

Apuntes para el siglo XXI

En torno a la enseñanza de la educación física

El proceso de enseñanza de la educación física consiste básicamente en encontrar medios de ayuda a los educandos para aprender, practicar y formarse. Mediante la enseñanza se articulan experiencias educativas a través de las cuales se pueden incrementar las capacidades, el entendimiento y las actitudes de los alumnos, de tal modo que éstos puedan disfrutar de la experiencia del aprendizaje y de la práctica motora.

La enseñanza de la educación física queda delimitada en gran medida al comportamiento de los profesores de educación física durante su ejercicio profesional. Los profesores realizan habitualmente tareas como programar, presentar, demostrar, preguntar, corregir, motivar, retroinformar, reflexionar, etc., con el fin de ayudar a los alumnos a aprender y a desarrollarse de manera autónoma y, en suma, contribuir al desenvolvimiento eficiente de la personalidad.

La enseñanza de la educación física es eficaz cuando los alumnos asimilan rápidamente aprendizajes cognitivos aplicados al ámbito motriz y desarrollan actitudes positivas acerca de lo que han experimentado, mejorando su autoestima.

A continuación, presentamos doce propuestas sobre la enseñanza de la educación de la física que deben servirnos para sugerir, reflexionar, debatir y, si se considera pertinente, aplicar en el marco de una educación física humanista, emocional y ecológica (que coincidirá con lo social, lo personal y con el entorno medioambiental):

*Para llevar a cabo estos propósitos partiremos de la concepción del niño como **persona inteligente, autónoma y abierta al entorno**, a la que pretendemos ayudar en el proceso de autoestructuración de la personalidad y, de esta manera, mejorar sus niveles de autoestima.*

✓ Conocerás la historia motriz de cada uno de los alumnos

Los alumnos y los respectivos grupos que se conforman en las clases de educación física tienen una trayectoria, una historia motriz, que es preciso conocer para poder planificar nuestras propuestas de acuerdo a la realidad motriz del niño y del colectivo. Debemos recabar información de los educadores físicos que ha tenido con anterioridad, acceder a las fichas técnicas, hojas de observación de la lateralidad, calificaciones y otros datos que nos aporten pistas sobre la realidad psicofísica del niño y su evolución.

Sólo después de conocer los antecedentes motrices del niño y del grupo podremos llevar a cabo una definición de objetivos y un programa coherente de actividades.

¿Cuál es el primer deber del hombre? La respuesta es muy breve: ser uno mismo.

HENRIK J. IBSEN
(Dramaturgo noruego, 1828-1906)

Trata de mejorarte, que es lo único que puedes hacer para mejorar el mundo.

LUDWIG WITTGENSTEIN
(Filósofo austriaco, 1889-1951)

✓ Identificarás sus necesidades e intereses y definirás un objetivo

En base a los principios de atención a la heterogeneidad, la diversidad y a los fundamentos de la enseñanza individualizada, es preciso contactar con el niño (y el grupo) para diagnosticar sus necesidades y conocer sus intereses. El interés ligado a la necesidad consciente es el verdadero motor que moviliza la voluntad de nuestros alumnos. Si planteamos sesiones de educación física que responden a las necesidades de nuestros alumnos, el éxito de participación cualitativa está asegurado.

Al contrario que la educación física más tradicional que trabaja simultáneamente con varios objetivos en una sola sesión, aquí sugerimos la elección de un único objetivo de trabajo que será compatible con el área de necesidades e intereses identificada y pactada previamente con los alumnos.

✓ Adaptarás la clase al nivel de conocimiento, desarrollo motriz y tono emocional de los alumnos

Debemos ajustarnos al nivel, intereses y necesidades de nuestros alumnos. Los contenidos a desarrollar y la dinámica a emplear dependerán del nivel cognitivo y de su desarrollo motriz, estableciendo pequeños grupos de trabajo para favorecer la dinámica interna de trabajo con un buen clima afectivo y un nivel homogéneo para todos los componentes de ese grupo.

✓ Estimularás en los alumnos la búsqueda activa de información

Se ha estudiado recientemente que transmitimos un exceso de información a los alumnos creándoles situaciones de embotamiento y confusión. Es necesario dosificar la información que proporcionamos estimulando que sean los alumnos los que en el transcurso del quehacer psicomotor soliciten activamente la información al profesor para poder seguir adelante.

✓ Promoverás numerosas experiencias, muy variadas, en distintos medios físicos y en diversas circunstancias

Con el fin de desarrollar el potencial motriz que cada individuo lleva dentro de sí y lograr la máxima disponibilidad motriz, proponemos que el alumno sea el auténtico protagonista del proceso, autogestionando su práctica y viviendo activamente sus experiencias motrices de forma satisfactoria.

Proponemos sesiones en las que se lleven a cabo múltiples experiencias, muy variadas entre sí, desarrolladas en distintos medios físicos y en condiciones emocionales y fisioló-

gicas dispares. En las primeras etapas no promovemos la automatización de destrezas y habilidades, este paso sólo lo llevaremos a cabo a partir de la conformación polivalente de las funciones y capacidades coordinativas (a partir de los 9 años).

✓ **Favorecerás dinámicas para el desarrollo de respuestas proyectivas, imaginativas y creativas**

El paso paulatino y progresivo de procesos directivos a no directivos favorece la autonomía motriz y la espontaneidad motriz lo que contribuye al incremento de respuestas proyectivas (en detrimento de las adaptativas, propias de la pedagogía del modelo) que constituyen la antesala de las respuestas más imaginativas y cualitativas del ser humano: la creatividad.

Los requisitos básicos para que un acto motor sea creativo son los siguientes: a) Que el entorno no influya en la decisión tomada (el individuo está relativamente aislado); b) Sólo debe prevalecer la intencionalidad del individuo; c) La ejecución debe suponer una acción motriz nueva para el individuo, o sea un movimiento nuevo que nunca antes había realizado.

✓ **Potenciarás el desempeño de la capacidad de decisión motriz en diversas situaciones de competencia, dificultad, complejidad, riesgo o fatiga**

A pesar de la importancia que tiene para el ser humano el mecanismo decisorio poco podemos saber de él de una manera directa, mediante las manifestaciones del mecanismo efector podremos conocer algunos aspectos de su actuación. Sin embargo para que el movimiento propuesto sea inteligente resulta imprescindible la participación inequívoca del mecanismo decisorio.

Recomendamos plantear situaciones motrices que requieran la participación activa de la capacidad de decisión del alumno en diversas situaciones y con distintas cargas emocionales y afectivas. Todos los procesos automatizados del movimiento provocan un cortocircuito en el proceso de elaboración de respuestas de la función coordinativa, marginando la participación del mecanismo de decisión motriz.

✓ **Plantearás procesos cada vez menos directivos e incentivarás la capacidad de reflexión individual mediante la observación y autoobservación**

En el proceso de formación del ser inteligente, contemplamos el trabajo de la función correspondiente al sistema introyectivo, es decir la capacidad que posee el individuo de pensar que está pensando, de ir hacia uno mismo para poder modificarse.

Promovemos el proceso de realización de tareas que resulten para el alumno una experiencia motriz racionalizada e interiorizada que provoque, mediante procesos de observación y autoobservación, una reconocimiento de la experiencia sentida y una reflexión sobre los resultados obtenidos en relación a las metas propuestas.

✓ **Desarrollarás en las clases un clima de tolerancia, afectividad y confianza**

Si el entorno afectivo y emocional de las sesiones de educación física no es adecuado no podremos asumir los objetivos fijados. El alumno necesita confianza para poder desarrollar adecuadamente su potencial motor, debe trabajar en

pequeños grupos en un clima de colaboración y comprensión y debe confiar en sus compañeros como elementos que le proporcionarán ayuda e información. El profesor debe ser más un cómplice que una figura autoritaria, en situaciones de bloqueo suministrará a los alumnos la información precisa para seguir adelante.

La tolerancia ante los distintos niveles de aptitud motriz de los alumnos o ante las distintas capacidades y predisposiciones de los miembros del otro sexo (o de otro grupo socio-cultural), así como un entorno afectivo que genere confianza y desinhibición son imprescindibles para lograr el nivel de conductas motrices solicitado.

✓ **Mostrarás a los alumnos procesos y estrategias para que gestionen y evalúen sus aprendizajes y conductas motrices**

Mediante un constante proceso de autonomía personal, el alumno aprende a razonar, experimentar, reflexionar y evaluar sus propias vivencias que le deben llevar a un proceso de autogestión y de autoestructuración de la personalidad.

En consecuencia el profesor debe traspasar progresivamente el control y la responsabilidad del proceso de enseñanza/aprendizaje a los propios alumnos. Esta tarea deben asumirla con total independencia y la llevarán a cabo a lo largo de toda su vida.

✓ **Conectarás la educación física con otras materias y conocimientos del ciclo escolar correspondiente**

Es preciso no quedarse aislado del contexto escolar ni del resto del sistema educativo, por lo que planteamos una enseñanza globalizadora e interrelacionada con las materias de las otras áreas de currículum académico.

Con el fin de no perder de vista la educación integral del alumno debemos contribuir, a través de nuestras herramientas, al completo desarrollo de su personalidad y ayudarle a encajar adecuadamente en el contexto social.

✓ **Todos somos alumnos. Educar a los alumnos es educarnos a nosotros mismos**

No existen alumnos clónicos, cada alumno es diferente y requiere un trato singular. También los profesores somos distintos aunque impartamos la misma materia con los mismos objetivos y temarios, pero el profesor es un modelo que transmite básicamente ideología, sentimientos o estilos más que contenidos. Ese es nuestro auténtico legado.

En este proceso todos somos alumnos, los profesores y los niños, los educadores debemos dedicar a la educación tiempo de calidad y dar un buen ejemplo personal que es el verdadero valor que perciben los educandos; los alumnos se nos muestran tal como son y nos enseñan constantemente, lo que exige del educador una autoeducación permanente. Educar a los alumnos es educarnos a nosotros mismos.

Como síntesis de la docena de propuestas podríamos condensarlas en una: Procurarás comprender a tus alumnos, te pondrás en su situación, te anticiparás a sus necesidades y buscarás maneras de ayudarlos.

Colaborando en la mejora de tus alumnos, contribuirás en la mejora de nuestro mundo.

Javier Olivera Betrán