiendo la necesidad de conexiones debidas a la forma y a la verdad de los contenidos". (Piaget, p. 49 Epistemología genética). Esta lógica conceptual permite inferir que en estas edades los estudiantes están dispuestos y preparados cognitivamente y emocionalmente para realizar sus propios juicios, para hacer conexiones entre una información y la otra y de este modo formalizar el conocimiento.

El área de educación física es de suma importancia para el fortalecimiento de cada una de las etapas de desarrollo y por lo tanto para los procesos de aprendizaje. En este sentido, Guillén (2012), en su estudio sobre la importancia del ejercicio físico plantea: "el ejercicio físico produce una activación de la neurogénesis en el giro dentado del hipocampo, una región cerebral fundamental en los procesos de consolidación de la memoria y el aprendizaje y, además, se ha

comprobado un incremento de su volumen”. Para demostrarlo realizó un experimento con 20 estudiantes, entre hombres y mujeres...

“Los análisis demostraron que el rendimiento de los estudiantes en las pruebas cognitivas era mejor tras la sesión de ejercicio físico, especialmente cuando las tareas eran más complejas. Los niños invertían menores tiempos de reacción en la identificación de las figuras y mayor precisión en las respuestas que tras la sesión de reposo. Además, se midieron señales mayores en los potenciales cerebrales relacionados con las actividades realizadas, en concreto unos potenciales relacionados con los procesos atencionales. En un intento de los investigadores por aproximar estas pruebas a situaciones de aprendizaje reales en el aula, realizaron una serie de test relacionados con la lectura, la ortografía y las matemáticas. Los resultados volvieron a ser mejores en la sesión que siguió al ejercicio físico, especialmente la prueba de lectura”

En este trabajo se comprueba la importancia de la educación física en los procesos cognitivos de los estudiantes, por ende sería contradictorio para los intereses educativos no tener en cuenta de una forma acertada a esta área en la planificación escolar, así como también cabe resaltar que la realización de actividad física contribuye a otros aspectos de la formación del ser humano, entre ellos, lo social, físico y emocional.

“La actividad física es importante porque mejora la salud y la calidad de vida. La práctica regular de actividad física conjuntamente con buenos hábitos alimentarios puede ayudar a evitar o retardar la manifestación de las enfermedades cardiovasculares, la diabetes tipo 2, la osteoporosis, el cáncer de colon y las complicaciones de salud asociadas con el sobrepeso y la obesidad. Los beneficios, sin embargo, van mucho más allá de la prevención de enfermedades. Un estilo de vida activo también mejora el estado de ánimo, estimula la agilidad mental, alivia la depresión y facilita el tratamiento del estrés. A largo plazo, la actividad física puede mejorar la autoestima y aumentar la interacción e integración social” (Giraldo, 2013).

La atención a la práctica del ejercicio físico en un sentido sistémico, fundamenta al ser humano, como un ser completo, feliz, incapaz de hacerse daño así mismo y a los demás. Por ende una buena educación basada en la integralidad del área de educación física promueve la buena convivencia y se convierte en un mecanismo de control para tanto problema social.

Principios claves para una buena planeación del área

Los principios que a continuación se propondrán, tienen como objetivo hacer parte de la lista de soluciones a la problemática del bajo reconocimiento de la importancia de la educación física en el contexto escolar y tenerlos en cuenta a la hora de planear, dirigir y orientar las prácticas pedagógicas, de tal manera que se empiece a evidenciar un nuevo concepto de su enseñanza.

- ✓ Independientemente de que las unidades a desarrollar apunten hacia la práctica de los deportes, danzas, expresiones corporales, capacidades físicas, entre otros, las actividades de cada clase deben tener en cuenta los intereses, individualidades y ritmos de aprendizaje de los estudiantes.
- ✓ Así como también dirigir las actividades a fortalecer las necesidades de aprendizaje de las otras áreas del conocimiento, como lo son la ética, las ciencias naturales, sociales, humanidades y matemáticas...
- ✓ Los deportes en las clases deben verse como un medio y no como el fin del área de educación física.
- ✓ Las prácticas del área deben partir del modelo pedagógico de la institución.
- ✓ La planeación y practicidad del área en función del contexto en particular.
- ✓ Organizar y sistematizar una planeación curricular desde la transversalidad.
- ✓ Fundamentar las prácticas del área con la teoría epistémica que se debe desarrollar en cada tema
- ✓ Explicar a los estudiantes en cada actividad cuál es su finalidad.
- ✓ Llevar un control de los avances que han tenido los estudiantes en la comprensión de las otras áreas del conocimiento.
- ✓ Mantener un dialogo de saberes entre docentes y directivos.
- ✓ Los directivos deben participar de actividades programadas por el área.

- ✓ Los directivos deben ser concedores de la programación que desarrolla el área y realizar un control y seguimiento de ello.
- ✓ Los docentes de educación física deben ser creativos, proactivos e inquietos por la búsqueda del conocimiento actualizado y el mejoramiento continuo de su labor.
- ✓ Utilizar estrategias metodológicas multifuncionales para contrarrestar la variedad de situaciones adversas que se presentan en la realidad de las prácticas.
- ✓ Cumplir con todos los estadios de la evaluación formativa.

- ✓ Las actividades competitivas que funcionan para motivar a los estudiantes para que se desempeñen mejor en una determinada tarea, deben ser vistas desde la diversión y no como el hecho de ganar o pasar por encima del otro o de los demás.

Hacia un nuevo concepto de la enseñanza de la educación física

Ante las contrariedades que han caracterizado al área de educación física a pesar de la multiplicidad de funciones y de su importancia en los procesos de formación de los estudiantes, se hace necesario crear un nuevo enfoque integrador, que dirija las acciones del área en pro de mejorar su reconocimiento como disciplina fundamental, como disciplina del conocimiento y sobre todo como la estrategia pedagógica más completa para el desarrollo integral del ser humano. Para ello es necesario tomar como punto de referencia cada uno de los enfoques ya existentes y los principios propuestos en este trabajo.

Enfoque sociomotorcognitivo

Se basa en el movimiento como medio de reflexión que permite la interacción humana, el desarrollo de valores sociales y el estímulo positivo de las emociones y los componentes fisiológicos que posibilitan el aprendizaje y tras ello, la formación integral de los estudiantes.

Con este enfoque se busca dar un *sentido* más amplio al concepto de educación física, el cual cobije aspectos integrales y transversales, teniendo en cuenta las particularidades del estudiante, las otras áreas del conocimiento, al contexto y a la institución como tal. Que todas las actividades, independientemente del tema a desarrollar, se dirijan a cumplir y a solucionar las necesidades *volitivas, físicas y cognitivas* del estudiante. Siempre que las actividades se planifiquen con un fin predeterminado, que apunte a los tres componentes mencionados, tendremos una educación física de calidad, no solo una educación física netamente deportiva, competitiva, agotadora o recreativa, desvalorizada y con poca presencia en la planificación escolar, sino por lo contrario; un área indispensable para alcanzar las metas educativas y/o formativas de las instituciones.

El aspecto volitivo es de suma importancia en la sociedad actual, pues estamos sumergidos ante una problemática que cada día cobra más víctimas, personas con poca identidad, personalidad

y espíritu de superación, lo cual agudiza a la población que ve menos posibilidades de trascender ante tanta austeridad social.

A través de la educación física se puede canalizar dicha problemática, ya que en ella se facilitan las relaciones entre personas por su misma naturaleza, se fortalecen los valores comunicativos, solidarios, tolerantes, respetuosos, la autoestima, la aceptación, el acatamiento de normas, entre otros. Siendo así, porque en cada uno de los ejercicios, juegos, actividades, deben trabajar con base en su cuerpo, al del otro, deben resolver problemas individuales y en colectivo siguiendo parámetros claros u reglas, el trabajo colaborativo es muy importante; todo ello, elementos fundamentales para la formación integral, de la cual tanto hablamos, pero que en realidad no apoyamos.

En cuanto al desarrollo físico, este no debe ser el fin, pues él está dado tácitamente en cada una de las actividades donde se requiere movimiento, sin embargo es importante de mencionar, porque con él se consigue mejorar otro aspecto del ser humano que se encuentra en deterioro: *la salud*. Como es de su conocimiento la realización de actividad física contribuye a fortalecer ciertas funciones del organismo que a su vez mejoran otras (Giraldo, 2013).

Un fomento adecuado de valores, una buena actitud y una buena salud, se convierten en elementos indispensables para el buen desarrollo cognitivo de los estudiantes, facilitando con ello llevar a cabo un mejor proceso de aprendizaje y por ende la consecución de la formación integral (Guillén 2012).

Lo anteriormente expuesto, aunado a una planificación integral y transversal, donde las actividades sean pensadas y conocida su finalidad para que apunten a mejorar la estructura cognitiva que responde a cada una de las funciones cerebrales y que de estas depende el desarrollo de los procesos educativos, al mismo tiempo reconocer las necesidades y los derechos básicos de aprendizaje de los estudiantes.

Beneficios del nuevo enfoque

La reconstrucción y aplicación de una nueva mirada en las formas de enseñanza de la educación física debe permitir la aceptación y reconocimiento del área en los procesos educativos, concebirla como la estrategia pedagógica que posibilitaría alcanzar los intereses educativos y del ser humano, y con ello mejorar su ubicación en los planes curriculares de las instituciones.

Dejar de ser vista como materia de “relleno” y que en vez de disminuir su intensidad horaria, se llegue a la necesidad de aumentarle horas clase para poder cumplir con los objetivos de calidad que apuntan hacia el pleno desarrollo del ser humano.

Generar en los docentes del área la necesidad de apropiarse del enfoque *sociomotorcognitivo* para la planificación eficaz y eficiente de las clases de educación física. En cuanto los docentes mejoren sus prácticas y causen un impacto en los resultados formativos y educativos, ello propenderá por mejorar el concepto errado que se tiene de la función de la educación física en los procesos de aprendizaje por parte de estudiantes, directivos, administrativos de la educación y de los mismos docentes del área.

El cambio de concepto de la educación física por parte de los administrativos de la educación, el mantener o aumentar las horas clase, viabilizaría la creación de más plazas o empleos para los docentes de educación física.

La consecución de una formación integral en los estudiantes disminuiría la problemática social, la cual es dada por la disminución en la práctica de valores y la falta de sentirse tanto física como emocionalmente bien.

CONCLUSIONES

Como es de notar, existe una problemática que circunda al área de educación física en las instituciones educativas, partiendo de la experiencia profesional e investigativa, en esta área predomina la tendencia físicodeportiva; se observa con especial atención que esta tendencia identifica la educación física a partir del deporte con fines de entrenamiento, competencia y desarrollo de la condición física, otorgándole un papel secundario al área en la formación integral de los estudiantes. Esto encuentra sustento en lo expresado por Hargreaves (1977) quien considera que las asignaturas académicas de orden práctico como la educación física, están situadas al final del orden jerárquico en la escuela en contraposición con las áreas relacionadas con las ciencias básicas, las cuales tienen una alta consideración en la esfera académica.

Si bien es cierto, el área de educación física ha venido ganando espacios en los procesos de formación integral de los estudiantes, logrando permear significativamente el contexto educativo, pero aun así, no han sido suficientes los esfuerzos, pues el área sigue anclada a la idea de no aportar conocimientos relevantes al desarrollo de los estudiantes. Sin embargo, no existe una fundamentación evidente cuando se menciona que la educación física se limita a la práctica

deportiva, dado a que la teoría epistemológica que la compone, transmite la importancia de ésta: los conceptos que propone el área apuntan a educar al estudiante desde la parte cognitiva hasta la axiológica, a ser transversal y polisémica, de ahí que la educación física facilita como un todo al proceso educativo.

Se reconocen en las políticas educativas la tendencia a la transversalidad del área, que la educación física aporta a procesos fundamentales como la lectura y la escritura a partir del trabajo sicomotriz realizado desde preescolar y la educación básica primaria, en esta perspectiva Kephart (1960) (citado por Mijangos, 2005) señala que “un adecuado desarrollo perceptivo-motor es requisito preliminar para el aprendizaje de la lectura” (p.2). De esto se infiere que el conocimiento y el desarrollo del cuerpo, así como también las cualidades físicas y coordinativas, las habilidades y destrezas motrices influyen de manera positiva o negativa en procesos básicos que aportan al desarrollo del pensamiento lógico matemático y la resolución de problemas.

Es evidente que las instituciones educativas le dan prelación a las áreas evaluadas a través de pruebas nacionales; un claro ejemplo de esto es la política educativa que rige las decisiones y actuaciones en el ámbito escolar, la cual tiene una especial preferencia por las áreas evaluadas en pruebas censales como Saber 11, Timms, Pisa. Por estas consideraciones y actuaciones frente al área. También se destaca una fuerte tendencia “fundamentalista”, concibiendo que ésta no es importante para el aprendizaje y con ello para la formación integral de los estudiantes. En contraste, las directivas desconocen en cierta medida que áreas como la educación física deben valorarse de forma distinta, y que los estudiantes gozan de la gama de beneficios que ella ofrece no sólo para su desempeño académico, sino también social y personal.

No se puede desconocer que en el ámbito teórico, la educación física es un área fundamental para el proceso académico, sin embargo, son los directivos quienes tienen el poder de orientar las políticas educativas, por ello prima la concepción estipulada en la tendencia físicodeportiva y prevalecen las acciones que, de una u otra forma, restan importancia al papel de la educación física en la formación integral. En este sentido, no solo se debe rediseñar y reflexionar sobre las prácticas pedagógicas de los docentes, sino también desde la parte administrativa, ya que de las decisiones y acciones directivas depende el fortalecimiento en la calidad educativa, incluyendo la del área de educación física, recreación y deporte.

Por las cuestiones antes mencionadas y que no se puede dejar de reconocer el concepto sistémico que abarca al área de educación física, se hace necesario la promoción de un nuevo enfoque que brinda una perspectiva diferente del área, que compacte todos los elementos

integradores que le pertenecen, el cual promueve que las instituciones educativas se apropien de los conocimientos significativos que aporta la educación física a los procesos del desarrollo humano de los estudiantes, de tal manera que se considere el enriquecimiento de las prácticas pedagógicas y con ello el aumento de las horas clases, como una estrategia para rescatar el área, al tiempo que se le otorga el lugar representativo que esta merece, pues como ya se mencionó, la educación física es la base de la formación integral como lo suscitan las políticas educativas. La mirada hacía un nuevo modelo de la enseñanza de la educación física (sociomotorcognitivo), junto con sus principios de realización, como se vislumbra en este ensayo, dispone a transformar toda la problemática expuesta y como resultado darle un giro positivo al concepto y practicidad del área.

BIBLIOGRAFÍA

- Abric, J. (2001). *Prácticas sociales y representaciones*. México: Ediciones Coyoacan.
- Araya, S. (2002). *Las representaciones sociales: Ejes teóricos para su discusión*. Costa Rica: Flacso: Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales.
- Banco de la República. (2006). *Evaluación y análisis de eficiencia de la educación en Colombia*. Bogotá.
- Barbero, J. (1994). Las redes de la cultura física. Aproximación genealógica al saber medico en educación física. Málaga.
- Benjumea, M. (2005). La Educación Física en la contemporaneidad: Tendencias y Perfil profesional. *Evento Internacional Expomotricidad 2005*. Colombia.
- Benjumea, M. (2005). *La Educación Física en la contemporaneidad. Tendencias y perfil profesional*.
- Berdugo, A., & Luna, E. (2011). *El aporte de la Educación Física al desarrollo de algunas competencias básicas de las ciencias sociales, matemáticas y ciencias naturales a cursar en el grado quinto (5º) de la educación básica primaria*. Tesis de grado, Universidad del Valle, Cali.
- Congreso de la República de Colombia. (1994). *Ley 115, Ley General de Educación*. Bogotá.
- Congreso de la República de Colombia. (2004). *Ley 934, Política de Desarrollo Nacional de la Educación Física*. Bogotá.
- Elejabarrieta, F. (1995). Las representaciones sociales. En A. Echevarria, *Psicología social. Socio cognitiva*. Bilbao, España: Desclé de Brouwer, S.A. Farr, .

- Galdón, O., Gatica, P., & Gerona, T. (2000). *Manual de Educación Física y deportes*. Barcelona: Oceano.
- Gimeno, J., & Pérez, I. (1996). *Comprender y transformar la enseñanza*. Morata.
- González, A. (2003). Los paradigmas de investigación en las ciencias sociales. *ISLAS*, 125-135.
- Gonzalez, J. (2011). De un campo epistémico en crisis a la posibilidad de subjetividad desde la gestión educativa.
- Hernández, S., Fernández-Collado, C., & Baptista, P. (2004). *Metodología de la investigación*. México D.F.: McGraw-Hill.
- Ibáñez, T. (1988). *Ideologías de la vida cotidiana*. Barcelona: Sendai.
- Institución Educativa Camilo Torres. (2014). *Plan de Área de Educación Física, Recreación y Deportes*. Montería.
- Jodelet, D. (1984). La representación social: fenómenos, conceptos y teoría. En S. Moscovici, *Psicología social II. Pensamiento y vida social. Psicología social y problemas*. Barcelona-Buenos Aires-México: Paidós.
- La Pierre, A. &. (1977). *Simbología del movimiento*. Barcelona: Ed. Científico-medica.
- Mijangos, J. (2005). *La importancia de la Educación Motriz en el proceso de enseñanza de la lecto – escritura en niños y niñas del nivel preprimario y de primero primaria en escuelas oficiales del municipio de Quetzaltenango*. Tesis de Pregrado, UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR, Quetzaltenango.
- Ministerio de educación Nacional. (2010). *Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deportes*. Bogotá: MEN.
- Ministerio de Educación Nacional, M. (2000). *Lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deportes*. Bogotá.
- Moscovici, S. (1979). *El psicoanálisis, su imagen y su público*. Buenos Aires: Huemul.
- Moscovici, S. (1984). *El psicoanálisis, su imagen y su público*. Buenos Aires: Editorial Huemul .
- Mosquera, I., Robayo, E., Ortega, H., & Torres, R. (2005). *Paradigmas y ejes de la educación física*. Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá.
- Parlebás, P. (1981). *Perspectivas para una Educación Física moderna*. Málaga: UniSport.
- Pool, P. (2000). *Fundamentos de Educación Física y su didáctica*. Ed. 2000.
- Ricetti, A., & Siracusa, M. (2009). Acerca de las representaciones sociales de la Educación. *Efdeportes*, 133.
- Rose Eisenberg Wieder. (2007). *Corporeidad, movimiento y educación física, estudios conceptuales* (Vol. Tomo I). México: Consejo Mexicano de investigación educativa.

- Saéñz-López, P. (1999). La importancia de la Educación Física en Primaria. *apunts - Educación Física y deportes*, 57, 20-31.
- Sainz, R. (1992). Historia de la Educación física. *Cuadernos de Sección - Educación*, 5, 27-47.
- Sánchez, F. (1995). El deporte como medio formativo en el ámbito escolar. En Blazquez, *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: Inde.
- Tenorio, J. (2009). *Representaciones sociales sobre el profesorado*. Tesis de Maestría, Instituto de Investigaciones Educativas de México.
- Unesco. (1978). *Carta Internacional de Educación Física y el deporte*.
- Vásquez, B. (1989). *La Educación Física en la educación básica*. Madrid. : Ed. Gymnos.
- Zagalaz, L. (2001). Nuevas tendencias de la educación física. *Contextos educativos*, 4, 263-294.
- Zamora, J. (2009). *Epistemología de la educación física*. Guatemala: Tiempo de Solidaridad.