



Universidad
**Católica de
Valencia**
San Vicente Mártir

EL CUERPO EN LA ESCUELA: LA IMPORTANCIA DE LA EF EN LA ACTUALIDAD

Presentado por:

D. JAVIER RÓDENAS GONZÁLEZ

Dirigido por:

Dr. D. JOAQUÍN GARCÍA SÁNCHEZ

Valencia, a 25 de mayo de 2022

Facultad de Magisterio y Ciencias de la Educación
Grado en Maestro en Educación Primaria



RESUMEN

ALUMNO: Javier Ródenas González

DIRECTOR: Joaquín García Sánchez

TÍTULO: El cuerpo en la escuela: la importancia de la EF en la actualidad.

En este documento se expone una revisión bibliográfica con el objetivo de observar desde diferentes puntos y perspectivas, el sentido de la Educación Física en el Siglo XXI. Dicha revisión contiene información de artículos fundamentalmente actuales, para así evidenciar de la mejor manera posible la evolución que ha sufrido esta, su situación actual, y el camino que debe tomar para una enriquecedora aplicación en sus prácticas educativas. Actualmente se habla de una crisis de identidad en el área de EF, debido a una serie de factores que se verán de manera más profunda a lo largo de este trabajo. Como también se estudiarán y se extraerán los problemas más sustanciales sobre los que se debería actuar con inmediatez, los cuales afectan a la educación y concretamente a la asignatura de EF; así como de manera directa al aprendizaje y desarrollo de los conocimientos del alumnado. Estos artículos evidencian que la asignatura de EF, a pesar de haber evolucionado a lo largo de su historia en cuanto a conceptos, metodologías, etc., a día de hoy las teorías y recomendaciones que los diferentes estudios científicos nos muestran en base a donde debe encaminarse la EF, no se corresponden en muchos casos con la práctica educativa. Esto quiere decir, que la teoría se entiende, pero no se aplica en las clases, bien por miedo a cambiar, por la comodidad de una metodología propia, etc. Se debe iniciar un cambio inmediato, y gran parte de este cambio es tarea del equipo docente.

Palabras clave:

Educación Física, identidad, cuerpo-instrumento, docente, aprendizaje, sistema educativo, cambio.



RESUM

ALUMNE: Javier Ródenas González

DIRECTOR: Joaquín García Sánchez

TÍTOL: El cos a l'escola: la importància de la EF en l'actualitat.

En aquest document s'exposa una revisió bibliogràfica amb l'objectiu d'observar des de diferents punts i perspectives, el sentit de l'Educació Física en el Segle XXI. Aquesta revisió conté informació d'articles fonamentalment actuals, per a així evidenciar de la millor manera possible l'evolució que ha patit aquesta, la seua situació actual, i el camí que ha de prendre per a una enriquidora aplicació en les seues pràctiques educatives. Actualment es parla d'una crisi d'identitat en l'àrea de *EF, a causa d'una sèrie de factors que es veuran de manera més profunda al llarg d'aquest treball. Com també s'estudiaran i s'extrauran els problemes més substancials sobre els quals s'hauria d'actuar amb immediatesa, els quals afecten l'educació i concretament a l'assignatura de *EF; així com de manera directa a l'aprenentatge i desenvolupament dels coneixements de l'alumnat. Aquests articles evidencien que l'assignatura de *EF, malgrat haver evolucionat al llarg de la seua història quant a conceptes, metodologies, etc., hui dia les teories i recomanacions que els diferents estudis científics ens mostren sobre la base d'on ha d'encaminar-se la *EF, no es corresponen en molts casos amb la pràctica educativa. Això vol dir, que la teoria s'entén, però no s'aplica en les classes, bé per por de canviar, per la comoditat d'una metodologia pròpia, etc. S'ha d'iniciar un canvi immediat, i gran part d'aquest canvi és tasca de l'equip docent.

Paraules clau:

Educació Física, identitat, cos-instrument, docent, aprenentatge, sistema educatiu, canvi.



ABSTRACT

STUDENT: Javier Ródenas González

DIRECTOR: Joaquín García Sánchez

TITLE: The body at school: the importance of PE today.

This document presents a bibliographic review with the objective of observing from different points and perspectives, the meaning of Physical Education in the XXI Century. This review contains information on fundamentally current articles, in order to demonstrate in the best possible way the evolution that this has suffered, its current situation, and the path it must take for an enriching application in its educational practices. There is currently talk of an identity crisis in the area of PE, due to a series of factors that we will see more deeply throughout this work. As will also be studied and extracted the most substantial problems on which one should act with immediacy, which affect education and specifically the subject of PE; as well as directly to the learning and development of the knowledge of the students. These articles show that the PE course, despite having evolved throughout its history in terms of concepts, methodologies, etc., to date the theories and recommendations that the different scientific studies show us based on where it should be the PE, do not correspond in many cases with the educational practice. This means that the theory is understood but not applied in the classes, either for fear of change, for the convenience of an own methodology, etc. An immediate change must be initiated, and much of this change is the task of the teaching team.

Keywords:

Physical Education, identity, body-instrument, teacher, learning, educational system, change.



ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	10
2. PLANTEAMIENTO, PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN	12
3. ESTUDIO EN CUESTIÓN Y MARCO TEÓRICO	14
3.1. Historia de la Educación Física	14
3.1.1. La prehistoria y la Gimnástica Antigua	14
3.1.2. Actividad física en la Edad Media	15
3.1.3. El deporte en el Renacimiento	15
3.1.4. La gimnástica moderna: escuelas y movimientos gimnásticos	15
3.1.5. De la gimnasia al ejercicio, actividad física, y deporte	16
3.1.6. El deporte moderno tras la revolución industrial	17
3.1.7. La Educación Física en España	18
3.2. Concepto de Educación Física	18
3.3. Funciones y retos de la Educación Física	20
3.4. Educación Física y cuerpo: cuerpo instrumento	22
3.5. El cuerpo visto desde la motricidad	25
3.6. La Educación Física investigadora, y las nuevas tecnologías	27
3.7. El papel de la Educación Física como asignatura socializadora y transmisora de valores	29
3.8. Currículo y sistema educativo en Educación Física: problemática y propuestas de mejora	31
3.9. El docente de Educación Física	34
4. OBJETIVO	39



5. HIPÓTESIS	40
6. MARCO METODOLÓGICO	41
6.1. Estrategia de búsqueda bibliográfica	41
6.2. Criterios de inclusión y exclusión	42
6.3. Muestra del estudio	43
6.4. Proceso de selección de la muestra	43
7. ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	44
7.1. Categoría 1: Historia y concepto	44
7.2. Categoría 2: Funciones y retos	45
7.3. Categoría 3: Cuerpo y corporeidad	46
7.4. Categoría 4: Cuerpo y motricidad	47
7.5. Categoría 5: Investigación y nuevas tecnologías	48
7.6. Categoría 6: Asignatura socializadora	49
7.7. Categoría 7: Currículo y sistema educativo	51
7.8. Categoría 8: El docente	53
8. DISCUSIÓN	56
9. CONCLUSIONES	64
10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	67



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Resultados búsqueda revisión bibliográfica en bases de datos.	41
Tabla 2. Resultados búsqueda revisión bibliográfica en otras fuentes de información.	42
Tabla 3. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 1: Historia y concepto.	44
Tabla 4. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 2: Funciones y retos.	45
Tabla 5. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 3: Cuerpo y corporeidad.	47
Tabla 6. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 4: Cuerpo y motricidad.	48
Tabla 7. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 5: Investigación y nuevas tecnologías.	49
Tabla 8. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 6: Asignatura socializadora.	50
Tabla 9. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 7: Currículo y sistema educativo.	51
Tabla 10. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 8: El docente	54



1. INTRODUCCIÓN

El sentido actual que se le otorga a la Educación Física (EF) en el ámbito escolar es muy difuso, y no termina de ocupar el lugar que la mayoría de autores en sus respectivos estudios le atribuyen para un mejor funcionamiento de la misma. Esto es debido a un cúmulo de situaciones y problemas que se dan a diario en la práctica docente, comenzando porque cada uno entiende y posee un concepto de EF diferente a los demás, lo cual lleva a un problema de identidad (Crisorio, 2007). Ya en los antepasados se entendía de diversas formas, y había disparidad ideológica, terminológica y conceptual de la misma; por ejemplo, en las escuelas gimnásticas de Jahn (1778 - 1852) y Muths (1759 - 1859).

En este contexto, la materia de EF ha tenido un proceso evolutivo debido al avance de la sociedad, y por lo tanto al estudio e investigación científica en este campo (Lera, 2006; Delgado, 2014). Las funciones de esta han ido adaptándose a las demandas y necesidades de la sociedad, desde una utilidad militar y física, pasando por un interés corporativo, hasta la actualidad, donde desde hace años se le atribuye una utilidad más instrumental y de rendimiento (Barrow y Brown, 1992). A día de hoy se habla de un cuerpo instrumentalizado, un cuerpo-máquina, un cuerpo utilizado para el rendimiento laboral y deportivo al servicio de la sociedad, con el fin de cumplir con unos objetivos, metas y logros; una utilidad que ya se daba en la época de la Ilustración (Touraine, 2000; Rey y Trigo, 2000; Portela, 2001; Pastor, 2001; Oña, 2002). Aun así, a raíz de la pandemia por COVID-19, la idea de que el deporte es vital para la salud, ha cogido mucha más fuerza y credibilidad de la que ya iba teniendo en los últimos años (Timpka, 2020).

Actualmente, la EF es concebida como una asignatura socializadora y transmisora de valores, donde cuerpo y mente van unidos a unos significados sociales; y no como un mero organismo (Kirk, 1993; González y González, 2010; Pastor, Gil, Prieto y González, 2015). Se es y se vive a través de su corporeidad. Pero esa alfabetización física, es decir, ese aprendizaje para mantener una actividad física durante toda la vida, se ve influenciado en parte por la tarea y el papel de los/las docentes (Whitehead, 2010).

Para dar una solución a esta problemática, es necesario revisar el currículo y sistema educativo actual, como también la función del profesorado y otros colectivos que están en contacto directo con el alumnado (Aznar, 2016; Aznar, 2018).



La escuela en general, y los docentes de EF en particular, deben adaptarse y responder a las nuevas situaciones que surgen en la sociedad, fomentando un estilo de vida activo y saludable, contribuyendo a un desarrollo integral y competencial del alumnado (Martínez, 2020).

La realidad a día de hoy es una lucha ideológica constante entre Educación, Sanidad, Gobierno, profesorado, alumnado, etc., por una mejora en este campo educativo, donde cada uno difiere del resto, algo que perjudica e infliere directamente sobre el aprendizaje del alumnado.

La idea de profundizar sobre este asunto, surge por el interés de investigar y comunicar la problemática actual, y que sirva como base para iniciar un cambio. Para situarnos en esa realidad, el presente trabajo pretende abordar los temas relacionados con la EF en la actualidad en cuanto al sentido que esta tiene en el ámbito de la educación. Por este motivo se ha realizado una revisión bibliográfica de estudios más antiguos, pero sobre todo de otros más actuales, con el fin de obtener la información necesaria para conocer de dónde proviene la Educación Física, cómo ha evolucionado a lo largo de estos años, su situación actual, y hacia dónde vamos.

Para ello, se ha creído conveniente seguir la siguiente estructura para el desarrollo de este trabajo: un resumen inicial que sintetiza de forma muy breve de qué va el mismo; una introducción que nos adentra en el contexto y materia de esta revisión bibliográfica; un planteamiento, una problemática y justificación; el estudio en cuestión y un marco teórico elaborado, basado en revistas y artículos científicos, donde se verán las diferentes categorías que forman la EF, entre otras; el objetivo del propio trabajo; la hipótesis planteada al inicio del mismo; un marco metodológico que explique las técnicas o métodos utilizados en esta revisión; el análisis de la información, en este caso, de las diferentes ideas que han surgido en la lectura de cada artículo y que se han utilizado para la elaboración del trabajo; una discusión donde se comparan y se interpretan los resultados; una conclusión final que sintetizará las ideas principales y los puntos de inflexión sobre los que hay que actuar en la materia; y las referencias utilizadas para llevarlo a cabo.



2. PLANTEAMIENTO, PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo persigue, en términos generales, indagar en los diferentes estudios que hablan de la imagen del cuerpo en la EF, ya que se dice que esta materia sufre una crisis de identidad desde hace muchos años (Crisorio, 2006; Crisorio 2007), como también lo hace en la actualidad. Principalmente, uno de los problemas actuales que sufre la EF y que incumbe a los docentes de esta área es que la identidad de esta disciplina y la identidad que tiene cada persona sobre esta, son diferentes; los clubes tienen una imagen diferente a las escuelas, las escuelas privadas diferente de las públicas, ni si quiera los directores y los maestros la identifican por igual, es más, ni los propios docentes entre nosotros pensamos igual. De hecho, la EF se puede ver desde tres enfoques diferentes: desde las ciencias naturales, sociales, o mixtas, no siendo una disciplina neutral, puesto que según desde la perspectiva que se vea, va a atender a una realidad u otra (Guarnizo, 2021), motivo que la hace más vulnerable, debido a su falta de especificidad. Es un problema que salpica de forma directa al alumnado en cuestión, lo cual es perjudicial para su presente como estudiante, y que se transmitirá a su futuro.

Dentro de este caos de identidad de la EF, encontramos una relación con el cuerpo. Un cuerpo que cobra vital importancia en esta materia, concretamente siendo el elemento principal de ella. Aquí, muchos autores como Rey y Trigo (2000), Pastor (2001), Crisorio (2006), coinciden en que el cuerpo en la actividad física era y sigue siendo utilizado desde hace muchos años en la vida cotidiana como herramienta de trabajo, y, actualmente, como máquina para la consecución de unos resultados, metas, y marcas que atienden a una sociedad exigente y que buscan ese cuerpo instrumentalizado. Pero lo peor de todo, es que los estudios demuestran que, pese a los adelantos, las nuevas tecnologías, y la cantidad de estudios que han ido surgiendo y evolucionando a lo largo de estos años en la materia de EF, se sigue situando la imagen del cuerpo dentro de un contexto social bajo una demanda instrumental de rendimiento (metas, logros, objetivos, etc.) y que olvida por completo la diferencia entre el ser y el ser competente (Oña, 2002; Castejón, 2015). Es decir, poco ha cambiado en todos estos años esa identidad.

Respecto a esta problemática, numerosos estudios en el área (Kirk, 2008; Aubert, Flecha, García y Racionero, 2008; Flecha y Álvarez, 2015; Menezes, 2018) vienen demostrando significativos avances en relación a los contenidos (nuevos conceptos de EF, surgimiento de nuevas competencias transversales, desarrollo en el avance de las TIC, aproximación a temas socializadores, etc.).



Nuevos modelos y tipos de enseñanza donde el alumnado es más crítico, responsable y autónomo en cuanto a su proceso de aprendizaje (Freddy, Chicaiza y Cusme, 2021), además de otros progresos de mejora para la educación, y concretamente para la presente materia. Pero estos estudios, también nos dicen, que de nada sirve cambiar el currículo, modernizarlo y adaptarlo a las necesidades de hoy en día, si en muchos casos las prácticas continúan siendo las mismas que hace años atrás.

Y aquí entra el papel de las instituciones o centros de formación reglada a la hora de formar a los futuros docentes, unos estudios orientados más hacia el rendimiento y a la actividad física deportivizada. Unos conocimientos que, el formando como docente va a transmitir a sus alumnos, aunque también el papel del propio docente que, a pesar de conocer este problema y la teoría, no lo aplica en la práctica (Cañabate, Tesouro, Puiggali y Zagalaz, 2019).

Entonces, ¿de qué sirve investigar, realizar pruebas, y publicar estudios y teorías, si luego no se llevan a la práctica, y el docente se muestra reacio a dar el paso? ¿Por miedo a no adaptarse? ¿Porque tiene una estabilidad y no quiere salir de su zona de confort? ¿Por falta de formación y de conocimientos?

Schon (1993) ya nos decía que la formación que reciben la mayoría de los profesionales no les prepara para afrontar la práctica profesional de hoy día, cada vez más impredecible, compleja, contextualmente específica y cargada de valores. Por ello, es importante, como bien nos dicen Barba (2006), Córdoba (2015), y González y Barba (2013), entre otros, que el docente esté en un constante proceso de formación, con el objetivo de no perder ese lazo con el alumno actual y guardar una mejor relación con la práctica profesional. Como también nos dicen, que al final, el propio docente vivencia el día a día en la clase con el alumnado, y es quién debería hacer la investigación en el aula, y no unas instituciones que seguramente no han tenido trato directo con alumnos/as, que al final son quien formulan las leyes, contenidos, etc.

Es por todo esto y más, que se ha creído conveniente y necesario realizar una revisión bibliográfica con el fin de buscar una posible solución al problema que acabamos de ver; o al menos asentar unas bases que sirvan para ver donde estamos, cuál es el problema, y hacia donde hay que ir. Es decir, a partir de este preludeo, se debería iniciar un cambio en la práctica docente, concretamente en la asignatura de EF, ya no solo en lo que a la identidad e imagen del cuerpo se refiere, sino a otras cualidades que también afectan a la materia, y que veremos más adelante.



3. ESTUDIO EN CUESTIÓN Y MARCO TEÓRICO

3.1. Historia de la Educación Física

Para darle mayor sentido a este trabajo, debemos estudiar la evolución histórica que ha sufrido la educación, concretamente la disciplina de EF, desde sus inicios hasta la actualidad. Es importante conocer de dónde proviene la EF y cómo ha evolucionado a lo largo de estos años, para tener asentada una base y partir de unos conocimientos.

3.1.1. La prehistoria y la Gimnástica Antigua

Desde inicios de su historia hubo dualismo entre Alma y Cuerpo. Ya desde la prehistoria, se puede comprobar que el ser humano practicaba el ejercicio físico para su seguridad y poder sobrevivir (cazando animales, por ejemplo). Más tarde en lo que algunos llaman la Era de la Gimnástica Antigua, los persas preparaban a sus niños con un programa de adiestramiento físico y moral, para tener una fuerte potencia militar (Barrow y Brown, 1992). Estos fueron derrotados por los griegos, los cuales buscaban la perfección (Areté), queriendo ser mejor que los demás. El hecho de competir era un principio vital para ellos, como en los Juegos Olímpicos de Nemea, las Hereas, etc., siempre en honor a un dios. A esto se une lo que ellos conocían como Paideia, el proceso de crianza de los niños con una transmisión de valores (saber ser) y saberes técnicos (saber hacer), mediante la práctica de gimnasia y juegos (algo más parecido a lo que hoy conocemos como EF). Tal fue la importancia que estos dieron a lo que ellos ya entendían como actividad física, que crearon los gimnasios, donde empezó a emerger el concepto de Deporte (de ahí que los griegos antiguos sean considerados los padres del deporte). Destacaban por sus grandes e importantes gimnasios las ciudades de Atenas y Esparta (Ruiz, Chinchilla, y López, 2010).

Por otro lado, los romanos, que a pesar de que la actividad física para ellos también era seguir un programa dictado por las necesidades militares, les daban a los ejercicios físicos otra función importante, el deporte espectáculo. Para ellos competir era una apuesta, donde se veía violencia, brutalidad y crueldad (Coliseo romano, Circus Máximo, etc.).

Finalmente, se produjo la caída del Imperio Romano, invadidos por los bárbaros, algo que en Europa dificulta que la actividad física no encuentre un claro camino (Ruiz, Chinchilla, y López, 2010).



3.1.2. Actividad física en la Edad Media

Tiempo más tarde, hubo un paréntesis en lo que respecta a la actividad física, periodo que llamamos Edad Media, donde existía una corriente que favorecía la concepción dicotómica entre cuerpo y alma.

Durante esta época se produjeron hechos importantes que iban a tener transcendencia más adelante en la actividad física, como por ejemplo la invasión bárbara a Roma como hemos comentado anteriormente, una importante recesión económica, etc. No se tiene constancia de ejercicio físico o gimnasia en educación a lo largo de esta época, donde todo estaba regido por el poder de la iglesia, y uno o se hacía sacerdote, o caballero. Sí que es cierto que, durante esta época, se practicaba la caballería desde pequeños (aprendían esgrima y equitación y les nombraban caballeros), y la lucha (el hombre vencedor se paseaba como el más fuerte, hasta que lo vencían en otra lucha) (Blanco, 2014).

3.1.3. El deporte en el Renacimiento

Una época de importantes cambios sociales, políticos y económicos iba a repercutir directamente en la educación, el Renacimiento.

En este periodo, los intelectuales europeos empezaron a valorar el deporte en función de su aplicación práctica, y en la escuela se intentó recuperar conceptos de dignidad y valor en la vida. Resurgen otra vez la importancia por la belleza y el dominio del cuerpo, y surge un renovado interés por la práctica de actividad física que tanta importancia había adquirido en la antigüedad (Torrebadella, 2014).

Antes de la gimnasia moderna se retomó el cuerpo, movimiento y cualidades físicas como contenidos educativos relevantes; e importantes aportaciones como he dicho de filósofos, médicos, y pedagogos que influenciaron sobre la futura educación física. Recomendaron el ejercicio físico, la alimentación, y cómo la escuela debe adaptarse al niño. Se vio entonces en la actividad física un medio para educar y para una buena salud.

3.1.4. La gimnástica moderna: escuelas y movimientos gimnásticos.

Ya es a finales de siglo XVII cuando da comienzo la era de la gimnástica moderna, que se desarrolla a lo largo de los siglos XVIII, XIX, e inicios del siglo XX, con el surgir de las escuelas y movimientos gimnásticos (Rodríguez, 2000).



Durante este periodo surgen importantes autores como John Locke con un enfoque de salud y endurecimiento, o Rousseau que retomó el ideal griego y reconoció el valor educativo de la EF, entre otros. Los europeos valoraron la EF, el ejercicio y deporte como medio para educar (preparar para la vida).

En cuanto a las escuelas gimnásticas, surgen del contexto social y educativo por medio de las teorías de autores alemanes, con una conceptualización diferenciada de la Era Gimnástica Antigua (González, Madrera, y Salguero, 2004). Son la Escuela Sueca con Henrick Ling (1776 - 1839) como precursor, con unos ejercicios sistematizados capaces de focalizar el trabajo, eliminando la competición, e insistiendo en ayudar al menos dotado, con un tipo de gimnasia educativa, militar y médica. Por otro lado, la Escuela Alemana, donde Friedrich Ludwing Jahn (1778 – 1852) utiliza un sistema gimnástico con aparatos modernos (se abrieron clubes), e intenta inculcar el ejercicio físico al pueblo, y además dará origen a los sistemas rítmicos o sintéticos. Surgió también la Escuela Francesa (año 1770), con Amorós y Ondeano y Sotelo (1770 – 1848), más militarizada y exigente, en una combinación de Guts Muths (1759 – 1859) fundador de la educación física moderna en Alemania, y Jahn, donde la gimnasia era una asignatura obligatoria. Y, por último, paralelamente surgió la Escuela de Gran Bretaña, donde evolucionan sobre todo los juegos tradicionales (corriente deportiva inglesa), con Thomas Arnold (1795 – 1842) como figura importante inculcando a sus alumnos el sentido de la responsabilidad y aprendiendo a vivir en sociedad; algo que la diferencia de otras escuelas (González, Madrera, y Salguero, 2004).

3.1.5. De la gimnasia al ejercicio, actividad física, y deporte

En medio de estos cambios conceptuales e ideológicos, y que servirá como punto esclarecedor para el siguiente apartado, se podría hablar de gimnasia, ejercicio, actividad física, y deporte de manera separada, puesto que cabe distinguir estos conceptos.

Cuando hablamos de actividad física, la Organización Mundial de la Salud (OMS) la define como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que exige un gasto energético. Es decir, el hecho de saludar con una mano, lavarse los dientes, caminar, o asentir con la cabeza, pueden considerarse como actividad física.

Por otro lado, el ejercicio se define como aquella actividad física planificada, estructurada, repetitiva y dirigida hacia un objetivo, el cual es mejorar las aptitudes físicas y mantenerse en un estado de forma saludable. Un ejemplo sería correr, andar, subir y bajar escaleras, montar en bici, hacer musculación de manera asidua, como rutina.



En esta línea, el deporte ha tenido muchas definiciones a lo largo de su historia. Según Parlebas (1981), el deporte es el conjunto de situaciones motrices sujetas a reglas, donde prima la competición reglada e institucionalizada, es decir, que haya normas, reglas, etc., y competición. Para otros autores significa diversión, educación, estética, etc. Pero como definición más actualizada del término, tenemos la expuesta por Castejón (2001), como aquella actividad física donde la persona manifiesta unos movimientos de manera individual o colectiva, compitiendo consigo mismo, con el medio o contra otro u otros, tratando de superar sus límites, bajo unas normas, circunstancias y recursos específicos.

Por último, el término más antiguo, la gimnasia, definida como el conjunto de ejercicios que desarrollan las fuerzas físicas y morales. Es un programa que instruye a los estudiantes en tácticas que comprenden fuerza, ritmo, balance, y agilidad. Como hemos visto en el punto anterior, las escuelas se basaban en estos programas gimnásticos, donde primaba lo físico y lo militar, la instrucción, la fuerza, etc. (González, Madrera, y Salguero, 2004).

Así pues, la gimnasia es un término más antiguo e individualizado, del cual surgieron la actividad física, que se dio origen al ejercicio físico, y de ahí el deporte, que engloba a todos los anteriores.

3.1.6. El deporte moderno tras la revolución industrial

Posteriormente, surge la corriente deportiva. El deporte moderno y la revolución industrial nacen en el dinamismo de la cultura inglesa, haciendo el deporte un estilo de vida: gentleman. El deporte se ve ligado al juego limpio, recreación, juego, reglas, etc. Se pasa de las escuelas gimnásticas a los movimientos gimnásticos con nuevas ideas y nuevos aportes, las ciudades se extendían y había menos espacio (esto atrasa un poco la evolución), así como aumentan las horas de trabajo, menos horas libres, etc.

Poco a poco va cambiando el concepto de EF. Se podría decir que los Filósofos, médicos, militares y teólogos vieron en el ejercicio físico un medio para el logro de sus teorías; así como un fin. El concepto de EF en 1800 era un medio para ejercitar mente y cuerpo, y a partir de 1930 cambia a ser algo más pedagógico (Rodríguez, 2000).

Los espacios ocupados en escuelas, colegios y universidades por esta asignatura se vieron reducidos por actividades tradicionales deportivas. El afán por los récords, eventos, JJOO, etc., podría decirse que fue uno de los motivos por los que crecieron los movimientos gimnásticos.



El campo educativo cobró importancia en la formación de profesores de EF, así como evolucionando la forma de llamar a esta (Ciencias del Deporte, Ciencias de la Actividad Física, etc.). El nombre de Educación Física a partir de 1990 se cambia por el de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Rodríguez, 2000).

3.1.7. La Educación Física en España

En España, el hecho de introducir la EF en la escuela es algo que llevará tiempo. Ni la Ley Moyano de Instrucción pública (1857), ni la Ley de Instrucción Primaria (1868) la admiten como disciplina en la escuela. En 1883 se crea en Madrid la Escuela Central de Profesores y Profesoras de Gimnástica, y más tarde surge el concepto de gimnástica higiénica. De esta forma, en 1899, se autoriza impartir las clases de EF a los licenciados en Ciencias y en Medicina, sin contar con los propios de la materia. La EF en España a partir de 1894 está al nivel europeo pero la falta de unos programas adecuados, hacen que no se cumplan las recomendaciones, y es en 1919 cuando se crea la Escuela Central de Gimnasia del Ejército en Toledo, la cual favorece la formación de los maestros. La dictadura de Primo de Rivera iba a suponer un auge para la EF, se difunde la Cartilla de Gimnástica Infantil, lo que supone la introducción de la gimnástica en la Primera Enseñanza, aunque en las Escuelas Normales seguía sin existir la especialidad de EF. Además, en la instauración de la II República española no se considera a esta materia como asignatura, sino como un complemento de los juegos y deportes. En 1933 se crea la Escuela de Educación Física dependiente de la Facultad de Medicina, y en el 1938 se establece la obligatoriedad de esta materia en la enseñanza media. A partir de 1943 se forman las Academias Nacionales de Mandos y las Escuelas Provinciales del Frente de Juventudes donde saldrán los diferentes instructores, hasta la creación del INEF. Será en 1990 cuando la LOGSE introduzca la EF en todos los niveles de enseñanza obligatoria. Así, cada vez más, comienzan a formarse profesores por el INEF, como también surgen nuevos módulos o cursos como Técnico en Actividades Físicas y Deportivas, el Colegio Oficial de Profesores de EF, etc.

Por tanto, es importante conocer lo que se entiende hoy en día por EF, y cómo ha cambiado su nomenclatura a lo largo de los años.

3.2. Concepto de Educación Física

Hoy por hoy, el término que define a la EF es amplio a la vez que difuso, ya que es un concepto polisémico, es decir, está presente en las áreas terapéuticas, higiénicas, recreativas, extraescolares, etc., por lo tanto, tiene una difícil ubicación e interpretación.



Dentro de esta amplitud, se habla de la EF como una práctica, una teoría, una ciencia, un arte, un método, una técnica, una filosofía, o un estilo de vida; dependiendo de si hablamos con un médico, un pedagogo, un científico, un docente, etc. Otras disciplinas han ido influenciando en la construcción de esta materia, como la psicología, la sociología, etc. (Olivera, 2006).

Es más, el nombre de esta área en el ámbito universitario ha sufrido cambios a lo largo de su historia y en diferentes lugares del mundo, llamándose por ejemplo en Estados Unidos *Kinesiología*, o en Australia *Ciencias del Movimiento Humano y del Deporte*, o en España *Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*. Algunos autores como Tinning (1996) ya catalogaban la expresión *Educación Física* como anticuada, llegando a ser menos aceptada en ciertos lugares por llamarse así. Es por eso que este autor la nombra como *Movimiento humano*, diferenciando dentro de este: las Ciencias del ejercicio, la EF, y la Recreación.

Así pues, a lo largo de los años, la idea del cuerpo ha condicionado el concepto de EF. Como hemos visto en el punto anterior, se han estructurado diversos sistemas, modelos y prácticas sociales, y de ahí las escuelas y corrientes; con la idea del cuerpo instrumento (cuidado del cuerpo, o cuerpo máquina), cuerpo militar, educación para la salud, cuerpo para el combate, entre otras más. Los avances han dado lugar a nuevas tendencias y corrientes sobre la concepción de EF.

Dentro de este contexto histórico, podríamos definir la EF como la disciplina científico-pedagógica por la cual una persona es educada a través del cuerpo centrándose en la motricidad para lograr un desarrollo integral de las capacidades afectivas, cognoscitivas y físicas del sujeto. Y como venimos diciendo, las distintas corrientes la pueden centrar en la educación (aprendizaje y desarrollo), en la salud (bienestar), en la competencia (deportes), en la recreación (juegos), en la expresión corporal, etc. Autores como González (1993) conceptualizan la EF como “la ciencia y arte de ayudar al individuo en el desarrollo intencional de sus facultades de movimiento y con ellas al resto de sus facultades personales” (p. 28); o como Trigo (2003), el cual menciona la EF como práctica educativa y educación del ser por medio de la motricidad, desarrollando las potencialidades de cada persona. Desde un enfoque más corporativo y motriz, tenemos la conceptualización de autores como Gómez (2008) o Parlebas (2001), autores que coinciden en que la EF es una disciplina pedagógica que debería ocuparse de crear las condiciones para el desarrollo de la motricidad y la corporeidad, dando respuesta a las necesidades del sujeto aprendiz, en un contexto determinado y en una sociedad



cambiante (teniendo en cuenta la realidad sociocultural y circunstancias históricas); requiriéndose así una orientación de la EF que parta del sujeto con ayuda de los otros.

Por otro lado, Calvo (2002) diferencia dos conceptos dentro de la educación física: la escolarización, como proceso de repetición de las relaciones preestablecidas; y la educación como proceso de creación de relaciones posibles. Digamos que, la escolarización, se daría en instituciones capacitadoras formales o no, y la educación en la informalidad (patio, entorno, familiar, calle, etc.).

El problema actual de la identidad de la EF tiene que ver con la concepción que tiene cada uno sobre esta (Crisorio, 2007). Por ejemplo, la lógica de los clubes es diferente a la de las escuelas, que al mismo tiempo es diferente de los gimnasios, diferentes conceptos y utilidades tratan las escuelas privadas de las públicas, como tampoco lo entienden igual los directores y los docentes, ni los padres y los alumnos, etc.

Esto ya pasaba en los inicios de esta área, como hemos visto anteriormente, en las escuelas gimnásticas de Muths y Jahn por poner un ejemplo; cada uno tenía su visión y planteamiento. Podría pensarse que el problema actual de la identidad de la EF nace y se origina en esta dispersión de conceptos y prácticas, y mientras estas partes no se pongan de acuerdo, continuará existiendo esa crisis de identidad en la EF.

Alrededor de estos conceptos surgen diferentes funciones que se le asignan a la Educación y a la EF en concreto, las cuales vamos a ver en el siguiente punto.

3.3. Funciones y retos de la Educación Física

Partiendo del concepto que acabamos de ver, son muchas las funciones que se le atribuyen a la Educación y a la EF en concreto según diversos autores.

Esta última, unos la orientan más a darle un valor en sí misma con el objetivo de producir sensaciones intrínsecas de bienestar, otros la utilizan para conseguir diversos beneficios para la persona practicante, etc. Muchos autores coinciden en que algunas de sus funciones son: adquirir una buena condición física, incorporar estilos de vida saludables (que los adquiera para el resto de su vida, no solo para el presente), lo cual lleva a prevenir riesgos para la salud, desarrollar virtudes personales, desarrollar y mejorar la socialización infantil y juvenil, entre otras (Gutiérrez & Ruiz, 2009; Pérez, Iborra, Peiró & Beltrán, 2010).



Se confirma además desde la Federación Internacional de EF (2000) que esta es uno de los medios más importantes y eficaces para la mejora de la calidad de vida de las personas y establece que esta asignatura debe ser reconocida como un derecho fundamental y universal. Es más, la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte de la UNESCO de 1978 ya describía esta materia como derecho fundamental para todos y un elemento fundamental de la educación permanente. En otra línea, podemos decir que la Educación pretende formar personas autónomas y responsables, con capacidades para aprovechar las posibilidades de desarrollo y bienestar personal que la propia cultura ofrece; así como la transformación de esta cultura hacia las necesidades de una sociedad democrática (Moreno, 2011).

Por otro lado, podríamos decir, basándonos en Barbero (2007), que la EF pretende contribuir a la formación de seres tanto en cultura física como en cultura deportiva; mejorando a través de esta, la competencia motriz y la formación para la autonomía, el desarrollo y el bienestar personal. En Educación, la disciplina de EF debe extender más allá su acción educativa y formativa, ayudando a cada persona a desarrollar todo su potencial, ayudarles a ser personas y ciudadanos activos, críticos y comprometidos en esta sociedad, y no una herramienta de la economía actual.

Y aquí, Evaldo (2007), nos dice que, a día de hoy, la educación a nivel general, ha de responder a los retos propuestos a las personas, no sólo en la mayor productividad del trabajo, sino en la construcción conjunta de nuevas razones y formas de vivir; y así darle un mayor sentido y utilidad. Al final la realidad diaria es más rica que las teorías.

López, Pérez, Manrique y Monjas (2016) opinan que la EF actual debería tener tres grandes finalidades o funciones dentro del sistema educativo universal, obligatorio y público: el desarrollo físico-motriz, la creación y recreación de la cultura física del alumnado, y su aportación al planteamiento global de desarrollo integral del alumnado, como ciudadanos de una sociedad democrática. Trabajando todas por igual, sin olvidarnos de ninguna; siendo las dos primeras específicas y propias de nuestra área, más concretamente del docente, si no nadie más las va a hacer; y la tercera más global, la cual se tiene que conseguir mediante consenso y actuación con otras áreas, profesionales de la educación y toda la comunidad educativa en general. La EF debe dar al alumnado el derecho a la práctica físico-deportiva con el fin de disfrutar de un estilo de vida saludable (Blázquez, 2006), enfrentándose a nuevos problemas como el sedentarismo, desórdenes alimentarios relacionados con la imagen corporal, sobrepeso, obesidad infantil, etc. Brindar una atención holística enfocada en prevenir y corregir esos problemas o trastornos que influyen negativamente al desarrollo integral del ser humano



(Rivarola, 2003), orientada a la búsqueda continua de una mejor calidad de vida (Benjumea, 2004). Está demostrada su influencia directa sobre la prevención de la obesidad, favorecer el aprendizaje y el rendimiento académico, y el desarrollo moral y la autoestima (Gutiérrez y Vivó, 2005; Casajús y Rodríguez, 2011; Roig, 2013; Sánchez, et al., 2016).

En base al concepto de EF visto anteriormente y las funciones que a esta se le atribuyen, surgen diversas conceptualizaciones o enfoques que se relacionan con la materia, y que veremos a continuación, comenzando por la idea o visión del cuerpo.

3.4. Educación Física y cuerpo: cuerpo instrumento.

El concepto y las funciones que a la educación y a la asignatura de EF se le atribuyen en cada centro y por cada docente son diferentes. Entendiendo la escuela como un espacio donde el alumnado desarrolla cualidades y habilidades en las diferentes materias que allí existen, hay autores que ponen está en cuestión, y añaden, que en muchas ocasiones se crean prototipos de alienación social, es decir, individuos que pierden la personalidad o la identidad (Adorno, 1993). Pero estos pensamientos hay que cogerlos con pinzas.

Sabemos que en la escuela el tratamiento del cuerpo es de origen biológico y cultural, y que la mejora de la educación siempre va a estar presente, debido a una evolución exigente. Ya por el siglo V, platón y más tarde en el siglo XVII Descartes, establecen un dualismo espíritu-cuerpo, donde el cuerpo sería asimilado a una máquina y el movimiento al producto de esta. La EF instrumental, utilizaba el cuerpo como instrumento y elemento para perfeccionar el alma (cuidado del cuerpo), conceptualizando a esta materia con una percepción religiosa, católica y moral.

Como hemos visto en puntos anteriores, la utilidad del cuerpo era prepararlo para el combate (cuerpo militarizado). Más tarde, cuerpo y alma se separarían, y el cuerpo iba a entrar en una época negativa, donde este se olvida, y con ello la actividad física.

A partir de la ilustración surgen nuevos conceptos y percepciones en la sociedad con lo que respecta al cuerpo (Touraine, 2000; Oña, 2002), y vuelve el concepto de cuerpo al servicio de la sociedad (como instrumento), al igual que la utilización de la práctica deportiva, la cual era entrenar cuerpos-instrumentos útiles a la sociedad, es más, como una herramienta laboral (Portela, 2001; Pastor, 2001); como también nos dicen Rey y Trigo (2000) que el cuerpo en la actividad física era y sigue siendo utilizado como máquina para la consecución de resultados y marcas que atienden a una sociedad exigente; basada en el uso de metodologías directivas y analíticas y un enfoque dirigido a la competición y al rendimiento deportivo.



Un enfoque que como se viene diciendo, todavía sigue vivo en muchos de los centros educativos a pesar de las numerosas críticas que ha recibido. El surgimiento de la EF con la idea de salud no se produjo hasta el siglo XIX e incluso siglo XX como concepto generalizado y obligado en educación. Anterior a esta incorporación de la salud a la materia, en la escuela tradicional, en algunos lugares se podía ver frases como la siguiente: *En la escuela, el cuerpo no sirve*, ya que para algunos el aprendizaje es un proceso mental y no corporal. Sin embargo, en aquella época (S.XVII), muchos pensadores y formadores pensaban lo contrario. Los colegios jesuitas, por ejemplo, utilizaban la disciplina corporal para la formación del perfecto estudiante, es decir, que ya en aquel entonces en la escuela tradicional el cuerpo era objetivo primordial de la intervención educativa. El cuerpo ha estado siempre presente en las prácticas físicas, desde que se tiene constancia, hasta la actualidad, con momentos de más o menos esplendor. En el postmodernismo, el cuerpo ha sido protagonista de la vida cotidiana, como herramienta de trabajo, como cuerpo instrumentalizado. Hacia los años 70, se inicia un movimiento que postula que la realidad mental del ser humano no existe independientemente del cuerpo (González y González, 2010); a partir del cual surgen nuevas miradas hacia la EF y con ello la corporeidad, entendida como la vivencia del hacer, sentir, pensar, y querer; donde el ser humano es y vive sólo a través de su corporeidad y de la integralidad (piensa y hace cosas).

La educación corporal que generamos y transmitimos está influenciada por una serie de paradigmas (deportivos, religiosos, educativos, estéticos, etc.) que enmarcan las estrategias y actividades que realizamos a diario con el otro en la escuela. Es decir, los docentes tenemos la responsabilidad de atender a un cuerpo influenciado por una sociedad, con un compromiso público, en un espacio-tiempo limitado como es la escuela, o lo que es lo mismo, como lo llaman algunos autores: un compromiso estético. Tal compromiso estético es concebido como una educación corporal situada en un contexto social exigido por la población y sus demandas para un rendimiento (metas, logros, niveles, objetivos, etc.), y que olvida por completo la diferencia entre el ser y el ser competente (Crisorio, 2006).

Y, en este contexto de cuerpo herramienta e instrumentalizado, nos deberíamos preguntar si tenemos conciencia, como sí tenían los padres fundadores de nuestro campo, de que la EF es un agente privilegiado de transmisión y creación de cultura corporal. Una conciencia que es necesaria para entender las relaciones entre cuerpo y cultura, y evitar que la EF se mueva por modas.



Entre las preocupaciones más básicas de la actual EF se encuentra el no perder de vista el cuerpo (yo-cuerpo), algo olvidado entre otros conceptos. Nos preocupamos por la acción y perdemos la relación entre sujeto-cuerpo y contexto, como también perdemos la comprensión de esas relaciones. Alrededor del año 1970 surgen una serie de contenidos como propuesta para el cambio de los modelos dominantes del ejercicio, en base a percibir el cuerpo desde otro enfoque, y en rechazo a una sociedad consumista y conceptos mecanicistas. Nacieron contenidos como la Expresión Dinámica donde agrupaba EF y Música, y más tarde creó *El cuerpo: expresión y comunicación*, que desde hace no mucho tiempo conocemos como *Expresión Corporal*. Una organización del currículo de la escolaridad obligatoria que ha ayudado a los individuos a encontrarse a sí mismo, al yo-cuerpo que hablamos, transmitiendo el acceso al mundo interior, por medio de la EF.

Es importante que en EF desaparezca ese tipo de pensamiento o educación que tiene como principal finalidad el mero entrenamiento de los cuerpos o la detección, selección y entrenamiento de posibles talentos deportivos; para eso ya hay otras entes e instituciones cuya finalidad es esa misma. La esencia de la EF es realizar actividad física y deporte por disfrute, para enseñar deporte, experiencias deportivas, alfabetizar a la población desde pequeños a saber practicar actividad física, llegar a los familiares. Es decir, la función final de la EF no es llegar al alto rendimiento ni detectar futuros deportistas profesionales, sino inculcar un hábito de vida saludable basado en el deporte y la actividad física.

Aún seguimos viendo el cuerpo masculino en torno al concepto de fuerza y vigor, y el femenino a la debilidad (Ortega, 1999), algo que por supuesto hay que cambiar. La EF contemporánea no ha cambiado tanto en lo que al cuerpo se refiere, según Benjumea (2004) el hombre exhibe poder a través de su físico como ya lo hacía antes, y además la industria procura vender esa idea de hombre como figura musculosa y definida, y la mujer como figura perfecta de curvas acentuadas y con belleza postiza. Ambos utilizados para promocionar productos y aumentar las ventas. Relacionándolo con el concepto, las funciones, la ideología y el papel del profesor de EF, lo importante es preocuparnos porque toda la población o la gran mayoría realice actividad física regularmente, tenga interés por ella, y logre un bienestar, dejando de lado sus capacidades físicas y deportivas, y por tanto esa preocupación por el cuerpo y el rendimiento. Es sólo el compromiso de cada profesor de experimentar otras alternativas y formas de tratamiento pedagógico corporal, ir más allá e interesarse por indagar las relaciones posibles (Taborda, 2003).



Esta corporeidad se ve aplicada y relacionada con otro concepto o visión de la educación física: la motricidad, desde donde se le da un enfoque diferente al concepto de cuerpo y corporeidad que acabamos de ver.

3.5. El cuerpo visto desde la motricidad

El inicio de la educación motriz surge en el S.XX tras una reflexión teórica tratando de ampliar las posibilidades de educación corporal que anterior a esa fecha eran limitadas.

Teniendo en cuenta las nuevas miradas del cuerpo y el movimiento, surgieron nuevas formas de concebir la educación motriz. Surge de ahí la idea de que la actividad física, entendida como cualquier movimiento corporal producido por la contracción de los músculos y que conlleva un consumo energético por encima del nivel de reposo, compromete al ser en su totalidad, presentando dimensiones motrices, intelectuales, cognitivas, expresivas, emocionales, afectivas, relacionales, sociales e incluso espirituales, lo que viene a ser la conducta motriz. En esta línea, la materia de EF tiene por objetivo la adquisición y perfeccionamiento de estas conductas motrices, por medio de las diferentes propuestas de los docentes, que no son iguales para todos, y que para Larraz (2004) por ejemplo se organizan en bloques de contenido por medio del *Dominio de Acción Motriz*.

Mientras que el movimiento es concebido como el cambio de posición o lugar del cuerpo, un acto físico-biológico que permite desplazarse, Benjumea (2007) nos habla de la motricidad como un fenómeno humano que evidencia la relación permanente de todos los procesos del ser y se constituye en la forma de expresión de su integralidad con las implicaciones de su entorno social, estableciendo un lazo importante con la corporeidad. Se habla de la motricidad como la capacidad del ser humano para moverse en el mundo y la corporeidad el modo de estar en ese mundo. La motricidad es además considerada transdisciplinar, construida a partir de los aportes de muchas disciplinas como la Sociología, la Psicología, la Antropología, etc. Aquí también le da importancia al desarrollo epistemológico en torno a la motricidad humana, siendo esta un discurso sobre la ciencia, la cual se pregunta por los factores sociales, culturales, ideológicos, filosóficos y políticos implicados en cada ciencia.

Según Moreno (2007), el movimiento se ha escolarizado, es decir, el profesor enseña y los alumnos hacen, pareciendo que estos no poseen ninguna experiencia motriz al respecto.



Algo que conduce a pensar sobre el desarrollo de una pedagogía de la motricidad, la cual implique el desarrollo de las potencialidades humanas, y cobre un papel importante la actuación del alumnado. Una serie de autores coinciden en que esta pedagogía de la motricidad conduce al significado y a la significación, el ir más allá del movimiento, hacia el desarrollo humano y social con unos fines utilitarios (Uribe, Molina, Vergara y Blandón, 2003; Uribe y Gallo 2004). Esto es debido a que la formación de los docentes se sigue centrando en la EF convencional, orientada a obtener un rendimiento deportivo, control y disciplina sobre el cuerpo; una idea que debemos cambiar, más hacia lo educativo, el disfrute y crear vivencias deportivas. Cambiar como se ha comentado anteriormente hacia una EF que cree las condiciones adecuadas para el desarrollo de la corporeidad y la motricidad, y así dar respuesta a las necesidades del alumnado, atendiendo a una realidad y en un contexto determinado (Parlebas, 2001; Gómez, 2008;).

Así como asegurar desde la motricidad humana, que el alumnado identifique su capital motriz, tomen conciencia del cuerpo y comprendan el papel de la EF en la construcción de la corporeidad (González y González, 2010). No únicamente el papel del docente, sino también el de las familias cobra importancia en el desarrollo de la corporeidad y la motricidad del niño, en base a las metas y sentidos que dan las familias a la motricidad para potenciar los valores humanos (Uribe y Gallo, 2002).

Se proponen cuatro pilares sobre los cuales educar desde la motricidad (Jaramillo y Yanza, 2005): el ludismo, ya que es esencial en la actividad física disfrutar de lo que se hace y de su contexto; el pensamiento complejo, que implica pensar y actuar desde un conocimiento integral; la acción, que implica ejecutar movimientos intencionados y por emociones buscando un fin; y por último la trascendencia, que permite al ser humano encontrarle sentido a la vida, relacionarlo.

Lo cierto es que no hay una ciencia única de la motricidad humana, como bien nos dicen Rey y Canales (2007), sino que hay diversas perspectivas desde donde enfocarla (multidisciplinar y transdisciplinar), siendo todas válidas. Pero lo importante como dicen González y González (2010) es incorporar la educación motriz en todos los niveles de formación de los individuos, consiguiendo más protagonismo de la corporeidad y de la motricidad que llevarán a una educación integral que fomente el autoconocimiento, la creatividad, la expresión y la relación con otros.



Algo que coincide con lo que comenta Oña (2002), el cual dice que sería necesario repensar la EF para darle un sentido interdisciplinario, ubicándola en un contexto sociocultural, basado en una construcción de la corporeidad integral y balanceada; todo por medio de la capacidad y manejo de las situaciones del profesional a su cargo: el docente.

Para repensar, valorar e incidir en esa futura educación motriz es necesario, como lo ha sido desde sus inicios, investigar en el área con el fin de atender a los continuos cambios que se van sucediendo; y no conformarnos con la motricidad tradicional o con la actual. Es crucial progresar en lo que respecta a la materia, pero no sólo nosotros, sino también la enseñanza, para ello debemos aportar y compartir nuevas técnicas e ideas.

3.6. La Educación Física investigadora, y las nuevas tecnologías

La Educación Física, al igual que también lo hacen o deberían hacerlo otras áreas que conforman el currículo escolar, como área de conocimiento, debe atender a los continuos cambios que se van produciendo en la sociedad. Unos cambios que son debidos a diversos factores según Lera (2006): el impacto de la internacionalización, del conocimiento científico y tecnológico, y de las tecnologías de la información. La producción científica en EF en los últimos años ha experimentado un gran avance, sobretodo en el análisis del movimiento humano como fenómeno educativo, y en el estudio de la Actividad Física y el Deporte desde una perspectiva biológica y tecnológica que estudia el movimiento del hombre en lo que supone a la biomecánica. Crisorio (2007) dice que la teoría y la investigación en EF se han orientado hasta ahora principalmente en tres direcciones: educación física pedagógica (construcción de una teoría), educación psicomotriz (una ciencia de la motricidad humana), y educación física-deportiva (campo interdisciplinario hacia las necesidades de la práctica deportiva).

Delgado (2014) considera que la investigación es el motor del avance en la enseñanza de la EF. Un pensamiento en el que coinciden la mayoría de personas, pero otras le extraen un obstáculo o problema.

Y es que muchos piensan que la investigación beneficia al profesorado universitario, que está más pendiente de publicar, y no tanto a los profesores que están a diario en los centros en contacto con el alumnado. Cada vez hay más personas convencidas de que la práctica educativa debería estar basada en resultados de investigación educativa, en evidencias reales y demostrables (Aubert, Flecha, García, Flecha y Racionero, 2008; Flecha y Álvarez, 2015).



Una posible solución que nos muestra Castejón (2015) sería realizar investigaciones colaborativas entre científicos y docentes, donde estos últimos puedan aplicarlo a sus clases de EF de manera inmediata, trabajando y solucionando problemas reales y actuales. Barba (2006), González y Barba (2013), Córdoba (2015), Pedraza y López (2015), Córdoba, Carbonero, Sánchez, Inglada, Serra, Blasco, Sáez, Ivanco (2016), coinciden en que la implicación y el formar parte de procesos de formación permanente y de reflexión-acción lleva a una mejora de la práctica profesional del docente, lo cual es algo positivo.

En una época de racionalización económica como la que estamos viviendo, los presupuestos de las facultades, centros, y otras entidades están muy acotados a la investigación (Lawson, 1991; Delgado, 2014). Hoy en día las revistas son una fuente de conocimiento muy importante para cualquier campo científico, y más aún las electrónicas, donde cualquier docente o persona tiene acceso inmediato. Para algunos autores, este tipo de publicaciones en ediciones electrónicas son el futuro para transmitir y compartir conocimientos sobre las investigaciones. Menciono aquí la gran evolución que ha tenido la tecnología de la información y de las comunicaciones (TIC) que ha provocado cambios drásticos tan rápidos que llegó a plantearse más como un cambio de época social, que como una época de cambios (Lera, 2006). En este panorama tecnológico está surgiendo una generación cada vez más influenciada por la presencia de las tecnologías de la información y la comunicación. Este mundo tecnológico está creciendo de manera exponencial y en la actualidad es imposible desvincularlo de la educación, como tampoco de la EF, por ejemplo, en análisis de los datos, cuantificación de cargas, valoraciones funcionales, etc. Al igual que las innovadoras técnicas y metodologías ligadas a la tecnología.

Es importante hacer un uso controlado de las nuevas herramientas tecnológicas, sin abusar de ellas, ya que, en vez de favorecer al alumnado en actividad física, estaremos demorando el poco tiempo del que se dispone para la asignatura. Algunos lo llaman *adictos a las TICs* (Delgado, 2014).

En este contexto de época de cambios o cambio de época social actual, surge la idea de que la EF es una materia clave a la hora de trabajar la socialización y los valores. Motivo por el que debería cobrar más importancia en el sistema educativo.



3.7. El papel de la Educación Física como asignatura socializadora y transmisora de valores

Nuevos problemas sociales vinculados a la educación en valores afectan a la escuela, como el creciente problema de las violencias en las aulas.

La Educación Física se defiende como una parte vital y necesaria de la educación, porque la persona completa va a la escuela, no solo la mente, sino también las facetas de pensar, sentir y actuar. El cuerpo no es un mero organismo, sino que tiene significados sociales (Theerge, 1991; Kirk, 1993), siendo la sociología esencial para el funcionamiento biomecánico del cuerpo. La EF es una materia en la que se puede y se debe tratar la socialización y multitud de valores como la ciudadanía y el civismo entre otras muchas, debido a su mayor facilidad de aplicación en comparación con otras materias. En esta área como en el resto que componen el currículo, se identifican un conjunto de aspectos de especial relevancia para el desarrollo de la sociedad, recogidos en unos objetivos generales y en los temas transversales. La EF por tanto ha de ser un espacio que favorezca la participación democrática del alumnado.

Se argumenta que la EF tiene la capacidad de proporcionar una multitud de experiencias y oportunidades donde el alumnado puede explorar y desarrollar ideas. Blázquez (2006) apunta que incrementar la independencia y responsabilidad del alumnado involucrándolo en la preparación, organización y gestión de las actividades es un magnífico medio para aplicar la socialización. En esta materia las conductas motrices son visibles según Sánchez (1992), al haber una demanda continua de nuevas metas, donde se dan malos resultados o se comparan con los del resto. Esto es algo que afecta al auto concepto y la imagen que el alumnado se crea de sí mismo o los demás crean de ellos. Las relaciones personales entre el alumnado son constantes a la hora de formar grupos, parejas, ayudarse en tareas, darse la mano, respetar y pactar reglas con los compañeros, aceptar el ganar y perder, etc., todo esto forma parte de la acción educativa de las sesiones. Lo cual no es fácil de gestionar, ya que el alumnado es muy diverso, tiene pensamientos distintos, emociones, intereses, etc. Para Gamboa, Jiménez y Fernández (2022), se trata de trabajar desafíos cooperativos más que competitivos, las propias propuestas en lugar de aquellas ajenas, y partir de las propias posibilidades y colectivas por medio de la resolución de tareas, formando un alumnado más reflexivo y autónomo.

Así pues, es necesario promover el cambio en la mentalidad y conciencia social acerca del movimiento humano. Por ejemplo, a través de los juegos, donde se pueden representar de forma simbólica los conflictos sociales y buscar soluciones para resolverlos, concienciando así



al alumnado. El papel del docente es primordial para mantener un buen ambiente en clase, como para mostrar y guiar al alumnado la EF desde un punto de vista de la socialización, tratando estos temas transversales de la mejor manera posible.

Actualmente, la EF inclusiva se opone a antiguas concepciones, abogando que sea para todos, sin distinción de ningún tipo, y mucho menos de condiciones físicas y psicológicas, logrando un disfrute y felicidad mientras se practica (Proenza, 2021). Además, Calvo (2002) dice que la educación es algo que está presente a lo largo de la vida y en diversos campos y áreas; no limitando la misma solo a la escuela, sino que debe extenderse más allá de esos muros, teniendo aquí el docente un papel importante como transmisor. A esa educación en ambientes escolarizados se le conoce como educación formal o educación no formal; y la educación que se da fuera de la escuela es la que se conoce como educación informal (socialización o enculturación).

Cabe mencionar un sistema de aprendizaje llamado Educación Física de Calidad (EFC) el cual pretende la participación en la educación física apoyando el desarrollo de la alfabetización física, como también contribuir a la ciudadanía mundial, promoviendo valores y aptitudes para la vida. Whitehead (2010) describe la alfabetización física como la motivación, confianza, competencia física, conocimiento y entendimiento para mantener una actividad física durante toda la vida, refiriéndose así a las aptitudes necesarias para obtener, comprender y utilizar la información para decidir correctamente en lo que respecta a la salud.

Como docentes que buscamos un impacto de la actividad física sobre la sociedad, debemos tener claro que fuera del ámbito escolar, debemos involucrar también a la familia del alumnado y al entorno del mismo, puesto que el tiempo de práctica durante las clases de EF es insuficiente para conseguir todos los objetivos y además transmitir valores a la sociedad. Las clases de EF por tanto deben ser promotoras de actividad física y deportiva, de juegos, y de hábitos saludables; pretendiendo con ello concienciar al alumno de las consecuencias de la vida sedentaria y las consecuencias de llevar una vida saludable físicamente hablando (Pastor, Gil, Prieto y González, 2015).

Ese tiempo de práctica del que hablamos y la organización de las clases lo vamos a ver a continuación según la LOGSE, el BOE y otras instituciones que regulan el sistema educativo y el currículo de la EF entre otros.



3.8. Currículo y sistema educativo en Educación Física: problemática y propuestas de mejora.

Gracias a la creación del currículo en el año 1991, en EF como en el resto de materias, se imparten los mismos contenidos en un centro como en otro. De esta forma, cualquier alumno/a percibe los mismos conceptos, aunque cambiará el sentido de estos en función del centro, del docente y su metodología, etc.

Esta última década se ha reducido el número de horas de clase, incluso en algunos casos suprimiéndose el cargo de profesor de EF, o eliminándose la asignatura extracurricular como en el caso de los institutos en 2º de Bachillerato (Martin, Romero y Chivite, 2015; Pérez, Á., Hortigüela, D., Fernández, J., Gutiérrez, C. y Santos, L. (2021).

Según investigaciones y datos, España tiene una media de carga lectiva semanal para esta materia inferior a las tres horas recomendadas por los organismos internacionales o incluso órganos de investigación que recomiendan la práctica de actividad física diaria de los niños (Portela, 2006). Los datos aportados por la Comisión Europea demuestran que España ocupa los últimos puestos en horas lectivas de EF (modelos del siglo pasado). Y es que la mayoría de veces se ve desvalorizada o se trata de menos seria en comparación con otras materias (Stolz, 2014); no acaba de conseguir un reconocimiento sólido en la sociedad, como tampoco lo hace en el estamento político-educativo. La descoordinación gubernamental es un hecho que afecta a esta asignatura por el hecho de que, por ejemplo, Sanidad, recomienda practicar más actividad física por los elevados casos de problemas de salud y obesidad infantil (recomienda más horas), y Educación no solo niega dar esas horas de más, si no que recorta el horario (menos horas), tal y como apuntan Carretero, Ramos, Arribas, et al (2017).

Pérez, Hortigüela, Fernández, Gutiérrez y Santos (2021) afirman que invertir en un cambio radical en cuanto a las horas de actividad física, generaría un sustancial ahorro para el gasto público al fomentar hábitos saludables desde edades tempranas consiguiendo una sociedad más sana.

Ya hemos hablado de la cantidad de beneficios que tiene la actividad física y, por tanto, esta materia en lo que respecta a la salud infantil. Esto se ha visto aún más reforzado tras la pandemia por COVID-19 y el confinamiento que conllevó. Permanecer en casa ha sido primordial para no ser contagiados, pero debemos evitar o contrarrestar el sedentarismo, causante de la disminución de la fuerza muscular o el consumo máximo de oxígeno, entre



muchas otras cosas más, principales predictores de morbilidad y mortalidad, morbimortalidad (Márquez, 2020).

A raíz de la pandemia, según estudios como el de Hammami, Harrabi, Mohr y Krusturp (2020), la actividad física se está empezando a utilizar como signo vital durante la consulta de pacientes, recomendando su práctica para la mejora de la salud.

Pero ya no solo beneficios de salud, sino también implicaciones positivas sobre el aprendizaje y el rendimiento, además de trabajar valores, autoestima, y socialización en general como hemos visto anteriormente. Según el informe PISA (Programa Internacional para la Evaluación de Estudiantes, 2018), los países con cinco horas semanales de EF, como Finlandia, obtienen mejores resultados académicos. Motivo suficiente para incrementar las horas lectivas de la misma (Aznar, 2018).

Otro problema que nos encontramos es que la EF se caracteriza por el predominio de contenidos que desarrollan la eficacia motriz (Sierra, 2002), siendo el proceso deportivizador un aspecto dominante sobre el resto de contenidos de la materia. Esto viene dado por otro problema, y es la falta de consenso en la propia comunidad científica sobre las finalidades e idiosincrasia de la EF.

Más problemáticas sobre la ley, es que ha pasado de las conductas observables y cuantificables de la LGE al modelo constructivista que propone la LOGSE, y al competencial de la LOE, para llegar al modelo basado en capacidades observables, medibles y evaluables de la LOMCE; poco avance para nuestra área, además de la disconformidad por parte de la sociedad y de la comunidad educativa en cuanto a la gestión y el contenido del nuevo modelo (Martin, Romero y Chivite, 2015).

A lo largo de los años ha habido numerosas propuestas para intentar mejorar el currículo y el sistema educativo. Un ejemplo es el mensaje que se intentó transmitir hacia 1956 con el término Deporte Para Todos, en relación al sedentarismo y en defensa del derecho ciudadano a practicar deporte (Blanco, 2014). Fue aprobado por la Carta Europea del Deporte Para Todos y lo que buscaba era que nadie se quedase sin practicar deporte por falta de recursos o de capacidades, promocionar actividades fáciles de practicar, y apoyar el nacimiento de nuevos deportes para satisfacer otros intereses. Pero el escaso interés demostrado por el CSD y Administraciones deportivas, ha supuesto un obstáculo para la evolución de la estructura del sistema deportivo en España.



En un interesante trabajo sobre los retos de futuro de la EF actual, Kirk (2008) plantea que podríamos estar a las puertas de un nuevo cambio, siguiendo la dirección del plan de actuación para la EF y el deporte, estableciéndose tres tipos de programas de EF y deportes: orientado al rendimiento deportivo, orientado a la lucha contra la obesidad, y orientado al desarrollo de conductas pro sociales. Kirk (2008) en oposición a esta futura programación, considera que cualquier materia escolar debe: transferir del aprendizaje escolar a la vida durante y después de la escuela, autenticar el conocimiento escolar en relación a la vida, y utilizar la escuela como institución de transformación social.

Le Boulch (2001) en su caso propone una EF funcional para el desarrollo del niño, mediante un programa preciso por clase y niveles, que atienda a unas necesidades concretas, con el objetivo de lograr en el alumnado un desarrollo de las aptitudes motrices y psicomotrices (salud física y mental) para que la persona se adapte al medio, al entorno, y al contexto social; siendo esta materia fundamental para el conocimiento de sí mismo. Litwin (2005), además de esto añade que se deberían construir normas para el desarrollo de la tarea docente.

Se propone también un proyecto de mejora para el currículo de la EF con las siguientes ideas: continuidad lógica (unificación desde infantil hasta bachillerato y coherencia interna de los CE y EA); materia común obligatoria (esencial e indispensable, mínimo tres horas a la semana); proyecto de fomento de la AF y hábitos saludables (obligatorio para cada centro); competencia corporal y para la salud y calidad de vida; incorporación de la EF en la FP básica, FP medio, etc. y en 2º de bachillerato; titulación específica del profesorado; anatomía aplicada y artes escénicas y danza; establecer proyectos de trabajos explícitos con otras áreas y/o con diferentes sectores sociales, de cara a crear uniones e idear propuestas de aprendizaje más globalizadas (Julián, Ibor, Aibar y García, 2014); permitir a los centros la autonomía para concretar sus propuestas curriculares, y así permitir desarrollar proyectos contextualizados con implicación de la comunidad educativa para establecerlos.

Podríamos añadir también que: es necesario y posible aumentar las horas de EF; no se tiene que confundir la EF con el deporte extraescolar (tienen fines distintos); esta materia no debe quedar al margen de las nuevas tendencias pedagógicas; hay que mantener una relación entre universidad y escuela; y se debe fomentar la actividad física y hábitos saludables.

En López y Gea (2010), se realiza una revisión de propuestas innovadoras agrupándolas en cinco grandes corrientes: el salto hacia los discursos de participación y los planteamientos comprensivos en EF, propuestas de aprendizaje inducido en EF, propuestas que trabajan de



modo explícito, propuestas de EF crítica, y propuestas basadas en la programación por dominios de acción motriz. Respecto a esta última, el Ministerio de Educación ha aprobado una nueva propuesta curricular oficial basada en los Dominios de Acción Motriz (DAM) como bloques de contenidos. Larraz (2002, 2004, 2009) apoya esta propuesta, considerando que es posible agrupar todos los contenidos de EF en torno a estos seis DAM, además de que permite realizar un proceso de aprendizaje con mucha más lógica, sistematicidad, rigor y cercanía a la realidad del alumnado.

El mismo Larraz (2009) considera que trabajar por DAM tiene una serie de ventajas que las resume en la siguiente idea: dan coherencia interna a la EF. Con la única desventaja de que es un planteamiento novedoso y por lo tanto poco conocido entre el profesorado de EF y con pocas propuestas prácticas concretas. Cabe decir que la organización de bloques de contenidos actual está basada en la propuesta de Larraz, aunque algunas CCAA continúan reproduciendo los mismos planteamientos tradicionales de hace años en cuanto a la planificación de bloques de contenidos.

Hernández (1996) intentando buscar una solución a estos problemas, comenta que los docentes son los que deben ir modificando el currículo del presente y del futuro, ya que al final son los que conviven con el alumnado y los que pueden llevar el currículo a la práctica real y actual. Gambau (2015) nos dice que en el ámbito internacional existe una preocupación por la distancia que sigue habiendo entre los compromisos de las políticas en EF y deporte, y su cumplimiento. Numerosos estudios demuestran significativos avances en relación a esos contenidos, pero sigue siendo evidente la constante desvalorización y falta de capacitación, ya que no sirve cambiar el currículo, si las prácticas continúan siendo las mismas que hace muchos años (Menezes, 2018). Un problema que deriva a muchos de los problemas que acabamos de ver.

Por tanto, la revisión de los programas estatales de EF es urgente, pero no sólo respecto a escuelas y colegios, sino también educando y reeducando correctamente a quienes tienen la función de formar las nuevas generaciones: los/las docentes.

3.9. El docente de Educación Física

Atender a todos los temas que hemos visto en los puntos anteriores, como la socialización, las nuevas tecnologías, la investigación, el currículo y los contenidos, etc., es tarea del docente, que, para abarcar estos conceptos, se requiere de una buena formación.



Una formación inicial para algunos y para otros, permanente, con el fin de actualizar y renovar los saberes del colectivo docente.

Es evidente y notable las inquietudes y el gran avance que se está viviendo entre los/las profesionales de EF. Se ha producido un cambio sustancial en cuanto a la visión de la práctica docente en la materia, adaptándose a las demandas de la sociedad y de su alumnado. Esta adaptación surge del propio profesor, del día a día en clase y su inquietud por investigar y formarse de manera continua. Somos nosotros los docentes de EF, junto con los integrantes de los equipos de investigación, las asociaciones de profesores y todo aquel que trabaja directa o indirectamente con la EF, los que tenemos que tratar y dar soluciones a la problemática actual, estructurando una educación física de calidad acorde a las demandas de la UNESCO y principalmente del alumnado (Aznar, 2016).

En muchas facultades de hoy en día, la formación del futuro docente se orienta a las ciencias del ejercicio, al rendimiento y al deporte (Tinning, 1992), motivo por el que muchos docentes orientan sus clases hacia lo físico y al entrenamiento de habilidades deportivas.

Tinning (1996) habla de que en el campo del movimiento humano (EF) existen dos grandes discursos (visiones) que orientan esta área: el de aumentar el rendimiento, algo que preocupa a científicos profesionales y entrenadores de élite; y el de participación, que atiende más a necesidades especiales buscando un incremento de la participación en la sociedad. Así como también los contenidos han estado orientados hacia el rendimiento (Macdonald, 1992), siendo criticado desde hace años por científicos, sociólogos, filósofos, etc.

Hay que reconceptualizar, centrándonos más en el desarrollo humano y menos en el rendimiento, o al menos comenzar por equilibrarlo (Maguirre, 1991); preparando de mejor forma a los futuros profesionales. Zabala y Arnau (2007) plantean un nuevo modelo educativo para la formación del docente, donde los conocimientos teóricos estén relacionados con las actividades reales del aula, y donde la práctica en centros educativos esté tutorizada por docentes en activo con una metodología de enseñanza por competencias.

Peor es el caso de aquellas personas que imparten actividad física sin cualificación ni formación alguna. Ya en los antepasados los pensadores realizaban programas de ejercicios para atender la salud corporal de unas personas enfermas fruto de las malas condiciones de trabajo en la industrialización. Programaban sin entender, lo cual en ocasiones tenía un efecto más negativo que positivo. Algo parecido está ocurriendo en la actualidad en el campo de la actividad física, y es que, al ser una disciplina con un amplio campo de acción, muchas personas



acceden a impartirla sin mayor conocimiento ni respaldo científico, o cursos que acreditan tener la formación para ello, pudiendo llegar a causar situaciones de riesgo para la salud de las personas. Es lo que Oña (2002) llama: intrusismo en la profesión o artesanía profesional. A pesar de los intentos por erradicar estas malas praxis, continúa existiendo en la actualidad sobre todo en el campo deportivo y de rendimiento. Cualquiera hoy en día es entrenador personal sin titulación.

Este último problema no está realmente bien controlado por los órganos encargados para ello. Hay leyes que intentan regularlo, pero aún deberían ser más estrictos en este tema. En España concretamente la ley obliga al docente a estar colegiado/a, por la protección de la salud y la seguridad de personas deportistas. Todo profesional del ámbito educativo, en particular del docente de EF y el deporte, debería tener presente que el desarrollo de su actividad puede derivar en un daño y/o perjuicio del que verse obligado a responder por vía civil, o incluso penal. Es por ello que en la planificación de la asignatura debe incluirse un área de gestión de riesgos que responda a estos de manera amplia y completa, por su propio interés y el de su alumnado (seguridad y garantía). Y más en una realidad como en la que vivimos actualmente.

Otro problema que involucra al profesorado de EF lo podemos ver por ejemplo en un estudio de Manzano, Cañadas, Delgado, Gutiérrez, Sáenz, Sicilia y Varela (2003), donde se observó que en la realidad de las aulas en Andalucía siguen predominando estilos de enseñanza tradicionales, a pesar de las innovaciones que han ido surgiendo. Pero no sólo en Andalucía, sino que ocurre en todo el territorio español.

Un profesorado que se siente seguro con lo tradicional y a pesar de que le atraen los modelos innovadores, se ve inseguro para aplicarlos (Díaz, Hernández y Castejón 2012). Schon (1993) ya nos hablaba, como he comentado antes, de que la formación que reciben la mayoría de los profesionales no les prepara para afrontar la práctica profesional de hoy día, cada vez más impredecible, compleja, contextualmente específica y cargada de valores. Estudios como el de Del Val Martín, Sebastiani y Blázquez (2021) demuestran que el desempeño docente juega un papel indispensable para garantizar procesos de E-A de calidad, de hecho, Siedentop (1991), ya ilustró los factores necesarios para garantizar un proceso de E-A exitoso: un clima positivo, el tiempo de compromiso motor, la buena gestión y organización de las actividades y del grupo, y un feedback pedagógico.



Además, a esto hay que sumar que el docente actual está limitado a un rígido, pobre e inflexible programa de trabajo que es obligado cumplir, y que está elaborado por personas que no tienen ni han tenido un vínculo vivencial en la materia (S.N. 2008).

Es sin embargo el docente, como hemos visto antes en la elaboración de los contenidos y competencias, el que está en continuo contacto con el alumnado, y por tanto el que debería modificar según necesidades el currículo adaptado a ese alumnado en concreto. Podemos decir según Romero (2009) que las competencias profesionales más relevantes de los docentes en EF se relacionan con la capacidad para promover hábitos y estilos de vida saludables, relacionándolo con la actividad física y dándole sentido en el currículo escolar; el futuro docente deberá tener las competencias didácticas para despertar en sus alumnos las capacidades y habilidades motoras utilizando espacios y materiales según sus necesidades; deberá tener la competencia para integrar los objetivos según etapas y edades; así como establecer una relación entre los aspectos socioculturales y disciplinares con los propios epistemológicos de la EF. Cabe recordar que la motivación del alumnado para la AF es hacia la diversión, socialización y el juego, sobre todo en primaria, siendo para muchos niños el único momento deportivo de la semana.

Es por ello que, los docentes debemos utilizar estilos de enseñanza y estrategias didácticas que hagan partícipes a todo el alumnado sin distinción alguna, fomentando el auto aprendizaje, la participación, la implicación, la toma de decisiones, el trabajo en equipo, la socialización, etc., mostrando actividades atractivas y satisfactorias, y no tanto el juego libre, que según un estudio de Zueck, Ramírez, Rodríguez y Irigoyen (2020), fomentaba malas prácticas, malas conductas, la figura del alumno dominante, y la exclusión de otros alumnos.

A la hora de elaborar estos contenidos y competencias, y utilizar diversas metodologías, es importante como compañeros del mismo ámbito, compartir experiencias y reflexiones de aula, innovaciones; tomar ejemplos de otros compañeros docentes; como también nos impliquemos en la gestión de los propios centros. Es decir: hacernos ver, oír, y sentir.

Para el desarrollo del programa educativo, no solo debería contar la opinión y las ideas del docente, sino que debería ser un consenso con el alumnado, donde ellos/as también propongan ideas y necesidades, y muestren sus inquietudes. El ser humano propende a aprender (Calvo, 2002), y deja de hacerlo cuando el proceso de formación a ese aprendizaje se convierte solo en tarea del docente.



El profesorado debería incitar a que el alumnado se auto organice y participe en la creación de su aprendizaje, mostrando y guiando en el camino a los objetivos, ya que según López, Maturana, Pérez y Santos (2003), crear es algo congénito y favorece el aprendizaje. Que el alumnado aporte su conocimiento en forma de propuesta de tareas y deportes, interiorizándose mejor los conocimientos (Rincón, 2004), crean sus propias tareas y conciben un deporte o actividad que ellos mismos diseñan y ponen en práctica (Butler, 2013). No debe prevalecer por tanto la idea de poder que emana de la jerarquía de la clase (Fisette y Walton, 2014).

Otra problemática que se ha encontrado en la formación del futuro docente en el caso de primaria es que dependiendo de la universidad donde se cursen los estudios, la formación específica de la materia de EF tiene una determinada duración u otra, al igual que los créditos (desde 24 hasta 72 créditos para la misma especialidad); es por ello que, en la gran mayoría de casos, los graduados especialistas en esta materia salen insuficientemente formados. Además, la supresión de determinados títulos como el de maestro especialista en EF y la disminución de los contenidos afectará a la competencia del docente y a la educación del alumnado (Serrano, 2004). Y, respecto al caso de secundaria, el graduado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte prácticamente no obtiene formación en esta especialidad de docencia, ya que se ha creado un Máster especializado para ello; algo que debería suponer una mejora importante, pero que dependerá también de cada universidad a la hora de formar y transmitir los conceptos, contenidos y conocimientos.

Por otro lado, Ortúzar (2011) observa una separación entre el tiempo lectivo y el no lectivo en cuanto a lo siguiente: a las cinco acaban las clases y el centro se transforma a clases extraescolares con ideas y metodologías diferentes; no habiendo relación de objetivos y contenidos entre el currículum académico y el deporte escolar; separación de personas implicadas en formación académica y deportiva, por un lado, docentes, por otros padres, madres, clubes, exjugadores, etc.; y la separación de motivaciones en algunos centros con respecto a los pensamientos del equipo directivo y el profesorado con esas actividades extraescolares (siendo funciones legales de estos colectivos el elaborar, coordinar y supervisar el programa de actividades extracurriculares).

López, Pérez, Manrique, y Monjas (2016), nos hablan desde su punto de vista, de los principales retos que tiene actualmente la EF en España: plantearse qué queremos que aprenda nuestro alumnado (muchos docentes no tienen un planteamiento claro y estructurado sobre qué quiere que aprenda su alumnado en cada clase), tener razones claras sobre lo que puede aportar



la asignatura a las personas (estar en continua formación y por lo tanto actualizado), y superar los problemas de profesionalidad que se vienen persiguiendo desde hace muchos años en el colectivo de docentes.





4. OBJETIVO

El **objetivo principal** al que se pretende llegar con el presente trabajo es el siguiente:

- Realizar una revisión bibliográfica en torno al sentido de la Educación Física en el Siglo XXI, desde sus inicios hasta la actualidad, con la finalidad de entender de dónde venimos y hacia dónde nos dirigimos; como también los cambios que ha de tomar esta materia en sus prácticas educativas.

Así mismo, del objetivo principal del trabajo surgen otros **objetivos específicos** para dar respuesta a la evolución del concepto de EF y sus funciones, a los cambios en el currículo educativo de la materia, al papel del docente.

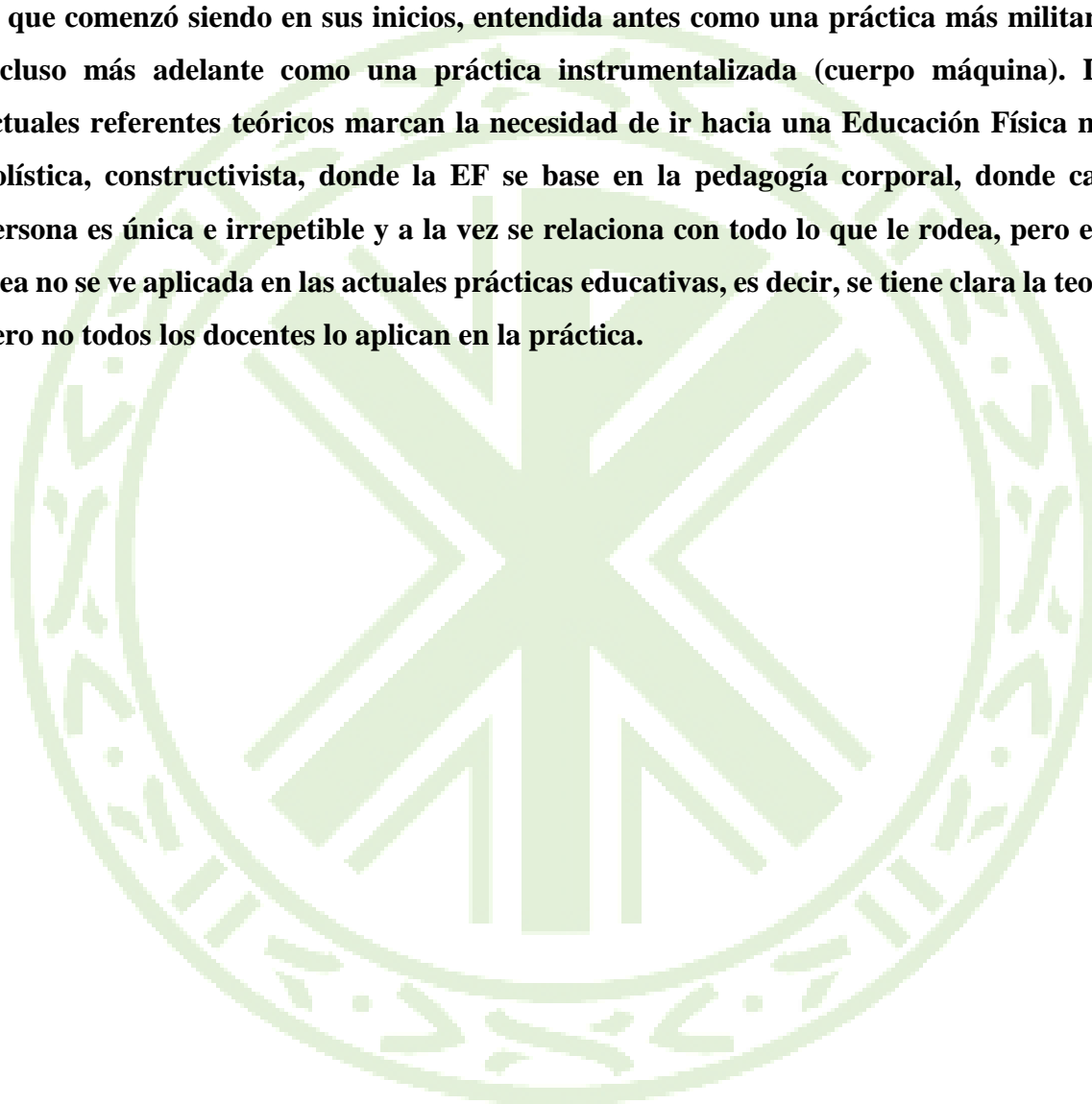
- Identificar lagunas o problemas que generan esa crisis de identidad en Educación Física, sobre todo respecto a la concordancia terminológica, y sus posibles soluciones.
- Reflexionar sobre los cambios que debería tomar la Educación Física en sus prácticas educativas para evitar esa problemática, y consolidarse como materia indispensable en los centros educativos por la cantidad de aspectos positivos que conlleva.
- Conocer el papel del docente y algunas funciones, metodologías y técnicas en la materia de EF, así como su propia formación, sin olvidar hacer al alumnado partícipe de su propio aprendizaje.
- Contemplar la estructuración actual del currículo y el sistema educativo de esta materia en nuestro país, como también dentro de los centros educativos.
- Dejar clara la importancia del cuerpo y la mente en la educación (educación integral), tratando temas de socialización, evitando el estereotipo, a través de experiencias en EF.
- Conocer la importancia de una alfabetización física, un estilo de vida saludable y una educación en valores deportivos para mantener una actividad física de por vida, al alumnado y a sus familiares.
- Reconocer la importancia de la investigación en educación, mediante estudios basados en evidencias reales y verídicas, a través de colaboración con el colectivo docente.
- Entender y demostrar de dónde viene y hacia dónde está yendo esta materia, y con ello su concepto y finalidades.
- Corroborar que, a pesar de las nuevas tecnologías, nuevas metodologías y nuevos estilos de enseñanza, muchas prácticas docentes continúan siendo las mismas que años atrás.



5. HIPÓTESIS

Siguiendo la línea de la presente revisión con lo que respecta al tema del sentido de la Educación Física en la actualidad y en base a la información contemplada hasta ahora, se plantea la siguiente hipótesis:

El actual concepto y sentido de la Educación Física va en una línea muy distinta a lo que comenzó siendo en sus inicios, entendida antes como una práctica más militar, o incluso más adelante como una práctica instrumentalizada (cuerpo máquina). Los actuales referentes teóricos marcan la necesidad de ir hacia una Educación Física más holística, constructivista, donde la EF se base en la pedagogía corporal, donde cada persona es única e irrepetible y a la vez se relaciona con todo lo que le rodea, pero esta idea no se ve aplicada en las actuales prácticas educativas, es decir, se tiene clara la teoría pero no todos los docentes lo aplican en la práctica.



6. MARCO METODOLÓGICO

En el presente trabajo se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica sobre los antecedentes y la situación actual de la Educación Física, con la finalidad de extraer unas conclusiones basadas en artículos de autores en cuanto a los cambios que debe tomar esta área en la teoría, pero fundamentalmente en la práctica educativa. Se trata de un proceso sistemático de revisión de la literatura científica que selecciona estudios principalmente cualitativos y en menor medida cuantitativos.

6.1. Estrategia de búsqueda bibliográfica

Para la elaboración de dicha revisión, se ha realizado una búsqueda de artículos relacionados con la temática en las bases de datos y fuentes de información más comunes en el ámbito de la Educación Física y el Deporte. Se han utilizado las bases de datos Dialnet Plus, Google Scholar, Scribd y Redalyc (Ver *Tabla 1*); y en cuanto a otras fuentes de información, se han utilizado, por un lado, las revistas de EFDeportes, Revista Española de Educación Física y Deportes, Deporvida, Sportis, Viref Revista de Educación Física, Retos Revista Educación Física, Revista Digital, Revista Iberoamericana de Educación, y Revista de Educación; y, por otro lado, tesis doctorales, congresos y manifiestos (Ver *Tabla 2*).

Se han utilizado las palabras clave: “aprendizaje”, “escuela”, “cuerpo”, “educación física”, “motricidad”, “docente”, e “identidad”; tanto en español como en inglés, utilizando los operadores booleanos (Y/AND, O/OR).

Tabla 1. Resultados búsqueda revisión bibliográfica en bases de datos.

Bases de datos	Palabras clave	Booleans	Nº artículos
Dialnet plus	Aprendizaje, escuela, cuerpo, educación física, motricidad, docente, identidad	AND, OR	22
Google scholar	Aprendizaje, escuela, cuerpo, educación física, motricidad, docente, identidad	AND, OR	27
Scribd	Aprendizaje, escuela, cuerpo, educación física, motricidad, docente, identidad	AND, OR	5
Redalyc	Aprendizaje, escuela, cuerpo, educación física, motricidad, docente, identidad	AND, OR	20
Total			74

Fuente: elaboración propia.

En la *Tabla 1* se puede observar los resultados de la búsqueda de artículos en las bases de datos mencionadas anteriormente, obteniendo un total de 74 artículos de las mismas para la elaboración del presente trabajo.

Tabla 2. Resultados búsqueda revisión bibliográfica en otras fuentes de información.

Otras fuentes de información	Tipología	Nº artículos	
Revistas	Revista Española de Educación Física y Deportes	16	
	Revista EFDeportes	5	
	Revista Digital	2	
	Revista Deporvida	1	
	Revista Iberoamericana de Educación	2	
	Revista de Educación	4	
	Viref Revista de Educación Física	1	
	Revista Sportis	1	
	Retos Revista de Educación Física, Deporte y Recreación	5	
	Otras búsquedas	Tesis doctorales, congresos, manifiestos, otros.	12
	Total		49

Fuente: elaboración propia.

En cuanto a la *Tabla 2*, se pueden ver los resultados de la búsqueda de artículos en otras fuentes de información, como bien se ha comentado antes: revistas, tesis doctorales, etc., con un total de 49 artículos.

Los artículos que se han utilizado para sintetizar y elaborar la revisión bibliográfica actual, teniendo en cuenta los obtenidos por bases de datos y los obtenidos por otras fuentes de información, han sido un total de 123.

6.2. Criterios de inclusión y exclusión

En la búsqueda y recopilación de artículos se han aplicado una serie de criterios de inclusión y exclusión para concretar dicha compilación.

Criterios de inclusión



Entendiendo estos como, las características que necesariamente deben tener los artículos u otras fuentes de información de la búsqueda para seleccionar e incluir cada artículo en el estudio, podemos diferenciar en este trabajo:

- El periodo de publicación de los documentos debe ser del año 2000 hasta el 2022 (excepto artículos concretos que se necesite observar años anteriores).
- Los artículos han de estar en idioma español, inglés, o portugués.
- Los estudios deben hablar de educación y/o actividad física.

Criterios de exclusión

Se entiende como, las características cuya existencia obligue a no incluir un artículo u otra fuente de información como elemento de estudio. En este trabajo se plantean los siguientes criterios de exclusión:

- Todos aquellos que no cumplan con los criterios de inclusión.
- Estudios científicos publicados en forma de resumen, es decir, aquellos que no proporcionan el texto completo, ya que no aportan suficiente información para la revisión.
- Artículos a los que no se ha tenido acceso.

6.3. Muestra del estudio

La muestra seleccionada que cumple los criterios de inclusión son un total de 123 artículos, de los cuales 74 han sido obtenidos de bases de datos científicas y 49 han sido seleccionados de diferentes revistas y otras fuentes de información nombradas anteriormente. La mayor parte de los artículos (a excepción de algunos necesarios para la recopilación de información) están datados del año 2000 hasta la actualidad (2022).

6.4. Proceso de selección de la muestra

Para el proceso de selección de los artículos cabe decir que se ha tenido en cuenta que cumplan los criterios de inclusión y exclusión, y tras este primer filtro, se han seleccionado para la elaboración del trabajo aquellos que se adecuan y van más acorde a la temática planteada.

Posteriormente, se realiza una primera lectura de cada artículo, y se clasifican estos por temáticas en una plantilla de Word, para una fácil y más efectiva posterior búsqueda de ideas. A continuación, se sintetizan las ideas principales e importantes para la revisión, y se distinguen unas categorías comunes que se repiten en los diferentes estudios. Esta categorización resultará importante para entender el sentido de la Educación Física antigua, actual, y su futuro.

7. ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

Para dar respuesta al objetivo principal de este trabajo, se ha querido abordar las diferentes temáticas que afectan en cierta manera a la EF y viceversa. Para cada temática o conceptos, se han revisado artículos relacionados con la materia, con el fin de obtener una idea que parta de unos inicios, plantee unos problemas, y se extienda a la actualidad, con diferentes propuestas de mejora

A través de los siguientes apartados y sus correspondientes tablas, se presenta un resumen de las propuestas e ideas de cada autor que giran en torno al tema de investigación y que son relevantes para esta revisión bibliográfica. Estudios y autores que, por lo que se ha observado, coinciden en muchas de estas ideas. Se dividen en función de las categorías tratadas en el Marco Teórico, y que responden a una misma temática, con el fin de darle un sentido a la organización de las mismas.

7.1. Categoría 1: Historia y concepto

En esta primera Categoría 1, se plasman ideas en torno a la Historia y Concepto de EF, el cual algunos lo ven anticuado y prefieren llamarlo Movimiento Humano (Tinning, 1996). Se han observado coincidencias en el concepto como ciencia y arte de ayudar al ser a desarrollar sus facultades de movimiento y personales mediante la motricidad (González, 1993; Trigo, 2003); una descripción a la que otros añaden que se deberían crear condiciones para llegar a esas facultades y dar respuesta a unas necesidades (Parlebas, 2001; Gómez, 2008). Dentro de esta, Calvo (2002) diferencia entre: EF escolarizada (repetir modelo) y educación (crear). Guarnizo (2021) comenta que la EF se puede ver desde tres enfoques diferentes. El problema actual como dice Crisorio (2007), es que cada uno tiene un concepto de EF, y eso no ayuda al desarrollo de la misma.

Tabla 3. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 1: Historia y concepto.

CATEGORÍA 1: Historia y concepto	
AUTORES	IDEAS
Tinning (1996)	Término de “Educación Física” como anticuado, lo llama “Movimiento humano”.



González (1993); Trigo (2003)	Concepto EF: ciencia y arte de ayudar al ser por medio de la motricidad, en el desarrollo intencional de sus facultades de movimiento y personales, desarrollando potencialidades.
Parlebas (2001); Gómez (2008)	Concepto EF: disciplina pedagógica que debería crear condiciones para el desarrollo de la motricidad y corporeidad, para dar respuesta a necesidades en un contexto.
Calvo (2002)	Diferencia dos conceptos en EF: escolarización (repetición relaciones) y educación (creación relaciones)
Crisorio (2007)	Problema de identidad actual: cada uno tiene un concepto de EF.
Guarnizo, Pusch y Campos (2021)	La EF se puede ver desde tres enfoques diferentes: desde las ciencias naturales, sociales o mixta. Falta de especificidad.

Fuente: elaboración propia.

7.2. Categoría 2: Funciones y retos

En cuanto a la Categoría 2, se habla de las funciones en EF, las cuales ya se veían en la prehistoria (seguridad y supervivencia), diferentes a las actuales (Barrow & Brown, 1992). Se observan numerosas coincidencias de autores y artículos en las funciones que debería tener la EF, como adquirir buena condición física, incorporar estilos de vida saludables, mejorar la socialización, etc. (demostrada para prevenir la obesidad, mejorar el rendimiento académico, autoestima, entre otras); formando personas autónomas y responsables con unas competencias personales con las que aprovechar la cultura y las necesidades de esta sociedad; siendo esta reconocida como un derecho para todos (Pérez, Iborra, Peiró y Beltrán, 2000; FEIP, 2000; Gutiérrez y Vivó, 2005; Blázquez, 2006; Moreno, 2011; Barbero, 2007; Gutiérrez y Ruiz, 2009; Casajús y Rodríguez, 2011; Roig, 2013; Sánchez, et al., 2016). Como dice Evaldo (2007), hay que darle mayor sentido y utilidad a la EF; y brindar una atención holística (Rivarola, 2003; Benjumea, 2004).

Tabla 4. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 2: Funciones y retos.

CATEGORÍA 2: Funciones y retos	
AUTORES	IDEAS
Barrow y Brown (1992)	En la prehistoria se practicaba ejercicio físico para seguridad y supervivencia, y más tarde como adiestramiento militar.



FEIP (2000); Pérez, et al. (2000); Gutiérrez y Vivó (2005); Blázquez (2006); Barbero (2007); Gutiérrez y Ruiz (2009); Moreno (2011); Casajús y Rodríguez (2011); Roig (2013); Sánchez, et al. (2016); Funciones EF: adquirir buena condición física, incorporar estilos de vida saludables, demostrada para prevenir riesgos (sedentarismo, obesidad infantil...), favorecer el aprendizaje y rendimiento académico, desarrollar virtudes, mejora de la socialización y calidad de vida; formar personas autónomas y responsables, con capacidades y competencias para aprovechar la cultura y las necesidades sociales. Debe ser reconocida como un derecho universal, derecho a la práctica físico-deportiva.

López, Pérez, Manrique y Monjas (2016) La EF debería tener 3 grandes finalidades: desarrollo físico-motriz, creación y recreación de la cultura física, y su aportación al planteamiento global del desarrollo integral del alumnado.

Rivarola (2003); Benjumea (2004); Evaldo (2007); Darle mayor sentido y utilidad a la EF, mayor productividad y construcción de nuevas razones y formas de vivir; y brindar una atención holística orientada a una mejora en la calidad de vida.

Fuente: elaboración propia.

7.3. Categoría 3: Cuerpo y corporeidad

La Categoría 3 hace mención a la relación de la EF con el cuerpo. La idea de que la mente no existe independiente del cuerpo, se es y se vive a través de la corporeidad, donde se habla de que en la escuela se crean prototipos de alienación social, y se vuelve a utilizar el cuerpo como instrumento (para la competición y el rendimiento) como ya ocurría en la época de la ilustración. Una educación instrumental influenciada por un compromiso estético de la sociedad, no diferenciándose entre ser y ser competente (Adorno, 1993; Touraine, 2000; Rey y Trigo, 2000; Portela, 2001; Pastor, 2001; Oña, 2002; Crisorio, 2006; González y González, 2010). A día de hoy la EF no ha cambiado tanto, aún existen diferencias conceptuales entre lo masculino (fuerza y vigor) y lo femenino (debilidad), algo que las industrias intentan vender por conveniencia (Ortega, 1999; Benjumea, 2004). Es por tanto misión y compromiso de cada docente el experimentar alternativas y formas de tratamiento corporal, yendo más allá y mostrando interés por ello (Taborda, 2003).

Tabla 5. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 3: Cuerpo y corporeidad.

CATEGORÍA 3: Cuerpo y corporeidad	
AUTORES	IDEAS
Adorno (1993); González y González (2010)	En la escuela se crean prototipos de alienación social (sin personalidad ni identidad), pero la mente no existe independiente del cuerpo; el ser humano es y vive a través de su corporeidad.
Touraine (2000); Rey y Trigo (2000); Portela (2001); Pastor (2001); Oña (2002)	A partir de la ilustración surgen nuevos conceptos y percepciones de la sociedad en lo que se refiere al cuerpo; volviendo a utilizar el cuerpo como instrumento utilizando la práctica deportiva. Algo que sigue vigente, el cuerpo para la competición y el rendimiento.
Ortega Benjumea (1999); Crisorio (2004); Crisorio (2006)	La EF contemporánea no ha cambiado tanto. Aún existe el concepto fuerza y vigor relacionado con lo masculino, y la debilidad con lo femenino; como también educar por un compromiso estético, un cuerpo influenciado por la sociedad, en un contexto social bajo demandas de rendimiento. Se olvida la diferencia entre el ser y el ser competente.
Taborda (2003)	Es compromiso de cada docente experimentar alternativas y formas de tratamiento corporal, ir más allá e interesarse por ello.

Fuente: elaboración propia.

7.4. Categoría 4: Cuerpo y motricidad

En la Categoría 4, los estudios revisados coinciden en las ideas que se tienen del cuerpo visto desde la motricidad, entendida esta como un fenómeno humano que relaciona todos los procesos del ser y su entorno social (va ligada a la corporeidad), y donde todos los enfoques de otras ciencias hacia esta son válidos, es multidisciplinar (Rey y Canales, 2007; Benjumea, 2007). Este movimiento se ha escolarizado, el profesor enseña y los alumnos repiten, no dejando oportunidad para mostrar experiencia motriz (Moreno, 2007). Por ello, diferentes estudios coinciden en incorporar la educación motriz en todos los niveles de formación, plasmar una pedagogía de la motricidad donde se vaya más allá, al desarrollo humano y social con fines utilitarios (Oña, 2002; Uribe y Gallo, 2002, Uribe, Molina, Vergara y Blandón, 2003; Uribe y Gallo, 2004; González y González, 2010).

Esta es tarea del/la docente, pero también de las familias y otras personas que tengan un trato directo o indirecto con los/las alumnos/as.

Tabla 6. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 4: Cuerpo y motricidad.

CATEGORÍA 4: Cuerpo y motricidad	
AUTORES	IDEAS
Larraz (2004)	Organiza los bloques de contenido por medio del DAM, para adquirir y perfeccionar las conductas motrices.
Benjumea (2007); Rey y Canales (2007)	No hay una ciencia única de la motricidad (multidisciplinar, todos los enfoques son válidos), entendida esta como: un fenómeno humano que relaciona todos los procesos del ser y su entorno social; un lazo con la corporeidad
Moreno (2007)	El movimiento se ha escolarizado: el profesor enseña y los alumnos hacen, sin mostrar experiencia motriz.
Uribe y Gallo (2002, 2004); Oña (2002); Uribe, et al. (2003); González y González (2010)	Incorporar la educación motriz en todos los niveles de formación, mostrar la pedagogía de la motricidad: ir más allá del movimiento, al desarrollo humano (identificar su capital motriz) y social, con fines utilitarios (dar más protagonismo a la corporeidad y motricidad en EF). Tarea del docente, y también de las familias.
Jaramillo y Yanza (2005)	4 pilares sobre los que educar desde la motricidad: ludismo, pensamiento complejo, acción, y trascendencia.

Fuente: elaboración propia.

7.5. Categoría 5: Investigación y nuevas tecnologías

La Categoría 5 hace mención a los estudios y autores que hablan de la investigación en EF y las nuevas tecnologías. Dejan claro que la investigación es el motor de avance de la enseñanza, producidos por la internacionalización, conocimiento científico y tecnológico, y las propias tecnologías (uso controlado de las TIC); y que se ve dificultado por los recortes económicos en facultades y centros (Lawson, 1991; Lera, 2006; Delgado, 2014). Muchos estudios y artículos de los revisados, coinciden en la idea de que la práctica educativa debería estar basada en resultados de investigación educativa, evidencias reales y demostrables. Proponen realizar investigaciones colaborativas entre científicos y docentes en aplicaciones reales, que además favorecerá a los/las docentes en sus procesos de formación permanente y mejorará su práctica profesional (Barba, 2006; González y Barba, 2013; Aubert, Flecha, García, Flecha y Racionero, 2008; Flecha y Álvarez, 2015; Castejón, 2015; Córdoba, 2015;

Pedraza y López, 2015; Córdoba, Carbonero, Sánchez, Ingralda, Serra, Blasco, Sáez, Ivanco, 2016).

Tabla 7. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 5: Investigación y nuevas tecnologías.

CATEGORÍA 5: Investigación y nuevas tecnologías	
AUTORES	IDEAS
Lera (2006)	Factores que producen cambios en el ámbito escolar: internacionalización, conocimiento científico y tecnológico, y las tecnologías de la información.
Crisorio (2007)	Tres orientaciones de la teoría y la investigación en EF: la educación física pedagógica, la psicomotriz, y la física-deportiva.
Delgado (2014)	La investigación es el motor de avance en la enseñanza de EF.
Aubert, et al. (2008); Flecha y Álvarez (2015); Castejón (2015)	La práctica educativa debería estar basada en resultados de investigación educativa, evidencias reales y demostrables. Solución: realizar investigaciones colaborativas entre científicos y docentes, in situ y de forma real.
Lawson (1991)	Recortes económicos, recortes en facultades y centros, por lo que se ve afectada la investigación.
Barba (2006); González y Barba (2013); Pedraza y López (2015); Córdoba (2015); Córdoba, et al. (2016)	La implicación y el formar parte de procesos de formación permanente y de reflexión-acción lleva a una mejora de la práctica profesional del docente.
Delgado (2014)	Uso controlado de las nuevas herramientas tecnológicas, no abusar (adicción a las TIC).

Fuente: elaboración propia.

7.6. Categoría 6: Asignatura socializadora

En la Categoría 6 se relacionan los artículos y estudios de autores que hablan de la EF como asignatura socializadora. Coinciden en que el cuerpo no es un mero organismo, sino que tiene significados sociales; y esa socialización se debe promover mediante actividad física y deporte que favorezcan la socialización del alumnado (Theerge, 1991; Kirk, 1993; Pastor, Gil, Prieto, González, 2015). Otros estudios hablan de que las conductas motrices a veces afectan negativamente a la socialización debido a la imposición de metas y resultados (Sánchez, 1992;

Sierra, 2002). Como dicen otros estudios, es tarea del/la docente involucrar al alumnado en la preparación, organización y gestión de las actividades, como transmitir en la escuela ese concepto y que se consolide para toda la vida en el alumnado, lo que llaman: alfabetización física (Calvo, 2002; Blázquez, 2006; Whitehead, 2010; Gamboa, Jiménez y Fernández, 2022). Debe fomentar una EF inclusiva, para todos, sin distinciones, logrando el disfrute y felicidad mientras se practica (Proenza, 2021).

Tabla 8. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 6: Asignatura socializadora.

CATEGORÍA 6: Asignatura socializadora	
AUTORES	IDEAS
Theerge (1991); Kirk (1993); Pastor, Gil, Prieto, González (2015)	El cuerpo no es un mero organismo, sino que tiene significados sociales (sociología). Esos conceptos sociales se deben tratar en las clases de EF, promotoras de actividad física y deportiva, juegos y hábitos saludables, y así concienciar al alumnado.
Blázquez (2006)	Es positivo para la socialización involucrar al alumno en la preparación, organización y gestión de las actividades (independencia y responsabilidad).
Sánchez (1992); Sierra (2002)	Las conductas motrices en EF son visibles debido a la imposición de unas metas y resultados; se comparan con los compañeros. Esto es negativo para la socialización. Existen muchos contenidos que desarrollan la eficacia motriz.
Calvo (2002)	La educación está presente a lo largo de la vida y en diversas áreas, no solo en la escuela; el docente es el principal transmisor.
Whitehead (2010)	La alfabetización física es la motivación, confianza, competencia física, conocimiento y entendimiento para mantener una actividad física durante toda la vida. Obtener las aptitudes necesarias.
Gamboa, Jiménez y Fernández (2022)	Trabajar desafíos cooperativos, propuestas propias, mediante la resolución de tareas, buscando alumnos reflexivos y autónomos.
Proenza (2021)	EF inclusiva para todos, sin distinciones de ningún tipo, logrando disfrute y felicidad mientras se practica.

Fuente: elaboración propia.

7.7. Categoría 7: Currículo y sistema educativo

La Categoría 7 relaciona las ideas que giran en torno al currículo y sistema educativo de EF. Los autores en estos artículos hablan del poco avance en el área por la reducción en las horas de clase e incluso supresión del cargo de maestro, o la eliminación de la asignatura en 2º de Bachillerato, o la desvalorización de esta materia en comparación con otras.

A pesar de que a raíz de la pandemia por COVID-19, la AF ha ganado credibilidad, se ha reforzado la idea de que es beneficiosa para la salud y previene enfermedades (Márquez, 2020; Hammami, Harrabi, Mohr y Krustrup, 2020; Timpka, 2020). Un modelo educativo con el que la sociedad y el colectivo docente no está conforme (Portela, 2006; Kirk, 2008; Stolz, 2014; Martín, Romero y Chivite, 2015; Aznar, 2018). Como también preocupa la distancia entre los compromisos de las políticas en EF y deporte y su cumplimiento (Gambau, 2015). Tras estos problemas, se han observado propuestas de proyecto con el fin de poner solución (EF funcional; programa preciso por clase, niveles y necesidades; continuidad lógica entre cursos; EF como materia obligatoria; fomento de la actividad física y hábitos saludables; proyectos con otras áreas, invertir en un cambio radical de horas en EF, nuevos modelos y tipos de enseñanza donde el alumno sea más autónomo, etc. (Le Boulch, 2001; Larraz, 2002, 2004, 2009; Litwin, 2005; López y Gea, 2010; Julián, Ibor, Aibar y García, 2014; Blanco, 2014; Freddy, Chicaliza y Cusme, 2021; Pérez, Hortigüela, Fernández, Gutiérrez y Santos, 2021). Y otros estudios coinciden en que el equipo docente es quien tiene que modificar el currículo actual y futuro, ya que están en continuo contacto con el mismo.

Pero de nada sirve cambiar el currículo, tener clara la teoría, y seguir con prácticas anticuadas (Hernández, 1996; Menézes, 2018).

Tabla 9. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 7: Currículo y sistema educativo.

CATEGORÍA 7: Currículo y sistema educativo	
AUTORES	IDEAS
Portela (2006); Stolz (2014); Martín, Romero y Chivite (2015); Martín, Romero y Chivite (2015)	Poco avance en el área, crea disconformidad social y docente por la gestión y contenido del nuevo modelo educativo donde: se han reducido las horas de clase y suprimido el cargo de maestro de EF, o eliminado la asignatura del currículo de 2º de Bachillerato. Asignatura desvalorizada o menos seria que otras materias.



Aznar (2018)	Países con 5h semanales de EF (Finlandia), mejores resultados académicos; motivo para incrementar las actuales 2h en España.
Blanco (2014)	Se intentó transmitir un mensaje de Deporte Para Todos, que todos tengan acceso a practicar deporte y prevenir el sedentarismo.
Kirk (2008)	Podríamos estar a las puertas de un nuevo cambio en el programa educativo, el cual no ve bien y propone que cualquier materia escolar debe: transferir el aprendizaje para toda la vida, relacionar el conocimiento con la vida, y utilizar la escuela para la transformación social.
Le Boulch (2001); Litwin (2005)	Propone una EF funcional, con un programa preciso por clase y niveles que atienda necesidades y a un contexto social. Se deberían construir normas para el desarrollo de la tarea docente.
Julián, Ibor, Aibar y García (2014)	Proyecto de mejora del currículo EF: continuidad lógica, materia obligatoria, proyecto que fomente actividad física y hábitos saludables, incorporación en FP y 2º Bachillerato, titulación específica del profesorado, establecer proyectos con otras áreas.
López y Gea (2010)	Revisión de propuestas innovadoras con 5 grandes corrientes.
Larraz (2002, 2004, 2009)	Los 6 DAM para estructurar los bloques de contenidos, con mayor lógica, sistematicidad, rigor y cercanía a la realidad; y otras.
Hernández (1996)	Equipo docente tiene que ir modificando el currículo actual y futuro, conviven con el alumnado y pueden llevarlo a la realidad.
Gambau (2015)	Preocupación por la distancia entre los compromisos de las políticas en EF y deporte y su cumplimiento.
Menezes (2018)	De nada sirve cambiar el currículo, entender la teoría, y seguir con las mismas prácticas que hace muchos años.
Freddy, Chicaiza y Cusme (2021)	Nuevos modelos y tipos de enseñanza donde el alumnado es más crítico, responsable y autónomo en cuanto al proceso de E-A.
Pérez, Hortigüela, Fernández, Gutiérrez y Santos (2021)	Invertir en un cambio radical de horas en EF generaría un ahorro para el gasto público consiguiendo una sociedad más sana.
Márquez (2020); Hammami, Harrabi, Mohr y Krstrup (2020); Timpka (2020)	Tras la pandemia por COVID-19, la AF ha ganado credibilidad, se ha reforzado la idea de que por medio de la AF se obtienen muchos beneficios y se previenen muchas enfermedades, siendo vital para la salud, hasta tal punto de decir que “el ejercicio es medicina”

Fuente: elaboración propia.



7.8. Categoría 8: El docente

En esta última Categoría 8 se hace referencia a los estudios que hablan del docente en EF. Algunos coinciden en que hay dos visiones en EF: la orientada al rendimiento (mayoría), y la orientada a la participación en actividad física (Macdonald, 1992; Tinning 1996). En otros muchos artículos se habla de la problemática en la formación del profesorado, coincidiendo en que en muchas facultades actuales la formación se orienta al rendimiento y al deporte; hay diferencias entre la duración y créditos de la especialidad en determinadas universidades, y mucha de esa formación no les prepara para afrontar la práctica profesional de hoy en día (formados para el rendimiento y la AF, pero no para la docencia), e inseguros de las innovaciones, continúan con estilos de enseñanza tradicionales (Cañabate, Tesouro, Puiggali y Zagalaz, 2019). Esto afecta a las competencias de los profesores y del alumnado (Tinning, 1992; Schon, 1993; Manzano, Cañadas, Delgado, Gutiérrez, Sáenz, Sicilia y Varela, 2003; Serrano, 2004; Díaz, Hernández y Castejón, 2012). Otro problema es el intrusismo en la profesión, personas que imparten actividad física sin conocimientos ni formación (Oña, 2002); u otro problema está en la relación de la práctica lectiva y la no lectiva (extraescolares), con pensamientos, conceptos e ideologías diferentes por la no coordinación de docentes, entrenadores, padres y madres, etc. En diferentes estudios se coincide en una serie de soluciones que atiendan a esta problemática: se plantea un nuevo modelo educativo para la formación del docente donde este adquiera unas competencias, capacidades y destrezas transferibles a la práctica real (Zabalda y Arnau, 2007; Romero, 2009).

Los docentes y aquellos que traten directa o indirectamente con la EF deben proponer soluciones a la problemática actual (Aznar, 2016; Martínez, 2020). Según un estudio, la EF debe plantearse los siguientes retos: qué queremos que aprenda el alumnado, tener claro lo que puede aportar la asignatura, y superar estos problemas profesionales del/la docente (López, Pérez, Manrique y Monjas, 2016). Por último, en otros artículos se coincide en que el ser humano es propenso a aprender, y deja de hacerlo cuando esa formación del aprendizaje se convierte solo en tarea del docente; por ello es necesario incitar al alumnado a organizar y participar en la creación de su propio aprendizaje, aporte conocimiento, propuestas de tarea, y así interiorice mejor los conceptos, pero tampoco dejar el mero juego libre (Calvo, 2002; López, Maturana, Pérez y Santos, 2003; Rincón, 2004; Butler, 2013; Fisette y Walton, 2014; Zueck, Ramírez, Rodríguez e Irigoyen, 2020).

Tabla 10. Resumen de las ideas principales de los autores de la Categoría 8: El docente

CATEGORÍA 8: El docente	
AUTORES	IDEAS
Aznar (2016)	Docentes, equipos de investigación, asociaciones de profesores y aquellos/as que traten directa o indirecta con la EF, deben tratar y dar soluciones a la problemática actual, y atender a las demandas de la UNESCO.
Tinning (1992)	En muchas facultades de hoy en día, la formación del futuro docente se orienta al rendimiento y al deporte, que luego aplican.
Macdonald (1992); Tinning (1996)	En el campo de EF existen dos discursos (visiones): rendimiento (mayor porcentaje de contenidos), y participación.
Zabalda y Arnau (2007)	Plantean nuevo modelo educativo para la formación del docente, donde los conocimientos estén relacionados con el aula real.
Oña (2002)	Instrusismo en la profesión: muchas personas acceden a impartir actividad física sin conocimiento ni respaldo científico.
Manzano, et al. (2003); Díaz, Hernández y Castejón (2012)	La realidad en las aulas es que siguen predominando estilos de enseñanza tradicionales, a pesar de las innovaciones que han ido surgiendo. Profesorado seguro con lo tradicional, e inseguro con la novedad.
Serrano (2004)	Diferencias en la duración y créditos de la especialidad de EF en las facultades. Afecta a las competencias del profesor y alumnado.
Schon (1993)	La formación que reciben muchos profesionales no les prepara para afrontar la práctica profesional de hoy día.
S.N. (2008)	El docente actual limitado a un rígido, pobre e inflexible programa obligado a cumplir, elaborado por personas alejadas del alumnado.
Romero (2009)	Las competencias profesionales más relevantes de los/las docentes en EF (capacidades y destrezas) se relacionan con la aptitud para promover hábitos y estilos de vida saludables, relacionándolo con la actividad física.
Calvo (2002); López, Maturana, Pérez y Santos (2003); Rincón (2004); Butler (2013); Fisette y Walton (2014);	El ser humano propende a aprender, y deja de hacerlo cuando la formación de ese aprendizaje se convierte solo en tarea del docente. Debe incitar al alumnado a organizar y participar en la creación de su propio aprendizaje, y no ser jerárquico (poder); que este aporte conocimiento, propuestas de tareas, interiorizando conocimientos; creando sus propias tareas que luego ejecutará.



Ortúzar (2011)	Observa separación entre tiempo lectivo y el no lectivo (tardes), diferencia entre docentes, exjugadores/as, padres y madres, etc.
López, Pérez, Manrique y Monjas (2016)	Principales retos actuales de la EF en España: qué queremos que aprenda el alumnado, razones claras sobre lo que puede aportar la asignatura, y superar problemas de profesionalidad docente.
Del Val Martín, Sebastiani y Blázquez (2021)	El desempeño docente juega un papel indispensable para garantizar un proceso de E-A
Sientop (1991)	Ilustra los factores necesarios para garantizar un proceso de E-A exitoso: clima, tiempo, gestión, organización y feedback.
Zueck, Ramírez, Rodríguez y Irigoyen (2020)	El juego libre fomenta malas prácticas, malas conductas, la figura del alumno dominante y la exclusión de otros alumnos/as.
Cañabate, Tesouro, Puiggali y Zagalaz (2019)	Muchos docentes formados para el rendimiento y la AF, conocen la teoría pero no la aplican, por no saber o no querer.
Martínez (2020)	La escuela y los docentes de EF deben adaptarse y responder a las nuevas situaciones que surgen en la sociedad, fomentando estilo de vida activo y saludable, y contribuyendo al desarrollo integral.

Fuente: elaboración propia.

8. DISCUSIÓN

En el presente trabajo se analizan multitud de estudios, artículos y tesis doctorales, entre otros, los cuales hablan de la evolución de la Educación Física, su estado en la actualidad, y posibles mejoras para un mejor funcionamiento de la misma en el marco escolar. En este apartado se discute la información obtenida para una mejor comprensión.

El propósito del trabajo es realizar una revisión bibliográfica en torno al sentido de la Educación Física en el Siglo XXI, desde sus inicios hasta la actualidad. Para ello, se han revisado y resumido en el marco teórico las ideas principales que aporta cada uno de los autores con respecto a la temática, haciéndonos entender de dónde viene y hacia dónde está yendo esta materia. Además de identificar la problemática de esa crisis de identidad en EF y los posibles cambios para prevenirla.

Estudios como los de Crisorio (2006; 2007) afirman que actualmente hay un problema de identidad en la Educación Física, empezando por la diversidad de concepciones que recibe la misma, según desde el punto de vista que se mire (polisemia). Por ejemplo, la lógica de los clubes es diferente a la de las escuelas, que al mismo tiempo es diferente de los gimnasios, o al del colectivo sanitario. Diferentes conceptos y utilidades tratan las escuelas privadas de las públicas, como tampoco lo entienden igual los directores y los docentes, ni los padres y los alumnos. La Educación Física debería aunar todos estos conceptos en uno genérico, una concordancia terminológica, puesto que esta materia engloba todos y cada uno de ellos. Parlebas (2001) ya hizo una definición bastante completa cuando habló de la EF como aquella disciplina pedagógica que debería crear condiciones para el desarrollo de la motricidad y corporeidad, para dar respuesta a necesidades en un contexto. Todos los profesionales que tengamos algo que ver con la EF, deberíamos caminar en el mismo sentido.

Todas estas concepciones han ido surgiendo a lo largo de los años según las funciones que ha ido adquiriendo la actividad física y más concretamente la EF. No cabe duda que en la prehistoria se practicaba ejercicio físico por medio de la supervivencia, al buscar alimento, construir hogares, etc. y más tarde como adiestramiento militar, tal y como dice Barrow y Brown (1992) en su estudio. A día de hoy, por medio de investigaciones y estudios, sabemos la cantidad de aspectos positivos que conlleva la práctica de actividad física. Algunas de estas funciones son: adquirir buena condición física, incorporar estilos de vida saludables, utilizada para prevenir riesgos (sedentarismo, obesidad infantil, enfermedades cardíacas, diabetes, estrés, colesterol, presión arterial...), favorecer el aprendizaje y rendimiento académico,



desarrollar virtudes, mejorar la socialización y calidad de vida; y formar personas autónomas y responsables, con capacidades y competencias para aprovechar la cultura y las necesidades sociales (FEIP, 2000; Pérez, et al., 2000; Gutiérrez y Vivó, 2005; Blázquez, 2006; Barbero, 2007; Gutiérrez y Ruiz, 2009; Moreno, 2011; Casajús y Rodríguez, 2011; Roig, 2013; Sánchez, et al., 2016). Debe ser reconocida como un derecho universal, derecho a la práctica físico-deportiva, orientada a una mejora en la calidad de vida, como nos dicen Rivarola (2003), Benjumea (2004), o Evaldo (2007).

Personalmente, el deporte es vida, es salud, es un conjunto infinito de hechos que nos llenan de alegría, sabiduría, bienestar y paz, ya sea individualmente, o en la mayoría de ocasiones, compartido con otras personas.

Aquí la EF tiene un papel primordial, ya que es uno de los medios más importantes y eficaces para la mejora de la calidad de vida de las personas, concretamente de niños y niñas. Se debe luchar porque esta asignatura sea reconocida como un derecho fundamental y universal, y por tanto un derecho a la práctica físico-deportiva del alumnado. La mayoría de veces se ve desvalorizada o menos importante que otras materias, y no acaba de conseguir el reconocimiento digno que se merece. No lo conseguirá mientras haya una descoordinación gubernamental donde Educación, frente a las recomendaciones de Sanidad, organismos internacionales y numerosos estudios, opte por reducir las horas de clase, eliminar la asignatura del currículo de 2º de Bachillerato, suprimir el cargo de maestro de EF, y otras medidas ilógicas (Portela, 2006; Stolz, 2014; Martín, Romero y Chivite, 2015). Intentando que no suene ególatra o egoísta, mediante la EF se pueden trabajar muchas otras materias de manera interdisciplinar, a la vez que practican deporte, por ejemplo, haciendo relevos a la vez que pegan con velcro en un mural partes del cuerpo humano (naturales), o jugar al Sambori sin pisar los números pares, o los impares (matemáticas), o jugar al simón dice tocando colores en inglés (inglés). Es una asignatura a la cual se le puede sacar mucho provecho.

Aunque la actual situación sanitaria por COVID-19 ha dado más credibilidad a esta materia en lo que respecta a su concepto, finalidad e importancia, siendo vital para la salud y la prevención de enfermedades (Timpka, 2020; Márquez, 2020; Hammami, Harrabi, Mohr y Krustup, 2020). A pesar de ello, continuamos impartiendo dos horas de EF a la semana, frente a las cinco horas de países como Finlandia, donde el alumnado obtiene mejores resultados académicos (PISA, 2018), a pesar de las recomendaciones de autores como Aznar (2018).



Como vengo diciendo, se podría aumentar el número de horas en EF obligando a realizar proyectos interdisciplinares con otras asignaturas para trabajar contenidos de manera más lúdica.

Un modelo educativo con el que la sociedad y el colectivo docente no está conforme (Portela, 2006; Kirk, 2008; Stolz, 2014; Martín, Romero y Chivite, 2015; Aznar, 2018). Como también preocupa la distancia entre los compromisos de las políticas en EF y deporte y su cumplimiento (Gambau, 2015).

Pero es que, estamos ante uno de los principales problemas: son los altos mandos los que deciden sobre el currículo, y no el colectivo docente, que es quien vivencia el día a día con el alumnado y la propia materia, y es conocedor de las carencias que tiene. Debería ser el equipo docente el que modifique el currículo actual y futuro, puesto que podrían llevarlo a la realidad y adaptarlo según la situación y el momento, como ya mencionaba Hernández (1996) en uno de sus estudios, y que posteriormente apoyaba Gambau (2015).

Tras estos problemas, se han observado propuestas de mejora con el fin de poner solución (EF funcional; programa preciso por clase, niveles y necesidades; continuidad lógica entre cursos; EF como materia obligatoria; fomento de la actividad física y hábitos saludables; proyectos con otras áreas, invertir en un cambio radical de horas en EF, nuevos modelos y tipos de enseñanza donde el alumno sea más autónomo, etc.

(Le Boulch, 2001; Larraz, 2002, 2004, 2009; Litwin, 2005; López y Gea, 2010; Julián, Ibor, Aibar y García, 2014; Blanco, 2014; Freddy, Chicaliza y Cusme, 2021; Pérez, Hortigüela, Fernández, Gutiérrez y Santos, 2021).

Respecto a esta problemática, numerosos estudios en el área (Kirk, 2008; Aubert, Flecha, García & Racionero, 2008; Flecha & Álvarez, 2015; Menezes, 2018) vienen demostrando significativos avances en relación a los contenidos (nuevos conceptos de EF, surgimiento de nuevas competencias transversales, desarrollo en el avance de las TIC, aproximación a temas socializadores, etc.), nuevos modelos y tipos de enseñanza, además de otros progresos de mejora para la educación, y concretamente para la presente materia. Pero estos estudios, también nos dicen, como es el caso de Menezes (2018), que de nada sirve cambiar el currículo, modernizarlo y adaptarlo a las necesidades de hoy en día, si en muchos casos las prácticas continúan siendo las mismas que hace años atrás. Según autores como Schon (1993), hace años ya pasaba por falta de formación en el ámbito docente, puesto que la mayoría aprende por ensayo-error al afrontar su primera experiencia docente.



Por ello, es importante, tal y como afirman Barba (2005), González y Barba (2013), y Córdoba (2015), que el docente esté en constante proceso de formación.

Otro gran problema actual sobre el que hay que actuar es la propia formación del equipo docente, la cual debe estudiarse por igual en unas universidades y en otras, no habiendo discrepancia entre ellas. Unas facultades en las que hoy día sigue predominando el concepto de ejercicio, rendimiento y deporte, que conlleva a los futuros docentes a orientar sus clases y los contenidos a estas visiones, tal y como ya mencionaba Tinning (1992) en un estudio, y que posteriormente respaldaban Díaz, Hernández y Castejón (2012), y de lo que también hablan Gamboa, Jiménez y Fernández (2022) en su estudio, los cuales coinciden en que no son pocos los docentes que siguen unos estilos de enseñanza tradicionales, a pesar de las innovaciones que han ido surgiendo a lo largo de estos años. Deben coexistir ambos discursos pero de manera equilibrada: los orientados al rendimiento y los orientados a la participación. Sería interesante una formación en la que los conocimientos teóricos estén relacionados con las actividades reales de aula, tutorizados por docentes en activo. Es importante una adecuada formación del profesorado ya que somos los docentes los que, junto con los equipos de investigación, y todo aquel que trabaja directa o indirectamente con la EF, debemos tratar y dar soluciones a la problemática actual. Así lo dice Schon (1993) en uno de sus artículos, y posteriormente Aznar (2016) también iba a afirmar, y con los que concuerdo totalmente, mucha de esta formación reglada no prepara para afrontar la práctica profesional de hoy en día. Cañabate, Tesouro, Puiggali y Zagalaz (2019) confirman que muchos de estos docentes, inseguros de las innovaciones, continúan con estilos de enseñanza tradicionales, y no hace falta buscar mucho para encontrarlos en los centros educativos. Por ello, Zabalda y Arnau plantean un nuevo modelo educativo para la formación del docente, donde los conocimientos estén relacionados con el aula real. Y como venía comentando en puntos anteriores, debería ser el colectivo docente, el que modifique el currículo, y proponga soluciones a la problemática actual (Martínez, 2020). Otra problemática en la misma línea es el intrusismo laboral, personas que imparten actividad física sin conocimientos ni formación, como menciona Oña (2002), y con lo que, personalmente, estoy muy en contra. Considero que se deberían perseguir con mayor rigor este tipo de prácticas ilegales.

Es tarea del docente, coordinar el área de Educación Física con las demás áreas del centro, como nosotros debemos estarlo con el resto de compañeros/as del mismo ámbito, compartiendo experiencias y reflexiones de aula e innovaciones. Hacernos ver, oír, y sentir.



Cuando hablamos de coordinar con otras áreas, no debemos olvidarnos de la práctica no lectiva (extraescolares), que como menciona Ortúzar (2011), y se puede ver fácilmente en muchos colegios, hay una gran separación de contenidos, objetivos, pensamientos, conceptos e ideologías entre las extraescolares y las clases en horario lectivo.

En los artículos de Calvo (2002), López, Maturana, Pérez y Santos (2003); Rincón (2004); Butler (2013); Fisette y Walton (2014); Zueck, Ramírez, Rodríguez e Irigoyen (2020), se coincide en que el ser humano es propenso a aprender, y deja de hacerlo cuando esa formación se convierte solo en tarea del docente, por ello es necesario incitar al alumnado a organizar y participar en la creación de su propio aprendizaje, aportando conocimiento, propuestas de tarea, y así interiorice mejor los conceptos, pero tampoco dejar el mero juego libre.

Tal y como propone Calvo (2002), el docente es el principal transmisor de conocimientos, pero como docentes debemos orientar, guiar y crear situaciones donde los alumnos también propongan ideas y necesidades, sean participativos en la construcción de sus conocimientos y muestren sus inquietudes; incitar a que se auto organicen y participen en la creación de su aprendizaje, ya que crear es algo congénito y favorece el aprendizaje, interiorizándose mejor los conocimientos. No debe prevalecer por tanto la idea de poder, esa estructura jerárquica con el docente en lo más alto, donde el docente hace y los alumnos ven y repiten, sin mostrar ninguna experiencia motriz. Para ello, Gamboa (2022) propone trabajar desafíos cooperativos, propuestas propias, mediante la resolución de tareas, buscando alumnos reflexivos y autónomos. Poco a poco buscamos llegar a la idea que propuso Whitehead (2010) de crear una alfabetización física, término que me gusta utilizar, puesto que es enseñar la motivación, confianza, competencia física, conocimiento y entendimiento para lograr una actividad física durante toda la vida. Aprender a hacer actividad física con algo de criterio. Ya dijo Blázquez (2006) que es positivo para la socialización involucrar al alumnado en la preparación, organización y gestión de las actividades, sin excedernos en dejadez, siempre guiando y bajo supervisión.

Es de gran importancia guiar y supervisar, puesto que en Educación Física no solo entra lo físico, sino también lo social. El cuerpo no es un mero organismo, como ya decían Theerge (1991) y Kirk (1993), sino que tiene significados sociales, ya que a la escuela no solo va la mente, sino también las facetas de pensar, sentir y actuar; y se trabajan en las clases de EF, favoreciendo la socialización del alumnado (Pastor, Gil, Prieto y González, 2015).



Muchas veces, determinadas conductas afectan negativamente a la socialización, debido a la imposición de metas y resultados, como menciona Sierra (2002) en uno de sus estudios, al que Proenza (2021) compensa con la idea de fomentar una EF inclusiva, para todos, sin distinciones, logrando el disfrute y felicidad mientras se practica. Esta materia, tiene una característica que la diferencia de las demás, como mencionábamos anteriormente, y es la facilidad para tratar temas de socialización y transmisión de valores, debido a las diversas situaciones que se crean en el desarrollo de la misma (trabajo en equipo, contacto físico, etc.). He presenciado ya muchos casos de burla, violencia verbal e incluso física en clases de Educación Física, debido a la rivalidad, a la poca paciencia y empatía por parte de algunos alumnos. Debemos generar multitud de experiencias y oportunidades donde el alumnado pueda explorar y desarrollar sus ideas sociales, creando un ambiente idóneo, y mejorando las relaciones sociales. El juego es una herramienta primordial en esta materia; siempre y cuando no se exceda en los objetivos, ya que los malos resultados y las comparativas entre estos, influenciará negativamente en su aprendizaje. Es tarea del docente hacer frente a estas malas prácticas, fomentando la inclusión y el respeto, logrando un clima adecuado para la práctica de actividad física.

En su estudio, Adorno (1993) ya comentaba que en la escuela se crean prototipos de alienación social (sin personalidad ni identidad), algo que hoy en día sigue existiendo, en muchas ocasiones considero que es debido al fuerte predominio de los influencers. Algo que apoyarían posteriormente González y González (2010), a lo que añadirían que la mente no existe independiente del cuerpo, el ser humano es y vive a través de su corporeidad. Debemos alejarnos de ese uso del cuerpo como instrumento para la competición y el rendimiento, diferenciando entre ser y ser competente (Touraine, 2000; Rey y Trigo, 2000; Portela 2001; Pastor, 2001; Oña, 2002; Crisorio, 2006). Hoy en día aún se diferencia entre lo masculino (fuerza y vigor) y lo femenino (debilidad). Respecto a este tema, personalmente, me gustaría aclarar que no hay que diferenciar entre lo masculino y lo femenino, sino que todos pueden hacer todo, pero es cierto que frente al organismo masculino y femenino no podemos hacer nada. Es decir, a nivel escolar, el tener más o menos fuerza o habilidad dependerá, aparte de su organismo y su constitución, de la práctica deportiva que realice. Pero en adultos, en alto nivel, los récords siempre los han batido los hombres, porque por constitución, a nivel físico han podido correr más rápido, levantar más peso, o saltado más alto que el sexo femenino.

Considero que no es algo que debamos mirar con sorpresa ni odio, sino simplemente aceptar que genéticamente en este aspecto, el sexo masculino, tiene una ligera ventaja, por eso



no compiten hombres contra mujeres en alto nivel, salvo deportes mixtos. Sin embargo, en la escuela, es misión y compromiso de cada docente el experimentar alternativas y formas de tratamiento corporal, yendo más allá y mostrando interés por ello (Taborda, 2003), sin distinciones de ningún tipo, porque en los centros educativos no se busca el deporte de rendimiento, sino el deporte para todos.

Ante frases como *En la escuela, el cuerpo no sirve*, se puede decir que el cuerpo ha estado siempre presente, con momentos de más o menos esplendor, unido a la mente. El aprendizaje es un proceso mental y corporal; de hecho, la realidad mental no existe independientemente del cuerpo. Debemos ir hacia una EF que incorpore la motricidad en todos los niveles de formación del alumnado, dándole más protagonismo a la corporeidad, y manteniendo un lazo importante entre ambas, llegando a una educación integral, como tratan de explicarnos Benjumea (2007), y Rey y Canales (2007) en sus estudios. Es tarea del/la docente por tanto dirigir la EF hacia la corporeidad, entendida como la vivencia del hacer, sentir, pensar, y querer, donde el ser humano es y vive sólo a través de su corporeidad y de la integralidad.

Debemos eliminar ese estereotipo del cuerpo estético, influenciados por la sociedad y sus demandas. Así como preocuparnos porque toda la población realice actividad física regularmente, y tenga interés por ella dejando de lado las capacidades físicas y deportivas y esa preocupación por el cuerpo y rendimiento.

Es importante, por tanto, enseñar una alfabetización física, es decir, transmitir motivación, confianza, competencia física, conocimiento y entendimiento para mantener una actividad física durante toda la vida, unas aptitudes necesarias para obtener, comprender y utilizar la información con el fin de decidir correctamente sobre la salud. La educación es algo que está presente a lo largo de la vida y no se debe limitar a la escuela, como tampoco la actividad física. Uribe y Gallo (2002), Oña (2002), Uribe, et al. (2002), y González y González (2010) llegan a la conclusión en sus estudios de que es necesario transmitir y extenderla más allá de los muros, e influenciando sobre las familias, el entorno, y por tanto sobre la sociedad, yendo más allá, al desarrollo humano y social con fines utilitarios. Y el docente tiene aquí un papel crucial como transmisor.

Concienciar al alumnado sobre las consecuencias de la vida sedentaria y las de una vida saludable físicamente hablando. Se debe formar personas autónomas y responsables, con capacidades para aprovechar las posibilidades de desarrollo y bienestar personal que la propia



cultura ofrece, y hacia las necesidades de la misma. Podemos afirmar, respaldándonos en el estudio de Moreno (2007), que en muchas ocasiones el profesor enseña y los alumnos hacen, sin mostrar experiencia motriz. Está claro que en ocasiones es necesario un mando directo o clase magistral, pero haciendo partícipe al alumnado, intentando orientarlo hacia una resolución de problemas, un aprendizaje basado en la tarea. Es importante formar alumnos reflexivos, autónomos, con capacidad de decisión.

Delgado (2014) no perdía razón cuando decía que debemos seguir avanzando en este campo, y la investigación es el motor que nos permite avanzar y atender a los continuos cambios que se van produciendo en la enseñanza. Estos cambios son producidos según Lera (2006) por factores como la internacionalización, conocimiento científico y tecnológico, y las propias tecnologías (uso de las TIC). A pesar de los avances, la investigación y la tecnología tienen dificultades por recortes económicos en facultades y centros, como ya mencionaba Lawson (1991) hace años, y que podemos ver y escuchar en las noticias. Muchos estudios y artículos, como los de Aubert, et al. (2008), Flecha y Álvarez (2015), y Castejón (2015) coinciden en la idea de que se debe iniciar el cambio desde investigaciones científicas, desde resultados basados en evidencias reales y verídicas; coordinando investigaciones colaborativas entre el profesorado universitario y los docentes de los propios centros, aplicando estos de manera instantánea y real. Esta implicación por parte del profesorado, ayudará a una formación permanente, y por tanto a una mejora de la práctica profesional, como ya venía comentando en líneas anteriores, respaldado por diversos autores que coinciden en la misma idea (Barba, 2006; González y Barba, 2013; Pedraza y López, 2015; Córdoba, 2015; y Córdoba, et al., 2016).

Así pues, podemos decir que se confirma la hipótesis planteada: el actual concepto y sentido de la EF va en una línea muy distinta a lo que comenzó siendo en sus inicios, pasando de una práctica más militarizada, a una EF más holística y constructivista, donde la EF se base en la pedagogía corporal, donde cada persona es única e irreplicable, y a la vez se relaciona con todo lo que le rodea. Sin embargo, no se ve aplicada aún en muchas de las prácticas educativas actuales, donde siguen los modelos antiguos y desactualizados. Es cierto que la situación sanitaria que estamos viviendo en estos últimos años, ha ayudado a despertar un poco más el interés por la EF, por el juego, la actividad física al aire libre y la socialización, porque el deporte es vida y salud.

Sin embargo, no servirá de nada cambiar el currículo y las teorías, si las prácticas docentes continúan siendo las mismas que años atrás.



9. CONCLUSIONES

Según la evidencia presentada, los conceptos y los contenidos desarrollados en el presente trabajo, se llegan a las siguientes conclusiones:

- La Educación Física, a pesar de haber experimentado cambios evolutivos a lo largo de su historia, a día de hoy, en algunos aspectos, no termina de ir por el camino correcto. Estamos ante una crisis de identidad, aunque la situación sanitaria actual haya dado fuerza al concepto de que la práctica deportiva es esencial para la salud y el día a día del alumnado.
- Mientras no haya una concordancia terminológica en el concepto de EF (evitar la polisemia), continuará existiendo esa crisis de identidad. Es decir, la lógica de los clubes debe ser la misma que la de las escuelas, y que la de los gimnasios, al igual que los centros públicos de los privados, los padres con los docentes, etc.; caminar en el mismo sentido.
- El colectivo docente debe luchar para que esta asignatura sea reconocida como un derecho fundamental y universal, siendo valorada por la cantidad de aspectos positivos que conlleva su práctica, como adquirir buena condición física, incorporar estilos de vida saludables, prevenir riesgos para la salud, desarrollar virtudes personales, mejorar la socialización, mejorar el rendimiento académico, entre otras más. Es importante la coordinación gubernamental entre Educación y Sanidad.
- Se ha de mejorar la propia formación del equipo docente, la cual debe estudiarse por igual en unas universidades y en otras, evitando la discrepancia entre ellas, y enfocando los estudios a la impartición de contenidos, facilitando técnicas y metodologías útiles para el día a día, afrontando la realidad.
- Es importante coordinar todo el colectivo educativo, desde el docente hasta los monitores de clases extraescolares, para que todos vayan en la misma línea de ideas, objetivos y metodologías, para facilitar así el proceso de E-A del alumnado.
- Debemos ir hacia una EF que incorpore la motricidad en todos los niveles de formación del alumnado, dándole más protagonismo a la corporeidad, y manteniendo un lazo importante entre ambas, llegando a una educación integral (la vivencia del hacer, sentir, pensar y querer), evitando el estereotipo del cuerpo estético.
- Es importante enseñar una alfabetización física, transmitiendo valores, confianza, competencia física, conocimiento y entendimiento para mantener una actividad física durante toda la vida.



- Fomentar la actividad física más allá del alumnado, llegando a las familias, que la población realice actividad física regularmente, y tenga interés por ella.
- Los docentes debemos orientar, guiar y crear situaciones donde el alumnado también proponga ideas y necesidades, haciéndole participe en la construcción de su propio aprendizaje.
- Esta materia tiene una característica que la diferencia de las demás, y es la facilidad para tratar temas de socialización y transmisión de valores, debido a las diversas situaciones que se crean en el desarrollo de la misma. Debemos generar multitud de experiencias y oportunidades donde el alumnado pueda explorar y desarrollar sus ideas sociales, creando un ambiente idóneo, y mejorando las relaciones sociales. El juego es una herramienta primordial.
- Se debe concienciar al alumnado sobre las consecuencias de la vida sedentaria y las de una vida saludable físicamente hablando, formando personas autónomas y responsables.
- La investigación es el motor que nos permite avanzar y atender a los continuos cambios que se van produciendo en el campo educativo. Es imprescindible iniciar el cambio desde investigaciones científicas, desde resultados basados en evidencias reales y verídicas, coordinando investigaciones colaborativas entre el profesorado universitario y los docentes de los propios centros, aplicando estos de manera instantánea y real.
- Es importante mantener una continuidad lógica desde infantil hasta bachillerato, fomentando la actividad física y hábitos de vida saludables, estableciendo la EF como materia común obligatoria, incluida en las FP.
- No servirá de nada cambiar el currículo y las teorías, si las prácticas docentes continúan siendo las mismas que años atrás.

Este trabajo puede servir como base y como primer escalón para iniciar un cambio en la práctica educativa actual en la materia de Educación Física; siendo conocedores de dónde venimos, en qué punto nos encontramos, sobre qué problemáticas se debería actuar, y hacia donde debe ir esta Educación Física.

Así pues, se proponen algunas posibles nuevas líneas de investigación referidas al tema tratado:



- Realizar una encuesta y posterior valoración de las prácticas actuales de los y las docentes (estudios de campo), con el fin de observar si la idea del cambio y las nuevas líneas de actuación están causando efecto.
- Realizar una encuesta a antiguos/as docentes, a los/las que ejercen actualmente, y a futuros docentes; con el fin de comparar ideas y metodologías de los mismos.

Sería interesante profundizar los estudios donde se tengan en cuenta también la opinión de los estudiantes del Grado en Magisterio (futuros docentes), y el profesorado que ejerce sobre estos en las universidades; con el fin de conocer si se está actuando correctamente desde la formación del propio docente.





10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adorno, T. (1993). *Consignas*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Amorroutu.
- Almazán, A., Cantón, J., De La Cruz, A., García, L. y Muñoz, R. (2015). Revisión bibliográfica sobre la trayectoria profesional de los profesores de educación física en España (2010-2014). *Revista Española de Educación Física y Deportes*. 409, 49-62.
- Aubert, A., Flecha, A., García, C., Flecha, R. y Racionero, S. (2008). *Aprendizaje dialógico en la Sociedad de la Información*. Barcelona: Hipatia Editorial
- Aznar, M (2016). Las cosas han cambiado en la docencia de la Educación Física. *Revista Española de Educación Física y Deportes*. 415, 15-17. Madrid, España.
- Aznar, M. (2018). La actualidad de la Actividad Física y el Deporte a debate desde los comités de expertos del Consejo- COLEF. *Revista Española de Educación Física y Deportes*. 420, 15-21. Madrid, España.
- Barba, J.J. (2006). *Aprendiendo a ser maestro en una escuela unitaria. Vivencias, sensaciones y reflexiones en la primera oportunidad*. Morón, Sevilla: MCEP.
- Barbero, J. (2005). La escolarización del cuerpo: reflexiones en torno a la levedad de los valores del capital «cuerpo» en Educación Física. *Revista Iberoamericana de Educación*. Nº39, pp. 25-51. Universidad de Valladolid, España: Edición OEI.
- Barbero, J. (2007). Capital(es) corporal(es) que configuran las corrientes y/o contenidos de la educación física escolar. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, nº4 y 5, p. 21-38. Universidad de Valladolid, España.
- Barrow, H. y Brown, J. (1992). *Hombre y movimiento*. Barcelona. España: Doyma, S.A.
- Benjumea, M.M. (2004). La Motricidad, Corporeidad y Pedagogía del Movimiento en Educación Física. *Ponencia presentada en el III Congreso Científico Latinoamericano – I Simposio Latinoamericano de Motricidad Humana*. Universidad Metodista de Piracicaba, Brasil.
- Benjumea, M.M. (2007). En la búsqueda de los elementos constitutivos de la motricidad que la configuran como dimensión humana. En B.E. Chaverra & I.D. Uribe. (Ed.), *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción*. (pp. 95-114). Medellín, Colombia: Funámbulos Editores.



- Blanco, E. (2014). Evolución del deporte para todos en España. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 406, 9-11. Madrid, España.
- Blázquez, D. (2006). La regeneración de la Educación Física. El portal de Educación Física. En Palou, P., Ponseti, F.J., Borràs, P. & Vidal, J. *Educación física en el siglo XXI. Nuevas perspectivas, nuevos retos*. Universitat Illes Balears. Palma, España.
- Butler, J.L. (2013). Stages for Children Inventing Games. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 84 (4), 48-53.
- Calvo, C. (2002). Complejidad, caos y educación informal. *Ciencias de la Educación*, 190, 227-245.
- Cañabate, D., Tesouro, M., Puiggali, J. y Zagalaz, M.L. (2019). Estado actual de la Educación Física desde el punto de vista del profesorado. Propuestas de mejora. *Retos*, 35, 47-53. Universidad de Girona, y Universidad de Jaén (España).
- Carreiro, F. (2004). El pensamiento del profesorado en el proceso de enseñanza-aprendizaje en Educación Física. *Educación Física y deporte*, 23 (2), 41-60. Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia.
- Carretero, M., Ramos, Á., Arribas, S., et al. (2017). ¿Por qué es necesario aumentar las horas de educación física?. *Revista Española de Educación Física y Deportes*. 419, 55-69.
- Casajús, J.A. y Rodríguez, G. (2011). *Ejercicio Físico y salud en poblaciones especiales*. EXERNET. Colección ICD. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Castejón, F. J. (2001). *Iniciación deportiva. Aprendizaje y enseñanza*. Madrid: Pila Teleña.
- Castejón, F.J. (2015). La investigación en iniciación deportiva válida para el profesorado de educación física en ejercicio. *Retos de la Actividad Física y el Deporte*, 28, 263-269. Universidad Autónoma de Madrid, España.
- Comité de expertos de EF del Consejo COLEF (2017). Proyecto para una educación física de calidad en España. Argumentación científica. *Revista Española de Educación Física y Deportes*. 417, 83-99.
- Contecha, L.F. (2007). Los conceptos de Educación Física: una perspectiva histórica. En B.E. Chaverra y I.D. Uribe. (Ed.), *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción*. (pp. 131-148). Medellín, Colombia: Funámbulos Editores.



- Córdoba, C. (2015). La aventura de aprender: Relato autobiográfico del viaje a Ítaca de un docente reflexivo. *Retos de la Actividad Física y el Deporte*, 28, 285-290.
- Córdoba, C., Carbonero, L., Sánchez, D., Inglada, S., Serra, M., Blasco, M., Sáez, S. e Ivanco, P. (2016). Educación Física Cooperativa, formación permanente y desarrollo profesional. De la escritura colectiva a un relato de vida compartido. *Retos de la Actividad Física y el Deporte*, 29, 264-269.
- Crisorio, R. (2006). Saber y ser competente no es lo mismo. *Revista Educación Física y Deporte*, 2 (25).
- Crisorio, R. (2007). Educación Física e Identidad: conocimiento, saber y verdad. En B.E. Chaverra e I.D. Uribe. (Ed.), *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción*. (pp. 71-94). Medellín, Colombia: Funámbulos Editores.
- Del Val Martín, P., Sebastiani, E. y Blázquez, D. (2021). ¿Qué es y cómo se mide la calidad en Educación Física? Una revisión de literatura. *Sportis*, 7, 300-320.
- Delgado M.A. (2014). Evolución de la Didáctica de la Educación Física: un repaso a los últimos cuarenta años. *V convención de post graduados del INEF de Madrid*. Madrid.
- Delgado, M.A. (2015). Los estilos de enseñanza de la Educación Física y el Deporte a través de 40 años de vida profesional. *Retos de la Actividad Física y el Deporte*, 28, 240-247. Universidad de Granada, España.
- Díaz, M., Hernández, J.L. y Castejón, F.J. (2012). La estrategia preguntas-respuestas como clave de la enseñanza comprensiva del deporte en Educación Física: estudio de casos. *Cultura y Educación*, 24 (3), 273-288. Universidad Autónoma de Madrid, España.
- Evaldo, P. (2007). Bases teóricas da educação física: uma perspectiva histórica-hermenéutica. En B.E. Chaverra & I.D. Uribe. (Ed.), *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción*. (pp. 35-43). Medellín, Colombia: Funámbulos Editores.
- Federación Internacional de Educación Física (FIEP). (2000). *Manifiesto mundial de educación física*. Disponible en: <https://es.scribd.com/document/296655541/Manifiesto-Mundial-de-Educacion-Fisica-Fiep-2000>.
- Fernández, A. (2017). La responsabilidad civil del educador físico. *Revista Española de Educación Física y Deportes*. 418, 15-17.



- Fisette, J.L. & Walton, T.A. (2014). 'If You Really Knew Me'...I am empowered through action. *Sport, Education and Society*, 19 (2), 131-152.
- Flecha, R. y Álvarez, P. (2015). Investigación educativa e impacto social: Claves para mejorar la educación de todos los niños y niñas. *Revista Padres y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, 362, 15-19.
- Gambau, V. (2015). Las problemáticas actuales de la educación física y el deporte escolar en España. *Revista Española de Educación Física y Deportes*. 411, 53-69.
- Gambau, V. (2017). Hacia la deseada ordenación profesional de la Educación Física y Deportiva en España. *Revista Española de Educación Física y Deportes*. 417, 15-18.
- Gamboa, R., Jiménez, G. & Fernández, C. (2022). An "other" physical education though from the perspective of children. *Retos*, 45, 54-63. España.
- García, A. y Ruiz, J.A. (2010). La Educación Física en la historia del mundo contemporáneo. *EFDeportes*, 148. Buenos Aires.
- Gómez, J.R. (2008). *La educación física y su contenido*. Universidad de Flores, Argentina.
- González, M. (1993). *La Educación Física: Fundamentación Teórica y Metodológica. Fundamentos de educación física para enseñanza primaria*. Vol. I. Barcelona: Inde.
- González, M. y González, C.H. (2010). *Educación Física desde la Corporeidad y la Motricidad*. Universidad de Caldas. Manizales, Colombia.
- González, G. y Barba, J.J. (2013). Perspectiva autobiográfica de un docente novel sobre los aprendizajes de Educación Física en diferentes niveles educativos en educación física. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 24, 171-181.
- González, R., Madrera, E., y Salguero, A. (2004). Las escuelas gimnásticas y su relación con la actividad física y educación física actuales. *EF deportes: Revista Digital*, 73. Buenos Aires.
- Granja, J. y Sainz, R. (1992). *Evolución histórica de la Educación Física en España y en el País Vasco*. Cuadernos de sección. Eusko Ikaskuntza, Donostia.
- Guarnizo, N., Pusch, N., y Campos, F. (2021). La educación física entre las sugerencias: ¿Las especificidades en el limbo? *Retos*, 40, 1-7. Universidad de los Llanos, Colombia.



- Gutiérrez, M. & Ruiz, L.M. (2009). Perceived motivational climate, sportsmanship, and students' attitudes toward physical education classes and teachers. *Perceptual and Motor Skills*, 108, 308-326.
- Gutiérrez, M. y Vivó, P. (2005). Enseñando razonamiento moral en las clases de educación física escolar. *European Journal of Human Movement*, 14, 1-22. Universidad de Valencia, España.
- Hammami, A., Harrabi, B., Mohr, M., & Krstrup, P. (2020). Physical activity and coronavirus disease 2019 (COVID-19): specific recommendations for home-based physical training. *Managing Sport and Leisure*.
- Hernández, J.L. (1996). La construcción histórica y social de la EF: el currículo de la LOGSE, ¿una nueva definición de la EF escolar? *Revista de Educación*, 311, 51-76. Universidad de Madrid, España.
- Jaramillo, L.G. y Yanza, P. (2005). *Perspectivas de un diseño curricular fundamentado en la motricidad y el desarrollo humano*. Bogotá, Centro Editorial Universidad del Rosario.
- Julián, J.A., Abarca-Sos, A., Zaragoza, J. y Aibar, A. (2016). *Análisis crítico de la propuesta del currículum básico de la LOMCE para la asignatura de Educación Física. Acciones derivadas en la Comunidad Autónoma de Aragón y propuestas de futuro*. Universidad de Zaragoza, España.
- Julián, J.A., Ibor, E., Aibar, A. y García, L. (2014). Un Tree-Athlon como excusa «saludable» para potenciar las relaciones entre el contexto escolar y el contexto social. *Tándem. Didáctica de la Educación Física*, 46, 33-41.
- Kirk, D. (1993). *The body, schooling and culture*. University Press, Deakin.
- Kirk, D. (2008). Los futuros de la Educación Física: la importancia de la cultura física y de la «idea de la idea» de Educación Física. En AA.VV. *Actas V Congreso Asociación Española de Ciencias del Deporte*. León: Universidad de León.
- Larraz, A. (2002). *Diseños curriculares de la comunidad autónoma de Aragón*. Educación Primaria: Educación Física. España
- Larraz, A. (2009). ¿Qué aprendizajes de educación física debería tener el alumnado al finalizar sexto curso de primaria? *Tándem. Didáctica de la Educación Física*, 29, 45-63.



- Larraz, A. (2004). Los dominios de acción motriz como base de los diseños curriculares en educación física: el caso de la Comunidad de Aragón en educación primaria. EN, F. Lagardera y P. Lavega (Eds.), *La ciencia de la acción motriz* (pp. 203-226). Servei de Publicacions. Lleida: Universitat de Lleida.
- Lawson, H. (1991). Specialization and fragmentation among faculty as endemic features of academic life. En *AISEP world congress*. Atlanta, Georgia.
- Le Boulch, J. (2001). *El cuerpo en la escuela en el siglo XXI*. Barcelona: Inde.
- Lera, A. (2006). *Situación Actual de la educación física en el marco educativo de primaria*. Congreso Internacional de las Ciencias del Deporte. Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad de A Coruña, Pontevedra.
- Litwin, E. (2005). *Las configuraciones didácticas. Una nueva agenda para la enseñanza superior*. Buenos Aires: Paidós Educador.
- López, V.M., Maturana, H., Pérez, Á. I. y Santos, M. (2003). *Conversando con Maturana de educación*. Málaga: Aljibe.
- López, V.M. y Gea, J. M. (2010). Innovación, discurso y racionalidad en Educación Física. Revisión y prospectiva. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 10 (38), 245-270.
- López, V.M., Pérez, D., Manrique, J.C. y Monjas, R. (2016). *Los retos de la Educación Física en el Siglo XXI*. Universidad de Valladolid, España.
- Maguirre, J. (1991). Human sciences, sport sciences, and the need to study people "in the round". *Quest*, 43, 190-206.
- Manzano, I., Cañadas, F. Delgado, M. A., Gutiérrez, M., Sáenz, P., Sicilia, A. y Varela, R. (2003). *Currículo, deporte y actividad física en el ámbito escolar. La visión del profesorado de Educación Física en Andalucía*. Málaga: IAD.
- Márquez, J.J. (2020). Inactividad física, ejercicio y pandemia COVID-19. *Viref Revista de Educación Física*, 9 (2), 43-56.
- Martín, J., Romero, M.R. y Chivite, M. (2015). La educación física en el sistema educativo español. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 411, 35-51.
- Martínez, F.J. (2020). Propuestas activas en Educación Física durante el confinamiento por el Covid-19. *Educación Física y Deportes*, 25 (266), 2-13.
-



- Menezes, A.S. y Pinto, D. (2018). *Educación Física en Brasil: recorrido histórico educativo de 1851 a 2017*. Fortaleza, Brasil.
- Freddy, A., Chicaiza, L.E. y Cusme, A.C. (2021). Metodologías emergentes para la enseñanza de la Educación Física (Revisión). *Olimpia*, 19 (1), 98-115.
- Moreno, A. (2007). Educación, movimiento y teoría del caos: hacia el rescate de la complejidad educativa en las clases de Educación Física. En B.E. Chaverra, & I.D. Uribe. (Ed.), *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción*. (pp. 35-43). Medellín, Colombia: Funámbulos Editores.
- Moreno, A. (2011). *Percepciones del profesorado universitario en relación a la función de transformación de la educación física como asignatura de currículum escolar: el caso de Chile*. Tesis (Doctoral). Granada: Universidad de Granada.
- Olivera, J. (2006). Perspectivas de la educación física en los albores del siglo XXI. *Apunts. Educación Física y deportes*, Vol. 1, Núm. 83, 1-4. Catalunya, España: ISSN Digital.
- Oña, A. (2002). La ciencia en la actividad física: Viejos y nuevos problemas. *Revista Motricidad*, 9, 9-42. Universidad de Granada
- Ortega, F. (1999). La quiebra de la identidad personal. El caso del género. En F. J. García, *Postmodernidad*. Madrid: Editorial Trotta.
- Ortúzar, I. (2011). *El profesor de educación física y el deporte escolar en el proyecto educativo del centro*, II Congreso del deporte en Edad Escolar de Valencia, FDM, Valencia.
- Parlebas, P. (2001). *Léxico de Praxiología Motriz. Juegos, Deporte y Sociedad*. Barcelona: Paidotribo Editorial.
- Pastor, J. (2001). La significación educativa del movimiento. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales*. Número 3.
- Pastor, J.C., Gil, P., Prieto, A. y González, S. (2015). Los contenidos de salud en el área de educación física: Análisis del currículum vigente. *Retos de la Actividad Física y el Deporte*, 28, 134-140.
- Pedraza, M.A. y López, V.M. (2015). Investigación-acción, desarrollo profesional del profesorado de educación física y escuela rural. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 57, 1-16.



- Pérez, Á., Hortigüela, D., Fernández, J., Gutiérrez, C. y Santos, L. (2021). Más horas sí, pero ¿cómo implantarlas sin perder el enfoque pedagógico de la Educación Física? *Retos*, 39, 345-353.
- Pérez-Samaniego, V., Iborra Cuellar, A., Peiró, C. y Beltrán, V.J. (2010). Actitudes hacia la actividad física: dimensiones y ambivalencia actitudinal. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, vol. 10 (38), 284-301.
- Portela, G. (2001). Paradigmas del cuerpo en la educación física. Buenos Aires: Efdeportes. Citado por Uribe, I.D. en B.E. Chaverra, & I.D. Uribe. (Ed.), *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción*. (pp. 11-21). Medellín, Colombia: Funámbulos Editores.
- Portela, G. (2006). *Los Conceptos en la Educación Física. Conjeturas, reducciones y posibilidades*. Armenia, Colombia: Kinesis.
- Proenza, J.R. (2021). Educación Física inclusiva: modelo y paradigma. *Revista Científica Especializada en Ciencias de la Cultura Física y del Deporte*, 18 (47), 145-160.
- Ramón, F. (2006). *El reto de la educación del siglo XXI: la generación N*. Universidad de Guadalajara. Guadalajara, México: Apertura.
- Rey, C.A. y Canales, L.I. (2007). Discurso epistémico para la ciencia de la motricidad. *Cinta de Moebio: Revista Electrónica de Epistemología de Ciencias Sociales*, 104-123.
- Rey, A. y Trigo, E. (2000). Motricidad... ¿Quién eres? *Apunts*, 59, 91-98.
- Rincón, F. (2004). *Freeball, nuevo deporte colectivo de cooperación-oposición: Diseño y aplicación del Freeball en la Educación Secundaria*. Tesis doctoral. Universidad Politécnica de Madrid, Madrid.
- Rivarola, M. (2003). La imagen corporal en adolescentes mujeres: su valor predictivo en trastornos alimentarios. *Fundamentos en Humanidades*, 7 (7-8), 149-161. Universidad Nacional de San Luis.
- Rodríguez, M. (2008). *La actualidad de la Educación Física en el desarrollo integral del ser humano*. Universidad de Costa Rica. Liberia Guanacaste, Costa Rica.
- Rodríguez, J. (2000). *Historia del deporte*. Barcelona: INDE.
- Rodríguez, J., y Solana, A.M. (1988). *Historia de la Educación Física y el Deporte*. INEF, Granada.



- Rodríguez, P.L. (2011). *La investigación en Educación Física*. Universidad de Murcia, Murcia, España.
- Roig, M. (2013). *Los efectos de la actividad física en el cerebro del niño*. Esplugues de Llobregat, Barcelona: Faros Sant Joan de Déu, Gráficas Campás.
- Romero, C. (2009). Definición de módulos y competencias del maestro con mención en Educación Física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, vol.9 (34), 179-200. Universidad de Granada, España.
- Ruiz, L.J., Chinchilla, J.L., y López, I. (2010). Roma en la historia del deporte. *Íber: Didáctica de las Ciencias Sociales, Geografía e Historia*, 17, 82-92.
- Sánchez, B.J., López, G., Valero, A. y Gómez, A. (2016). Los programas de educación en valores a través de la educación física y el deporte. *Actividad Física y Deporte: Ciencia y Profesión*, 25, 45-58.
- Sánchez, F. (1992). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid: Gymnos.
- Sañudo, C. (2018). Reseña del libro de Francisco de Borja Sañudo: Nuevas tecnologías aplicadas a la Actividad Física y el Deporte, en *Revista española de Educación Física y Deportes*, 420, 103-104.
- Schon, D. (1993). *The reflective practitioner: how professionals think in action*. Basic books, New York.
- Serrano, J.A. (2004). *La formación de maestros especialistas y el Espacio Europeo de Educación Superior: Consecuencias lógicas de la supresión de los títulos de grado de maestro vinculados a materias*. XXII Congreso Nacional de Educación Física. Coruña.
- Siedentop, D. (1991). *Developing teaching skills in physical Education*. Mountain View: Mayfield Publishing Company
- Sierra, M.A. (2002). *La expresión corporal desde la perspectiva del alumnado de Educación Física*. Tesis doctoral. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.
- S.N. (2008). Conceptos de Educación Física: evolución y desarrollo de los distintos conceptos. Citado en M. Rodríguez. (Ed.). *La actualidad de la Educación Física en el desarrollo integral del ser humano*. Universidad de Costa Rica. Librería Guanacaste, Costa Rica.



- Stolz, S. (2014). *The philosophy of physical education: A new perspective*. Londres, Reino Unido: Routledge.
- Theerge, N. (1991). Reflections on the body in the sociology of sport. *Quest*, 43 (2), 123-135.
- Timpka, T. (2020). Sports health during the SARS-Cov-2 Pandemic. *Sports Medicine*, 1-4.
- Tinning, R. (1992). Teacher education and the development of content knowledge in PE teaching. En *The place of general and specific teaching methods in teacher education*. Universidad de Santiago de Compostela, España.
- Tinning, R. (1996). Discursos que orientan el campo del movimiento humano y el problema de la formación del profesorado. *Revista de Educación*, 311, 123-134.
- Torreadella, X. (2014). La educación física comparada en España (1806-1936). *Historia Social y de la Educación*, 3(1), 25- 53. DOI: <http://dx.doi.org/10.4471/hse.2014.02>
- Touraine, A. (2000). Crítica de la modernidad. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica. Citado por Uribe, I.D. en B.E. Chaverra & I.D. Uribe. (Ed.), *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción*. (pp. 11-21). Medellín, Colombia: Funámbulos Editores.
- Trigo, E. (2003). *Fundamentos de la Motricidad*. Madrid: Gymnos.
- Uribe, I., Molina, V., Vergara, E. y Blandón, M. (2003). Pedagogía de la motricidad como estrategia de promoción de la salud. *Revista Educación Física y Deporte*, 22 (1), 59-71.
- Uribe, I.D. y Gallo, L.E. (2002). La motricidad como potencializadora de las metas del desarrollo humano. *Revista Educación Física y deporte*, 22 (1).
- Uribe, I. y Gallo, L.E. (2004). Sentidos de la motricidad en la promoción de la salud: Percepciones desde las familias de Alejandría y Guatapé (Antioquia). Citado por Uribe, I.D. en B.E. Chaverra & I.D. Uribe. (Ed.), *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción*, (pp. 11-21). Medellín, Colombia: Soluciones Editoriales.
- Uribe, I.D. (2007). Teoría y práctica de la Educación Física. En B.E. Chaverra, & I.D. Uribe. (Ed.), *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción*, (pp. 11-21). Medellín, Colombia: Funámbulos Editores.



- Urrego, L.J. (2007). Educación Física Escolar: el sentido formativo de un área que no cuestiona la tradición. En B.E. Chaverra, & I.D. Uribe. (Ed.), *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción.* (pp. 207-225). Medellín, Colombia: Funámbulos Editores.
- Whitehead, M.E. (2010). *Alfabetización física: a lo largo del curso de la vida.* Londres. Routledge
- William, M. (2007). El cuerpo en la escuela: los dispositivos de la sujetación. En B.E. Chaverra, & I.D. Uribe. (Ed.), *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción,* (pp. 149-175). Medellín, Colombia: Funámbulos Editores.
- Zabala, A. y Arnau, L. (2007). *11 ideas clave: cómo aprender y enseñar competencias.* Barcelona: Graó.
- Zueck, M.C., Ramírez, A.A., Rodríguez, J.M. e Irigoyen, H.E. (2020). Satisfacción en las clases de Educación Física y la intencionalidad de ser activo en niños del nivel de primaria. *Retos*, 37, 33-40. Universidad Autónoma de Chihuahua, México.