

Concepto de Educación Física: evolución y desarrollo de las distintas concepciones

1. El concepte d'educació física.

- 1.1 Aprenentatge, immaduresa i conducta motriu.
- 1.2 Intervenció educativa.
- 1.3 Els objectius de L'EF
- 1.4 Funcions del moviment.

2. Evolució i desenvolupament dels diferents conceptes. Recorregut històric per les corrents de l'educació física.

- 2.1 Època clàssica.
 - 2.1.1 Grècia
 - 2.1.2 Roma
- 2.2 Edat Moderna.
 - 2.2.1 Kant
 - 2.2.2 Rousseau.
 - 2.2.3 Pestalozzi.
- 2.3 Edat contemporània.
 - 2.3.1 La corrent anglesa
 - 2.3.2 L'escola alemanya
 - 2.3.3 L'escola francesa
 - 2.3.4 L'escola sueca
 - 2.3.5 L'escola artística

d'educació física basa els seus processos d'ensenyament aprenentatge en l'**activitat vivenciada per l'alumnat**, ja que el treball corporal és essencial per al desenvolupament harmònic. L'alumnat té una **necessitat de moviment** que forma part del seu propi procés evolutiu i de desenvolupament, però perquè aquest procés tingui lloc ha d'integrar els coneixements i aprenentatges en relació amb el propi **cos** en l'activitat diària. La comprensió i l'acceptació de la pròpia realitat s'adquireixen per les informacions que incideixen directament sobre si mateix, com també pel contacte i relació amb la resta de l'alumnat i l'entorn".²

—**EF i educació formal.** L'EF és un component inseparable de l'educació total. Ha de romandre unida a l'educació formal, de la mateixa manera que en el subjecte, cos i intel·lecte estan units orgànicament i creixen de forma conjunta.

—L'EF ha d'adaptar-se, com tota educació, a les **lleis vitals del nen**, no a les necessitats dels adults. El mestre d'EF té coneixements de psicologia evolutiva, didàctica, pedagogia, anatomia i fisiologia que li permeten adaptar la seva actuació a les característiques i necessitats dels alumnes i l'entorn.

—**Eduquem persones, no músculs.** L'EF i l'esport incideixen sobre l'individu concebut en la seva totalitat, contribuint a la formació de la seva personalitat, ajudant-lo a realitzar-se física, intel·lectual i moralment. L'EF no té com a competència exclusiva el cos. L'EF i esportiva té com a finalitat, juntament amb les altres àrees formatives, el desenvolupament harmònic de totes les possibilitats de l'alumne en la seva preparació general per a la vida com a persona i ciutadà. El **Reial Decret 95/1992**, de 28 d'abril, pel qual s'estableix l'ordenació curricular de l'educació primària, deia textualment: "*En la nostra societat actualment es manifesta un ampli consens sobre la consideració de l'educació física com a factor important en el desenvolupament integral de la persona. L'educació física ha de contribuir a la millora de la qualitat de vida, possibilitant la pràctica de les activitats corporals per a tothom sense distinció ni diferenciació de cap mena [...] A l'educació primària l'educació física ha d'encaminar-se a la consecució de finalitats utilitàries, higièniques i ètiques que es concreten en el coneixement corporal, el domini de l'acció motriu en l'espai i la implicació de cadascú en les relacions afectives que s'estableixen entorn de l'activitat física*".³

—El cos i el moviment es constitueixen en eixos bàsics de l'acció educativa en aquesta àrea, i cal destacar també el paper de la **salut** i el **joc**, aquest últim fonamental en l'educació primària com a recurs metodològic i com a contingut.

1. El concepte d'educació física.

1.1 Aprenentatge, immaduresa i conducta motriu.

—**Immaduresa corporal.** La immaduresa de l'ésser humà quan neix és una immaduresa corporal. El nadó neix sense el repertori de respostes motrius necessàries per satisfer ni les seves necessitats ni les exigències del medi. Aquesta falta d'un sistema adequat de respostes instintives fa que l'ésser humà hagi d'aprendre les respostes necessàries per poder sobreviure.

—L'**aprenentatge corporal** és l'aprenentatge inicial: la utilització del propi cos a través del moviment com a primer instrument d'actuació en l'entorn és una tasca ineludible per al nadó. Fóra desitjable que aquest aprenentatge el fes mitjançant la intervenció sistemàtica de l'adult¹.

—**Cos i persona.** Idea central: la comprensió de la conducta motriu no pot tenir lloc sense la comprensió del propi cos com a element present en l'experiència de les persones i integrat aquest en el viure personal, inclosos els seus aspectes expressius, comunicatius, afectius i cognitius.

1.2 Intervenció educativa.

—L'educació física (EF) té com a objectiu **educar les capacitats motrius dels alumnes**, aprofundint en el coneixement de la conducta motriu com a forma significativa d'organitzar el comportament humà, assumint actituds, valors i normes en referència al cos i a la conducta motriu. Diu el RD 95/1992: "*L'àrea*

¹ VÁZQUEZ, B. (1989): *La educación física en la educación básica*. Gymnos: Madrid.

² DOGC núm. 1593, del 13 de maig de 1992.

³ DOGC núm. 1593, del 13 de maig de 1992.

—**Formació de valors.** L'àrea d'EF contribueix també a la consecució d'aquells objectius que fan referència a les normes i valors de convivència, respecte pels altres, desenvolupament dels hàbits d'esforç, desenvolupament de la iniciativa individual i treball en equip. L'àrea d'EF ha de contribuir a la formació de valors tals com la capacitat de relacionar-se amb els altres a través del respecte, la resolució de conflictes mitjançant el diàleg i el respecte de les normes establertes, evitant comportaments agressius i de rivalitat, la col·laboració i el treball en equip i la formació de persones responsables.

1.3 Els objectius de L'EF

(a) Satisfer les **necessitats de moviment** de l'alumne desenvolupant simultàniament les seves capacitats físiques i motrius.

(b) Ajudar l'alumne a **conèixer les possibilitats del seu cos**, facilitant així la relació i adaptació amb el seu entorn físic, social i cultural.

(c) Instruir sobre el **funcionament del seu propi cos** i dels efectes que l'exercici físic provoca en el mateix, la qual cosa li permetrà prendre consciència de la relació existent entre alguns aspectes de la salut i l'activitat motriu continuada.

(d) Educar una **actitud crítica** davant el fenomen social que avui representen les activitats esportives, en els seus aspectes sociològics, culturals i econòmics.

(e) Permetre que el nen s'adapti als canvis corporals que va experimentant al llarg del seu procés de desenvolupament, fent possible que adquireixi una consciència corporal i una **autoimatge corporal positiva**, fonamentals per un equilibri psíquic i físic.

(f) Promoure el desenvolupament de **conductes lúdiques**, fomentant així hàbits i actituds positives envers la pràctica dels exercicis físics en temps d'oci.

(g) Ajudar a la **socialització** mitjançant la pràctica de jocs i esports col·lectius⁴.

—Aquest llistat d'objectius gira al voltant de tres grans eixos: 1. **Domini del medi:** finalitats relacionades amb el desenvolupament de les habilitats motrius com a eina bàsica d'adaptació al medi, tant físic com social. 2. **Domini del cos:** finalitats relacionades amb el desenvolupament de les capacitats físiques. 3. **Millora de les qualitats psicològiques** i de les relacions amb els altres: finalitats relacionades amb l'àmbit cognitiu, afectiu i moral⁵.

1.4 Funcions del moviment.

—L'EF té com a eix central de la seva definició el moviment. Funcions del moviment segons el DCB:

(a) Funció **anatòmica-funcional**. Millora i augment de la pròpia capacitat de moviment en diferents situacions. Guany en habilitats i eficàcia mecànica.

(b) Funció **agonística**⁶. El subjecte demostra la seva destresa, competeix i superar dificultats com a mitjà per afermar el seu auto-concepte i per comprovar els seus límits.

⁴ Aquests tres últims objectius, extrets de VÁZQUEZ (1989).

⁵ L'antic DCB (1989) especificava quatre grans àmbits en el terreny de L'EF: (1) Imatge, percepció i organització corporal. (2) Habilitats bàsiques de la competència motriu. (3) Els jocs. (4) Expressió i comunicació.

⁶ Del llatí "agonista": lluitador, atleta.

(c) Funció **higienica**. La persona pot millorar el seu estat físic i la seva salut, així com prevenir cert tipus de malalties, a partir de l'exercici físic i gràcies a l'activació del seu sistema respiratori, cardíoc-vascular, muscular i ossi.

(d) Funció de **compensació**. La falta de mobilitat per restriccions del medi (sedentarisme) pot produir atrofies. L'àrea d'EF s'ofereix com a alternativa davant el sedentrisme de l'activitat quotidiana en general.

(e) Funció **hedonista**. L'activitat física és font de plaer per l'individu. Ajudar a millorar la imatge que l'individu té sobre si mateix.

2. Evolució i desenvolupament dels diferents conceptes. Recorregut històric per les corrents de l'educació física.

2.1 Època clàssica.

—**Men sana in corpore sano.** Els grecs creien que només podia arribar-se a la unitat de ment i cos a través de la pràctica d'exercicis físics. Es van desenvolupar tres programes diferents d'exercicis gimnàstics: un dirigit al manteniment de la condició física, un altre per a l'entrenament militar i un tercer pensat per a la preparació dels **atletes**⁷.

—**Gimnàs.** Cada ciutat grega important tenia un gimnàs. Era costum practicar els exercicis gimnàstics nus. Els primers professors grecs de manteniment físic (els *paidotribes*) foren els pioners en dissenyar sistemes d'activitat física, tant per a atletes com per a la resta de ciutadans.

—**Gimnàstica i educació.** Els exercicis gimnàstics eren considerats fonamentals en l'educació dels nens. A la primera etapa de l'ensenyament, anomenada *trivium*, s'inclouen l'ensenyament de les lletres, la música i la gimnàstica. De la primera s'encarregava el gramàtic, de la música el citarista i de la gimnàstica el paidotriba, si bé les classes d'aquest últim tenien lloc a la palestra⁸.

—**Lluita i dansa.** L'educació física i militar va constituir la base de la formació dels nens **espartans** durant l'època clàssica. A Grècia la **cultura del cos** va continuar tenint una gran presència, especialment l'aprenentatge de la **lluïta** i la **dansa**. Aquesta última pràctica ja suposa una primera aproximació a l'educació física integral: cos, expressivitat i sensibilitat.

—A Roma es produeix el trencament complet entre els exercicis atlètics i els exercicis higiènics. En la palestra els joves romans practicaven una gimnàstica en certs aspectes semblant a la sueca. Els jocs atlètics tenien un caràcter d'espectacle.

2.2 Edat Moderna.

—Durant l'edat moderna, i concretament durant el XVIII, tres importants autors com **Kant**, **Rousseau**⁹ i **Pestalozzi** van incloure dins les seves teoritzacions sobre la pedagogia continguts referents a l'EF.

⁷ Enciclopedia Microsoft® Encarta® 2000. © 1993-1999 Microsoft Corporation.

⁸ BAJÓ, F. y BERTRÁN, J.L. (1998): *Breve historia de la infancia*. Madrid: Temas de hoy.

⁹ Jean-Jacques **Rousseau** (Ginebra, 1712-1778), filósofo, teórico político y social, músico y botánico francés, uno de los escritores más elocuentes de la Ilustración.

2.2.1 Kant.

—**Activitat i joc.** Kant dedica una bona part de la seva obra *Sobre pedagogia*¹⁰ a l'educació física. Destaca la importància de formar el cos a través de l'exercici (córrer, saltar, llençar...) i el joc (la gallina cega, els gronxadors, fer volar un estel...).

—**Funció educativa i higiènica.** A més d'enfortir els músculs, el nen desenvolupa **habilitats** i agudita els **sentits**. Kant defensa l'educació del cos com a prevenció de malalties (funció **higiènica**) i sempre en harmonia amb les lleis de la natura.

2.2.2 Rousseau.

—A "Emili o de l'Educació" (1762)¹¹ Rousseau afirma que quan el nen comença a configurar el seu món sensible (2-12 anys) cal promoure el seu desenvolupament corporal, els seus òrgans, sentits i la seva força.

—**L'educació dels sentits:** "Com que el nen està molt atent a les seves sensacions, és suficient presentar-li el lligam entre aquestes mateixes i els objectes que les motiven. Ell vol tocar-ho tot, manejar-ho tot: no us oposu a aquesta inquietud, perquè suposa un aprenentatge molt necessari. Ell aprèn a sentir la calor, el fred, la duresa, la debilitat, el pes, la lleugeresa dels cossos, a considerar la seva mida, la seva figura, i totes les qualitats sensibles, mirant, grapejant, escoltant, sobre tot comparant la vista amb el tacte" (pàg. 68). "Els nostres primers professors de filosofia són els nostres peus, les nostres mans, els nostres ulls. Substituir amb llibres tot això no és ensenyar-nos a raonar, és ensenyar-nos a servir-nos de la raó dels altres" (pàg. 140). "Les primeres facultats que es formen i perfeccionen en nosaltres són els sentits. Aquests són els primers que hauríem de cultivar [...] Exercitar els sentits no és només fer ús d'ells, és aprendre a utilitzar-los bé, és aprendre a sentir. Sabem tocar, veure, escoltar, en la mesura que ho hem après" (pàg. 148).

—**Aprenentatge per l'acció:** "Exerciteu el seu cos, els seus òrgans, els seus sentits, les seves forces" (pàg. 101). "No doneu al vostre alumne cap mena de lliçó verbal; ell no ha de rebre més que de l'experiència" (pàg. 99).

—**Unió cos i esperit:** "Per aprendre a pensar és precis exercitar els nostres membres, sentits i òrgans, que són els instruments de la nostra intel·ligència; i per a obtenir tot el profit possible d'aquests instruments, és necessari que el cos sigui robust i sa. La veritable raó de l'home no es forma amb independència del cos, és la bona constitució d'aquest la que fa fàcil i segures les operacions de l'esperit" (pàg. 140). "Per enfortir l'ànima és precis dir-li que ha d'endurir els músculs" (pàg. 141).

—Educar a través del **joc**. Cal tenir el nen ocupat en saltar, jugar, córrer i ser feliç. "Plató, a la seva República, no educa els nens sinó en festes, jocs, cançons, passatemps; ho ha fet tot quan els ha ensenyat a ser joiosos" (pàg. 118).

2.2.3 Pestalozzi¹².

—**Formació de la persona.** Pestalozzi aspirava a propiciar la reforma de la societat des d'una educació que procurés una **formació integral** de l'individu, que tinguí present tant aspectes intel·lectuals com morals i físics, i no pas la mera imposició de determinats continguts, i que concedís un ampli marge a la iniciativa i capacitat d'observació del propi nen. Es manifesta com un defensor de l'EF. Intercedeix a favor de la gimnàstica, la natació, les passejades i l'esbarjo.

—**Educació dels sentits.** Segons el mètode que va implantar a les escoles, el nen es guià per aprendre a través de la **pràctica i l'observació**, i a través de la utilització natural dels sentits.

—**Formació del professorat.** Pestalozzi defensava la individualitat del nen i la necessitat que els mestres fosin preparats per a aconseguir un desenvolupament integral de l'alumne, i no pas per a implantar uns coneixements. Les seves idees van tenir gran influència en els sistemes educatius de l'escola elemental, particularment dins l'àrea de la formació del professorat.

—Les seves idees no trigaren en propagar-se, i van arribar a ser una forta inspiració per a pensadors com Herbart¹³, així com per la majoria dels joves pedagogs de l'època.

2.3 Edat contemporània.

—Des del segle XIX apareixen corrents (escoles) amb concepcions diferents de l'EF

2.3.1 La corrent anglesa i l'esport.

—A Anglaterra, Thomas **Arnold** (1795-1842) va introduir els **esports atlètics** a les *Public Schools*, en particular el futbol, com a proposta pedagògica per a pacificar les relacions entre els estudiants. Va ser l'iniciador d'una reglamentació progressiva i del perfeccionament dels esports convencionals. Tingué una influència decisiva en l'àmbit educatiu.

—Aquesta tradició anglesa iniciada a començaments del segle XIX serà important per la seva atenció a les activitats atlètiques esportives i influirà decisivament en el posterior desenvolupament de l'esport i l'**olimpisme** a Anglaterra i als EUA.

2.3.2 L'escola alemanya i la gimnàstica.

—Els alemanys van fer dels exercicis físics una part definida del programa educatiu de l'escola primària distingint-la de les escoles de caballeria i les acadèmies cortesanes. A aquests exercicis físics —una mena de **gimnàstica esportiva estàtica**, molt sovint practicada a l'aire lliure— anys més tard se'ls va anomenar gimnàstica pedagògica. Aquest nou enfocament dels exercicis físics nascuts a Alemanya, "la gimnàstica", es va estendre per tot el continent europeu.

—Pertanyen a aquesta escola Johann Friedrich Guts **Muths** (Quedlinburg, 1759-1839), a partir de l'obra del qual diu Langlade¹⁴ que la gimnàstica va evolucionar i es

llevó a cabo en Stans. En 1797 publicó *Mi investigación sobre el curso de la naturaleza en el desarrollo del género humano*, su obra de mayor repercusión. Reemprendió sus prácticas pedagógicas en un castillo cedido por el gobierno, en Berna, experiencia que reflejó en su obra *Cómo Gertrud enseña a sus hijos* (1801).

¹³ **Herbart**, Johann Friedrich (1776-1841), filósofo y pedagogo alemán.

¹⁴ **LANGLADE**, A. (1983). *Teoría general de la gimnasia*. Stadium: Buenos Aires.

¹⁰ Immanuel **Kant** (1724-1804), filòsof alemany nascut a Königsberg, actual ciutat rusa de Kaliningrado. La versió catalana d'aquesta obra està publicada per Eumo Editorial. Fragments de la versió en castellà poden consultar-se a la web www.cervantesvirtual.com/servlet/SirveObras

¹¹ ROUSSEAU, J. (1995). *Emili o de l'Educació*. Madrid: Edaf.

¹² **Pestalozzi**, Johann Heinrich (Zurich, 1746-1827), pedagogo y reformador de la educación suizo. En 1775 abrió en Neuhof una escuela para niños pobres inspirada en el modelo del Emilio de Rousseau. El proyecto fracasó, como también otro similar que

va difondre per tot el món. Entre els continuadors de l'Escola Alemanya cal destacar a J.B. Basedow (1723-1790) i a Friedrich Ludwig **Jahn** (1778-1852). Aquest últim, va fundar l'any 1811 a Berlín el *Turnverein*, un club gimnàstic que estava present a tota Alemanya i que tenia ideals nacionalistes. Va inventar exercicis que desenvolupaven la força física i l'autodisciplina, per als quals utilitzava peces d'aparells estàtics.

2.3.3 L'escola francesa.

—La Escuela Francesa fue iniciada por **Amorós**¹⁵. La gimnasia amorosiana es un conjunto de ejercicios tomados de Muths y Jhan, pero se le imprimió un carácter militar y exigencias acrobáticas. A pesar de ser practicada en las escuelas, su finalidad no era pedagógica y no contaba con personal docente capacitado para esos ambientes.

—Amorós va aconseguir que l'EF fos obligatòria a les escoles l'any 1807. El seu mètode va ser conegut com a gimnàstica respiratòria, degut a la utilització freqüent del cant com a mitjà de regular els exercicis i desenvolupar la caixa toràctica. Tiene a **Pestalozzi** como referente, y és el responsable de la introducción de las ideas pestalozzianas en España.

—Es durante este siglo de las revoluciones burguesas cuando la actividad físico-deportiva comienza la andadura hacia un reconocimiento educativo. En estos ámbitos europeos las corrientes pedagógicas de los colegios elitistas y de clases acomodadas superan al carácter higienista y descubren el valor educativo en una dirección clasista: disciplina, control, hábitos de esfuerzo, superación, juego limpio, respeto por el vencido, etc.

—Estas escuelas y sus precursores, estaban motivados y llevados por los vientos de renovación donde la educación buscaba nuevas formas para satisfacer las necesidades de la época. Por otro lado, la higiene y los ejercicios físicos, eran tomados con mucha atención como reconquista de los ideales griegos.

—Els autors¹⁶ de l'escola francesa sabran integrar objectius cognitius, afectius i motors. Inclouen elements de desenvolupament rítmic, millora de les qualitats motrius i hàbits d'higiene.

—Les escoles alemanya i francesa evolucionaran i donaran lloc a moviments amb un perfil pedagògic i modern.

2.3.4 L'escola sueca i la fisioteràpia.

—Ling¹⁷ és el principal teòric, el fundador del que s'ha acabat denominant **gimnàstica sueca**. La gimnàstica sueca tradicional, nascuda a Estocolm, està centrada en el modelatge del cos i en una formació física harmònica. És una gimnàstica terapèutica i correctiva que es fonamenta en exercicis construïts a través de postures i formes de fer de l'àmbit militar. Se caracteritzó per utilitzar exercicis variats en posicions o de peu o sentat o estès, com també el ús de la corda, barres, escales, exercicis de salts, volteretas y exercicis de agilitat.

¹⁵ Francisco **Amorós** y Ondeano (1770-1848) coronel del ejército español, exiliado en París en 1814.

¹⁶ A més d'Amorós, cal fer menció de **G. Hertbert** (1875-1957) pare de la *Gimnasia Natural* a finals del segle XIX.

¹⁷ Pehr Henrik **Ling** (1776-1839), professor de gimnàstica. Les seves primeres aportacions estaven basades en idees de Guts Muths. No confondre amb el seu fill, Hjalmar Ling (1820-1886).

—Los suecos fueron los primeros en fundar un instituto privado de gimnasia en Europa. Una de sus obras más sobresaliente fue un trabajo titulado "Utilidad de la gimnasia para el soldado". Llevaron con gran éxito la gimnasia a la escuela.

—**Gimnasia médica**. En los primeros años del siglo XX comenzó a desarrollarse la fisioterapia. En realidad la gimnasia médica, también denominada iatro-gimnasia, había sido iniciada mucho antes por Ling, que estableció cuatro tipos de procedimientos gimnásticos: gimnasia pedagógica, militar, médica y estética. La gimnasia médica tenía como objeto, según Ling, la curación de las enfermedades mediante ejercicios musculares activos y masajes; para ello, al contrario que con la práctica del deporte en la que participan múltiples grupos musculares en movimientos complejos y diversos, debe favorecerse sólo el movimiento único aislado de los músculos afectados. Otra gran aportación de Ling fue el concepto de movimiento de resistencia, con la idea de que toda acción muscular depende de su intensidad, y esta, a su vez, de la resistencia.

2.3.5 De l'escola artística a la gimnàstica rítmica.

—Centrada en les tècniques de ball i dansa, que acabaran desembocant en el desenvolupament de la gimnàstica rítmica. Són importants les aportacions de **Duncan**¹⁸, ballarina estadounidense cuya creación de un estilo expresivo de danza, basado en su visión de las danzas de la Grecia antigua, abonó el terreno para el movimiento del ballet moderno en el siglo XX.

—La danza de Duncan estaba caracterizada por movimientos libres y fluidos que expresaban emociones internas y estaban inspirados en fenómenos naturales como vientos y olas. Le fascinaban los ideales de la antigua Grecia sobre el cuerpo humano y la belleza. Sus creencias artísticas dieron también impulso a un nuevo tipo de danza conocido como danza interpretativa ■

¹⁸ Isadora **Duncan** (San Francisco, 1877-1927)