



# LA MOTIVACIÓN EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA

*Francisco Lagardera Otero, Profesor titular de Sociología del Deporte del INEF de Lleida*

Cuando hablamos de aprendizaje de la motricidad humana parece que obviamos toda intervención didáctica, entendiéndose así porque la motricidad hace referencia no sólo a una potencialidad humana sino a una de sus características definitorias. Algunos prefieren hablar de madurez y desarrollo motriz y entender de aprendizaje cuando se refieren a movimientos sofisticados, poco naturales, en este sentido tendrían cabida las habilidades deportivas, que no se ajustan, al menos totalmente, a los movimientos genuinos durante el largo aprendizaje filogenético de la especie humana.

En cualquier caso, tanto para las actividades motrices características del biotipo humano como para las más alejadas de su evolución natural, existe un principio axiológico inteligente y común: el principio de la estimulación, fenómeno que puede avivar, conducir o incitar al aprendizaje. El principio universal de adaptación ha movilizado durante milenios a las distintas especies a una constante mutación, diríase que la naturaleza ha sido y es una fuente constante de estimulación. El hombre, en la medida en que se aleja progresivamente de las leyes naturales que le someten a la evolución natural, necesita de una fuente de estímulos adicional.

En este contexto surge el concepto de motivación, como *aquella parcela de la intervención pedagógica que trata de forma consciente y preconcebida de activar en los alumnos las necesidades de acción motriz, de tal forma que engendre en ellos la voluntad de conseguir los objetivos propuestos.*

Dícese también, y no sin razón, que la motivación, en su acepción más genérica, hacia la actividad física, resulta obvia, por cuanto existe en el ser humano una necesidad fisiológica por moverse. Sobre esto volveremos de inmediato. Lo cierto es que los docentes constatamos diariamente en nuestros alumnos una actitud extremadamente positiva hacia la actividad física. Los alumnos se manifiestan inquietos cuando unos minutos antes de la clase de Educación Física ya no atienden debidamente a las formulaciones que el profesor de otra materia propone; mucho cuidado si éste prolonga su clase en detrimento de la clase de "gim". Corren por los pasillos arrastrando sus bolsas o despojándose de las ropas convencionales. El hecho de vestirse con una ropa que les permite correr, saltar o tirarse por el suelo les traslada a otra dimensión. El alumno espera ahora fundamentalmente la acción y el juego como fuente de placer. Algunos autores, entre los que me incluyo,

piensan que el maestro no debe, ante la clase de Educación Física, establecer estrategias para la motivación, sino tratar de mantener en los alumnos esta expectativa innata.

Pero todos sabemos que la escuela ha intentado extrapolar a la actividad física los valores morales y los objetivos cognitivos que sustentan la estructura escolar tradicional. En la búsqueda del rendimiento, del gesto estereotipado, de la reiteración de movimientos artificiales, donde el individuo debe demostrar sumisión, eficiencia y capacidad de reproducción, muchos niños y jóvenes van dejando girones de su cuerpo, de su ser. La expectativa de los alumnos, este estímulo genuino va languideciendo progresivamente, muy especialmente en aquellos alumnos menos dotados para asimilar o reproducir aquellos movimientos por nosotros propuestos.

Entonces, ¿para qué motivación?, para rescatar la parte genuina y natural que tiene el ejercicio físico. Motivación para estimular el desarrollo y la iniciativa individual y dirigir al alumno hacia una madurez equilibrada y personal. Y es a partir de este análisis que la *afectividad* se manifiesta como piedra angular de la motivación.

## Motivación intrínseca y afectividad

Jacques Florence, recogiendo una cita de J. Nuttin, indica que motivación es: “comunicar los objetivos de manera tal que las necesidades sean estimuladas y ofrezcan al alumno las ganas de alcanzar este objetivo”,<sup>1</sup> desde esta visión la comunicación o la presentación de la tarea a realizar se manifiesta como la parte sustancial de la intervención del profesor.

Sin embargo, J. D. Lawther precisa que: “la motivación es el estado de incitación hacia una acción —incitación de la pasividad o tranquilidad al desasosiego— a un grado de descontento o perturbación luego dirigido a actos específicos. Este estado de incitación a la acción, esta perturbación u homeostasis, puede surgir de alguna necesidad interna, orgánica o física”.<sup>2</sup>

Retomamos pues las referencias anteriores hacia las actitudes favorables, de forma innata, por parte de los alumnos. Parece existir tanto en el ser humano como en otras especies naturales un estímulo orgánico, natural, una actitud innata que le mueve a llevar a cabo una acción motriz. La continuidad de un estado de reposo incomoda al hombre sano que, por lo tanto, busca desplegar alguna actividad. Como señala Cannon, “pareciera que el individuo trata de lograr un desequilibrio por medio de la actividad”,<sup>3</sup> es, lo que algunos autores denominan motivación intrínseca: “en muchas actividades físicas, y especialmente en algunas formas de danza, los patrones de habilidad, simples o complejos, guardan una estrecha relación con patrones motores instintivos y con ritmos naturales”. El interés de una persona por el placer que le proporciona la sensación cinestésica constituye una fuerza motivadora a la que Burnett y Pear han llamado *sensualidad muscular*. En este caso el objetivo es el inmediato de la participación y puede llamarse mo-

tivación intrínseca, ya que el individuo actúa o aprende única y exclusivamente por participar en la actividad misma. “El juego permite al individuo descubrirse a sí mismo y descubrir su entorno, le ayuda a satisfacer su curiosidad y a ampliar sus percepciones”.<sup>4</sup> Debemos deducir que el maestro responsable de la Educación Física tendrá como uno de sus objetivos prioritarios mantener o incluso potenciar esta motivación intrínseca. Lo corpóreo fluye como algo inmanente e inseparable al ser, deformar con experiencias negativas o con sensaciones de impotencia la imagen cálida, total y afectiva que el alumno tiene de su cuerpo puede manifestarse como una de las mayores atrocidades pedagógicas que se pueden llevar a cabo. Es por esto que la afectividad, tanto en sus manifestaciones como en su tratamiento por parte del docente, es una de las vías que harán posible nuestra intervención para motivar a nuestros alumnos.

“Una clase de motivos que suele descuidarse es el aspecto afectivo de la actividad. Toda experiencia y toda actividad tiene su fase afectiva. Cada experiencia se valora en función de su contenido afectivo, y esta valoración puede ubicarse en una escala que va del agrado al desagrado extremos. La naturaleza de la valoración afectiva permite determinar la actitud del individuo hacia la experiencia. Las experiencias que se valoran como agradables traen consigo una actitud de acercamiento, y aquellas que se valoran como desagradables, una actitud de rechazo. Claro está que las actitudes no son sino tendencias de la conducta y no conducta real. Pero estas tendencias influyen sobre la actividad de modo muy importante.

La importancia del aspecto afectivo de la experiencia es uno de los descubrimientos de mayor alcance en la educación moderna. Es un hecho perfectamente claro y definido que el aprendizaje es a la vez más eficiente y más

permanente cuando se basa en el interés y en la afición”.<sup>5</sup>

Si la enseñanza individualizada ha sido y es un requerimiento pedagógico de progreso y modernidad en cualquier área del aprendizaje, la apelación a la confianza y autoestima individual se manifiesta como una técnica de intervención didáctica fundamental en las clases de Educación Física.

## La técnica del estímulo

Siendo ciertamente constatable que los diversos tipos de estímulos pueden entenderse como técnicas o procedimientos didácticos al servicio del docente, y como tal son susceptibles de aprenderse, programarse y ponerse en práctica, no es tampoco erróneo el considerar la motivación como una actitud perenne en el profesor para incentivar la acción del alumno. Hay colegas que otorgan a la tarea tal importancia y rodean su rol como profesor con tanto carisma que obvian su dimensión como agentes catalizadores del hecho educativo. Su función queda limitada a darle brillantez y rigor a los contenidos de la información que transmite y a controlar el proceso para que sea lo más fidedigno posible. Es ésta una actitud docente que no compartimos. Entendemos que el profesor de Educación Física es básicamente un animador que pone diariamente en juego estímulos constantes para que sus alumnos mantengan o aumenten su actitud favorable ante el ejercicio físico. Sólo así entendemos las técnicas de estímulo que a continuación se exponen.

Thompson y Hunicutt recogen los resultados de una investigación en la que se intentó comprobar los efectos del elogio y la censura en varios grupos de alumnos introvertidos y extrovertidos. El análisis de los datos recogidos indicó que:

1. Cuando los introvertidos y extrovertidos son agrupados juntos, el elogio o la censura son igualmente efecti-

vos en la motivación del logro del trabajo de los alumnos. Manifestándose más efectivo para aumentar el rendimiento en el trabajo que la falta de incentivos externos.

2. Si se repite con suficiente frecuencia, el elogio aumenta el rendimiento en el trabajo de los introvertidos hasta llegar a ser significativamente superior al de los introvertidos a quienes se censura o los extrovertidos a quienes se elogia.

3. Si se repite con suficiente frecuencia, la censura aumenta el rendimiento en el trabajo de los extrovertidos hasta que llega a ser significativamente superior al de los extrovertidos a quienes se elogia o los introvertidos a quienes se censura.

“Los resultados del presente estudio indican que, tanto el elogio como la censura, pueden ser empleados imprudentemente por el maestro de la escuela si no aprecia y entiende plenamente las diferentes personalidades que encuentra en su clase. El elogio y la censura no han de juzgarse sobre la base de que sirven por igual, sino que han de emplearse de modo adecuado a cada caso”.<sup>6</sup>

Constatamos nuevamente la necesidad de que el maestro conozca individualmente a cada uno de sus alumnos y aplique en cada caso el estímulo más conveniente; sólo así tendrán sentido estas técnicas.

*Estimulación por la confianza*, es aquella por la que establecemos a priori la capacidad del alumno para la realización de la tarea. ¡Vamos, tu eres capaz de...! ¡Un poco más... que tu puedes...!

A menudo se confunde esta técnica, que debe utilizarse de forma estrictamente personal, incluso bajo una dimensión física, acercándonos al alumno, dándole una palmadita en la espalda, cogiéndole del brazo, acariciándole la cabeza..., con la presentación de una tarea accesible: ¡Esto es muy fácil, todos lo podéis hacer...!

También entendemos como tal la utilización del elogio y de las palabras de ánimo –“feed back” afectivo–, muy especialmente utilizado con aquellos alumnos que tienen algún tipo de dificultad para la realización de una tarea concreta. Hay alumnos introvertidos o con poca confianza en sus propias posibilidades que necesitan de nuestro constante apoyo, siempre encontraremos algún aspecto de la tarea que el alumno haya realizado correctamente. Debemos entonces reforzar este aspecto y otorgarle confianza para que logre la realización correcta de la tarea. ¡Muy bien ese impulso, ahora debes prestar atención al giro, vamos que ya has conseguido lo más difícil...!

Jacques Florence en una magnífica ponencia establece ocho diferentes formas de estimulación:<sup>7</sup>

*Estimulación por reforzamiento del objetivo*,... “el maestro pone aquí el acento sobre la utilidad de la tarea; tendiendo hacia la necesidad de comprender el sentido de lo que se hace”. Hace referencia a la consecución del éxito o a la mejora de alguna habilidad o cualidad física.

“¡Venga, esto es excelente para el diente!”.

“Atención, con este ejercicio mejorarás los lanzamientos!”.

Es una estimulación de refuerzo, puesto que el maestro debe informar, en la medida de la capacidad del alumno, del significado que tiene cada una de las tareas propuestas en la presentación de la clase y en el transcurso de la misma. Es un refuerzo eficiente para aquellos alumnos que demuestran ya una gran motivación.

*Estimulación para la autoevaluación*, “el maestro invita a sus alumnos tras las primeras ejecuciones a observar lo que ellos son capaces de hacer y de evaluar”. A partir de los doce años la autoevaluación se convierte más que en un procedimiento didáctico en un requerimiento del alumno que quiere conocer sus capacidades reales. Al ha-

blar de evaluación nos referiremos con más extensión a este punto ya que es un factor importante en la evaluación global del alumno.

¡Contad las veces que tocáis el balón sin que éste caiga al suelo! ¡Vamos, hay que conseguir diez como mínimo!

¡Quedáos quietos una vez realizado el giro y comprobad si habéis caído frente al compañero! (se les requiere dar un giro de 360° en el aire frente a su compañero).

*Estimulación para una ejecución máxima*, se incita a los alumnos a realizar tras los primeros intentos el máximo esfuerzo posible.

“¡Atención, cada uno efectúa un último salto pero vais a intentar llegar lo más lejos posible, miraré los que vayan más lejos!” (salto pies juntos, detente en longitud).

“¡Hay que efectuar el mayor número posible de flexiones en 15”, vamos...!” (Hay que preguntar e interesarse por lo que han hecho: ¿Cuántos han hecho 15 o más?

¿Entre 10 y 15... ?

¿Menos de 10... ?

*Estimulación para la búsqueda*, “tras los primeros ensayos, sigue una primera fase de tanteos; el profesor, sabiendo que la tarea opone realmente dificultades, mejor que dar él mismo inmediatamente la solución, invita a los alumnos a la investigación, probando qué es lo que podría facilitar la realización del objetivo”.

¡Vamos, a ver de qué forma lográis saltar más y mejor! (Iniciamos a los alumnos en el salto de altura, hemos colocado una cuerda oblicuamente, de forma que existen diversas alturas).

*Estimulación para la cooperación*, “aquí una buena realización de la tarea requiere una coordinación, un acuerdo entre dos o más alumnos, es una llamada a la cooperación, ligado a veces a una propuesta de competición inter-equipos”.

¡A ver cuántos pases eres capaz de darle al compañero en óptimas condicio-

nes para que remate!

¡A ver cuántos bloqueos efectivos consigues! —estamos practicando el bloqueo directo—.

¡Hay que contabilizar los pases de ensayo —asistencias— no los ensayos...!

*Estimulación para la competición*, “no insistiremos en esta forma tan conocida de estimulación para la acción, muy útil para cuando el maestro quiere crear un ambiente o intensificar la actividad. Subrayamos solamente que esta confrontación amistosa puede ser suscitada entre los alumnos y el propio profesor”.

“Realizaré las flexiones de brazos con vosotros, ¿quién es capaz de hacer más que yo?”

*Estimulación por anuncio de evaluación*, esta clase de estimulación inicial nos parece una de las más importantes, en la medida en que nos podemos aprovechar de ella, en beneficio de cada una de las otras. Para esta información el maestro se dirigirá a los alumnos diciéndoles que va a mantenerse atento, presente y receptivo para comprobar lo que se hace desde los primeros ensayos.

Siempre que en la misma tarea de salto con lanzamiento de brazos, el maestro dice “yo miro quien llega perfectamente derecho sobre el plinto con los brazos hacia adelante”, está creando, entre él y sus alumnos una dependencia, uno expresando sus esperanzas e intereses por las ejecuciones, los otros sintiéndose observados y deseosos de mostrar lo que saben hacer.

Cada vez que el maestro dice:

“Yo observo quién...”

“Yo miro...”

“Estoy curioso por ver...”

“Contaré cuántos...”

está anunciando, implícitamente, que a continuación va a decir los que lo hacen bien, los que hacen otra cosa, los que haciendo otra cosa van más allá de lo que pedía inicialmente. Si el conocimiento de los resultados tiene un efecto conocido sobre la motivación y las

prestaciones, el anuncio de esta objetivación es también determinante”.

*Estimulación por desafío*, “desafiar a alguien es provocarlo, es declarar que no lo creemos capaz de tener éxito. El maestro, tras haber ampliado la dificultad de la tarea, quiere picar el amor propio de sus alumnos. Ejemplo:

La tarea consiste en pasar en un tiempo, mediante un salto, de la posición al tendido prono.

Sugestión de la estimulación inicial: Atención, no es fácil como ejercicio, hay que atreverse, ¿Quién será el primero?”.

### La utilización del estímulo

Ya hemos comentado con anterioridad la necesidad de utilizar un criterio claro de aplicación de los estímulos, éstos deben utilizarse casi exclusivamente con carácter individual y no de modo genérico a toda la clase, que es con frecuencia de los alumnos comprendidos entre los once y los dieciséis años en su grado de heterogeneidad en el desarrollo fisiológico y de las cualidades físicas. Las diferencias de talla, volumen y personalidad son altamente significativas entre los chicos y las chicas, e incluso entre los del mismo sexo. Esto hace que mientras algunos piensan y actúan como niños otros lo hacen como adolescentes. La necesidad de un tratamiento individualizado se impone.

Considerando debidamente la descripción y enumeración de los diferentes tipos de estímulos formulados por el profesor Florence que acabamos de relatar, creemos que la apelación a la evaluación o al desafío pueden constituir una motivación positiva para aquellos alumnos que demuestran tener no sólo excelentes aptitudes sino muchos estímulos intrínsecos. Es uno de los recursos más tradicionales y menos elaborados. Otro tanto podríamos decir de la estimulación para una ejecución máxima.

Hemos oído decir en innumerables ocasiones a los maestros de antes, a aquéllos que hoy ya están jubilados, que los alumnos con condiciones aprenden solos, que el verdadero papel como docente adquiere significado en el tratamiento y estimulación de los alumnos desmotivados o de los peor dotados. Sin llegar a ser ésta una máxima inalterable sí que nos debe mover a la reflexión, ya que son estos alumnos los que requieren de nuestra intervención y ayuda. Es con estos alumnos que debemos utilizar una estimulación personal, basada en la confianza, intentando que nos sientan afectivamente próximos. Nuestra escuela, volvemos a la sempiterna aseveración, no es un vivero de campeones, queremos que sea una comunidad de personas que a partir de experiencias individuales y colectivas van madurando y conformando su personalidad, seres que aprecien la vida y fundamentalmente la suya propia.

#### Notas:

1. FLORENCE, J.: *Cuáles son los objetivos y las prácticas para la animación del grupo-clase en la Educación Física escolar*. Ponencia presentada en el congreso: “La Educación Física hoy”, Barcelona, marzo, 1986.
2. LAWTHORP, J.D.: *Aprendizaje de las habilidades motrices*, Ed. Paidós, Buenos Aires, 1978, pág. 134.
3. *Ibid*, pág. 135.
4. KNAPP, J.: *La habilidad en el deporte*, Ed. Miñón, Valladolid, 1981, pág. 117.
5. STRANG, R.; CROW, L.D. y otros: *Motivación y diferencias individuales en la escuela*. Ed. Paidós, Buenos Aires, 1986, pág. 32-33.
6. *Ibid*, pág. 58-59.
7. FLORENCE, J.: *op. cit.*