

CONCEPTO DE EDUCACIÓN FÍSICA:
EVOLUCIÓN Y DESARROLLO DE LOS
DISTINTOS CONCEPTOS.

Tema

1

Índice Tema 1

0. Introducción.
1. Concepto de la Educación Física.
 - 1.1 Etimología del concepto de Educación Física.
 - 1.2 Relación de la Educación Física con otras ciencias.
 - 1.3 Definición del concepto de Educación Física.
2. Evolución y desarrollo de los distintos conceptos.
 - 2.1 Prehistoria.
 - 2.2 Antigüedad y época clásica.
 - 2.3 Edad Media
 - 2.4 Renacimiento
 - 2.5 Ilustración
 - 2.6 Edad Contemporánea. Las escuelas
 - 2.7 Concepciones y tendencias actuales de la Educación Física.
 - 2.8 Marco normativo del Área de Educación Física. LOMLOE
3. Conclusión.
4. Bibliografía.

0. Introducción

La **Educación Física** es una disciplina cuyo peso es cada vez mayor en las distintas etapas del sistema educativo español. Desde su origen hasta nuestros días la Educación Física ha evolucionado, pasando por diferentes concepciones a lo largo de la historia. Precisamente este recorrido ha permitido llegar a la configuración que, como área curricular, tenemos de la Educación Física hoy, en el marco normativo de la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

A lo largo del tema desarrollaremos los dos grandes epígrafes de este. En la primera parte abordaremos la **definición del concepto**, y en la segunda haremos un recorrido por su **evolución histórica** llegando a concretarla en el marco normativo vigente.

Tanto el punto de partida del concepto del área como su evolución histórica nos van a permitir avanzar hacia una concepción actualizada de la Educación Física reflejada en la etapa de Educación Primaria que propone trabajar sobre aspectos fundamentales que contribuyen a cimentar una competencia que va más allá de lo motriz, pero toma como base este ámbito fundamental para el desarrollo del individuo.

Los aspectos esenciales que contribuyen a consolidar esta competencia son, entre otros, un estilo de vida adecuado, el conocimiento del propio cuerpo, la adopción de actitudes de respeto y cuidado de los diferentes entornos en los que se practica la actividad física o el desarrollo de los procesos de toma de decisión que intervienen en la resolución de problemas motrices.

Todo ello justifica la importancia del tema, pues desde los cimientos más teóricos y evolutivos del área llegaremos a la visión más actual de su contribución al desarrollo integral del alumnado. Se trata de un área curricular que debe promover contextos escolares para el conocimiento y aceptación del cuerpo y del de los demás, para saber interactuar a través del uso de diferentes formas de expresión y comunicación mediante el movimiento corporal y de aprender gracias al trabajo conjunto, estimulando el conocimiento, la comunicación, la socialización, la creatividad, sensibilidad, el control de las emociones y el mantenimiento de una vida activa y adecuada.

1. Concepto de la Educación Física

1.1 Etimología del concepto de Educación Física

Para aproximarnos de la manera más rigurosa posible al concepto, vamos a analizar las dos palabras que componen el término:

- La palabra **EDUCACIÓN** ha tenido dos significados muy diferentes desde el punto de vista etimológico a lo largo de la historia. La primera de las acepciones viene del término latino EDUCARE que significa criar o alimentar, por tanto, entendemos la educación como un proceso de fuera adentro, es decir, aportación del educador hacia el educando, siendo el alumno un agente pasivo del proceso. Esta acepción se corresponde con los principios que defiende la escuela tradicional de dirigir en todo momento el desarrollo del alumno. La otra acepción también de raíz latina es EDUCERE que significa extraer, hacer salir, por tanto, entendemos la educación como una estimulación de aquello que la persona ya posee, un proceso de dentro a fuera donde el educador es el guía y el sujeto es educando, es la persona activa que se forma con responsabilidad individual, correspondiéndose con el modelo conceptual de la escuela moderna, acorde con las ideas de Piaget y Rousseau, que propugna la participación activa del alumno en su desarrollo intelectual y corporal. Así, en función de este análisis podemos decir que el concepto actual de educación se aproxima más a la interpretación de la raíz latina de EDUCERE, a la concepción constructivista de educación.
- En cuanto al término de física, proviene del griego **PHYSIS** que se traduce como Naturaleza, lo perteneciente al mundo natural, que en el ser humano está representado por el cuerpo, y en contraposición al mundo sobrenatural que está representado por el alma. Concretándolo en el término de Educación Física se trataría del estudio de la mecánica de los cambios de posición, los movimientos del cuerpo y las diferentes fuerzas que los producen.

1.2. Relación de la Educación Física con otras ciencias.

Siguiendo el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (2019) definiremos las siguientes ciencias o áreas de conocimiento:

FILOSOFÍA	<i>“Conjunto de saberes que busca establecer, de manera racional, los principios más generales que organizan y orientan el conocimiento de la realidad, así como el sentido del obrar humano.”</i>
BIOLOGÍA	<i>“Ciencia que trata de los seres vivos considerando su estructura, funcionamiento, evolución, distribución y relaciones.”</i>
PEDAGOGÍA	<i>“Ciencia que se ocupa de la educación y la enseñanza, especialmente la infantil.” “Práctica educativa o de enseñanza en un determinado aspecto o área.”</i>
SOCIOLOGÍA	<i>“Ciencia que trata de la estructura y funcionamiento de las sociedades humanas.”</i>

Desde la **Filosofía**, a través de multitud de pensadores siempre se ha pretendido encontrar el medio que permitiera llegar al **equilibrio entre cuerpo y mente**. Gracias a la **Biología** hemos tenido acceso a conocimientos en torno a la **anatomía, fisiología, biomecánica y medicina** haciendo posible entender nuestra principal herramienta de trabajo, el cuerpo humano, sin olvidar la estrecha vinculación con el ámbito de la **salud**. La **Pedagogía** nos ha dirigido hacia todo aquello que nos va a permitir entender el **proceso de enseñanza-aprendizaje** para desempeñar la intervención educativa más eficaz. Y, finalmente, la **Sociología** ha destacado el **juego y el deporte** como contextos esenciales para fomentar las **relaciones sociales**.

Tras el análisis etimológico del concepto y haber comprendido cómo otras ciencias se relacionan con nuestra área de conocimiento, podemos intentar dar respuesta a qué es la Educación Física, encontrándonos con tantas posibilidades como autores se han aventurado a definir el término.

1.3. Definición del concepto de Educación Física.

A continuación, haremos una revisión de definiciones del concepto de Educación Física de autores representativos que nos muestran una diversidad de concepciones, no obstante Cagigal (1966) ya nos avisaba en este sentido cuando hablaba de la Educación Física como un *“babel terminológico”*.

JOSÉ MARÍA CAGIGAL: *“Toda tarea y la ciencia establecida alrededor del hecho de educar con el empleo del movimiento, el cuerpo y las capacidades psicomotrices”*. (Cagigal, 1981).

PIERRE PARLEBÁS: *“Pedagogía de las conductas motrices”*. (Parlebas, 1986).

JOSÉ ANTONIO CECCHINI: *“Educación del ser humano que dialoga, se comunica, se compromete físicamente con el mundo, diálogo o comunicación motriz que hemos precisado, en una consideración ontológica, en la motricidad humana como superadora de cualquier concepción educativa parcelada. Una educación del hombre sistematizada a partir de la dialógica motriz”*, (Cecchini, 1996).

FRANCISCO LAGARDERA: *“Mediante este nombre se conoce la disciplina normativa que, formando parte de las ciencias de la educación, se ocupa de llevar a cabo determinado proyecto educativo a través de contenidos (actividades y saberes) y estrategias metodológicas específicas, que tiene en la corporalidad su referente óptico”*. (Lagardera, 1999).

Como podemos observar el **concepto de Educación Física evoluciona**, se transforma o se concreta en función del autor que consultemos. **Cagigal** afirma que la Educación Física es la forma de **ayudar al individuo en el correcto desarrollo de sus posibilidades** personales y de relación social, con especial atención a sus capacidades físicas de movimiento y expresión. **Parlebas** por su parte la define desde un punto de vista más cercano al de la escuela ya que nos dice que es el **área de la escolaridad** preocupada por las conductas motrices de los alumnos. **Cecchini** introduce la **sistematización** en la educación a partir de la **dialógica motriz** y **Lagardera** desarrolla una definición próxima al **ámbito curricular**.

Si pretendemos llegar a una concepción de la Educación Física como ciencia es conveniente citar a GONZÁLEZ (1993), quien la define como **la ciencia y arte de fomentar en el individuo el desarrollo intencional** (armonioso, natural y progresivo) de sus **facultades de movimiento, y con ellas el del resto de sus facultades personales**. Pero si queremos una definición lo más cercana a nuestra función docente tendremos que acudir a TERESA LLEIXÁ (2003) quien entiende la Educación Física como una de las **áreas educativas que conforman el currículo escolar** que va a servir para **desarrollar las capacidades relativas al comportamiento motor**, incorporando los elementos del **entrono sociocultural** propios de las diversas manifestaciones de la motricidad humana. Lleixá pone de relieve la relación directa entre la Educación Física y la **educación en valores y la educación para la salud**, lo que derivará en una inevitable mejora de la **calidad de vida**, destacando, así como disciplina escolar. Porque **“La Educación es mucho más que Educación Física, pero es muy poca sin ella” (Hammeleck, 1976)**.

Sin embargo, y desde un enfoque pedagógico propio de un área curricular, debemos destacar para su mejor comprensión, algunas ideas que nos permiten definir el área y que nacen de la normativa vigente.

La estructura del área se asienta sobre cinco competencias específicas:

- La primera competencia trata de forma más precisa y en profundidad el cuerpo, pretende sentar las bases para que el alumno adquiera un estilo de vida activo y adecuado, que pueda consolidar en la etapa de Educación Secundaria y perpetuar a lo largo de su vida.
- La segunda competencia busca adaptar y combinar los elementos propios del cuerpo en relación con el movimiento: esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices, coordinativas y las habilidades y destrezas motrices con el objetivo de poder aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución necesarias para desarrollar prácticas motrices en diferentes contextos de la vida.
- La tercera competencia se orienta a que estos procesos sean regulados por el alumnado durante la etapa de forma autónoma e interaccionando con sus compañeros de manera adecuada con el objetivo de contribuir a una convivencia positiva.
- La cuarta competencia, permitirá al alumnado conocer diferentes actividades lúdicas, físico deportivas y artístico expresivas propias de la cultura motriz, con el objetivo de que sean capaces de incorporarlas en situaciones motrices de uso cotidiano.
- La quinta competencia, por último, aborda la actividad física en distintos contextos, que pueden encontrarse tanto en el medio urbano como en el natural, por lo que el alumno debe ser respetuoso con el medio en el que se realice la actividad física.

2. Evolución y desarrollo de los distintos conceptos

La evolución de la Educación Física debe analizarse históricamente no de manera aislada, sino en relación con los diferentes contextos sociopolíticos y culturales de cada época. Tanto su evolución y definición, como los métodos y modelos que han surgido, son consecuencia de los principios generales dominantes en cada época.

La Educación Física se ha presentado de maneras muy diferentes en función de la cultura, de la sociedad y de la época que analicemos. Por ello, las prácticas y finalidades que se le otorgaban han sido muy diversas.

Con el desarrollo de este apartado del tema intentaremos analizar esta evolución para llegar a una configuración consciente de la Educación Física en la actualidad.

2.1. Prehistoria

El comienzo de la Educación Física debe ir unido al origen del hombre, momento en el que el cuerpo era la principal herramienta para sobrevivir. Los hombres prehistóricos llevaban a cabo ejercicios utilitarios, indispensables para la vida como la caza, la pesca y el uso de útiles o armas rudimentarias, evolucionando hacia un alto contenido relacional y convivencial. Con el paso del tiempo la eficiencia física se hacía patente, las necesidades vitales estaban cubiertas y empezaron a aparecer ritos y ceremonias culturales que propiciaban el fortalecimiento de los grupos y estructuras sociales (Vicente, 1988). Así, las actividades físicas características de esta época histórica eran: la marcha, la carrera, el salto, el lanzamiento, la lucha, el nado, el combate (con honda, hacha, maza, lanza, arco...) sin olvidarnos de las danzas que se utilizaban en rituales y actividades religiosas (origen de la expresión corporal).

Se observa así que la actividad física en la Prehistoria se entendía o usaba en tres direcciones: desarrollo de la fuerza para los continuos enfrentamientos, actividad física implicada en las cacerías para poder alimentarse y actividad física en forma de danzas con las que daban gracias a los dioses. La actividad física se desarrollaba en torno a las necesidades vitales, a la necesidad de sobrevivir frente a otros y dar gracias a los dioses que les daban la vida.

2.2. Antigüedad y época clásica

La Educación Física aplicada de forma sistematizada y con objetivos tiene sus orígenes en las antiguas civilizaciones.

2.2.1. CIVILIZACIONES DEL EXTREMO ORIENTE

CHINA: Con la aparición del método del KUNG-FÚ en torno al 2700 a. C., surge la primera sistematización que consigue dar sentido y rigor a los ejercicios y actividades físicas. En origen, este arte marcial tenía una finalidad puramente religiosa pues con ella pretendían la curación del cuerpo de enfermedades y debilidades para servir al alma en óptimas condiciones. Descubrieron también la gran importancia de los movimientos respiratorios y cómo repercutían en positivo en cuanto a las fuerzas físicas.

Esta sistematización iniciada con el kung-fu se traslada al sistema escolar con la llegada de la Dinastía Chou y su plan de formación de los jóvenes que incluía una serie de actividades físicas relativas a juegos de pelota, esgrima, boxeo y danza durante el verano y artes marciales en otoño e invierno.

INDIA: El Código de las leyes de Manú guiaba el devenir de la sociedad india donde se establecía la organización de las actividades físicas y de las danzas que debían llevar a cabo. En los documentos encontrados en torno a dicho código destaca la lucha como actividad física predilecta (la realizaban con el cuerpo prácticamente desnudo), los ejercicios militares los

clasificaban según utilizaban armas o no, la caza y la pesca se consideraban deportes aristocráticos, y la danza tenía una gran carga simbólica con motivos religiosos, defensivos y pantomímicos.

2.2.2. CIVILIZACIONES DEL ORIENTE PRÓXIMO

EGIPTO: La configuración social que tiene esta civilización va a determinar el acceso a la práctica deportiva, de tal manera que únicamente la nobleza tenía acceso a la actividad física recreativa o deportiva. Los testimonios encontrados en los yacimientos arqueológicos atestiguan el desarrollo de entrenamientos de atletas en carreras, equitación, lucha, juegos de pelota... así como el arte de la danza como protagonista en reuniones de la alta sociedad.

MESOPOTAMIA: Las condiciones geográficas de esta civilización permitieron la aparición de las primeras grandes sociedades organizadas. La información en torno a la actividad física o el deporte que allí se realizó es escasa, pero se orientaron hacia la mejora de la salud y a la preparación bélica.

2.2.3. GRECIA (400 a.C. al siglo V)

Grecia es el lugar donde aparecen las primeras referencias a los saberes filosóficos, médicos, matemáticos... es por ello por lo que se la considera como la cuna de la cultura occidental, dejándonos como legado la Cultura Helénica o Clásica. Por tanto, no podía ser de otra manera que sea en Grecia donde se encuentre el origen de la palabra GIMNASIA que traducimos como desnudo ya que era el modo en el que ellos realizaban los ejercicios gimnásticos.

La evolución de la sociedad griega hace que durante todo este tiempo también evolucione el concepto del cuerpo y los valores que se le asocian, pero siempre diferenciando la gimnasia educativa de la agonística (competitiva).

El concepto de la gimnasia como necesidad natural procede de afirmaciones como la de Platón: *“Todo ser viviente tiene necesidad de saltar, brincar, y es portador de un ritmo que produce la danza y el canto”...“lo más parecido a la agilidad mental, es la agilidad corporal, y precisamente, quienes estuvieron llamados a solucionar grandes problemas de pensamientos, deberían practicar, al mismo tiempo, la gimnasia, siempre ejercitando, conjuntamente, el cuerpo y el alma (dualismo), y nunca, el uno sin la otra”.*

La importancia con la que los pensadores dotaron a la actividad física trascendió de tal manera que a sus escuelas las llamaron gimnasios, lugares donde se llevaba a cabo una completa instrucción del cuerpo y la mente, surgiendo conceptos como la educación integral, física, intelectual y moral.

Pero no debemos obviar que la importancia del ejercicio físico en Grecia adopta dos formas fundamentales en función de la sociedad en la que nos encontrásemos: Esparta o Atenas.

Esparta

Sociedad caracterizada por su estricta disciplina deportiva, orientada para la guerra por lo que el cuerpo del ciudadano era entendido como una herramienta más para tal fin. Aparece la **gimnasia militar**, compendio de ejercicios sistematizados a capacitar a los espartanos para la guerra cargados de valores morales como la resistencia personal, la disciplina y el amor a la patria (Vázquez, 1989). Desaparece el valor estético y las prácticas que se efectuaban eran extremas desde los siete años, edad en la que se ingresaba en la **AGOGUÉ** (sistema educativo en el que permanecían hasta los 55 años cuando dejaban de ser soldados). Es por ello por lo que los espartanos practicaban el infanticidio como método para desechar a los niños que no nacían sanos para convertirse en los soldados que necesitaban.

Atenas

Esa concepción educativa fomentada por la influencia de los filósofos clásicos dirige a los atenienses hacia la realización de ejercicios físicos con el objetivo de llegar a la noción del ciudadano integral, que adquiriera formación física, intelectual y espiritual. La educación corporal se posiciona como un pilar fundamental en la formación del niño, siendo un privilegio de la aristocracia. Así la actividad física evoluciona desde la supervivencia hacia el culto al cuerpo y al entretenimiento. Sólo los aristócratas como ciudadanos libres podían practicar las actividades físicas (carreras, boxeo, pancracio, juegos con pelota, deportes hípicas, danza...) con este objetivo, donde la estética y la técnica tenían un gran peso. Serán los esclavos los que continúen con las actividades físicas para sobrevivir (gladiadores, criados) mientras que los ciudadanos libres, que son quienes tienen tiempo de ocio, lo dedican a practicar actividades físicas para mejorar estéticamente y en cuanto a salud, y también para entretenerse viendo a otros como se esfuerzan por sobrevivir (circo romano). Los filósofos griegos y la evolución de sus pensamientos repercutieron directamente en la concepción de la Educación Física:

- **Sócrates** defiende que la educación se asienta sobre **tres pilares** que son la **intelectualidad, la actividad física y la salud**.
- **Platón** nos habla de cómo la **actividad corporal** ocupaba un lugar importante en la educación ya que era la **vía para conseguir el equilibrio entre alma y cuerpo**.
- **Aristóteles** acentúa el **dualismo** de su maestro Platón identificando la **gimnasia** como un **aspecto secundario** que debe considerarse como la ciencia que se ocupa de investigar los ejercicios más útiles y eficaces para el cuerpo. Surge así una **tendencia higienista** de la gimnasia y la actividad física.
- **Galeno** recoge esta **función higiénica** de la actividad física y sienta las bases de una gimnasia médica cuyo objetivo era conseguir el **buen estado corporal**.

No podemos cerrar esta etapa histórica sin destacar como hecho fundamental el nacimiento de los Juegos de Olimpia en el año 776 a.C. Se celebran entonces en la ciudad de Olimpia en honor al Dios Zeus. Con evidente carácter religioso conseguían una tregua en la lucha de los pueblos durante su celebración. Además de estos Juegos Olímpicos en cada una de las ciudades tenían sus propios juegos (Juegos Píticos, de Delfos, Nemeos...).

Todos estos juegos tenían un valor espectacular por lo que provocaron la búsqueda insaciable de público procurando cada vez emociones más fuertes que iban más allá de las carreras, saltos, lanzamientos y lucha. Destacar el hecho de que las mujeres no podían asistir a los Juegos Olímpicos ni siquiera como espectadoras, así que tenían los suyos propios que eran los Juegos de Hero únicamente con carácter ritual.

2.2.4. ROMA (año 29 a.C. al siglo V d.C.)

Con la llegada de los romanos y su gran Imperio la actividad física experimenta cambios ya que se profesionaliza y lo estético deja de tener valor. En esta cultura lo importante es ganar pues se necesitan soldados fuertes y eficaces con los que seguir manteniendo el Imperio y que sea cada vez más amplio. En cierto modo la actividad física pasa de estar al servicio del ser humano para estar al servicio del gobierno (fines militaristas). Surge también el sentido sanitario de la misma (que llegará hasta nuestros días gracias a pensadores tan ilustres como Juvenal con su “mens sana in corpore sano”) y la actividad física como foro de diversiones (celebración de espectáculos circenses donde disfrutaban de carreras de carros, luchas de gladiadores, luchas contra fieras...).

2.3. Edad Media (S.V. a S.XV d.C.)

Época caracterizada por la implantación del cristianismo como cultura dominante y poder establecido. Desde el pensamiento escolástico se venera el alma y se degrada lo corporal siendo pagana cualquier manifestación del cuerpo ya que el único y principal objetivo del ser humano es cultivar el espíritu. Durante esta época histórica el estatus de la actividad física y del cuerpo se degrada a un nivel marginal.

A pesar de esta época oscura, a partir del siglo XII la situación empieza a cambiar. Santo Tomás de Aquino (s. XIII) empieza a defender la unidad alma-cuerpo (partiendo de la visión aristotélica del hombre) sin dejar de entender que la primera podía existir sin el segundo. La Iglesia comienza a ser más tolerante con los juegos populares como la pelota o determinados lanzamientos.

Por otro lado, dentro de este ambiente de oscuridad deportiva nos encontramos con una institución que va a favorecer el desarrollo de las actividades físicas a partir de su ideal heroico, **la caballería**. Dicha institución surge por dos razones:

- La Edad Media se entiende como una época histórica insegura que favorecía las actividades militares.
- La jerarquización social que caracteriza a la Edad Media establece la casta de los caballeros como estamento político dominante, eran la auténtica aristocracia que recibía educación básicamente física (equitación, manejo de armas, caza...) que les preparaba para su armamento como caballeros.

2.4. Renacimiento (s. XV a s. XVI)

Este movimiento cultural que se da en Europa durante los siglos XV y XVI caracterizado por el cambio político, económico, social y cultural que se traduce en un movimiento de renovación cultural que según Panofsky (Panofsky, 1986) se articula a partir de tres pilares:

- Resurgir de la cultura clásica volviendo a sus principios artísticos y culturales. Los renacentistas hacen resurgir la cultura griega e intentan aprender de los grandes pensadores de esta época, y en cuanto a la actividad física fue de vital importancia el hecho de que Jerónimo Mercurial recuperase los tratados de medicina de Galeno pues logró un gran impulso a la gimnasia médica y preventiva.
- Retorno a la naturaleza y el descubrimiento del hombre a partir del Humanismo, buscando equilibrio entre cuerpo y alma, y el cuidado y la ejercitación del cuerpo.
- Carácter cristiano ya que los hombres renacentistas asumían la religión cristiana, sin perder su fe en Dios destacan el papel determinante que tiene el cuerpo con y para el alma, lo que puede entenderse como la aparición de la Educación Física.

Para entender mejor este movimiento cultural vamos a poner de relieve las aportaciones realizadas por destacados pensadores humanistas:

HUMANISMO ITALIANO:

VICTORIANO DA FELTRE: Reconocido por sus coetáneos como un ilustre pedagogo, partía de una concepción global de la educación cuyo objetivo era la formación integral del hombre (con objetivos morales, intelectuales y físicos) donde debía ocupar un lugar importante la Educación Física. En su institución educativa La Casa Giocosa (La Casa Alegre) los alumnos recibían una educación que englobaba los estudios clásicos, paseos educativos y ejercicios físicos (carreras, saltos, lanzamientos y juegos de pelota) en un ambiente de alegría y satisfacción, constituyendo un sistema de enseñanza revolucionario para la época.

GERÓNIMO MERCURIALE: Autor en 1569 de *El arte Gimnástico*, un manual en el que de manera muy estructurada desarrolla su propia concepción de la actividad gimnástica. Define el arte gimnástico como el estudio de los ejercicios físicos para conservar la buena salud y mejorar el cuerpo. A su vez nos habla del ejercicio físico como el movimiento del cuerpo humano voluntario hecho con alteración de la respiración para proporcionarle salud o un buen hábito al cuerpo. Diferencia entre gimnasia verdadera (cuida de la salud), la gimnasia militar (preparar para la guerra) y la gimnasia atlética (preparar el cuerpo para las competiciones deportivas). A partir de esta clasificación o diferenciación de la gimnasia entendemos que Mercuriale tenía una concepción naturalista de la gimnasia donde primaba la conservación de la salud por encima del atletismo al que le confiere objetivos incompatibles con los de la verdadera gimnasia.

HUMANISMO FRANCÉS:

RABELAIS: En su obra *Gargantúa y Pantagruel* desarrolla su concepto de Educación Física defendiendo el endurecimiento del cuerpo a través de ejercicios como el salto, natación, tiro con arco, esgrima o equitación. Dichos ejercicios los concibe como un elemento formativo y educativo, pero desde la libertad que otorga el juego.

MONTAIGNE: Fue un filósofo, escritor, humanista y moralista francés del Renacimiento, considerado uno de los pensadores más influyentes de dicha época, rechaza la educación de su tiempo y defiende un modelo educativo donde el juego y el ejercicio corporal ocupasen un lugar protagonista. Propone actividades similares a las de Rabelais pero ensalza el valor de la competición como medio de desarrollo de importantes principios morales como el valor y el honor.

HUMANISMO ESPAÑOL:

En España, durante esta época dorada de pensamiento, se publican numerosos manuales como el *Libro de los ejercicios de y sus provechos* de Cristobal Méndez o *El tratado dela esgrima* de Francisco Román bastantes años antes que el libro de Mercuriale. Pero será **Luis Vives** quien alcance el mérito de ser considerado como el mejor pedagogo español de su tiempo pues inauguró el movimiento pedagógico humanista. Sustenta su obra sobre la psicología de la educación lo que hace que profundice en el conocimiento del “alma infantil” de cara al buen desarrollo de la práctica docente. Gracias a esas bases teóricas establece que el proceso de enseñanza-aprendizaje debe adaptarse al desarrollo natural del educando sin descuidar la educación física del mismo pues debe ejercer un papel recreativo que ayuda al resto de disciplinas. Así, la educación física tendrá un doble propósito: la salud y el endurecimiento corporal y la ética del joven, la salud física con la única finalidad de alcanzar la salud moral (Cecchini, 1993).

2.5. Ilustración (s. XVIII)

Movimiento cultural e intelectual que inspiró profundos cambios culturales y sociales (Revolución Francesa) cuyo principal objetivo era combatir la ignorancia, superstición y tiranía a partir del conocimiento humano para construir así un mundo mejor.

JEAN JACQUES ROUSSEAU: considerado como el más revolucionario y prolífico pensador de la pedagogía universal, se reveló contra el costumbrismo asociado al sedentarismo y alejado de la naturaleza considerando que la única manera de recuperar la plenitud de la existencia era volver a la naturaleza.

Encontramos su planteamiento pedagógico en su obra *Emilio* (discípulo único) donde aporta cuatro ideas fundamentales en relación con la Educación Física:

- Eje de toda tarea educativa por lo que será necesario en todos los colegios un lugar donde los niños puedan realizar ejercicios corporales con un objetivo moral más allá del meramente físico.
- Incluida en el contexto general de la educación ya que va ligada a cualquier acto educativo.
- El movimiento está en el origen de la inteligencia (idea que años más tarde recogerá y desarrollará Piaget).
- Importancia de la higiene por lo que establece unas normas simples a las que debe acostumbrarse a los niños desde pequeños.

JOHANN BERNARD BASSEDOW: Siguiendo las ideas de Rousseau, su método mantiene que el aprendizaje se produce durante el juego. Así, Bassedow crea el **filantropismo** con el objetivo de llevar a la práctica una educación en consonancia con la naturaleza. Funda en 1774 la Escuela de la Filantropía donde se imponen los ejercicios físicos como parte fundamental en el quehacer educativo. Dichos ejercicios se realizaban al aire libre durante todo el año cobrando importancia aquellas actividades físicas que dotaran a los jóvenes de valor, perseverancia, actividad y reflexión (carreras, saltos...). Será Cristiano Salzmán quien continuará con el filantropismo para formar hombres sanos, cultos, buenos y felices potenciando el desarrollo práctico de esta pedagogía física.

JOHANN GUTS-MUTHS: Continuando con las bases sentadas por Basedow y Salzman Guts-Muths va a entender la gimnástica como parte de la pedagogía, por tanto, los niños han de jugar para descansar y porque los ejercicios corporales deben formar parte de esa educación general, no se pueden separar de la cultura intelectual, moral y estética. Así será el primero en sistematizar la práctica de los ejercicios físicos y así realizarlos de acuerdo con la anatomía y fisiología, clasificándolos según los efectos que producen en el organismo. Diferencia entre ejercicios gimnásticos por regiones corporales, ejercicios de aplicación (salto, marcha, lucha, lanzamiento), juegos colectivos y trabajos manuales y profesionales. Sienta las bases de la que se llamará Escuela Alemana y movimientos gimnásticos posteriores.

No podemos terminar con la Ilustración sin destacar el papel de JUAN ENRIQUE PESTALOZZI con quien se van a sentar las bases de la nueva pedagogía social y de la educación popular moderna. Como discípulo de Rousseau acepta que el centro de interés educativo es el niño como individuo, pero lo hace contextualizándolo con respecto a la interacción individuo-sociedad y el desarrollo mutuo. De esta manera la figura del maestro alcanza mayor relevancia y surge la necesidad imperante de sistematizar la educación. La Educación Física pasa a equipararse con la educación intelectual.

2.6. Edad Contemporánea (s. XIX). Las escuelas.

Como hemos visto, con Rousseau la Educación Física alcanza tal nivel teórico que consigue establecerse en un lugar fundamental como medio del desarrollo integral. A partir de este momento comienza una etapa en la que los planteamientos teóricos no llegarán a concretarse en una práctica coherente lo que se traducirá en una separación entre teoría y práctica.

Es evidente que estos dos grandes ilustrados, junto con muchos otros, hicieron posible el gran impulso que la EF vive durante la Ilustración. A partir de lo que ellos establecieron se formaron las diferentes escuelas que organizaron y sistematizaron la actividad física hasta principios del siglo XX. Dichas escuelas son las antecesoras de las actuales tendencias de la EF que hoy se pueden ver dentro de los planes educativos. Por tanto, es necesario que hablemos ahora de las cuatro grandes escuelas gimnásticas.

ESCUELA ALEMANA

- Guts-Muts
Padre de la gimnasia pedagógica ya que él creía en la educación a través del ejercicio físico en armonía con la naturaleza.
- Jahn
Sucesor y quién cambió la orientación pedagógica por un uso militar de la EF creando el método turnkust con un gran carácter patriótico y nacionalista. Además Jhan es el creador de la gimnasia alemana con aparatos, siendo el diseñador de muchos de ellos y que aún hoy se utilizan en gimnasia deportiva.

ESCUELA SUECA

- Natchtegall
Como alumno de Ghuts Muths aplica todo lo que aprendió de él llegando a conseguir un mayor desarrollo de la gimnasia en Dinamarca. Tuvo gran peso a la hora de introducir la gimnasia en la escuela e ideó aparatos como el caballo moderno de saltos o la colchoneta con la que amortiguar caídas.

- P.H.Ling
Profesor de esgrima y posteriormente de gimnasia, combinó todos sus conocimientos de anatomía y fisiología con lo referente a la gimnasia creando su gimnasia terapéutica. Creó el Real Instituto de Gimnasia de Estocolmo en 1814 con la intención de dar una buena condición física al ejército sueco ante la posible invasión del ejército de Napoleón. Tal fue su influencia que la EF llegó a ser obligatoria en primaria y en secundaria en 1840. Ese movimiento gimnástico se caracterizó por posiciones estáticas y movimientos analíticos, lo que se denominó como gimnasia sueca y que se conformó como el sistema gimnástico que más influencia tuvo en los programas de EF de los siglos XIX y principios del XX. Ling escribió varios tratados reflejando sus ideas y dividió la gimnasia en cuatro ramas: pedagógica, militar, médica y estética. Pero fue su hijo quién sistematizó y perfeccionó la clasificación y el método de Ling, creando las tablas de gimnasia escolares y la escuela femenina de gimnasia.

ESCUELA FRANCESA

- F. Amorós
Español exiliado en Francia. Su gimnasia es un compendio de ejercicios tomados de Ghuts Muths, de Jhan, ciertas influencias de Pestalozzi y principios propios del autor. Pero todo dentro de un marcado carácter militar.

ESCUELA INGLESA

- T. Arnold
Introdujo dentro del concepto de deporte.
Profesor de un internado intenta buscar solución al mal uso del tiempo de ocio de los jóvenes, por lo que introduce el rugby en las clases de EF rompiendo con lo tradicional y rígido que se utilizaba hasta el momento. Intenta de esta manera dirigir a esa juventud hacia valores como la solidaridad y la honradez, es decir hacia lo que se denominó como Fair Play. A partir de aquí hablamos de actividad física entendida como deporte, un medio educativo que toma gran auge en Inglaterra y que consigue extenderse al resto de Europa gracias al nacimiento de otros deportes nuevos que nacen en el ámbito escolar.
A partir de 1900 surge un fenómeno social como respuesta a la rigidez, estatismo y el carácter tan analítico e incluso militar que tenían los métodos de estas escuelas gimnásticas. Alberto Langlade en su obra "Teoría general de la gimnasia" nos dice que de una manera casi simultánea surgen tres grandes movimientos gimnásticos en distintos puntos de Europa: movimiento del oeste en Francia, movimiento del norte en los países escandinavos y movimiento del centro en Alemania Austria y Suiza.

MOVIMIENTO DEL OESTE - HEBERT: máximo representante del movimiento del oeste, el cual, siguiendo lo establecido por Rousseau, creó una Educación Física natural y al mismo tiempo útil. En su sistema se huye de cualquier movimiento artificial y del empleo de voces de mando, incidiendo en la individualidad del plan de ejercicios con incremento gradual del esfuerzo. Aparece con Hebert uno de los principios básicos que es la enseñanza individualizada, principio que introdujo la LOGSE, continuó la LOCE y que está presente en la Ley Orgánica

2/2006 de 3 de Mayo de Educación. Hebert habla de gimnasia natural pues con su método intentaba reconstruir las principales actividades físicas del ser humano primitivo. Su pedagogía innovadora proponía un trabajo continuo, al aire libre, con piernas y torsos desnudos, y utilizando ejercicios concretos y utilitarios. Además estableció controles médicos y baremos de puntuación de resultados para conseguir individualizar la enseñanza y conocer las posibilidades y progresos de cada persona.

MOVIMIENTO DEL NORTE (GIMNASIA NEOSUECA): surge como respuesta a la rigidez y a los movimientos analíticos de la gimnasia sueca, creándose dos tendencias. Por un lado la tendencia científica cuyo autor más destacado es Lindhart, científico de la Educación Física, que consigue aumentar el interés en ella como expresión educativa. En su obra "Teoría de la gimnasia" hace una fuerte crítica a la gimnasia del pasado y a la del momento.

Por otro lado, la tendencia pedagógica tiene varios representantes. Elin Falk cuyo método nace en contra de la gimnasia escolar de Ling desarrollando la gimnasia femenina y la gimnasia escolar fuera de la rigidez, las correcciones y las voces de mando que impiden la libertad del alumnado. Elli Björsten contribuyó fundamentalmente a la gimnasia femenina, hablándose del periodo anterior a ella como aquel donde las mujeres hacían una gimnasia dedicada a hombres débiles, y el periodo posterior a ella en el que ya había una gimnasia específica para ellas.

Niels Bukh se ocupó de la gimnasia masculina creando su método de trabajo denominado como gimnasia fundamental donde introduce el ritmo, el dinamismo y la flexibilidad en las clases, aumentando así valores plásticos y estéticos.

MOVIMIENTO DEL CENTRO: Este movimiento va a representar las nuevas ideas y corrientes gimnásticas que adoptará tres tendencias:

- GIMNASIA NATURAL AUSTRIACA: representada por Margaret Estreicher y Kart Gaulhofer que proponían un método natural basado en la biología y en contra de la gimnasia alemana y sueca. Mezclan doctrinas de distintos autores, valores morfo funcionales de Ling, aparatos de Jhan, actividades de Hebert, la gimnasia rítmica de Dalcroze y aspectos lúdicos y deportivos de Arnold.

- GIMNASIA ARTÍSTICO RÍTMICA: se divide por un lado en la tendencia rítmica de Dalcroze, cuyos objetivos eran considerar el ritmo como un medio y no como un fin, y por otro lado la gimnasia expresiva cuyos principales representantes fueron Isadora Duncan, Von Laban y Rudolf Bode.

Isadora Duncan defendía la danza libre despojada de trabas académicas. Para ella la Educación Física es la base y en un nivel más elevado está la danza. Transformó la gimnasia femenina basando su método en la representación de sentimientos y pensamientos, en armonía con la naturaleza y ayudados por la música.

Von Laban consideraba que el gesto expresivo tiene que dar origen a una liberación del cuerpo y el alma. Creó la técnica del icosaedro e introdujo el arte, la danza y los movimientos dramáticos como técnicas educativas en sus clases.

Rudolf Bode fue el creador de la gimnasia expresiva e introduce la música en sus clases de gimnasia para fomentar el sentir interno del movimiento.

- GIMNASIA MODERNA: Hinrich Medau utiliza aparatos e instrumentos como pelotas y aros para dar importancia a la postura y a los ejercicios respiratorios con el objetivo de conseguir movimientos equilibrados.

2.7. Concepciones y tendencias actuales de la Educación Física

Una vez que hemos definido el concepto de Educación Física, hemos visto cómo ha ido evolucionando y cómo se ha ido desarrollando a través de las diferentes escuelas y movimientos, llegamos irremediabilmente a lo que se consideran las tendencias actuales. Aunque en el epígrafe del tema se habla de distintas concepciones de Educación Física, en la actualidad no la entendemos dicha concepción en función una u otra tendencia, sino que es una mezcla de todas ellas.

Todas estas tendencias podemos decir que son el resultado del avance en determinados campos como la anatomía, la fisiología, la psicología, la pedagogía y otras más que han dado nuevos puntos de vista para comprender el movimiento. Pasamos por tanto a ver cada una de las tendencias de la EF actual en mayor profundidad.

PSICOMOTRICIDAD: corriente que surge en Francia a partir de los años 50 y que llega a España con mucha fuerza en torno a los años 70. En sus inicios tiene una clara orientación reeducadora, pero más tarde se incorpora a la educación general. La base científica para la integración de la psicomotricidad en la escuela la dan las investigaciones de Piaget, Wallon y Jacobson que establecieron conexiones entre el desarrollo motor, la inteligencia, la personalidad y las emociones. En pocas palabras y según Jean Le Boulch, podemos decir que la psicomotricidad es la educación por el movimiento. Es decir, que se intenta el desarrollo de un buen esquema corporal a través del trabajo de la lateralidad, la actitud, la respiración, la relajación, el conocimiento del cuerpo, la percepción espacial y temporal y el desarrollo sensorial para posibilitar un desarrollo integral equilibrado. Otros autores como Picq y Vayer procuraron la normalidad a través del trabajo de la psicomotricidad y Lapiere y Aucouterier con lo que ellos denominaron educación vivenciada.

SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA: tendencia muy ligada al método natural de Hebert y al interés que en los años 70 surge por la vida natural, la alimentación equilibrada y el cuidado del cuerpo, orientándose a los aspectos relacionados con la salud. Hoy en día es una de las tendencias fundamentales, así lo refleja la LOE y también el hecho de que cada día es mayor el número de personas que realizan actividades físicas con el fin de conseguir una mejor condición física para conservar o aumentar su estado de salud, favoreciendo así el desarrollo armónico de los aspectos físico, mental y social. A esta tendencia se le une el apoyo institucional de diferentes administraciones que desarrollan y ponen en marcha diferentes programas que buscan dicho objetivo.

ACTIVIDADES DEPORTIVAS: proviene de la escuela inglesa de Arnold y de la recuperación de los Juegos Olímpicos modernos gracias a Pierre de Coubertin. La base sobre la que se sustenta esta tendencia es que la práctica deportiva aporta una serie de valores educativos muy valiosos (compañerismo, deportividad, superación...). Pero, por otro lado, al ser el deporte una construcción social, debemos tener claro que muchas veces el uso que de este ámbito de

la actividad física se hace nos puede llevar a valores totalmente negativos (doping, victoria a cualquier precio...). Por lo tanto, es necesario ser conscientes de que el uso que nosotros hagamos del deporte nos dirigirá hacia los valores positivos, alejándonos así de los negativos (juegos y deportes alternativos y cooperativos dentro del ámbito escolar cobran fuerza para que no se pierdan esos valores positivos y que el deporte sea una verdadera herramienta educativa). En definitiva, seguir la línea que Ignacio Barbero en su obra "Materiales de sociología del deporte" nos recomienda: asegurar que la actividad deportiva que utilicemos sea accesible para todas y cada una de las personas de nuestra clase. No nos olvidemos que dentro de esta corriente nos encontramos con todas las actividades naturales o en el medio natural.

EXPRESIÓN CORPORAL: La expresión corporal utiliza como herramientas el teatro, la danza o el mimo, todo aquello que nos sirva para la exploración e investigación del propio cuerpo y del entorno. En este planteamiento es donde reside su valor educativo defendido por autores como Tomas Motos o Miguel Ángel Sierra. La expresión corporal como contenido específico de la Educación Física se vale del cuerpo y el movimiento como lenguaje y así emitir o interpretar mensajes. El gesto, la postura corporal, los elementos cualitativos del movimiento o el ritmo nos llevarán hacia el valor expresivo y comunicativo del cuerpo.

2.8. Marco normativo del área de Educación Física. LOMLOE

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

Artículo 18. Organización.

1. La etapa de educación primaria comprende tres ciclos de dos años académicos cada uno y se organiza en áreas, que tendrán un carácter global e integrador, estarán orientadas al desarrollo de las competencias del alumnado y podrán organizarse en ámbitos.
2. Las áreas de esta etapa educativa son las siguientes:
 - a) Conocimiento del Medio natural, social y cultural, que se podrá desdoblarse en Ciencias de la Naturaleza y Ciencias Sociales.
 - b) Educación Artística, que se podrá desdoblarse en Educación Plástica y Visual, por una parte, y Música y Danza, por otra.
 - c) **Educación Física.**
 - d) Lengua Castellana y Literatura y, si la hubiere, Lengua propia y Literatura.
 - e) Lengua Extranjera.
 - f) Matemáticas.

REAL DECRETO 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

La vinculación entre competencias clave y retos del siglo XXI es la que dará sentido a los aprendizajes, al acercar la escuela a situaciones, cuestiones y problemas reales de la vida cotidiana, lo que, a su vez, proporcionará el necesario punto de apoyo para favorecer

situaciones de aprendizaje significativas y relevantes, tanto para el alumnado como para el personal docente. Se quiere garantizar que todo alumno o alumna que supere con éxito la enseñanza básica y, por tanto, alcance el Perfil de salida sepa activar los aprendizajes adquiridos para responder a los principales desafíos a los que deberá hacer frente a lo largo de su vida: Desarrollar estilos de vida saludable a partir de la comprensión del funcionamiento del organismo y la reflexión crítica sobre los factores internos y externos que inciden en ella, asumiendo la responsabilidad personal y social en el cuidado propio y en el cuidado de las demás personas, así como en la promoción de la salud pública.

DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria.

Cabe señalar, igualmente, la importancia que la Comunidad de Madrid otorga al área de Educación Física para desarrollar hábitos de vida saludable y favorecer un adecuado desarrollo físico y corporal, que se concreta en una dedicación horaria muy superior a la que establece, para la citada área, el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo (2,5 h/s.).

Todo ello se refleja en los elementos curriculares. Así contribuir al desarrollo de las capacidades descritas en las competencias específicas del área, es imprescindible adquirir y movilizar los contenidos de todos los bloques del área, de manera coordinada. Se diferencian los siguientes: «Vida activa y saludable», «Organización y gestión de la actividad física», «Resolución de problemas en situaciones motrices», «regulación emocional e interacción social en situaciones motrices», «Manifestaciones de la cultura motriz» e «Interacción eficiente y adecuada con el entorno».

Los criterios de evaluación para cada uno de los ciclos revelarán el producto final esperado, los procesos y las actitudes que acompañan a esa producción final. Los instrumentos de evaluación serán variados y de mejora continua.

En resumen, el área de Educación Física debe promover contextos escolares para el conocimiento y aceptación del cuerpo y del de los demás, para saber interactuar a través del uso de diferentes formas de expresión y comunicación mediante el movimiento corporal y de aprender gracias al trabajo conjunto, estimulando el conocimiento, la comunicación, la socialización, la creatividad, sensibilidad, el control de las emociones y el mantenimiento de una vida activa y adecuada.

3. Conclusión

A lo largo de este tema hemos conceptualizado la Educación Física desde una perspectiva histórica que nos ha permitido entender cómo ha ido evolucionando hasta llegar a ser un instrumento curricular y educativo cada vez con más presencia en nuestro sistema educativo.

El marco teórico e histórico de Educación Física se convierte en un conocimiento imprescindible para los maestros de dicha especialidad, pues todo ello no permite avanzar y entender el enfoque didáctico en el que nos encontramos hoy tras la reciente implantación de las enseñanzas derivadas de implantación de la LOMLOE

4. Bibliografía

- ARNOLD, P.J.: *Educación Física, movimiento y currículum*. Morata. Madrid. 1991.
- BOULCH, J. LE *El cuerpo en la escuela del siglo XXI*, Madrid: INDE 2001.
- BARBERO, J.I. *Materiales de sociología del deporte*. Madrid:Endymion. 1993
- BLÁZQUEZ, D.: *La Educación Física*. Inde. Barcelona, 2001.
- CECCHINI, J. A. *Antropología y epistemología de la Educación Física*, Oviedo: Ferrería. 1993.
- CECCHINI, J. A. "Concepto de educación física" en GARCÍA HOZ, V. (coord.): *Personalización de la educación física*, Madrid: Rialp. 1996.
- CECCHINI ESTRADA, J.A.; FERNÁNDEZ JÁUREGUI, J.J.; Y COLS.; dirigido por GARCÍA HOZ, V.: *Personalización de la Educación Física*. Ediciones Rialp. Madrid. 1996.
- CAGIGAL, J. M^a: *Deporte, pedagogía y humanismo*. Comité Olímpico Español.1966
- CAGIGAL, J. M^a: *¡Oh, deporte! (Anatomía de un gigante)*. Miñón. Valladolid. 1981
- FRAILE, A. (COOR) (2004) *Didáctica De la Educación Física*. Biblioteca Nueva
- GONZÁLEZ GÓMEZ, M.D.; HERNÁNDEZ VÁZQUEZ, M.A; MARTÍNEZ MARTÍNEZ, A.; SORIANO MARTÍN, L.M; UREÑA VILLANUEVA, F. *La educación Física en secundaria*. Editorial Inde. Zaragoza. 1999.
- LANGLADE, A.; DE LANGLADE, N.R. *Teoría general de la gimnasia*. Stadium. Argentina. 1970
- LAGARDERA, F.: "Educación física" en *Diccionario de la actividad física y el deporte*, Barcelona: Paidotribo. 1999
- LLEIXÁ, T.: *Educación física hoy. Realidad y cambio curricular*. ICE-Hosori. Barcelona. 2003
- PARLEBAS, P: *Elementos de sociología del deporte*. PUF. París. 1986
- VÁZQUEZ, B.: *La educación física en la educación básica*. Gymnos. Madrid. 1989.
- VICENTE, M: *Teoría pedagógica de la actividad física. Bases epistemológicas*. Gymnos. Madrid. 1988.

WEBGRAFÍA

DICCIONARIO DE LA LENGUA ESPAÑOLA. 2019.<https://dle.rae.es/>

LEGISLACIÓN EDUCATIVA

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

REAL DECRETO 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria.