**INTRODUCCIÓN A LA TEORÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA**

****

**LIC. MÓNICA SALAS- PROF. CARLOS SECO MAZA**

**BIENVENIDA**

ESTIMADOS ESTUDIANTES:

Nos es sumamente grato darles la bienvenida, al Curso de Ingreso de la Carrera de Profesorado en Educación Física, el presente documento forma parte de las propuestas que nuestra Institución desea brindarles, tiene carácter orientativo y será material de apoyo para las futuras cátedras que cursarán en el profesorado. El presente módulo corresponde a INTRODUCCIÓN A LA TEORÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA. De esta manera el documento contiene aproximaciones conceptuales y teóricas que los acercarán al conocimiento del espacio curricular Educación Física, permitiendo una mejor compresión de la misma, estimulando el pensamiento crítico y las posibilidades de proponer nuevas ideas y propuestas que nutran el espacio. También recordar que inician sus primeros pasos en la formación docente, por ello resulta importante poder tomar documentos de lectura y de alguna manera relacionar sus vivencias previas durante su formación en el Nivel Secundario. Asimismo, decirles que quienes hemos encontrado, en nuestra vida de estudiantes, buenos profesores que se han preocupado de cómo estudiábamos, logramos (aún con mucho esfuerzo) conseguir tener éxito en nuestra carrera. Nuestro consejo es uno solo: tómate en serio lo que estás por iniciar y pon todas tus capacidades en juego. Por supuesto: no te olvides de pedir ayuda. ¡Sólo los inteligentes y humildes lo hacen!Estamos convencidos de que tomarán en cuenta las sugerencias que contiene el mismo, y a su vez les permitirá expandir sus horizontes, ideas y pensamientos en pos de su futura formación.

Carlos y Mónica.

**A MODO DE INICIO**

El espacio **Introducción a la teoría de la Educación Física**, exige la integración de los conocimientos teóricos y prácticos de gran importancia para el profesional de la Educación Física, permitiendo la interpretación de principios, objetivos, fundamentos y conceptos para el desarrollo de procesos de enseñanza y aprendizaje de la educación física y el deporte.

En el campo de la cultura física (deporte, educación física y recreación), pues trata aspectos didácticos, metodológicos de la educación física, en el cual persigue como objetivo fundamental actualizar los conocimientos generales sobre dicha temática. Se abordaran una serie de aspectos que justamente aportaran los fundamentos teóricos a la hora de asumir la concepción del proceso que se trata, así como sus conceptos fundamentales. Para ello debemos partir de un análisis previo y para encausar el discurso lógico, seria conveniente hacernos las siguientes preguntas orientadoras. **¿Es la educación física una ciencia?, ¿Que es la educación física?, ¿Cuál es el objeto de estudio de la educación física?, ¿Cuáles serán los conceptos fundamentales adscritos a la educación física?.** Adentrándonos en el contenido de este acápite y persiguiendo como objetivo primordial satisfacer la primera interrogante hecha anteriormente, y para ello corresponde hacer el siguiente y necesario análisis en torno a la ciencia misma.

**¿QUÉ ES UNA TEORÍA?**

* Una teoría (del griego teoría​) es un sistema lógico-deductivo (o inductivo)​ constituido por un conjunto de hipótesis, un campo de aplicación (de lo que trata la teoría, el conjunto de cosas que explica) y algunas reglas que permitan extraer consecuencias de las hipótesis.
* Las teorías son una explicación amplia para una variedad de fenómenos e incluyen muchas hipótesis y leyes. Dentro del método científico uno de los elementos clave es la formulación de una hipótesis. Por **ejemplo**: algo cae al suelo, y cae al suelo aquí y allá, las cosas siempre caen al suelo.
* Kerlinger (1975) define la **teoría como** " Un conjunto de construcciones hipotéticas (conceptos), definiciones y proposiciones relacionadas entre sí, **que** ofrecen un punto de vista sistemático de los fenómenos, al especificar las relaciones existentes entre variables, con objeto de explicar y predecir los fenómenos".

**¿QUÉ ES ESO LLAMADO EDUCACIÓN FÍSICA?**

**Compartimos con ustedes diferentes definiciones:**

* Según González, citado por Buñuel (1997), define la Educación Física como la ciencia y el arte de ayudar al individuo en el desarrollo intencional de sus facultades de movimiento y con ellas el del resto de sus facultades personales.
* El profesor José María Cagigal (1981) define la educación física como la ciencia cuyo cometido es: "El hombre en movimiento o capaz de movimiento, y las relaciones sociales creadas a partir de esta aptitud o actitud".
* Jorge Gómez la define como una práctica social, cuya finalidad es posibilitarles la integración reflexiva y activa en el campo de la cultura física, desarrollando competencias corporales y motrices significativas.
* Una definición más comprometida la aporta Parlebas, según el cual la educación física es una “práctica de intervención que ejerce una influencia sobre las conductas motrices de los participantes en función de normas educativas implícitas o explícitas”.

**LOS INVITAMOS A SEGUIR PENSANDO, HACE CLICK EN EL SIGUIENTE VIDEO**

<https://www.youtube.com/watch?v=lTbcpPKosHE&ab_channel=Educaci%C3%B3nF%C3%ADsicaInternacional>

**DEVELANDO DIFERENCIAS CONCEPTUALES:**

Podríamos decir que para quienes no se desarrollan en el ámbito de la docencia y en estrecha vinculación con la Educación Física, se confunden las diferentes prácticas que involucran al cuerpo. Por ello les compartimos un cuadro comparativo para definir cada uno de ellos.[[1]](#footnote-0)

| **EDUCACIÓN FÍSICA** | **DEPORTE** | **RECREACIÓN** |
| --- | --- | --- |
| Disciplina pedagógica | Disciplina especializada | Vinculada al juego |
| Educación formal | Educación informal | Tiempo libre |
| Promueve la introspección, al comprender el autocontrol del cuerpo. | Se estimula la competencia. | Las reglas pueden ser modificadas. |
| Fomenta habilidades y competencias motrices para la vida cotidiana y profesional. | Promueve la superación personal, contra otro o un elemento. | Estimula la diversión y el sano esparcimiento. |
| Permite adquirir conocimientos, hábitos y actitudes para el fomento de la salud. | Adquisición de fundamentos deportivos. |  |
| Estimula el desarrollo del campo intelectual y afectivo. | Tendencia al perfeccionamiento y a la mejora de la condición física. |  |
| Mejora los procesos de socialización. | Promueve el trabajo individual y en equipo. |  |

**MODELOS CONTEMPORÁNEOS DE EDUCACIÓN FÍSICA**

En la segunda mitad del siglo XX y sobre todo a partir de los años sesenta, las nuevas tendencias o corrientes contemporáneas de educación física han enriquecido ampliamente con sus aportes la epistemología de esta joven materia interdisciplinar, aunque no han estado exentas también de señalamientos y críticas. Con el propósito de favorecer a una mejor comprensión del fenómeno de la educación física en la época actual, hemos agrupado las principales tendencias y corrientes en tres modelos: el modelo tradicional o “médico” (Devis - Peiró, 1992); el modelo psico - educativo; y el modelo deportivo.

El **modelo**, nos dice Gimeno Sacristán, J. (1985), “es una representación de la realidad que supone un alejamiento o distanciamiento de la misma”. Es representación conceptual, simbólica y, por tanto, indirecta, que al ser necesariamente esquemática, se convierte en una representación parcial y selectiva de aspectos de esa realidad, focalizando la atención en lo que considera importante y despreciando aquello que no lo es.

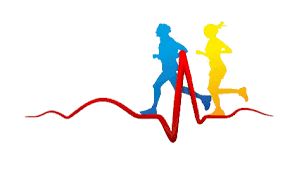




##### **EL MODELO MÉDICO**

El modelo tradicional o “médico”, o lo que Blázquez, D. (1988) llama la “etapa científica (médica)”, comienza a desarrollarse desde la primera mitad del siglo XX.

Este modelo tiene sus bases científicas en las Ciencias Biomédicas: Morfología, Fisiología, Bioquímica y Biomecánica del movimiento humano, centrando su atención en el funcionamiento estructural y orgánico del cuerpo humano y en los efectos que ejerce el ejercicio físico sobre el mismo.

Su fuerte arraigo a la educación física se debe tal vez a,”su proximidad al entrenamiento deportivo, por la importancia que tradicionalmente hemos concedido a lo físico y por la influencia que ha ejercido y ejerce la medicina en los ambientes de nuestra profesión”. También se asocia este modelo a la metáfora del “cuerpo - máquina“ semejante a los cuidados y el mantenimiento que reciben sus agregados para que las “piezas mecánicas” del cuerpo funcionen como tal. La denominación, por ejemplo, de ejercicios de “lubricación” utilizado por algunos profesionales cubanos de la educación física, para designar aquellos ejercicios que se realizan para el “calentamiento” de las articulaciones, representan conceptos que se inscriben sin dudas dentro de este enfoque.

El concepto de salud dentro del modelo médico se asocia fundamentalmente a la ausencia de enfermedad y se ubica más bien en un plano externo del individuo al declarar que “ejercicio físico = condición física = salud”. Este modelo se fundamenta en una pedagogía tradicional con objetivos de carácter higiénicos y utilitarios dirigidos al desarrollo de la capacidad de rendimiento físico o motor, o condición física.

Los propósitos de la enseñanza se dirigen a la formación de hábitos, habilidades y capacidades físicas sobre la base de la realización de diferentes actividades y ejercicios, lo más segura y correctamente posible, relacionados con los distintos factores de salud (mortalidad, morbilidad).

La gimnasia básica o preparación física y la gimnasia terapéutica constituyen ejemplos de contenidos de los programas de educación física que se inscriben en este modelo.

**MODELO PSICO- EDUCATIVO**

La fundamentación científica de este segundo modelo es básicamente psicológica y vivencial del sujeto, mientras su concepto de salud está asociado al aseguramiento del bienestar psíquico y físico de la persona y al mejoramiento de la calidad de vida. Un rasgo esencial de dicho modelo, es que en él se enfatiza en la motivación y en el aprendizaje del alumno más que en la enseñanza del profesor.

Se trata, por tanto, de ayudar, de facilitar al alumno las condiciones para que pueda elegir y tomar decisiones, descubrir y redescubrir a través del movimiento, con lo cual se eleva el carácter activo y consciente del alumno como sujeto de su propio aprendizaje y se incrementan las potencialidades educativas del ejercicio físico.

##### **PSICOMOTRICIDAD**

Con la aparición del nuevo término: **psicomotricidad**, acuñado en 1913 por Ernest Dupré, surge una nueva idea acerca de la *imagen y percepción del propio cuerpo* caracterizada por las estrechas relaciones existentes entre las manifestaciones psíquicas y corporales. Su importancia para la educación física y en general para la Educación es enorme, pues descubre todo un mundo de acción educativa y reeducativa a través del movimiento.

* La primera de ellas es la patrocinada por los mencionados autores, que definen la psicomotricidad como **“ la acción pedagógica y psicológica que utiliza los medios de la educación física con el fin de normalizar o mejorar el comportamiento del niño”** (Pick y Vayer, 1969). Desde su punto de vista, esta materia no

es solamente un método, sino que alcanza la categoría de acción educativa global.

* La segunda tendencia llamada **Psicocinética** de Jean Le Boulch, cuya concepción del cuerpo humano surgida de los nuevos datos neurológicos, psicológicos y sociológicos le lleva a proponer nuevos sistemas de aprendizaje motor diferenciados del tipo mecánico propuesto por el deporte, ya que éstos crean estereotipos y rigideces que, en su opinión, anulan la capacidad de adecuación del sujeto a situaciones nuevas.

La segunda tendencia llamada **Psicocinética** de Jean Le Boulch, cuya concepción del cuerpo humano surgida de los nuevos datos neurológicos, psicológicos y sociológicos le lleva a proponer nuevos sistemas de aprendizaje motor diferenciados del tipo mecánico propuesto por el deporte, ya que éstos crean estereotipos y rigideces que, en su opinión, anulan la capacidad de adecuación del sujeto a situaciones nuevas.

En la medida en que el aprendizaje se aleja de la mecanización y se apoya en la **vivencia** constituye un elemento enriquecedor del **esquema corporal**. El aprendizaje consiste, por tanto, en adquirir nuevos modos de acción que permitan al sujeto **adaptarse** a las diversas situaciones del medio y a sus propias disponibilidades.

**EXPRESIÓN CORPORAL**

En sus inicios, aparece asociada a manifestaciones no escolares, como una actividad de origen social, cuyas prácticas están relacionadas con la liberación del cuerpo en todas sus facetas.

Surge con un objeto de estudio bastante impreciso que con el tiempo se llega a concretar en tres “tendencias dominantes”:

1. La terapéutica: que tiene como objeto la liberación de tensiones en el individuo mediante la práctica corporal,
2. La escénica: en relación tanto al teatro como a la danza, y
3. La pedagógica: cuyo objeto es la educación del individuo. Contreras, O.R. (García Hoz, V., 1995).

##### **EL MODELO DEPORTIVO**

A partir de la revitalización de las Olimpiadas de la era moderna, el deporte ha tenido una poderosa difusión e influencia en la educación física. Pudiera decirse, sin temor a equivocarnos, que en la actualidad en el ámbito mundial, los programas de educación física escolar para niños mayores de nueve años, adolescentes y jóvenes de ambos sexos, contemplan la práctica de juegos predeportivos y deportes, tales como: el atletismo, el fútbol y el baloncesto, entre otros.

Incluso algunos autores llegan a identificar al deporte como “la forma fundamental de actividad práctica en las clases de educación física” (López, A. y C. Vega, 1996). El Dr. Gunther Sthiler, en su obra Teoría y metodología de la Educación Física al referirse a dicha clase la denomina como “ la clase deportiva “.

El deporte en los programas escolares despierta un elevado interés y motivación en los estudiantes por su práctica y constituye un medio pedagógico de elevados valores educativos.



**Deporte Educativo.** La denominación de educativo dado al deporte está asociada con las características de este tipo de práctica deportiva, donde destaca el elemento pedagógico en contraposición a lo que se conoce como deporte espectáculo, en el cual prima una exigencia al alto rendimiento.

“La perfecta ejecución de un movimiento se logra con repetición y automatización. Para el rendimiento en el deporte, la automatización es necesaria. ¿Es verdaderamente educativa la automatización?. Esta “puede se negativa en la medida en que le quita tiempo de disfrute de la verdadera práctica del juego y en la medida en que limite su expresión personal, necesidad ecológica y antitecnisista.” (Cagigal citado por Rodríguez, J. 1995). A modo de síntesis podemos concluir diciendo que la iniciación deportiva se caracteriza por:

* Ser un proceso de socialización, de integración de los sujetos con las obligaciones sociales respecto a los demás.
* Un proceso de enseñanza–aprendizaje progresivo y optimizador que tiene como intención conseguir la máxima competencia en una o varias actividades deportivas.
* Ser un proceso de adquisición de capacidades, habilidades, destrezas, conocimientos y actitudes para desenvolverse lo más eficazmente en una o varias prácticas deportivas.
* Ser una etapa de contacto y experimentación en la que se debe conseguir unas capacidades funcionales aplicadas y prácticas.

##### **DEPORTE PARA TODOS**

Por otra parte, ha surgido en los últimos años, con gran fuerza, lo que se ha denominado como Deporte recreación o Deporte para todos.

Se trata de promover la práctica del deporte con un fin recreativo, con actividades muy variadas al aire libre y en diversos escenarios o lo que Blázquez, D. (1988) identifica como la “comercialización del tiempo libre” muy de moda hoy en día, con toda una amplia oferta de medios y artículos muy diversos y atrayentes: patinetas, patines, surf, bicicletas montañesas, etc.

Esta tendencia se presenta como liberadora, debido a la industrialización y urbanización en los países capitalistas desarrollados, promoviendo las estancias al aire libre con una proyección de salud: cambios de ambiente,

vida física espontánea y en contacto con la naturaleza, facilidad para el establecimiento de relaciones humanas y la ausencia de competición, entre otros.

**SOCIOMOTRICIDAD**

Constituye otra tendencia contemporánea en el campo de la educación física que aporta sus preceptos teóricos y metodológicos a este modelo.

A diferencia de los psicomotricistas que asumen el “movimiento” como su objeto de estudio, P. Parlebas, principal promotor de esta nueva tendencia, lo rechaza y propone a la “conducta motriz” como objeto científico de la educación física.

“La concepción que se funda sobre la noción del movimiento nos parece indiscutiblemente sobrepasada. La educación física, debe realizar su revolución copernicana, es decir, aceptar el cambio de centro; debe desprenderse del movimiento para centrar su atención en *el ser que se mueve*... ”.

El concepto de conducta motriz coloca en el centro de la escena al individuo en acción y a las modalidades motrices de expresión de su personalidad”... y ”tiene el interés de tener en cuenta simultáneamente las dos vertientes de la actividad física: por una parte los *datos observables y objetivos* de los comportamientos motores (desplazamientos en el espacio y en el tiempo, gestos aparentes, contactos y relaciones con los otros).

Parlebas evidencia tres criterios de lógica interna o de interacción motriz que confiere a las prácticas peculiaridades:

##### Interacción del practicante con el medio físico,.

1. Interacción motriz de cooperación.
2. Interacción motriz de oposición.

A la que pudiera agregarse una cuarta resultante de la combinación de las dos últimas.

1. Interacción motriz de cooperación- oposición.

**EDUCACIÓN FÍSICA Y PRINCIPIOS METODOLÓGICOS**

En la educación física se distinguen dos direcciones fundamentales de trabajo pedagógico:

1. La enseñanza de los movimientos es decir, el aprendizaje de habilidades motrices.
2. La educación (dirección del desarrollo) de las capacidades motrices (condicionales y coordinativas).

Ambas direcciones están regidas por la labor educativa del profesor y los alumnos en la formación de valores de estos últimos.

De acuerdo a esto se destacan dos proyecciones de trabajo didáctico metodológico en la educación física:

* La primera está relacionada con la formación de habilidades y hábitos motores, la cual se basa en la enseñanza de movimientos. Por tal motivo la tarea principal de la metodología consiste en elegir las vías más óptimas para el estudio, consolidación y perfeccionamiento de la técnica de los ejercicios físicos, es decir, la de elegir los medios, métodos y elementos más efectivos de la enseñanza.
* La segunda proyección se refiere al proceso de educación de las capacidades condicionales y coordinativas donde la tarea metodológica principal es igualmente la selección de los medios, métodos y elementos más efectivos para el desarrollo de las capacidades de resistencia, fuerza, rapidez etc.

**Los principios metodológicos son:**

* Principio de a conciencia- actividad.
* Principio sensoperceptual.
* Principio de asequibilidad e individualización.
* Principio de la sistematicidad.
* Principio del aumento dinámico y gradual de las exigencias.

**EL CAMINO EMPRENDIDO ESTARÁ LLENO DE SORPRESAS Y DESAFÍOS. PERO TAMBIÉN SERÁ UN TRAYECTO COLMADO DE EXPERIENCIAS QUE LES PERMITIRÁN AFRONTAR SU VIDA PROFESIONAL. SIEMPRE PODEMOS NUTRIRNOS DE MÁS CONOCIMIENTOS, LOS INVITAMOS A CONTINUAR CON MÁS LECTURAS.**

1. Para reforzar ideas ingresa en el siguiente link

   <https://www.youtube.com/watch?v=MN5IbcDhoco&ab_channel=SerEducaci%C3%B3nF%C3%ADsica> [↑](#footnote-ref-0)